

**Частное общеобразовательное учреждение «РЖД лицей № 21»**

**РАССМОТРЕНО**

На заседании  
педагогического совета

---

Протокол № 7  
от « 24 » мая 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор  
РЖД лицея № 21

Минько Н.В.  
Приказ № 26  
от « 24 » мая 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Психология профессионального успеха»**

для обучающихся 10 класса

**Комсомольск-на-Амуре**

**2024 г.**

## 1.

### 2. Пояснительная записка

В соответствии с Концепцией модернизации российского образования на старшей ступени общеобразовательного школы предусматривается профильное обучение, задача которого - создание в старших классах общеобразовательной школы системы специализированной подготовки, ориентированной на индивидуализацию обучения и социализацию обучающихся с учетом реальных потребностей рынка труда.

Профильное обучение в старших классах предваряет предпрофильная подготовка - система педагогической, психологической, информационной и организационной поддержки учащихся основной школы, включающая мероприятия по профильной ориентации и психолого-педагогической диагностике учащихся, их анкетирование, консультирование, организацию «пробы сил» и т.п. Профильная ориентация призвана способствовать принятию школьниками осознанного решения о выборе направления дальнейшего обучения и созданию условий для повышения готовности подростков к социально-профессиональному самоопределению.

Программа «Психология и выбор профессии» разработана с учетом целей и задач, поставленных в Концепции профильного обучения и в соответствии с обязательным минимумом содержания основных образовательных программ. В программе изложены современные взгляды на проблему выбора профессии и планирования карьеры и даны диагностические и профинформационные материалы, которые должны помочь ребятам в выборе профессии.

Программа составлена в соответствии с правовыми и нормативными документами:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ);
- Федеральный Закон от 01.12.2007 г. № 309 (ред. от 23.07.2013 г.) «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в части изменения и структуры Государственного образовательного стандарта»;
- Областной закон от 14.11.2013 г. № 26-ЗС «Об образовании в Ростовской области»;
- Приказ Минобрнауки России от 05.03.2004 г. № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»;
- Приказ Минобрнауки России от 09.03.2004 г. № 1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 декабря 2015 г. № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 декабря 2015 г. № 1578 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413»;

Федеральный базисный план отводит 34 часа для образовательного изучения психологии в 10 классе из расчёта 1 час в неделю. В соответствии с этим в 2024 – 2025 учебном году в РЖД лицее №21 реализуется программа «Психология профессионального успеха» в объеме 34 часа.

Каждая тема укладывается в один урок. В программе использованы различные типы уроков. В них входит профессиональная диагностика с использованием надежных методик, деловых и ролевых игр, проблемно-поисковых задач, элементов исследовательской и деятельности, контрольные задания. Уроки разработаны на основе традиционной классно-урочной с учетом принципов дифференцированного обучения и модульной организации учебного процесса. Уроки сгруппированы в четыре самостоятельных, но логически связанных блока (модуля) по принципу один модуль - одна четверть. Результаты диагностики могут учитываться при формировании профильных классов. Эффективное преподавание программы предполагает осознание учителем целей урока и его места в учебном процессе, поддержку интереса и активности учащихся, опору на знания и жизненный опыт учащихся, контроль их деятельности.

**Основная идея курса:** профессионал - это человек, которому профессиональная деятельность помогает удовлетворять практически все потребности, от низших до высших (самоуважение, самоактуализация). Профессионализм зависит не от содержания работы, а от квалификации, личностных качеств и мотивации человека. В профессионале все эти факторы гармонично сочетаются. Человек выбирает профессию и карьеру в соответствии со своими убеждениями и ценностями. Основная цель - формирование психологической готовности подростка к профессиональной карьере.

**Цель программы** - сформировать у учащихся реалистичный взгляд на выбор профессии с учетом их возможностей и требований рынка труда.

**Основные задачи курса:** формирование адекватного представления учащихся о своем профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий; ознакомление со спецификой современного рынка труда, правилами выбора и способами получения профессии.

#### **Перечень формируемых знаний и умений:**

Учащиеся должны знать: правила и основные ошибки в выборе профессии; значение профессионального самоопределения; понятие о профессиях и профессиональной деятельности; понятие о мотивах и ценностях профессионального труда; понятие о психологических возможностях личности в связи с выбором профессии; понятие о темпераменте, эмоционально-волевой сфере, интеллектуальных способностях.

Учащиеся должны уметь: выявлять свои способности и профессиональные интересы и соотносить их с требованиями конкретной профессии; составлять личный профессиональный план, формулы профессий; определять соответствие выбранной профессии своим способностям, личностным особенностям и запросам рынка труда, определять типы и подтипы профессий.

