

**Департамент социальной политики Администрации города Кургана  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Кургана  
«Средняя общеобразовательная школа № 11»**

**РАССМОТРЕНО:**

на педагогическом совете

Протокол № 1 от 31.08.2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО:**

Директор МБОУ «СОШ № 11»

\_\_\_\_\_ В.Н. Быкова

Приказ № 325 от 01.09.2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**факультативного курса «Твоя профессиональная карьера»**

для обучающихся 8-х классов

Составитель: Фотеева Юлия Владимировна,  
педагог-психолог

**город Курган 2023**

## Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Твоя профессиональная карьера» для уровня основного среднего образования разработана на основе:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N-273 ФЗ в действующей редакции;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 № 1897) в действующей редакции;
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
- Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07 декабря 2018 г., протокол № 3).
- Положения о рабочей программе учителя, работающего по Федеральному государственному образовательному стандарту основного общего образования МБОУ г. Кургана «СОШ №11».
- Авторской программы 8 классы «Твоя профессиональная карьера».
- Реализация данной рабочей программы предусмотрена с использованием учебников:
  1. Литература для подростков и их родителей. Дмитриева К.А. Выбор профессии. – М.: Просвещение, 2017;
  2. Фадель Ч., Бялик М., Триллинг Б. Четырехмерное образование: компетенции, необходимые для успеха. – М.: Издательская группа «Точка», 2018.;
  3. Литература для специалистов. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие. – М.: Генезис, 2017;
  4. Андреева, И. Тренируем память / И. Андреева. - М.: Современная школа (Букмастер), Интерпрессервис, 2016. - 369 с;
  5. Бондарович, А. Развитие памяти и внимания / А. Бондарович. - м.: аст, 2019. - 638 с;

6. Молчанова, О. Н. Психология самооценки : учебное пособие для вузов / О. Н. Молчанова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 308 с.

### **Место предмета в учебном плане**

Изменяющаяся структура экономики России влечет за собой и изменение состава профессий. Многие из них отмирают, возникают новые, расширяются функции существующих. Все большее место в обществе занимает сфера услуг, индивидуализируется стиль жизни и труда, усиливается взаимосвязь между обществом и личностью.

В жизни каждого человека наступает момент, когда приходится решать, где продолжить образование или куда пойти работать, т. е. практически выбрать профессию, свой жизненный путь. Это совсем не простая задача, не хватает знаний о самих профессиях, тех требованиях, которые они предъявляют к личности работающего, и самое главное, не хватает знаний о собственной личности, своих склонностях, способностях, характере и т. д..

Для того, чтобы восполнить этот пробел и предназначен этот курс.

Курс рассчитан на 34 часа и состоит из двух частей –теоретической и практической. Теоретическая включает изучение «образ «Я», практическая работа с тестами.

#### **Цели курса:**

- актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся за счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, мире профессионального труда.
- развить у учащихся способности к профессиональной адаптации в современных социально-экономических условиях.

#### **Задачи курса:**

- повысить уровень психологической компетентности 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;
- обеспечить возможность соотносить свои склонности и способности с требованиями профессиональной деятельности.

## Планируемые личностные результаты освоения ООП

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к себе, к своему здоровью, к познанию себя:

- ориентация обучающихся на достижение личного счастья, реализацию позитивных жизненных перспектив, инициативность, креативность, готовность и способность к личностному самоопределению, способность ставить цели и строить жизненные планы;

- готовность и способность обеспечить себе и своим близким достойную жизнь в процессе самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

- готовность и способность обучающихся к отстаиванию личного достоинства, собственного мнения, готовность и способность вырабатывать собственную позицию по отношению к общественно-политическим событиям прошлого и настоящего на основе осознания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самовоспитанию в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества, потребность в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

- принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, бережное, ответственное и компетентное отношение к собственному физическому и психологическому здоровью;

- неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к России как к Родине (Отечеству):

- российская идентичность, способность к осознанию российской идентичности в поликультурном социуме, чувство причастности к историко-культурной общности русского народа и судьбе России, патриотизм, готовность к служению Отечеству, его защите;

- уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение к государственным символам (герб, флаг, гимн);

- формирование уважения к русскому языку как государственному языку Российской Федерации, являющемуся основой российской идентичности и главным фактором национального самоопределения;

- воспитание уважения к культуре, языкам, традициям и обычаям народов, проживающих в Российской Федерации.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к закону, государству и к гражданскому обществу:

- гражданственность, гражданская позиция активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок,

осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности, готового к участию в общественной жизни;

- признание неотчуждаемости основных прав и свобод человека, которые принадлежат каждому от рождения, готовность к осуществлению собственных прав и свобод без нарушения прав и свобод других лиц, готовность отстаивать собственные права и свободы человека и гражданина согласно общепризнанным принципам и нормам международного права и в соответствии с Конституцией Российской Федерации, правовая и политическая грамотность;

- мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики, основанное на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;

- интериоризация ценностей демократии и социальной солидарности, готовность к договорному регулированию отношений в группе или социальной организации;

- готовность обучающихся к конструктивному участию в принятии решений, затрагивающих их права и интересы, в том числе в различных формах общественной самоорганизации, самоуправления, общественно значимой деятельности;

- приверженность идеям интернационализма, дружбы, равенства, взаимопомощи народов; воспитание уважительного отношения к национальному дост

- оинству людей, их чувствам, религиозным убеждениям;

- готовность обучающихся противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии; коррупции; дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся с окружающими людьми:

- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей, толерантного сознания и поведения в поликультурном мире, готовности и способности вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;

- принятие гуманистических ценностей, осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению;

- способность к сопереживанию и формирование позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам; бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью других людей, умение оказывать первую помощь;

- формирование выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра, нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей и нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);

- развитие компетенций сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к окружающему миру, живой природе, художественной культуре:

- мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки, значимости науки, готовность к научно-техническому творчеству, владение достоверной информацией о передовых достижениях и открытиях мировой и отечественной науки, заинтересованность в научных знаниях об устройстве мира и общества;

- готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

- экологическая культура, бережное отношения к родной земле, природным богатствам России и мира; понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, ответственность за состояние природных ресурсов; умения и навыки разумного природопользования, нетерпимое отношение к действиям, приносящим вред экологии; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;

- эстетическое отношения к миру, готовность к эстетическому обустройству собственного быта.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к семье и родителям, в том числе подготовка к семейной жизни:

- ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни;

- положительный образ семьи, родительства (отцовства и материнства), интериоризация традиционных семейных ценностей.

Личностные результаты в сфере отношения обучающихся к труду, в сфере социально-экономических отношений:

- уважение ко всем формам собственности, готовность к защите своей собственности,

- осознанный выбор будущей профессии как путь и способ реализации собственных жизненных планов;

- готовность обучающихся к трудовой профессиональной деятельности как к возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

- потребность трудиться, уважение к труду и людям труда, трудовым достижениям, добросовестное, ответственное и творческое отношение к разным видам трудовой деятельности;
- готовность к самообслуживанию, включая обучение и выполнение домашних обязанностей.

Личностные результаты в сфере физического, психологического, социального и академического благополучия обучающихся:

- физическое, эмоционально-психологическое, социальное благополучие обучающихся в жизни образовательной организации, ощущение детьми безопасности и психологического комфорта, информационной безопасности.

### **Планируемые метапредметные результаты освоения ООП**

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы представлены тремя группами универсальных учебных действий (УУД).

