

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
Маслянская средняя общеобразовательная школа

РАССМОТРЕНО:  
на МО воспитательной  
работы  
Протокол  
№1 от 31.08.2023г.  
Руководитель МО:  
*Д.Г. Пошлякова*

СОГЛАСОВАНО:  
заместитель директора по УВ  
*[подпись]*  
Федоров С. А.  
« 31 » августа 2023г.



ТВЕРЖДЕНО:  
М.Л. Лежникова  
директор школы  
« 31 » 08 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

курса студия  
„Мой выбор“ (9 класс)

на 2023 - 2024 учебный год

программа разработана:

*Федоровым С.А.*

п. Маслянский

2023 - 2024 учебный год

## **Рабочая программа курса студия «Твой выбор»**

### **1. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса.**

#### ***Личностные результаты:***

- воспитание патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;
- участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций;
- формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

#### ***Метапредметные результаты:***

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности;
- умение 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;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение и делать выводы;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- умение осознанно использовать речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий.

#### ***Предметные результаты:***

- знать значение профессионального самоопределения;
- знать требования к составлению личного профессионального плана;
- знать правила выбора профессии; понятие о профессиях и профессиональной деятельности;

- знать понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;
- знать понятие о темпераменте, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения; значение творческого потенциала человека, карьеры;
- знать о смысле и значении труда в жизни человека и общества; о современных формах и методах организации труда; о сущности хозяйственного механизма в условиях рыночных отношений; о предпринимательстве; о рынке труда;
- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
- составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его;
- использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
- анализировать информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка;
- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

## **2. Содержание учебного предмета, курса.**

### **Вводное занятие -1ч.**

Цели и задачи курса. Содержание и специфика занятий по психологическим основам выбора профессий. Дневник выбора профессии как форма фиксации данных по курсу «Твоя профессиональная карьера».

Практическая работа. Заполнение анкеты.

### **Внутренний мир человека и возможности его познания - 3ч.**

Понятие личности. Уникальность личности каждого человека. Многообразие личностных особенностей.

Общее представление о психологии как о науке, изучающей внутренний мир человека. Методы изучения личности человека.

Практическая работа. Составление «древа» психологических качеств личности.

### **Многообразие мира профессий -2ч**

Труд в жизни человека и общества. Разнообразие мира профессий. Развитие личности и профессиональное самоопределение. Профессиональная деятельность как способ самореализации и самоутверждения личности. Составление словаря профессий.

### **Представление о себе и проблема выбора профессии.-2ч**

Образ «Я» как система представлений о себе. Структура образа «Я» (знание о себе, оценка себя, умение управлять собой).

Практическая работа: методика Дембо-Рубинштейна - изучение самооценки, сочинение «Моя самооценка».

### **«Секреты выбора профессии» («хочу»-«могу»-«надо»)-2ч**

«Хочу»-склонности, желания, интересы личности;

«Могу»- физиологические и психологические ресурсы личности;

«Надо» - потребности рынка труда в кадрах.

Типичные ошибки при выборе профессии. Общее понятие о профессии, специальности, должности.

Личный профессиональный план.

### **Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу»)-2ч.**

Потребности и мотивы как условие активности личности. Виды мотивов. Индивидуальные интересы.

Профессиональные намерения.

Практическая работа: диагностические процедуры, карта интересов, опросник профессиональной готовности.

### **Возможности личности в профессиональной деятельности (могу)2ч.**

Понятие профпригодности. Профессиональные важные качества. Активная роль личности при выборе профессии.

Практическая работа: Знакомство с описаниями профессий **Социальные проблемы труда («надо»)- 3 ч.**

Разделение труда. Содержание и характер труда. Процесс и условия труда.

Практическая работа: профориентационная игра «Какие профессии нужны округу?»  
**Социально - психологический портрет современного профессионала-2ч** Предприимчивость. Интеллектуальность. Ответственность. Социально-профессиональная мобильность. Психология принятия решений.

#### **Анализ профессий-3ч**

Основные признаки профессиональной деятельности.

Классификация профессий.

Практическая работа: Конкурс «Угадай профессию». Игра «Ассоциации»

#### **Здоровье и выбор профессии-1ч**

Учет состояния здоровья при выборе профессии. Типы профессий по медицинским противопоказаниям. Работоспособность.

#### **Свойства нервной системы в профессиональной деятельности-2ч**

Общее представление о нервной системе и ее свойствах. Ограничение при выборе некоторых профессий, обусловленные свойствами нервной системы.

Практическая работа: Теппинг-тест, методики и оценки пространственного и линейного глазомера.

#### **Темперамент в профессиональном становлении личности-3ч**

Общее представление о темпераменте. Психологическая характеристика основных типов темперамента. Психологическое состояние (монотонность, утомление и др.) в трудовом процессе.

Анализ особенностей поведения людей, имеющих различные типы темперамента. Практическая работа: Опросник Айзенка, Сюжетно-ролевая игра «Проявление темперамента в профессиональных ситуациях». Анализ особенностей поведения людей, имеющих различные типы темперамента в конкретных ситуациях.

#### **Ведущие отношения личности и типы профессий-2ч**

Отношение к деятельности. Отношение к людям. Отношение к самому себе. Отношение самовосприятия и самооценивания, отношение к предметному миру.

