



## Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Психология выбора профессии» разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ в действующей редакции;
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (ФГОС СОО), утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 в действующей редакции;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020 № 28;
- Устав школы-интерната.

**Цель:** формирование у обучающихся самосознания, социального мышления и способности к успешной социализации в обществе.

### Задачи:

- 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.

Класс	Количество часов в неделю, на уровень	Формы работы	Формы промежуточной аттестации
11	1/34	занятие	Тест
	Итого: <b>34</b>		

## Планируемые результаты

### Личностные:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии;
- уважительное отношение к иному мнению, готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания, понимание чувств других людей и сопереживания им;
- компетентность в решении моральных проблем на основе личного выбора, осознанное отношение к собственным поступкам;
- овладения навыками сотрудничества с педагогами и сверстниками

### Метапредметные:

#### Регулятивные УУД

- овладение лидерскими качествами, позволяющими саморегулировать эмоциональными реакциями;
- научиться изменять собственную поведенческую линию в зависимости от жизненной ситуации;
- управление самим собой для снижения стрессового риска;
- использовать уникальные качества и особенности своей личности, которые даны природой;
- использовать методы определения сильных сторон собственной личности.

### *Коммуникативные УУД:*

- применять систему методов и приемов, позволяющих быть уверенным в себе, настаивать на своем и добиваться своих целей в любых обстоятельствах;
- реализовывать качественные черты лидера «нового поколения», способного преодолеть основные препятствия, стоящие на пути лидерского роста;
- использовать основы личностной психологии для преодоления внутренних барьеров и природных комплексов с целью успешного развития лидерских качеств.

### *Познавательные УУД:*

- Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы.
- Перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать

## **Содержание**

### **Что я знаю о своих возможностях.**

Цели и задачи программы «Психология и выбор профессии». Самопрезентация. Самооценка. Успех. Уровень притязаний. Темперамент и свойства нервной системы. Темперамент и выбор профессии. Чувства и эмоции. Три основных типа агрессивного поведения. Виды стресса. Черты характера, провоцирующие конфликт. Черты характера, препятствующие конфликту. Основные черты, присущие мышлению талантливых людей. Типы мышления. Как развивать мышление. Внимание. Свойства внимания. Память, её виды. Как тренировать память. Уровень внутренней свободы. Психологические особенности людей. Психологический кроссворд.

### **Что я знаю о профессиях.**

Классификации профессий. Признаки профессии. Классификация профессий Е. А. Климова. Формула профессии. Профессия, специальность, должность. Цели труда, предмет труда, средства труда, условия труда. Интересы и склонности в выборе профессии. Профессионально важные качества. Профессия и здоровье.

### **Способности и профессиональная пригодность**

Способности общие и специальные. Способности человека к разным видам деятельности. Уровни профессиональной пригодности. Профессиональная непригодность к конкретной профессии. Профессиональная пригодность к конкретной профессии или группе профессий.

### **Планирование профессиональной карьеры**

Мотивы и потребности. Мотивы трудовой деятельности человека. Мотивация. Ошибки в выборе профессии. Современный рынок труда. Трудовое соглашение. Заработная плата. Рыночное равновесие. Пути получения профессии. «Матрица профессионального выбора». Навыки самопрезентации. Стратегия выбора профессии. Цели при планировании профессиональной карьеры. Защита проекта «Моя будущая профессия»

## Тематическое планирование

Наименование раздела (модуля, темы)	Количество часов
Воспитай в себе личность	8 ч
Что я знаю о профессиях	8.ч
Способности и профессиональная пригодность.	8ч
Планирование профессиональной карьеры	10ч

## Календарно-тематическое планирование

№ занятия по порядку	Название темы занятия, (лабораторной, практической работы)	Дата	
		план 11а,11б	факт (с примечанием) 11а,11б
<b>. Воспитай в себе личность_ (8 ч)</b>			
1	Самооценка и уровень притязаний. Отношение к себе и самоуважение.	<b>07.09,09.09</b>	
2	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.	<b>16.09,18.09</b>	
3	Формирование отношения к будущему, как планировать свое время	<b>21.09,26.09</b>	
4	Как управлять своими чувствами, что такое стрессоустойчивость.	<b>28.09,30.10</b>	
5	Определения типа мышления.	<b>12.10,14.10</b>	
6	Внимание и память. Как учиться легче и эффективнее	<b>19.10,21.10</b>	
7	умение отвечать за свой выбор с удовольствием	<b>26.10,28.10</b>	
8	Обобщающее занятие по теме «Воспитай в себе личность».	<b>02.11,04.11</b>	
<b>Что я знаю о профессиях (8ч)</b>			
9	Близкий человек - это... Понятие в психологии, как найти и определить	<b>09.11,11.11</b>	
10	Как достичь взаимопонимания с родителями	<b>23.11,25.11</b>	
11	Умение строить и сохранять отношения с близкими людьми	<b>30.11,02.12</b>	
12	Способы приходить к согласию и договариваться	<b>07.12,09.12</b>	
13	Умение формулировать свои чувства	<b>14.12,16.12</b>	
14	Умение принимать разные точки зрения	<b>21.12,23.12</b>	
15	Способность уважительного отношения к близким	<b>28.12,30.12</b>	
16	Обобщающее занятие по теме «Я и близкие».	<b>11.01,13.01</b>	

<b>Способности и профессиональная пригодность(8ч)</b>			
17	Определение кто такие « чужие люди»	<b>18.01,20.01</b>	
18	Основные значения слов «свой» и «чужой»	<b>25.01,27.01</b>	
19	Психология межгрупповых отношений: категории «свой» и «чужие»	<b>25.01,12.02</b>	
20	Психология виртуальных отношений	<b>01.02,03.02</b>	
21	Умение прекратить ненужные отношения	<b>08.02,10.02</b>	
22	Умение сказать "нет", когда это необходимо	<b>15.02,17.02</b>	
23	Умение выйти из-под влияния общественного мнения, когда это мешает	<b>01.03,03.03</b>	
24	Обобщающее занятие по теме «Я и чужие.».	<b>10.03,15.03</b>	
<b>Планирование профессиональной карьеры(10ч)</b>			
25	Умение создавать о себе хорошее впечатление	<b>17.03,22.03</b>	
26	Как вести себя в конфликтных ситуациях	<b>24.03,29.03</b>	
27	Конфликты и их разрешение	<b>31.03,05.04</b>	
28	Умение доносить свою точку зрения до окружающих.	<b>07.04,19.04</b>	
29	Умение работать в группе и выбирать наиболее интересные для себя роли	<b>21.04,26.04</b>	
30	Умение находить нужные сведения, отличать правду от домыслов.	<b>28.04,05.05</b>	
31	Анализ информации.	<b>10.05,12.05</b>	
32	Дружба и хорошие отношения	<b>17.05,19.05</b>	
33	Внимание к людям. Как быть приятным человеком. Тестирование	<b>24.05,26.05</b>	
34	Зачёт		