

*Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
городского округа Королев Московской области  
«Средняя общеобразовательная школа № 2 имени В.Н. Михайлова»*

**РАССМОТРЕНО**

На педагогическом совете  
№ 1 от 30.08.2023

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по  
ВР

Рогова В.С.  
31.08.2023

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МБОУ СОШ  
№2 им. В.Н. Михайлова

Э.В. Киндт  
Приказ № 274-а



от «31» августа 2023

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Занимательный русский язык»**

(для 8-х классов)

2023-2024 учебный год

### Пояснительная записка

Рабочая программа курса «Познай себя» для 8 класса составлена в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования второго поколения, и на основе Программы предпрофильной подготовки «Психология и выбор профессии» Резапкиной Г.В., - М.: «Генезис», 2015г.

**Цель:** актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся за счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессионального труда и их соотнесение.

#### Задачи:

- повысить уровень психологической компетенции учащихся за счет вооружения их соответствующими знаниями и умениями, расширения границ самовосприятия, пробуждения потребности в самосовершенствовании;
- сформировать положительное отношение к самому себе, сознание своей индивидуальности, уверенности в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;
- создать условия для совершенствования умений планирования, анализа и рефлексии для принятия взвешенного решения о дальнейшем способе получения образования: выборе профильного 10-го класса или получение начального профессионального или среднего профессионального образования;
- способствовать развитию коммуникативной компетентности, освоению разных форм и методов общения, осознанию своих возможностей в этой области, необходимой во всех профессиональных видах деятельности (хотя в разной степени).

Программа курса в большой степени направлена на формирование "Образа-Я" учащихся. В качестве методического средства, способствующего целенаправленной передаче учащимся знаний о самом себе, выступает **развивающая психологическая диагностика**. Такая диагностика предполагает использование в работе с учащимися комплекса психологических методик, обеспечивающих, во-первых, возможность получения каждым учащимся информации о своих индивидуальных психологических качествах и степени их соответствия требованиям той или иной профессии и, во-вторых, возможность развития этих психологических качеств (в процессе выполнения практических упражнений).

**Сроки освоения** внеурочной деятельности рассчитана на 34 урока в год 1 год, по 1 часу в неделю

Программа внеурочной деятельности «Познай себя» построена на профессиональном самоопределении подростка подразумевает его ориентацию в мире профессий, формирование первичных профессиональных намерений, соотнесение знаний о себе (своих способностях, возможностях, склонностях) с требованиями конкретной профессии. Профессиональные планы в этом возрасте весьма расплывчаты, аморфны, имеют характер мечты. Подросток чаще всего воображает себя в разных эмоционально привлекательных для него профессиональных ролях, но окончательный психологически обоснованный выбор профессии сделать не может. Поэтому необходимо создать такие условия, которые будут способствовать выбору наиболее реальных и приемлемых вариантов образовательных маршрутов по окончании обучения в 9-ом классе: выбора возможности продолжить обучение в профильном 10-ом классе либо получение начального профессионального или среднего профессионального образования вне школы. От правильного выбора, прежде всего, будут зависеть благополучие и успех в жизни. Выбор должен строиться на основе оценки своих способностей и возможностей, желаний и предпочтений. Таким образом, для подростков актуальным является учебно-профессиональное самоопределение – осознанный выбор путей профессионального образования и профессиональной подготовки.

Содержание и структура программы отвечают следующим **принципам**:

- принцип коллективности обучения и воспитания детей;
- принцип преемственности, последовательности и систематичности педагогического процесса;
- принцип наглядности;
- принцип сознательности и активности учащихся в целостном педагогическом процессе;
- принцип опоры на «положительное» в человеке, поддержки сильных сторон его личности;
- принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников при организации их деятельности.

Важнейшим условием эффективной реализации программы, является помощь подросткам в выборе профессии, который основан на собственных индивидуальных особенностях, интересах и стремлений.

В течение учебного года, ученики получают знания о своих возможностях и способностях, расширяют знания о профессиях и их востребованности на рынке труда, учатся планировать самостоятельный карьерный рост.

