

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Советский городской округ
Управление образования СГО

МАОУ "ГИМНАЗИЯ №1" Г. СОВЕТСКА

РАССМОТРЕНО

Руководитель МК

Ю.Ю.Баляса

Заседание МК

«29» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по УВР

И.Р.Анисимова

«30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МАОУ

"Гимназия №1" г.Советска

Е.А.Кобзева

«30» августа 2023 г.

Документ подписан электронной подписью

Кобзева Елена Александровна

Директор

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

"ГИМНАЗИЯ №1" Г. СОВЕТСКА

36BD48A842CF62EFB49171FE5495C364

Срок действия с 31.05.2023 до 23.08.2024

УЦ: Казначейство России

Рабочая программа

«Психология. Шаг в профессию»

для обучающихся гуманитарного профиля 10 класса

г. Советск

2023 г.

Курс «Психология. Шаг в профессию» предназначен для повышения психологической культуры обучающихся, подготовке к профессиональному самоопределению.

Необходимость психологического образования со школьных лет вытекает непосредственно из потребностей современной общественной жизни, практики обучения и воспитания.

Приобщение обучающихся к психологической культуре в процессе изучения психологии, как учебного школьного предмета, является весьма существенным аспектом деятельности практического психолога образования.

Рабочая программа составлена на основе авторской учебной программы Резапкиной Г.В. «Психология и выбор профессии. Программа предпрофильной подготовки». М. «Генезис» - 2011.

Исходными документами для составления рабочей программы учебного курса являются:

—Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. Утверждён приказом Министерства образования и науки РФ от 31 мая 2021 года № 287;

— Учебный план гимназии на 2022-2023 учебный год.

Рабочая программа рассчитана на объем 35 часов (1 час в неделю).

Цели программы:

— Формирование адекватного представления обучающихся о своем профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий.

— Формирование у обучающихся положительной мотивации к будущей профессии.

Задачи программы:

— познакомить обучающихся с миром профессий и его многообразием;

— ознакомить со спецификой современного рынка труда, правилами выбора и способами получения профессии;

- сформировать умение соотносить свои интересы и способности с требованиями, выдвигаемыми выбранной профессией;
- обеспечить консультирование и профдиагностику обучающихся;
- совершенствовать коммуникативные навыки и умения;
- развивать навыки групповой работы, навыки саморегуляции, самоанализа.

Одна из серьезных жизненных проблем, с которой сталкиваются подростки – это выбор будущей профессии. Он предполагает умение планировать и строить профессиональную карьеру в меняющихся условиях рынка труда. Главное в решении этой проблемы – не растеряться, сориентироваться и сделать правильный выбор, который соответствует интересам, способностям, возможностям, ценностным установкам, и, наконец, требованиям, которые предъявляют профессии к личности кандидата. Для молодых людей переходный период между школой и работой становится определяющим для личностного и профессионального развития на всю жизнь. А это начало пути к успеху, к самореализации, к психологическому и материальному благополучию в будущем.

Актуальность данной программы состоит в том, что занятия в рамках курса предполагают систематическую организованную профориентацию, направленную не только на знакомство с профессиями, но и на изучение личностных особенностей, учет их при выборе своей будущей профессии и на развитие личности.

Данная программа разработана с учетом целей и задач, поставленных в концепции профильного обучения. Значимость программы курса заключается в том, что наряду с проблемой профориентации у обучающихся складывается потребность в развитии социального интеллекта. Подростку важно при этом получить оценку окружающих, сравнить её с самооценкой. Естественно такая ситуация заставляет задумываться, осмысливать свои возможности, потребности, притязания, а так же при этом развития коммуникативных качеств.

Направления программы:

- профпросвещение (расширение представлений о профессиях, о рынке труда, профигры, экскурсия, встреча с представителями профессиональной сферы);
- консультирование;
- диагностика (с целью формирования осознанного выбора профессии).