### **3. Содержание учебного предмета**

#### **Раздел «Что я знаю о своих возможностях» - 8ч.**

##### Урок 1. Самооценка и уровень притязаний – 1ч.

Цели и задачи курса. Содержание, специфика занятий по выбору профессий. Составление личного профессионального плана и защита проекта «Моя будущая профессия» как итог работы. Самопрезентация, самооценка в профессиональной деятельности. Формула самооценки, уровень притязаний, успех.

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

##### Урок 2. Темперамент и профессия. Определение темперамента- 1ч.

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

Практическая работа. Работа со «словарем профессий».

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

##### Урок 3. 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 4. 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 5. 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 6. 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 7. 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».

#### Урок 8. Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях» - 1ч.

Психологический портрет и психологические особенности. Соответствие представлениям о себе.

Практическая работа. Самоанализ по результатам тестов «Мой психологический портрет», работа с психологическим кроссвордом.

### **Раздел 2 «Что я знаю о профессиях» - 8 ч.**

#### 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. Профессия, специальность, должность. Формула профессий. 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. Обобщение по теме «Что я знаю о профессиях»

Модель будущей профессии. Самоанализ.

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

### **Раздел 3 «Способности и профессиональная пригодность»- 9 ч.**

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

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. Работа со словарем профессий.Анализ предрасположенности к конфликтному поведению, ролевая игра «Конфликт». 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. Обобщение по теме «Способности и профессиональная пригодность. 1 ч

Степень сформированности способностей к практической работе, к интеллектуальной работе, к профессиям социального типа, к офисной работе, к предпринимательству, эстетических способностей. Самоанализ «Мои способности», работа с психологическим кроссвордом.

#### **Раздел 4 «Планирование профессиональной карьеры» – 9 ч.**

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», «Резюме», «Анкета кандидата на должность».

#### 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» - 1ч.

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 32-34. Защита проекта «Моя будущая профессия» - 3ч.

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.



#### 4. Тематическое планирование по программе «Психология и выбор профессии»

Учебная неделя	Тема	Кол-во часов
	<b>Что я знаю о своих возможностях</b>	<b>8</b>
1	Самооценка и уровень притязаний.	1
2	Темперамент и профессия. Определение темперамента.	1
3	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций	1
4	Стресс и тревожность	1
5	Определение типа мышления.	1
6	Внимание и память.	1
7	Уровень внутренней свободы	1
8	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях».	1
<p>Планируемые результаты обучения после изучения 1 раздела:</p> <p>Предметные результаты</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Представление об индивидуальных особенностях самопознания и познания других людей.</li> <li>2. Формирование представления об особенностях применения психологических знаний в разных сферах общественной жизни.</li> </ol> <p>Личностные результаты</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формирование целостного представления о своей личности, на основе результатов диагностик;</li> <li>2. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.</li> </ol> <p>Метапредметные результаты</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;</li> <li>2. Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;</li> </ol>		
	<b>Что я знаю о профессиях.</b>	<b>8</b>
9	Классификации профессий. Признаки профессии.	1
10	Определение типа будущей профессии	1

11	Профессия, специальность, должность. Формула профессии.	1
12	Интересы и склонности в выборе профессии.	1
13	Определение профессионального типа личности.	1
14	Профессионально важные качества	1
15	Профессия и здоровье.	1
16	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях».	1
<p>Планируемые результаты обучения после изучения 2 раздела:</p> <p>Предметные результаты</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Представление о профессиональном самоопределении как части общей культуры человека.</li> <li>2. Понимание роли профессионального самоопределения в жизни и познании человеком самого себя и других людей.</li> <li>3. Представление об индивидуальном профессиональном маршруте.</li> </ol> <p>Личностные результаты</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формирование ответственного отношения к готовности сделать собственный профессиональный выбор.</li> <li>2. Формирование целостного мировоззрения о профессиональном выборе, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;</li> <li>3. Стремление к поиску наиболее эффективных способов учебной деятельности.</li> </ol> <p>Метапредметные результаты</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;</li> <li>2. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;</li> <li>3. Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;</li> </ol>		
	<b>Способности и профессиональная пригодность.</b>	<b>8</b>
17	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.	1
18	Способности к интеллектуальным видам деятельности.	1
19	Способности к профессиям социального типа.	1
20	Способности к офисным видам деятельности.	1
21	Способности к предпринимательской деятельности.	1
22	Артистические способности	1

23	Уровни профессиональной пригодности.	1
24	Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность».	1
<p>Планируемые результаты обучения после изучения 3 раздела:</p> <p>Предметные результаты</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формирование представления о своих способностях.</li> <li>2. Формирование представления об эффективном применении своих способностей в обыденной жизни и планируемой профессиональной деятельности.</li> </ol> <p>Личностные результаты</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.</li> <li>2. Стремление к поиску наиболее эффективных способов развития своих способностей.</li> <li>3. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.</li> </ol> <p>Метапредметные результаты</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Умение соотносить знания о своих способностях с планируемыми результатами деятельности, 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;</li> <li>2. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;</li> <li>3. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;</li> </ol>		
<b>Планирование профессиональной карьеры.</b>		<b>10</b>
25	Мотивы и потребности.	1
26	Ошибки в выборе профессии.	1
27	Современный рынок труда.	1
28	Пути получения профессии.	1
29	Навыки самопрезентации.	1
30	Стратегия выбора профессии.	1