**Формы и методы работы на занятиях:**

- Беседы, викторины;
- Коллективные творческие дела;
- Тренинги общения
- Обсуждение, обыгрывание проблемных ситуаций
- Ролевые игры
- Просмотр и обсуждение кинофильмов, мультфильмов

#### **Место профилактического курса в учебном плане**

Данная программа «Познай себя» создан для того, чтобы помочь учащимся осознать необходимость личного выбора из нескольких вариантов поступков или поведения в различных жизненных ситуациях и свою личную ответственность за сделанный выбор. Личный выбор и личная ответственность являются ключевыми понятиями данного курса. В результате изучения курса восьмиклассники должны понять значение профессионального самоопределения, сформировать представление о требованиях к составлению профессионального плана, освоить правила выбора профессии, получить представления о профессиях и профессиональной деятельности, понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизических и психологических возможностях человека и степени соответствия его эмоционально-волевой сферы, интеллектуальных способностей.

Происходят серьезные и глубокие изменения в личности современного школьника, интересы и потребности которого уже не ограничиваются лишь получением разносторонних знаний. Семья и сам школьник все настойчивее требуют внести изменения в содержание образования с тем, чтобы помочь выпускнику приобрести социальный опыт, который поможет ему быстрее адаптироваться в обществе, получить профессию, найти достойную работу, создать семью, грамотно отстаивать свои гражданские права.

Некоторые темы занятий предполагают выполнение самостоятельных заданий учащимися дома, что дает возможность оценить уровень сформированности самостоятельности учащихся в решении задач профессионального самоопределения.

В конце каждого урока есть контрольное задание, состоящее из пяти вопросов, что обеспечивает обратную связь и возможность коррекции содержания последующих занятий.

## **Содержание курса внеурочной деятельности «Познай себя»** (1 час в неделю; 35 часов)

### **Раздел I. Что я знаю о своих возможностях - 9ч.**

**Урок 1. Введение.** Цели и задачи курса. Содержание, специфика занятий. Что такое психология?

**Урок 2.** Самооценка и уровень притязаний – 1ч.

Самопрезентация, самооценка в профессиональной деятельности. Формула самооценки, уровень притязаний, успех.

Диагностические процедуры. Самооценка индивидуальных качеств по методикам «Кто Я?», «Какой Я?».

**Урок 3.** Темперамент и профессия. Определение темперамента- 2ч.

Темперамент и свойства нервной системы. Стабильность - чувствительность, интроверсия - экстраверсия. Общее представление о темпераменте. Психологическая характеристика основных типов темперамента, особенности проявления в профессиональной деятельности.

Диагностические процедуры. Модификация личностного опросника Г. Айзенка «Определение темперамента».

**Урок 4.** Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций-1ч.

Чувства и эмоции, их роль в профессиональной деятельности. Способы выражения. Регуляция эмоционального состояния.

Практическая работа. Самоанализ эмоциональных состояний.

Диагностические процедуры. Модификация теста Басса-Дарки «Тест эмоций».

**Урок 5.** Стресс и тревожность- 1ч.

Тревожность. Эустресс и дистресс. Реакция на стресс. Связь с темпераментом, личностными качествами, самооценкой, уровнем притязаний, самочувствием.

Практическая работа. Анализ качеств характера, провоцирующих конфликты, препятствующих возникновению конфликтов.

Диагностические процедуры. Методика «Определение уровня тревожности». Тест «Оценка школьных ситуаций».

**Урок 6.** Определение типа мышления - 1ч.

Мышление как средство познания. Продуктивность, оригинальность, любознательность, мужество. Ведущий тип мышления как индивидуальный способ преобразования информации. Типы мышления: предметно-действенное, абстрактно-символическое, словесно-логическое, наглядно-образное. Тип мышления и успешность в определенных видах профессиональной деятельности. Креативность.

Практическая работа. Анализ основных характеристик мышления. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Определение ведущего типа мышления».

**Урок 7.** Внимание и память - 1ч.

Общее представление о внимании и памяти. Основные свойства внимания: устойчивость, объем, переключаемость, распределение, концентрация. Основные функции памяти. Слуховая, зрительная, моторная, эмоциональная, логическая память. Условия развития внимания и памяти. Роль в профессиональной деятельности.