Методические приемы:

- лекционный (теоретический) метод;
- беседа, дискуссия, диалог;
- психологические методы исследования;
- методы социально-психологического тренинга;
- игровое моделирование;
- анализ конкретных ситуаций.

Используемые методики:

- «Определение типа будущей профессии» (методика Е.А.Климова);
- «Профиль» (модификация методики «Карта интересов» А. Голомштока);
- «Тип мышления» (методика в модификации Г. Резапкиной);
- Методика «Мое здоровье»;
- «Мотивы выбора»;
- «Профессиональный тип личности»;
- Тренинговые занятия по программе «Мы - выпускники».

Формы контроля:

- Устный контроль: фронтальный опрос, направленный на диагностику теоретических знаний, самоконтроль.
- Письменный контроль: тестирование

Срок реализации программы: 1 год.

Сетка часов: 10 класс (2022-2023 учебный год)

1 четверть – 8 часов

3 четверть – 11 часов

2 четверть – 8 часов

4 четверть – 8 часов

Итого: 35 часов.

Тематическое планирование

№	Раздел, тема	Часы	Основные виды деятельности обучающихся	Планируемые результаты		
				Личностные	Метапредметные	Предметные
1	Введение	1	Лекция			
2	Что я знаю о своих возможностях.	17	<p>Викторина, интеллектуальная игра, дискуссия, познавательная беседа, тестирование и анкетирование своих психологических особенностей и возможностей</p>	<p>- формировать ответственное отношение к учению, готовность и способность обучаться;</p> <p>- формировать положительную мотивацию к самопознанию и познанию других людей;</p> <p>- формировать представления об осознанном выборе и построении дальнейшей индивидуальной траектории образования, с учетом устойчивых познавательных интересов.</p>	<p>Регулятивные <i>Целеполагание</i></p> <p>- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;</p> <p>- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему.</p> <p><i>Планирование</i></p> <p>- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения.</p> <p>- составлять план решения проблемы (проведение исследования);</p> <p><i>Коррекция</i></p> <p>- работать по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата;</p>	<p>- <i>знать</i> основные психологические понятия: психические процессы, самооценка, личность, уровень притязаний, успех, характер, темперамент, эмоции, стресс,</p> <p>- <i>уметь</i>: определять свои психологические особенности и возможности: познавательные процессы, личностные особенности (темперамент, характер, самооценку и т. д.); - взаимодействовать в ходе групповой работы, формулировать свою точку зрения.</p> <p>- овладение навыками и приемами развития своих особенностей, способностей.</p>

					<p><i>Самооценка</i></p> <ul style="list-style-type: none">- оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;- фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов. <p><i>Самоконтроль</i></p> <ul style="list-style-type: none">- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы. <p>Коммуникативные</p> <ul style="list-style-type: none">- организовывать учебное сотрудничество, работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты;- уметь осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;- соблюдать нормы публичной	
--	--	--	--	--	--	--

					<p>речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей.</p> <p>Познавательные</p> <ul style="list-style-type: none"> - подбирать слова, соподчиненные ключевому слову, определяющие его признаки и свойства; - строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки; - самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации; - строить доказательство: прямое, косвенное, от противного. 	
3	Что я знаю о профессиях	17	<p>Психологическая игра, познавательная беседа, дискуссия, тестирование и анкетирование своих психологических особенностей и возможностей.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - формировать ответственное отношение к учению, - готовность и способность обучаться; - формировать положительную мотивацию к самопознанию и познанию других людей; - формировать представления об осознанном выборе 	<p>Регулятивные</p> <p><i>Целеполагание</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат; - идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему. <p><i>Планирование</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения; - составлять план решения 	<ul style="list-style-type: none"> - <i>знать</i> основные психологические понятия: интересы, склонности, профессия, должность, специальность, типы профессий; - <i>уметь</i> определять свои психологические особенности и возможности: свой профессиональный тип личности, профессиональные качества; - взаимодействовать в ходе групповой