31	Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры».	1
32-34	Защита проекта «Моя будущая профессия».	3
<p>Планируемые результаты обучения после изучения 4 раздела:</p> <p><b>Предметные результаты</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Представление об индивидуальных особенностях самопознания и познания других людей.</li> <li>2. Формирование представления о способах преодоления трудностей, осознание особенностей собственного поведения в трудных жизненных ситуациях</li> <li>3. Формирование представления о применении психологических знаний в разных сферах общественной жизни.</li> </ol> <p><b>Личностные результаты</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;</li> <li>2. Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.</li> <li>3. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.</li> </ol> <p><b>Метапредметные результаты</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;</li> <li>2. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;</li> <li>3. Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;</li> <li>4. Активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач;</li> <li>5. Определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение окружающих.</li> </ol>		
		Всего: 34

#### 4. Календарно-тематическое планирование

Дата план	Дата факт	Тема	Количество о часов	Диагностический материал	Общие понятия	Домашнее задание (форма отчета)
<b>Раздел 1. Что я знаю о своих возможностях</b>						
04.09		Самооценка и уровень притязаний	1		Самооценка, уровень притязаний	Мини-сочинение «Что такое успех?»
11.09		Темперамент и профессия	1	Определение темперамента (Модификация личностного опросника Г.Айзенка)	темперамент	Подобрать профессии к каждому типу темперамента
18.09		Чувства и эмоции. Истоки негативных эмоций.	1	Тест эмоций. (модификация теста Басса-Дарки)	Эмоции, чувства, агрессия, раздражительность, негативизм.	Задания на карточках.
25.09		Стресс и тревожность	1	Методика «Определение уровня тревожности» Тест «Оценка школьных ситуаций	Стресс, тревожность	Описать стрессовую для вас ситуацию
02.10		Определение типа мышления	1	Методика «Определение типа мышления» (модификация)	Продуктивность, любознательность, оригинальность,	Задание на карточках
09.02		Внимание и память	1		Внимание, память	Подобрать рекомендации «Как развивать память», «Как



						развивать внимание»
16.10		Уровень внутренней свободы	1	Определение уровня внутренней свободы (модификация методики УСК)	Свойства нервной системы, уровень внутренней свободы	«Мой психологический портрет»
23.10		Обобщающий. Самостоятельная работа «Мой психологический портрет».	1			
<b>Итого: 8 часов</b>						
<b>Раздел. 2 . Что я знаю о профессиях</b>						
06.11		Классификация профессий. Признаки профессий.	1		Условия, средства. цели, предмет труда, Пирамида Климова.	Ответить на вопросы.
13.11		Определение типа будущей профессии.	1	Определение типа будущей профессии. (методика Е.А.Климова)		Определить тип профессии родителей.
20.11		Профессия, специальность, должность. Формула профессии	1	Модификация методики методики Н.С.Пряжникова)	Профессия, специальность, должность	«Профессия моего будущего»
27.11		Интересы и склонности в выборе профессии	1	Методика «Профиль» (модификация методики «Карта интересов» А.Голомштока)	Интересы, склонности	Задания на карточках
04.12		Определение профессионального типа	1	Определение профессиональног	Реалистический, интеллектуальный,	Подготовиться к самостоятельной

		личности		о типа личности (модификация методики Дж.Голланда)	социальный, офисный, предпринимательский, артистический типы	работе
11.12		Профессионально важные качества	1		ПВК, требования к профессии. Профессиональный отбор.	Задания на карточках.
18.12		Профессия и здоровье.	1	Анкетирование «Моё здоровье»	Здоровье психологические, физическое	Составить рекомендации «Десять шагов на пути к здоровью»
25.12		Обобщающий. Самостоятельная работа «Моя будущая профессия»	1			
<b>Итого: 8 часов</b>						
<b>Раздел 3. Способности и профессиональная пригодность</b>						
15.01		Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности	1	Определение технических способностей	способности	Тест Беннета на механическую понятливость
22.01		Способности к интеллектуальным видам деятельности	1	Тест умственного развития (модификация Школьного теста умственного развития)	интеллект	Тест умственного развития (модификация Школьного теста умственного развития)
29.01		Способности к профессиям социального типа	1	Поведение в конflikте. Тест Томаса	Профессиональные качества, конфликтология	Поведение в конflikте. Тест Томаса
05.02		Способности к офисным	1	Тест	Профессиональные	Тест