Практическая работа. Упражнения «Двойной счет», «Муха». Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры: Методика «Воспроизведение рядов цифр», «Отыскание чисел», «Корректирующая проба».

**Урок 8.** Уровень внутренней свободы - 1ч.

Уровень внутренней свободы как субъективное ощущение человека. Влияние на отношение к событиям своей жизни и принятие решений. Зависимость от внешних обстоятельств, мнения окружающих, средств массовой информации.

Практическая работа. Анализ ситуаций.

Диагностические процедуры: методика «Уровень внутренней свободы».

### **Раздел II. Что я знаю о профессиях - 8ч.**

**Урок 9.** Классификации профессий. Признаки профессии-1ч.

Четырехуровневая классификация профессий Е.А. Климова. Предмет, цели, средства, условия труда. Профессии типа «человек-человек», «человек-техника», «человек-природа» «человек - знаковая система» «человек-художественный образ».

Практическая работа. Упражнения «По горячим следам», «Назови профессию». Работа со «словарем профессий».

**Урок 10.** Определение типа будущей профессии - 1ч.

Характеристика профессий по признакам профессиональной деятельности.

Практическая работа. Игры «Аукцион», «По горячим следам». Работа со словарем профессий.

Диагностические процедуры. Методика Е.А. Климова «Определение типа будущей профессии».

**Урок 11.** Профессия, специальность, должность. Формула профессий - 1ч.

Виды трудовой деятельности. Отличия профессии от других видов трудовой деятельности. Понятие о профессиограмме.

Практическая работа. Упражнения «Найди профессии», «По горячим следам». Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Модификация методики Н.С. Пряжникова «Формула профессии».

**Урок 12.** Интересы и склонности в выборе профессии - 1ч.

Склонности, желания, интересы личности. Содержание, глубина, длительность интересов. Формирование интересов и склонностей. Связь интересов с особенностями темперамента.

Практическая работа. Анализ возможных направлений профессиональной деятельности.

Диагностические процедуры. Модификация методики А. Голомштока «Карта интересов».

**Урок 13.** Определение профессионального типа личности - 1ч.

Связь между психологическим типом человека и его профессией. Типы личности (по Дж. Голланду): реалистический, интеллектуальный, социальный, офисный, предпринимательский, артистический. Приспособленность различных типов к профессиональным областям.

Практическая работа. Анализ профессионального типа личности. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Модификация методики Дж. Голланда «Определение профессионального типа личности».

**Урок 14.** Профессионально важные качества личности - 1ч.

Качества личности, необходимые для успешности профессиональной деятельности. Требования профессии к человеку. Черты характера, отличающие успешного специалиста в любой области.

Практическая работа. Анализ профессиональных типов личности и черт характера, особенностей мышления, свойств нервной системы. Игра «Профессионально важные качества».

**Урок 15.** Профессия и здоровье - 1ч.

Учет состояния здоровья при выборе профессии. Типы профессий по медицинским противопоказаниям. Требования к здоровью человека. Укрепление здоровья в соответствии с требованиями профессии. Условия и режим труда.

Практическая работа. Анализ медицинских ограничений профессиональной пригодности. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Мое здоровье» (опросник «Вегетативная лабильность»).

**Урок 16.** Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях» - 1ч.

Модель будущей профессии. Самоанализ.

Практическая работа. Анализ профессий, соответствующих интересам и склонностям, состоянию здоровья. Работа с психологическим кроссвордом.

**Раздел III. Способности и профессиональная пригодность - 8ч.**

**Урок 17.** Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности. - 1ч.

Задатки, общие и специальные способности. Условия развития способностей. Способности к практическим видам деятельности: к зрительному, слуховому и осязательному восприятию информации, формированию двигательных навыков.

Практическая работа. Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Определение технических способностей» (фрагмент Теста механической понятливости Бенета).

**Урок 18.** Способности к интеллектуальным видам деятельности - 1ч.

Уровень общего умственного развития как условие успешной профессиональной деятельности. Условия развития интеллектуальной активности.

