

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЗАВЬЯЛОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1
ЗАВЬЯЛОВСКОГО РАЙОНА»

«Принято» на заседании педагогического совета Протокол № 1 От «30» 08 2022г.	«Согласовано» заместитель директора по УВР <i>Л.Н. Зимакина</i> Л.Н. «30» 08 2022 г	«Утверждено» Директор <i>В.Д. Ремпель</i> приказ № <i>38</i> от «30» 08 2022 г.
--	---	--



Программа факультативного курса для учащихся 5-х классов
«Психология и выбор профессии»
(на 2022-2026 г.г.)
34 часа
(1 час в неделю)

Составитель: *Колomoец Алла Борисовна,*
педагог-психолог
высшей квалификационной категории

2022г.

Пояснительная записка

Преподавание курса по изучению личности школьников представляется актуальной и важной задачей образования. Психологическая культура, толерантность, позитивное отношение к себе и другим, способность к рефлексии и саморазвитию, умение строить свои отношения с людьми, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом - все это относится к необходимым компонентам личности гражданина демократического общества. Социально-психологическая и личностная зрелость человека характеризуется способом решения жизненных противоречий и проявляется в умении соединять свои индивидуальные особенности, статусные, возрастные возможности, собственные притязания с требованиями общества, окружающих. Помощь в формировании индивидуальной "стратегии жизни" учеников является главной ценностью курса по познанию себя и окружающих. Чтобы научиться жить соответственно своим возможностям, способностям, характеру, необходимо знание, понимание самого себя. Свободная атмосфера творческого поиска ответов на вечные вопросы о смысле человеческого бытия, понимания себя и своего места в мире отвечает возрастным особенностям и актуальным потребностям школьного возраста. Их реализации способствуют занятия по программе факультативного курса «Психология и выбор профессии». Программа составлена для работы с учащимися 5-х классов на основе программ: предпрофильной подготовки «Психология и выбор профессии» Г. Резапкиной; "Тропинка к своему Я: уроки психологии в средней школе (5-6 классы) О. В. Хухлаевой.

Цель программы:

Создание условий для развития у школьников способностей адекватного и наиболее полного самопознания и познания других людей.

Задачи:

- Формировать стремление к самопознанию, погружению в свой внутренний мир и ориентации в нем.
- Расширять знания школьников о чувствах и эмоциях, развитие способности без оценочного их принятия, формирование умения управлять выражением своих чувств и эмоциональных реакций.
- Формировать навыки общения, умение слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению и пониманию других людей.
- Способствовать осознанию своей жизненной перспективы, жизненных целей, путей и способов их достижения.
- Сформировать учебно-познавательные мотивы, развить их интеллектуальные и творческие возможности;

- Расширить представления школьников о мире профессий.

Формы проведения занятий: групповая.

Принципы программы:

- 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.

Механизм реализации программы

Занятия являются тематическими и определены структурой проведения, частота проведения 1 час в неделю в объеме 34 часа в год.

Формы, методы работы:

- индивидуальные и групповые беседы,
- анкетирование,
- диагностические процедуры,
- ролевые и профориентационные игры,
- тренинг,
- развивающее занятие,
- консультирование (групповое, индивидуальное).

В ходе занятий реализуются четыре функции:

- диагностическая;
- конструирующая;
- рефлексивная;
- развивающая.

План занятий:

- ориентировка и подготовка учащихся;
- разминка;

- структурированные упражнения;
- резюме занятия.

Цели и задачи достигаются через средства и методы обучения:

Рассказ, беседа, иллюстрации, психологические игры, тренинги, информационно-коммуникативные технологии, групповая работа, практическая работа, индивидуальный подход к ребенку, тесты, опросники.

В результате изучения данного факультативного курса дети:

- Овладеют определенными психологическими знаниями;
- Овладеют приемами конструктивного взаимодействия;
- Умеют правильно управлять своими эмоциональными реакциями;
- Совершенствуют навыки общения;

Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Содержание	Кол-во часов
1.	Кто я? Какой я?	Получение необходимой информации о самооценке учащихся. Формирование у участников установки на саморазвитие в рамках занятий по профопределению.	1
2.	Темперамент и профессия. Определение темперамента.	Определение понятия темперамент. Виды темперамента. Задание на определение темперамента. Формирование теоретических представлений о характере и темпераменте.	1
3.	Виды общения.	Рассмотреть различные виды общения и варианты их использования.	1
4.	Гибкость. (Учимся понимать себя и других).	Дать понятие о гибкости в общении и потренировать ее на практике; обозначить взаимосвязь внешних проявлений с внутренним состоянием человека как предпосылки конгруэнтности или неконгруэнтности.	1
5-6.	Знаки внимания при общении.	Ознакомить с понятием о знаках внимания в процессе коммуникации, освоить навыки пассивного и активного слушания.	2
7.	Как научиться общаться лучше.	Повысить коммуникативный уровень учащихся.	1
8.	Качества, важные для межличностного общения.	Определить качества, важные для процесса общения.	1
9-10.	Чувства и эмоции. Истоки негативных эмоций	Получение необходимой информации о чувствах и эмоциях. Упражнения на распознавание чувств.	2
11.	Внимание и память.	Что такое память и внимание. Виды памяти и внимания. Как можно развить память и	1