		видам деятельности		«Интеллектуальная лабильность» (модификация)	качества	«Интеллектуальная лабильность» (модификация)
12.02		Способности к предпринимательской деятельности	1	«Я-руководитель»	Профессиональные качества	Задание на карточках
19.02		Артистические способности	1	«Мыслитель или художник»	Способности: артистические, литературные, музыкальные, художественные, креативность.	Мини-сочинение «Моя творческая удача».
26.02		Уровни профессиональной пригодности.	1		Проф. пригодность/непригодность, соответствие профессии, призвание.	Задание на карточках.
05.03		Обобщающий Самостоятельная работа «Мои способности».	1			
<b>Итого: 8 часов</b>						
<b>Раздел 4. Планирование профессиональной карьеры.</b>						
12.03		Мотивы и потребности	1	Определение мотивации (автор Е. Головаха)	Мотивация, потребности, ценности	Иерархия потребностей.
19.03		Ошибки выборе профессии.	1			Анализ отрывка из «Записных книжек» А.Чехова.
02.04		Современный рынок труда	1		Рынок труда, работодатель, спрос, динамика, наем на работу.	Анализ городского рынка труда.
09.04		Пути получения профессии	1	Матрица	Образовательная	Построить свою

				профессиональног о выбора	траектория. Профессиональное образования. Среднее специальное образование. Высшее образование.	образовательную траекторию.
16.04		Навыки самопрезентации	1		Презентация, самопрезентация, резюме.	Подготовить самопрезентаци ю
23.04		Стратегия выбора профессии.	1		Хочу, могу, надо – слагаемые правильного выбора.	Подготовиться к контрольной работе.
30.04		Контрольная работа	1			Проект «Моя будущая профессия»
07.05 14.05 21.05		Защита проектов «Моя будущая профессия»	3			
						<b>Итого: 10 часов.</b>
						<b>Всего: 34 часа.</b>

## 5. Планируемые результаты освоения учебного предмета и система их оценки

Личностные результаты:

- формирование позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки;
- формирование мотива самопознания и саморазвития;
- осознание себя и своего места в жизни.

Метапредметные результаты:

- наличие позитивного образа Я: абсолютное принятие человеком самого себя при достаточно полном знании самого себя;
- развитие умения сделать выбор и готовности нести за него ответственность на основе внутренней позиции взрослого человека.
- формирование личностного самоопределения: наличие внутренней позиции взрослого человека, которая проявляется в осознании себя как члена общества и в понимании необходимости самому принимать решения относительно своего будущего.

Предметные результаты:

- устойчивый интерес к предмету «Психология»;
- знание объективных психологических законов;
- освоение важных для подросткового возраста психологических понятий;
- освоение методов и приемов познания себя;
- адекватное представление обучающихся о своем профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий;
- ознакомление со спецификой современного рынка труда, правилами выбора и способами получения профессии.

Результатами изучения учащимися данной программы являются:

- критерии факта (что, в каком объеме и на каком уровне усвоено из предъявленного материала);
- критерии деятельности (как и в каком объеме применяются учеником полученные знания в реальной жизни);
- формы текущего контроля могут быть вариативными, включая: анкетирование, тестирование, анализ продуктов деятельности.

## Рекомендуемая литература

1. Белухин Д.А. Куда идешь? М., 2002.
2. Веллер М.И. Все о жизни, М. 2001.
3. Волкова Т.Р., Мишин А.В. Секреты поиска работы. М., 2003.
4. Дружинин В.Н. Варианты жизни. М., 2000.
5. Климов Е.А., Психолого-педагогические проблемы профессиональной консультации, М., 1983.
6. Климов Е.А. Как выбирать профессию. М., 1991.
7. Митина Л.М. Психология развития конкурентоспособной личности. М.; Воронеж, 2003.
8. Орлов Ю.М. Самопознание и самовоспитание характера. М., 1991.
9. Прихожан А.М., Психология неудачника, М., 1995.
10. Прощицкая Е.Н. Выбирайте профессию. М., 1991.
11. Пряжников Н.С. Психологический смысл труда. М.; Воронеж, 1997.
12. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии, или Путеводитель выпускника. М., 2005.
13. Резапкина Г.В., Отбор в профильные классы, М., 2005.
14. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. – М.: Генезис, 2006.
15. Самопознание и выбор профессии / И.А. Волошина и др. М., 2001.
16. Снайдер Д. Практическая психология для подростков, или Как найти свое место в жизни. М., 2000.
17. Фопель К., На пороге взрослой жизни: Психологическая работа с подростковыми и юношескими проблемами, М., Генезис, 2008.
- 18.
19. Чистякова С.Н. Технология профессионального успеха. М., 2003.
20. Энциклопедический справочник 2000 профессий. Минск, 1986.
21. Яровицкий В. Моя первая книга по психологии. М., 2000.