Практическая работа. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Тест умственного развития» (Школьный Тест Умственного Развития в модификации Г. Резапкиной).

**Урок 19.** Способности к профессиям социального типа - 1ч.

Личностные особенности человека, обеспечивающие успешность профессий социального типа: эмоциональная устойчивость, умение общаться, тип темперамента, поведение в конфликтных ситуациях. Взаимодействие в профессиях социального типа. Стратегии поведения в конфликтных ситуациях.

Практическая работа. Анализ предрасположенности к конфликтному поведению, ролевая игра «Конфликт». Практическая работа. Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Особенности поведения в конфликтных ситуациях».

**Урок 20.** Способности к офисным видам деятельности - 1ч.

Интеллектуальные и личностные особенности, определяющие успешность профессиональной деятельности людей, относящихся к офисному типу. Профессионально важные качества: аккуратность, потребность систематизировать и классифицировать информацию.

Практическая работа. Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Интеллектуальная лабильность» (авторская модификация).

**Урок 21.** Способности к предпринимательской деятельности - 1ч.

Профессионально важные качества руководителя и предпринимателя: интеллект, общительность, ответственность, организаторские способности, настойчивость.

Практическая работа. Анализ профессионально важные качества руководителя и предпринимателя, степени развития этих качеств. Практическая работа. Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Стратегия разрешения конфликтных ситуаций».

**Урок 22.** Эстетические способности - 1ч.

Специальные способности: артистические, литературные, музыкальные, способности к изобразительному искусству. Функциональная асимметрия.

Практическая работа. Анализ принадлежности к «мыслителям» или «художникам», определение активности и доминирования правого или левого полушария. Практическая работа. Анализ ситуаций. Работа со «словарем профессий».

Диагностические процедуры. Методика «Мыслитель или художник».

**Урок 23.** Уровни профессиональной пригодности - 1ч.

Степени профессиональной пригодности человека: профессиональная непригодность к конкретной профессии, профессиональная пригодность к конкретной профессии или группе профессий, соответствие конкретной профессиональной деятельности, призвание. Призвание - высший уровень профессиональной пригодности. Истоки отношения человека к труду. Классификация типов личности Э. Фромма: рецептивный, эксплуататорский, стяжательский, рыночный, творческий.

Практическая работа. Анализ продуктивности типов личности (по Э. Фромму).

**Урок 24** Обобщающий урок Мои способности

**Раздел IV Планирование профессиональной карьеры - 9ч.**

**Урок 25.** Мотивы и потребности - 1ч.

Мотивы трудовой деятельности. Уровень профессионализма, мотивация, система ценностей человека. Мотивация как важнейшее условие профессиональной самореализации личности. Пирамида человеческих потребностей Маслоу.

Практическая работа. Анализ профессиональной и внепрофессиональной мотивации, анализ жизненно важных ценностей.

Диагностические процедуры. Методика Головахи «Определение мотивации».

**Урок 26.** Ошибки в выборе профессии - 1ч.

Основные ошибки в выборе профессии: выбор из соображений «престижа», выбор профессии «за компанию», отождествление интереса к преподавателю и его предмету со своей будущей профессией, влияние других лиц. Причины ошибок в выборе профессии.

Практическая работа. Анализ возможных причин ошибок выбора профессии, анализ достоинств и недостатков профессий, работа со словарем профессий, игра «Оптимисты» и «Скептики».

**Урок 27.** Современный рынок труда - 1ч.

Рынок труда как система социально-экономических взаимоотношений. Закон спроса и предложения. Трудовое соглашение или контракт. Заработная плата и квалификация специалиста, уровень

профессиональной подготовки, опыт работы, личностные и профессионально важные качества человека.

Практическая работа. Анализ современного рынка труда и потребности в специалистах, анализ «мышеловок» (вариантов заманчивых предложений), работа со «словарем профессий».

**Урок 28.** Пути получения профессии - 1ч.

Способы получения профессии. Среднее специальное образование. Система высшего профессионального образования. Очная и заочная форма обучения, дистанционная форма обучения, экстернат. «Горизонтальная» и «вертикальная» карьера.