Практическая работа: Диагностические и развивающие процедуры, опросник «Ориентировочная анкета», «Отношение к другому человеку как к ценности», направленность личности. Деловая игра «Модель идеального города».

#### **Эмоциональные состояния личности-2ч**

Эмоции и чувства, их функции в профессиональной деятельности. Основные формы эмоциональных переживаний (настроения, аффекты, фрустрация, стрессовые состояния). Практическая работа:

Ознакомление с простейшими приемами психической саморегуляции, самонаблюдение за динамикой настроения.

#### **Волевые качества личности- 1ч**

Специфика волевого поведения в отличие от импульсивного и зависимого. Условия развития воли.

#### **Заключительный урок - 1ч.**

### **3. Тематическое планирование. в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы**

Реализация рабочей программы воспитания во внеурочной деятельности направлена на формирование понимания важнейших социокультурных и духовно-нравственных ценностей.

Механизм реализации рабочей программы воспитания:

- установление доверительных отношений между педагогическим работником и его обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;

- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией, инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;

- применение на занятиях интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся;

- проведение предметных олимпиад, турниров, викторин, квестов, игр-экспериментов, дискуссии и др.

- демонстрация примеров гражданского поведения, проявления добросердечности через подбор текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций, обсуждения, анализ поступков людей и др.

- применение на занятиях групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися; включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время занятий - экскурсии, посещение музеев и библиотек.

- приобщение обучающихся к российским традиционным духовным ценностям, включая культурные ценности своей этнической группы, правилам и нормам поведения в российском обществе.

- побуждение обучающихся соблюдать на занятиях общепринятые нормы поведения, правила общения, принципы учебной дисциплины, самоорганизации, взаимоконтроль и самоконтроль

- организация шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над их

№ п/п	Тема/раздел	Количество часов, отводимых на освоение темы
1	Внутренний мир человека и возможности его познания.	4
2	Многообразие мира профессий.	2
3	Представление о себе и проблема выбора профессии.	2
4	«Секреты выбора профессии» («хочу»-«могу»-«надо»)	2
5	Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу»)	2
6	Возможности личности в профессиональной деятельности ("могу")	2
7	Социальные проблемы труда («надо»)	3
8	Социально - психологический портрет современного профессионала.	2
9	Анализ профессий. Основные признаки.	3
10	Здоровье и выбор профессии	1
11	Свойства нервной системы в профессиональной деятельности	2
12	Темперамент в профессиональном становлении личности	3
13	Ведущие отношения личности и типы профессий	2
14	Эмоциональные состояния личности	4
	<b>Итого:</b>	<b>34</b>

слабоуспевающими одноклассниками, дающего обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи.

## Календарно-тематическое планирование

№ Занятия	Дата проведе ния	Название темы/урока
		<b>Внутренний мир человека и возможности его познания</b>
1		Вводное занятие. Цели и задачи курса. Содержание и специфика занятий по психологическим основам выбора профессии. Общее представление о психологии как науке, изучающей внутренний мир человека.
2		Внутренний мир человека и возможности его познания.
3		Многообразие личностных особенностей.
4		Методы изучения личности человека.
		<b>Многообразие мира профессий</b>
5		Многообразие мира профессий.
6		Профессиональная деятельность и самореализация.
		<b>Представление о себе и проблема выбора профессии</b>
7		Представление о себе и проблема выбора профессии.
8		Методы изучения самооценки.
		<b>«Секреты выбора профессии» («хочу»-«могу»-«надо»)</b>
9		Секреты выбора профессии.
10		Типичные ошибки при выборе профессии.
		<b>Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу»)</b>
11		Склонности и интересы в профессиональном выборе.
12		Диагностика. Опросник профессиональной готовности.
		<b>Возможности личности в профессиональной деятельности ("могу")</b>

13		Возможности личности в профессиональной деятельности.
14		Понятие профпригодности, профессионально-важные качества.
		<b>Социальные проблемы труда («надо»)</b>
15		Социальные проблемы труда.
16		Процесс и условия труда.
17		Изучение рынка труда. Какие профессии нужны округу?
		<b>Социально - психологический портрет современного профессионала.</b>
18		Социально - психологический портрет современного профессионала.
19		Психология принятия решений.
		<b>Анализ профессий. Основные признаки.</b>
20		Анализ профессий. Основные признаки.
21		Классификация профессий.
22		Анализ профессий.
		<b>Здоровье и выбор профессии</b>
23		Здоровье и выбор профессии.
		<b>Свойства нервной системы в профессиональной деятельности</b>
24		Свойства нервной системы в профессиональной деятельности.
25		Теппинг-тест, свойства нервной системы.
		<b>Темперамент в профессиональном становлении личности</b>
26		Темперамент в профессиональном становлении личности.
27		Анализ особенностей поведения людей.
28		Анализ особенностей поведения людей.
		<b>Ведущие отношения личности и типы профессий</b>
29		Ведущие отношения личности и типы профессий.
30		Диагностические и развивающие процедуры, опросник «Ориентировочная анкета».
		<b>Эмоциональные состояния личности</b>
31		Эмоциональные состояния личности.
32		Приемы психической саморегуляции.
33		Волевые качества личности.
34		Обобщение, заключительное занятие.