			<p>и построении дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде.</p>	<p>проблемы (проведение исследования);</p> <ul style="list-style-type: none"> - выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее. <p><i>Коррекция</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - работать по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата; <p><i>Самооценка</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности; - фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов. <p><i>Самоконтроль</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха; - соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы. <p>Коммуникативные</p> <ul style="list-style-type: none"> - уметь организовывать учебное сотрудничество, работать индивидуально и в группе: 	<p>работы, формулировать свою точку зрения</p> <ul style="list-style-type: none"> - формулировать свою точку зрения.
--	--	--	--	---	---

					<p>находить общее решение и разрешать конфликты</p> <ul style="list-style-type: none">- уметь осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей. <p>Познавательные</p> <ul style="list-style-type: none">- подбирать слова, соподчиненные ключевому слову, определяющие его признаки и свойства;- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки;- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;- строить доказательство: прямое, косвенное, от противного.	
--	--	--	--	--	--	--

Календарное планирование

№	Тема урока	Дата		Формы контроля	Домашнее задание	Виды учебной внеурочной деятельности
		план	факт			
1.	Введение			фронтальный опрос	повторить изученный материал	лекция
2.	Что такое жизненное самоопределение человека			фронтальный опрос	повторить изученный материал	лекция
3.	Самооценка и уровень притязаний			тестирование	выполнить задания в тетради	познавательная беседа
4.	Юность – пора самоопределения			фронтальный опрос, тестирование	выполнить тест «Я хочу/Я могу»	анализ результатов теста
5.	Темперамент и профессия. Определение типа темперамента			фронтальный опрос, тестирование	тест «Темперамент», сделать график	анализ результатов теста
6.	Профессиональное самоопределение			фронтальный опрос	проблемные вопросы	дискуссия
7.	Профессиональное самоопределение			тестирование	методика «Паутина»	составление формулы
8.	Личностное самоопределение			фронтальный опрос	проблемные вопросы	дискуссия
9.	Личностное самоопределение			тестирование	методика «Паутина»	составление формулы
10.	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных			фронтальный опрос,	задания в тетради	анализ результатов теста

№	Тема урока	Дата		Формы контроля	Домашнее задание	Виды учебной внеурочной деятельности
		план	факт			
	эмоций			тестирование		
11.	Что нарушает процесс самоопределения			фронтальный опрос, тестирование	задания в тетради	дискуссия
12.	Что такое стресс			фронтальный опрос, тестирование	задания в тетради	дискуссия
13.	Определения типа мышления			тестирование	выписать определения	лекция
14.	Определения типа мышления			фронтальный опрос	таблица понятий	интеллектуальная игра
15.	Внимание и память			тестирование	выписать определения	лекция
16.	Внимание и память			фронтальный опрос	таблица понятий	интеллектуальная игра
17.	Уровень внутренней свободы			фронтальный опрос	проблемные вопросы	дискуссия
18.	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях»			устный опрос, самоконтроль, взаимоконтроль	повторить изученный материал	викторина
19.	Классификации профессий.			фронтальный опрос	выписать классификации	лекция

№	Тема урока	Дата		Формы контроля	Домашнее задание	Виды учебной внеурочной деятельности
		план	факт			
					профессий	
20.	Признаки профессии			фронтальный опрос	выписать признаки профессий	лекция
21.	Формула профессии			фронтальный опрос	задания в тетради	познавательная беседа
22.	Интересы и склонности в выборе профессии			фронтальный опрос	задания в тетради	дискуссия
23.	Профессия, специальность, должность.			фронтальный опрос	выписать определения	лекция
24.	Определение профессионального типа личности			тестирование	выписать определения	лекция
25.	Определение профессионального типа личности			фронтальный опрос	таблица понятий	интеллектуальная игра
26.	Определение типа будущей профессии.			тестирование	выписать определения	лекция
27.	Определение типа будущей профессии.			фронтальный опрос	таблица понятий	интеллектуальная игра
28.	Профессионально важные качества			фронтальный опрос	задания в тетради	дискуссия