Практическая работа. Анализ направлений и специальностей (работа с «Матрицей профессионального выбора»). Работа со «словарем профессий».

**Урок 29.** Навыки самопрезентации - 1ч.

Самопрезентация. Структура «Образ – Я» как система представлений о себе: знание о себе, оценка себя, умение управлять собой. Внутреннее состояние человека и его внешние проявления. Внешний вид, грамотная речь.

Практическая работа. Упражнения «Личное пространство», «Работа над ошибками»,

**Урок 30.** Стратегия выбора профессии - 1ч.

Правильный выбор профессии: «хочу» - склонности, желания, интересы личности; «могу» - человеческие возможности, ресурсы личности; «надо» - потребности рынка труда в кадрах. Целеполагание в профессиональной деятельности. Условия достижения целей.

Практическая работа. Анализ профессионального будущего, составление личного профессионального плана. Упражнение «Машина времени».

**Урок 31.** Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры» - 1 ч.

Обобщение и анализ полученной информации для планирования профессиональной карьеры. Достоинства и недостатки, возможности и препятствия в профессиональной карьере.

Практическая работа. Упражнение «За» и «Против», анализ сильных и слабых качеств личности.

**Урок 32.** Защита проекта «Моя будущая профессия» - 2ч.

Конкурс творческих работ на тему «Моя будущая профессия». В работе должна быть отражена информация, полученная в ходе занятий (знания о себе и профессии, о рынке труда и образовательных услуг), намечен и обоснован личный профессиональный план. Конкурс может проходить в форме устных выступлений (защита проекта) с участием оппонентов и членов жюри из числа родителей, одноклассников, учителей.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Работа по программе «Познай себя» направлена на достижение конкретных результатов:

1. Изменения в модели поведения школьника:

- проявление коммуникативной активности при получении знаний в *диалоге* (высказывать свои суждения, анализировать высказывания участников беседы, добавлять, приводить доказательства); в *монологическом высказывании* (рассказ, описание, творческая работа);

- соблюдение культуры поведения и общения, правильных взаимоотношений; проявление доброжелательности, взаимопомощи, сочувствия, сопереживания;

2. Изменения объема знаний, расширение кругозора в области нравственности и этики:

- использование полученной на занятиях информации во внеурочной и внешкольной деятельности;

- краткая характеристика (высказывание суждений) общечеловеческих ценностей и осознанное понимание необходимости следовать им;

- объективная оценка поведения реальных лиц, героев художественных произведений и фольклора с точки зрения соответствия нравственным ценностям.

3. Изменения в мотивационной и рефлексивной сфере личности:

- способность объективно оценивать собственное поведение и поведение других людей,

- сформированность самоконтроля и самооценки: действия контроля ситуативного поведения, побуждение вовремя его изменить; способность «видеть» свои недостатки и желание их исправить.

### **Личностные УУД:**

- повысить уровень психологической компетенции учащихся за счет вооружения их соответствующими знаниями и умениями, расширения границ самовосприятия, пробуждения потребности в самосовершенствовании;

- сформировать положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;
- изучать свои индивидуальные особенности: построение образа Я
- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии
- анализировать информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а так же о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
- формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.

#### **Предметные УУД:**

- Значение индивидуальных особенностей в профессиональном самоопределении
- Знакомство с правилами выбора профессии, формировать понятие профессия, должность, специальность
- Понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а так же психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии: понятие о темпераменте, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения
- Значение творческого потенциала человека, карьеры.

#### **Метапредметные УУД:**

- Развивать самостоятельность
- Уметь соотносить свои склонности и возможности с требованиями, предъявляемыми к человеку определенной профессии;
- Оценивать собственные возможности, способствует овладению учащимися умениями получать из разнообразных источников и критически осмысливать социальную информацию
- Освоить способы познавательной, коммуникативной, практической деятельности, необходимых для участия в жизни гражданского общества и правового государства
- уметь соотносить свои склонности и возможности с требованиями, предъявляемыми к человеку определенной профессии;

#### **Предполагаемые результаты реализации программы:**

**Первый уровень результатов** — приобретение обучающимися социальных знаний (о нравственных нормах, социально одобряемых и не одобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося со своими учителями как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

**Второй уровень результатов** — получение обучающимися опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающихся между собой на уровне класса, образовательного учреждения, т.е. в защищённой, дружественной среде, в которой ребёнок получает первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить.