#### **1. Регулятивные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

- самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;
- оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;
- выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты;
- организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;
- сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

#### **2. Познавательные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

- искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи;
- критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;

- использовать различные модельно-схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках;
- находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;
- выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;
- выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;
- менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

### 3. Коммуникативные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;
- при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);
- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;
- развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;
- распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

### **Планируемые предметные результаты освоения ООП**

В результате изучения учебного предмета «Твоя профессиональная карьера» на уровне среднего общего образования

Выпускник на базовом уровне научится:

- выявлять ограниченность ресурсов по отношению к потребностям;
- различать типы экономических систем;
- анализировать и планировать структуру семейного бюджета собственной семьи;
- принимать рациональные решения в условиях относительной ограниченности доступных ресурсов;
- выявлять закономерности и взаимосвязь спроса и предложения;
- выявлять общественно-полезные блага в собственном окружении;



- осознание роли техники и технологий для прогрессивного развития общества;
- формирование целостного представления о техносфере, сущности технологической культуры и культуры труда;
- уяснение социальных и экологических последствий развития технологий промышленного и сельскохозяйственного производства, энергетики и транспорта;
- овладение методами учебно-исследовательской и проектной деятельности, решения творческих задач, моделирования, конструирования и эстетического оформления изделий, обеспечения сохранности продуктов труда;
- овладение средствами и формами графического отображения объектов или процессов, правилами выполнения графической документации;
- формирование умений устанавливать взаимосвязь знаний по разным учебным предметам для решения прикладных учебных задач;
- развитие умений применять технологии представления, преобразования использования информации, оценивать возможности и применения средств и инструментов ИКТ в современном производстве или сфере обслуживания;
- формирование представлений о мире профессий, связанных с изучаемыми технологиями, их востребованности на рынке труда.

## Содержание учебного предмета

### Занятие № 1

Тема: Цели и задачи курса «Твоя профессиональная карьера»  
Беседа о важности правильности профессионального выбора.  
Лист выбора профессии.

### Занятие №2

Тема: Типы профессий  
Проверка знаний учащихся о классификации профессий.  
Рассказ о классификации профессий по предмету труда. Обзор пяти типов профессий.

### Занятие №3.

Тема: Классы, группы, отделы профессий.  
Классификация профессий по цели, средствам и условиям труда.  
Классы профессий.  
Отделы профессий.  
Группы профессий.

### Занятие 4.

Тема: Секреты выбора профессии: "Хочу – могу - надо"  
Что такое личный профессиональный план?  
Какие чаще всего встречаются ошибки при выборе профессии?

### Занятие № 5

Тема: Здоровье и выбор профессии. Требования профессии к человеку.  
Учет состояния здоровья при выборе профессии. Неблагоприятные производственные факторы. Охрана труда.  
Требования профессии к человеку.

### Занятие № 6-7

Тема: Внутренний мир человека и его познание. Интересы склонности, способности.  
Понятие интересов, склонностей, способностей.  
Анкета интересов.

### Занятие №8

Тема: Организаторские и коммуникативные способности.  
Анкетирование учащихся.

### Занятие №9-10.

Тема: Межличностные отношения.  
Анкетирование.  
Построение циклограммы.

Занятие № 11-13

Тема : Определение социотипа.

Тест Шнейдермана.

Определение социотипа, психотипа, характеристика типа.

Занятие № 14

Тема: Личностная направленность. Потребность в достижении.

Личностная направленность.

Занятие № 15

Тема: Волевые качества личности

Анкетирование. Диагностика волевых черт личности (по методу Хохлова)

Занятие № 16

Тема: Темперамент в профессиональном становлении личности.

Анкетирование. Темперамент

Занятие №17-18

Тема: Память. Ее виды. Развитие.

Анкетирование по видам памяти.

Методика «Оперативная память».

Методика « Долговременная память

Занятие №19

Тема: Внимание. Концентрация . Переключение.

Работа по таблицам.

Переключение внимания

Распределение внимания

Занятие №20

Тема: Мышление. Координация движений.

Занятие №21

Тема: Самооценка.

Анкетирование.

Занятия № 22-25

Тема: Интеллект.

Тестирование

Проверка тестов.

Занятие № 26

Тема: Пути получения профессии.

Профессиональные училища. Типы, условия приема и обучения.

Средние специальные учебные заведения. . Типы, условия приема и обучения.

Высшие учебные заведения. . Типы, условия приема и обучения.

Занятия № 27-33

Тема: Профессиограмма. Профессиональный план.

Занятие №34

Тема: Итоговое занятие.

Профессиональная консультация.