№	Тема урока	Дата		Формы контроля	Домашнее задание	Виды учебной внеурочной деятельности
		план	факт			
29.	Профессионально важные качества			фронтальный опрос	формула профессионала	тренинговое упражнение «Бриллиант»
30.	Профессия и здоровье			фронтальный опрос	задания в тетради	дискуссия
31.	Кого можно назвать состоявшейся личностью			фронтальный опрос	задания в тетради	дискуссия
32.	Экскурсия в мир профессий			практикум	самоопределение	экскурсия в педагогический колледж города Черняховска
33.	Промежуточная аттестация			контрольная работа	задания в тетради	тест
34.	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессии»			устный опрос, самоконтроль, взаимоконтроль	повторить изученный материал	викторина
35.	Заключение			подведение итогов курса		тренинговое упражнение

Итого: 35 часов.

Содержание курса предполагает включение обучающихся в процесс прогнозирования и планирования (построения) своего профессионального будущего таким образом, чтобы этот процесс был личностно значимым для подростка, а также, чтобы он был обеспечен определенными средствами для самостоятельного и осмысленного действия при решении своих проблем, связанных с профессиональным и профильным самоопределением.

Данная программа позволяет обучающимся изучить свои возможности и потребности и соотнести их с требованиями, которые предъявляет интересующая их профессия, сделать обоснованный профессиональный выбор, подготовиться к будущей трудовой профессиональной деятельности и в дальнейшем успешно выстроить профессиональную карьеру, адаптируясь к социальным условиям и требованиям рынка труда.

Планируемые результаты реализации программы:

Личностные универсальные учебные действия:

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучаться;
- формирование положительной мотивации к самопознанию и познанию других людей;
- формирование представлений об осознанном выборе и построении дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

Метапредметные результаты:

Регулятивные универсальные учебные действия:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной

- деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
 - умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
 - умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
 - владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

Познавательные универсальные учебные действия:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- смысловое чтение;
- рефлексия.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;

- умение работать индивидуально и в группе, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей;
- умение планировать и регулировать свою деятельность.

Предметные результаты:

- *знание основных психологических понятий*: психические процессы, самооценка, личность, уровень притязаний, успех, характер, темперамент, эмоции, стресс, интересы, склонности;
- умение определять свои психологические особенности и возможности: познавательные процессы, личностные особенности (темперамент, характер, самооценку и т. д.);
- овладение навыками и приемами развития своих особенностей и способностей;
- профессия, должность, специальность, типы профессий, их признаки, свой профессиональный тип личности, профессиональные качества.
- умение взаимодействовать в ходе групповой работы, формулировать свою точку зрения.

Список литературы

1. Баданина Л. П. Основы общей психологии. Учебное пособие. Москва, издательство «Флинта», ПМСИ, 2009
2. Безруких М. М., Дубровинская Н. В., Фарбер Д. А. Психофизиология ребенка. Учебное пособие. Москва-Воронеж, 2005
3. Гуткин М.С., Лернер П.С. и др. Твоя профессиональная карьера: учебник для 8-9 классов общеобразовательных учреждений. – М.: Просвещение, 2005 – 159с
4. Климов Е.А. Как выбрать профессию. М.1991.
5. Климов Е.А. Программа предпрофильной подготовки «Курс занятий по профориентации».
6. Преподавание психологии в школе. Под редакцией И. В. Дубровиной. Москва-Воронеж, 2003
7. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы). Москва: Вако, 2005.
8. Резапкина Г. В. Я и моя профессия. Программа профессионального самоопределения для подростков. Учебно-методическое пособие для школьников, психологов и педагогов. – М.: Генезис, 2000
9. Хозиев В. Б. Сборник задач по психологии. Учебное пособие. Москва-Воронеж, 2006