**Третий уровень результатов** — получение обучающимся начального опыта самостоятельного общественного действия, формирование у младшего школьника социально приемлемых моделей поведения. Только в самостоятельном общественном действии человек действительно становится гражданином, социальным деятелем, свободным человеком. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося с представителями различных социальных субъектов за пределами образовательного учреждения, в открытой общественной среде.



**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**8 класс**

№ п/п	Раздел и темы	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
<b>Раздел I Что я знаю о своих возможностях - 9ч.</b>		7	2	9
1	<b>Введение.</b> Цели и задачи курса. Содержание, специфика занятий. Что такое психология?	1		1
2	<b>Самооценка и уровень притязаний</b> Самопрезентация, самооценка в профессиональной деятельности. Формула самооценки, уровень притязаний, успех. Диагностические процедуры. Самооценка индивидуальных качеств по методикам «Кто Я?», «Какой Я?».	1		1
3 - 4	<b>Темперамент и профессия. Определение темперамента</b> Темперамент и свойства нервной системы. Стабильность - чувствительность, интроверсия - экстраверсия. Общее представление о темпераменте. Психологическая характеристика основных типов темперамента, особенности проявления в профессиональной деятельности.	2		1
5	<b>Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций</b> Чувства и эмоции, их роль в профессиональной деятельности. Способы выражения. Регуляция эмоционального состояния.	1		1
6	<b>Стресс и тревожность</b> Тревожность. Эустресс и дистресс. Реакция на стресс. Связь с темпераментом, личностными качествами, самооценкой, уровнем притязаний, самочувствием. Практическая работа. Анализ качеств характера, провоцирующих конфликты, препятствующих возникновению конфликтов. Диагностические процедуры. Методика «Определение уровня тревожности». Тест «Оценка школьных ситуаций».	1		1
7	<b>Определение типа мышления</b> Мышление как средство познания. Продуктивность, оригинальность, любознательность, мужество. Ведущий тип мышления как индивидуальный способ преобразования информации. Типы мышления: предметно-действенное,		1	1

	абстрактно-символическое, словесно-логическое, наглядно-образное. Тип мышления и успешность в определенных видах профессиональной деятельности. Креативность. Практическая работа. Анализ основных характеристик мышления.			
8	<b>Внимание и память</b> Общее представление о внимании и памяти. Основные свойства внимания: устойчивость, объем, переключаемость, распределение, концентрация. Основные функции памяти. Слуховая, зрительная, моторная, эмоциональная, логическая память. Условия развития внимания и памяти. Роль в профессиональной деятельности.	1		1
9	<b>Уровень внутренней свободы</b> Уровень внутренней свободы как субъективное ощущение человека. Влияние на отношение к событиям своей жизни и принятие решений. Зависимость от внешних от обстоятельств, мнения окружающих, средств массовой информации. Практическая работа. Анализ ситуаций.		1	1
<b>1 Раздел II. Что я знаю о профессиях - 8ч.</b>		7	1	8
10	<b>Классификации профессий. Признаки профессии</b> Классификации профессий. Признаки профессии-1ч. Четырехуровневая классификация профессий Е.А. Климова. Предмет, цели, средства, условия труда. Профессии типа «человек-человек», «человек-техника», «человек-природа» «человек - знаковая система» «человек-художественный образ».	1		1
11	<b>Определение типа будущей профессии</b> Характеристика профессий по признакам профессиональной деятельности.	1		1
12	<b>Профессия, специальность, должность. Формула профессий</b> Виды трудовой деятельности. Отличия профессии от других видов трудовой деятельности. Понятие о профессиограмме.	1		1
13	<b>Интересы и склонности в выборе профессии</b> Склонности, желания, интересы личности. Содержание, глубина, длительность интересов. Формирование интересов и склонностей. Связь интересов с особенностями темперамента.	1		1
14	<b>Определение профессионального типа личности</b> Связь между психологическим типом человека и его профессией. Типы личности (по Дж. Голланду): реалистический, интеллектуальный, социальный, офисный,	1		1