		внимание.	
12-13.	Конфликт.	Получить понятие о конфликте, его происхождении, развитии и путях разрешения.	2
14.	Что я знаю о своих возможностях?	Повторение изученного.	1
15.	Мои права и права других людей.	Получить понятие о правах личности как основы адекватного взаимодействия с окружающими.	1
16.	Классификации профессий. Признаки профессии.	Деятельность, направленная на пользу обществу, деятельность, требующая профессионального обучения, деятельность, выполняемая за определенное вознаграждение (зарплату).	1
17.	Формула профессии. Профессия, специальность, должность.	Деятельность, направленная на пользу обществу, деятельность, требующая профессионального обучения, деятельность, выполняемая за определенное вознаграждение (зарплату).	1
18.	Определение типа будущей профессии.	Учитель называет предмет труда, а учащиеся по очереди называют профессии, относящиеся к этой группе. Профессии можно записывать на доске. После каждой названной профессии учитель считает до трех или ударяет в ладоши, ожидая названия очередной профессии.	1
19.	Интересы и склонности в выборе профессии.	Интересы различаются по содержанию (литература, музыка, техника, животные, цветы, компьютеры, спорт и т. д.), по глубине, по длительности. Способность проявлять интерес связана с особенностями темперамента человека: у меланхоликов и флегматиков интересы более устойчивые и глубокие. Зато у холериков и сангвиников интересы шире.	1
20.	Профессионально важные качества.	Любая профессиональная деятельность отбирает людей, обладающих набором черт качеств, необходимых для успешности этой деятельности. Эти качества называются профессионально важными.	1
21.	Профессия и здоровье.	Потребность в труде для нормального человека так же естественна, как потребность в питании и отдыхе. Непосильная работа или безделье так же вредны для здоровья, как избыток или дефицит сна и пищи. Болезнь может спровоцировать и нелюбимая работа.	1
22.	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях»	Обобщающий урок по основным понятиям.	1

23.	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.	Каждый человек от рождения имеет особенности строения тела, органов чувств и мозга. Эти особенности еще называют “задатками”, то есть заранее данными от природы качествами. К задаткам относят силу, уравновешенность и подвижность нервных процессов, скорость и точность реакции, врожденные особенности зрения и слуха. Хорошая память, внимание, ум одним даны от природы, другие развивают их упражнениями. Задатки — это наши возможности, которые в благоприятных условиях могут вырасти в способности, а могут погибнуть, как семена, упавшие на каменистую почву.	1
24.	Способности к интеллектуальным видам деятельности.	Высокий уровень общего умственного развития является условием успешной профессиональной деятельности учителя, врача, юриста, психолога, инженера, экономиста, программиста и др. Определяется он как природными задатками и наследственностью человека, так и его жизненным опытом, образованием, воспитанием и чертами характера.	1
25.	Способности к профессиям социального типа.	Люди, успешные в профессиях социального типа, уважают и ценят людей: учеников и студентов, клиентов и пациентов, пассажиров и покупателей, испытывают повышенное чувство ответственности за свою работу.	1
26.	Способности к офисным видам деятельности.	Люди, относящиеся к офисному типу, отличаются аккуратностью, потребностью систематизировать и классифицировать информацию и предметы материального мира. Без таких людей жизнь превратилась бы в хаос. Успешная профессиональная деятельность людей, относящихся к этому типу, определяется их интеллектуальными и личностными особенностями. Наличие этих способностей у себя вы можете определить с помощью следующего задания.	1
27.	Способность к предпринимательской деятельности.	Интересы и склонности в выборе профессии. Появление интереса к какому-либо занятию, его развитие и поддержка. Важно ли совпадение интересов ребенка с его будущей профессией.	1
28.	Мотивы и потребности.	Профессиональное будущее. Секреты выбора профессии. Способности и желание в выборе профессии. Способности. Успешность. Талант «+» и «-» талантливости.	1

29.	Ошибки в выборе профессии.	Типичные ошибки при выборе профессии. Незнание мира профессий и себя. Незнание правил выбора профессии.	1
30.	Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры».	Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры»	1
31.	Поддержка.	Показать важность проявления искреннего благожелательного отношения к собеседнику для успешности коммуникативного процесса.	1
32.	Позиции в общении.	Ознакомить учащихся с позициями общения, научить распознавать их в повседневных ситуациях, моделировать ситуации общения с различных позиций и выбирать оптимальную для данной ситуации.	1
33.	Психологические особенности публичного выступления.	Выделить важные для публичного выступления факторы.	1
34.	Заключительный урок-конференция «Моя будущая профессия».	Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры».	
И Т О Г О			34

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:

1. Резапкина, Г. "Правильный выбор профессии": система классных часов для уч-ся 5-9 классов // Спутник классного руководителя – 2011г.
2. Резапкина, Г. В. Акцентуация и выбор профессии // Школьные технологии- 2011г.
3. О. В. Хухлаева, "Тропинка к своему Я: уроки психологии в средней школе (5-6 классы)", Издательство: Генезис, 2005 г.
4. О. В. Хухлаева, "Тропинка к своему Я: уроки психологии в средней школе (7-8 классы)", Издательство: Генезис, 2005 г.