	предпринимательский, артистический. Приспособленность различных типов к профессиональным областям.			
15	<b>Профессионально важные качества личности</b> Качества личности, необходимые для успешности профессиональной деятельности. Требования профессии к человеку. Черты характера, отличающие успешного специалиста в любой области.	1		1
16	<b>Профессия и здоровье</b> Учет состояния здоровья при выборе профессии. Типы профессий по медицинским противопоказаниям. Требования к здоровью человека. Укрепление здоровья в соответствии с требованиями профессии. Условия и режим труда.	1		1
17	<b>Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях»</b> Модель будущей профессии. Самоанализ. Работа с диагностической картой Практическая работа. Анализ профессий, соответствующих интересам и склонностям, состоянию здоровья. Работа с психологическим кроссвордом		1	1
<b>Раздел III. Способности и профессиональная пригодность- 8ч.</b>		7	1	8
18	<b>Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности</b> Задатки, общие и специальные способности. Условия развития способностей. Способности к практическим видам деятельности: к зрительному, слуховому и осязательному восприятию информации, формированию двигательных навыков. Практическая работа. Анализ ситуаций.		1	1
19	<b>Способности к интеллектуальным видам деятельности</b> Уровень общего умственного развития как условие успешной профессиональной деятельности. Условия развития интеллектуальной активности.	1		1
20	<b>Способности к профессиям социального типа</b> Личностные особенности человека, обеспечивающие успешность профессий социального типа: эмоциональная устойчивость, умение общаться, тип темперамента, поведение в конфликтных ситуациях. Взаимодействие в профессиях социального типа. Стратегии поведения в конфликтных ситуациях.	1		1
21	<b>Способности к офисным видам деятельности</b> Интеллектуальные и личностные особенности,	1		1

	определяющие успешность профессиональной деятельности людей, относящихся к офисному типу. Профессионально важные качества: аккуратность, потребность систематизировать и классифицировать информацию.			
22	<b>Способности к предпринимательской деятельности</b> Профессионально важные качества руководителя и предпринимателя: интеллект, общительность, ответственность, организаторские способности, настойчивость.	1		1
23	<b>Эстетические способности</b> Специальные способности: артистические, литературные, музыкальные, способности к изобразительному искусству. Функциональная асимметрия.	1		1
24	<b>Уровни профессиональной пригодности</b> Истоки отношения человека к труду. Классификация типов личности	1		1
25	<b>Обобщающий урок Мои способности</b> Самоанализ. Заполнение диагностической карты. Психологический кроссворд	1		1
<b>Раздел IV Планирование профессиональной карьеры - 10ч.</b>		7	3	10
26	<b>Мотивы и потребности</b> Мотивы трудовой деятельности. Уровень профессионализма, мотивация, система ценностей человека. Мотивация как важнейшее условие профессиональной самореализации личности.	1		1
27	<b>Ошибки в выборе профессии</b> Основные ошибки в выборе профессии: выбор из соображений «престижа», выбор профессии «за компанию»,	1		1
28	<b>Современный рынок труда</b> Рынок труда как система социально-экономических взаимоотношений. Закон спроса и предложения. Трудовое соглашение или контракт.	1		1
29	<b>Пути получения профессии</b> Способы получения профессии. Среднее специальное образование. Система высшего профессионального образования. Очная и заочная форма обучения, дистанционная форма обучения, экстернат. «Горизонтальная» и «вертикальная» карьера.	1		1
30	<b>Навыки самопрезентации</b> Самопрезентация. Структура «Образа – Я» как система представлений о себе: знание о себе, оценка себя, умение управлять собой. Внутреннее состояние человека и его внешние проявления. Внешний вид, грамотная речь.	1		1
31	<b>Стратегия выбора профессии</b> Правильный выбор профессии: «хочу» - склонности, желания, интересы личности; «могу» - человеческие возможности, ресурсы	1		1

	личности; «надо» - потребности рынка труда в кадрах			
32	<b>Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры»</b> Обобщение и анализ полученной информации для планирования профессиональной карьеры.	1		1
33	<b>Достоинства и недостатки, возможности и препятствия в профессиональной карьере.</b> Практическая работа. Упражнение «За» и «Против», анализ сильных и слабых качеств личности.		1	1
34 -35	<b>Защита проекта «Моя будущая профессия»</b> Конкурс творческих работ на тему «Моя будущая профессия».		2	2
	Всего	28	7	35

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

№ п/п	<b>Наименование объектов и средств материально – технического обеспечения</b>
<b>1</b>	<p><b>Учебно-методическая литература:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Программа предпрофильной подготовки «Психология и выбор профессии». Учебно-методическое пособие". Резапкина Г.В., - М.: «Генезис», 2015г., 208с.</li> <li>Прихожан А.М., Психология неудачника, Питер, 2009.</li> <li>Программа предпрофильной подготовки «Психология и выбор профессии». Учебно-методическое пособие". Резапкина Г.В., - М.: «Генезис», 2011г., 208с.</li> <li>Пряжников Н.С. Психологический смысл труда. М.: МОДЭК, МПСИ, 2010</li> <li>Пряжникова Е.Ю., Пряжников Н.С., Профорентация: Учебное пособие, М: Академия, 2008.</li> <li>Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии, или Путеводитель выпускника. М: Генезис, 2005.</li> <li>Резапкина Г.В., Отбор в профильные классы, М.: Генезис, 2006.</li> <li>Фопель К., На пороге взрослой жизни: Психологическая работа с подростковыми и юношескими проблемами, М.: Генезис, 2008.</li> <li>Чистякова С.Н. Технология профессионального успеха. М.: Просвящение, 2008</li> </ul>
<b>2</b>	<p><b>Технические средства обучения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ноутбук, мультимедийный проектор, экран;</li> <li><input type="checkbox"/> Доступ к ресурсам глобальной сети Интернет.</li> </ul>
<b>3.</b>	<p><b>Экранно-звуковые пособия:</b></p> <p>Подборка музыкальных произведений Презентации</p>
<b>4.</b>	<p><b>Инструментарий для проведения занятий:</b></p> <p>Контрольные карточки (для тестирования) Карточки-задания Бумага формата А3, А4 Шариковые ручки Маркеры Цветные карандаши Ватман Мячи</p>
<b>5</b>	<p><b>Методические ресурсы:</b></p> <p>бор диагностических методик: Бланки, карточки, стимульный и раздаточный материал к диагностическим методикам:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Тест на выявление уровня самооценки и уровня притязаний Дембо-Рубинштейна;</li> <li><input type="checkbox"/> Тест на определение типа темперамента (А.Айзенк);</li> <li><input type="checkbox"/> Тест Басса-Дарки (тест эмоций) в авторской модификации;</li> <li><input type="checkbox"/> Задания для определения уровня стресса и его направленности;</li> <li><input type="checkbox"/> Диагностика типа мышления;</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Диагностика развития памяти и внимания;</li><li><input type="checkbox"/> Диагностика уровня внутренней свободы;</li><li><input type="checkbox"/> Определение типа будущей профессии (методика Е.А.Климова);</li><li><input type="checkbox"/> Методика «Профиль». (модификация методики «Карта интересов» А. Голомштока);</li><li><input type="checkbox"/> Определение профессионального типа личности» (авторская модификация методики Д. Холланда);</li><li><input type="checkbox"/> Опросник «Вегетативная лабильность»;</li><li><input type="checkbox"/> Определение технических способностей. (фрагмент Теста механической понятливости Бенета);</li><li><input type="checkbox"/> Тест умственного развития. (Школьный Тест Умственного Развития в модификации Г.Резапкиной);</li><li><input type="checkbox"/> Тест «Интеллектуальная лабильность» (авторская модификация);</li><li><input type="checkbox"/> Тест «акулы» и «дельфины»;</li><li><input type="checkbox"/> Тест «Мыслитель или художник»;</li><li><input type="checkbox"/> Тест «Матрица профессий»;</li><li><input type="checkbox"/> Другие диагностические методики при необходимости.</li></ul>
---