Рабочая программа по курсу «Профнавигация» разработана на основе программы Г.В. Резапкиной «Психология и выбор профессии»

Согласно плану МБОУ Захаровской СОШ на реализацию этой программы отводится 1 час в неделю, 34 часа в год.

Рабочая программа реализуется через УМК:

1. Резапкина Г. В. Психология и выбор профессии. Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов, Москва 2005 год.

2. Резапкина Г. В. Психология и выбор профессии Рабочая тетрадь для учащихся

**РАЗДЕЛ 1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

**Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения конкретного учебного предмета, курса**

**В сфере личностных УУД у обучающихся будут сформированы:**

- представления о своих возможностях;

- представления о своём характере, своих достоинствах и недостатках;

- представления об особенностях своего мышления, внимания и памяти;

- представления об источниках стресса в нашей жизни, о его влиянии на нас;

- представления о различных профессиях, относящихся к определённому типу

- привлекательных и непривлекательных сторонах любой профессии

- представления «о профессиональной пригодности»

- представления «о личном профессиональном плане»

**Обучающийся получит возможность для формирования:**

* знания и представления о требованиях современного общества к профессиональной деятельности человека, о психологических основах принятия решения в целом и выборе профессии в частности.
* умение объективно оценивать свои индивидуальные возможности в соответствии с избираемой деятельностью, ставить цели и планировать действия для их достижения, выполнять творческие упражнения, позволяющие приобрести соответствующий практический опыт

**Метапредметные умения и навыки:**

**Обучающиеся научатся:**

- адекватно оценивать себя;

- адекватно реагировать на собственные эмоции;

- навыкам социально приемлемого поведения;

- примерять к своим интересам и склонностям отрасли промышленности

**Обучающиеся получат возможность научится:**

- избегать ошибки в выборе профессии и их последствие

- осмысливать характеристики некоторых профессий и соотносить

их со своими возможностями

- выбирать адекватные целям методы сбора первичной информации

В **сфере развития познавательных УУД обучающиеся научатся:**

-выбирать наиболее эффективные способы решения задач в зависимости от конкретных условий;

**Обучающиеся получат возможность научится:**

-правильно составлять личный профессиональный план

**В сфере коммуникативных УУД обучающиеся научаться:**

-учитывать позицию собеседника (партнера);

**Обучающиеся получат возможность научится:**

-организовать и осуществить сотрудничество и кооперацию со взрослыми и сверстниками.

**В сфере регулятивных УУД обучающиеся научаться:**

-овладевать многими типами учебных действий, включая способность принимать и сохранять учебную цель и задачу, планировать ее реализацию, в том числе во внутреннем плане.

**Обучающиеся получат возможность научится:**

-контролировать и оценивать свои действия, вносить соответствующие коррективы в их выполнение

**РАЗДЕЛ 2. Содержание курса внеурочной деятельности**

[**Что я знаю о своих возможностях**](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=21) **(9 часов)**

[1 урок. Самооценка и уровень притязаний.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2101#ur)

[2 урок. Темперамент и профессия. Определение темперамента.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2102#ur)

[3 урок. Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2103#ur)

[4 урок. Что такое стресс.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2104#ur)

[5 урок. Определения типа мышления.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2105#ur)

[6 урок. Внимание и память.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2106#ur)

[7 урок. Уровень внутренней свободы.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2107#ur)

8 урок. Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях».

9 урок. Семинар «Влияние психологических характеристик на выбор профессии».

[**Что я знаю о профессиях**](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=22) **(9 часов)**

[10 урок. Классификации профессий. Признаки профессии.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2209#ur)

[11 урок. Формула профессии. Профессия, специальность, должность.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2210#ur)

[12 урок. Определение типа будущей профессии.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2211#ur)

[13 урок. Интересы и склонности в выборе профессии.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2212#ur)

[14 урок. Определение профессионального типа личности.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2213#ur)

[15 урок. Профессионально важные качества.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2214#ur)

[16 урок. Профессия и здоровье.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2215#ur)

[17 урок. Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях».](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2216" \l "ur)

[18 урок. Семинар «Профессиональное самоопределение личности»](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2216" \l "ur).

[**Способности и профессиональная пригодность.**](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=23) **(9 часов)**

[19 урок. Способности общие и специальные.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2317#ur)

[20 урок. Способности к интеллектуальным видам деятельности.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2318#ur)

[21 урок. Способности к профессиям социального типа.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2319#ur)

[22 урок. Способности к офисным видам деятельности.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2320#ur)

[23 урок. Способность к предпринимательской деятельности.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2321#ur)

[24 урок. Эстетические способности.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2322#ur)

[25 урок. Уровни профессиональной пригодности.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2323#ur)

26 урок. Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность».

27 урок. Семинар «Профессиональная пригодность» .

[**Планирование профессиональной карьеры**](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=24) **(7 часов)**

[28 урок. Мотивы и потребности.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2425#ur)

[29 урок. Ошибки в выборе профессии.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2426#ur)

[30 урок. Современный рынок труда.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2427#ur)

[31 урок. Пути получения профессии.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2428#ur)

[32 урок. Навыки самопрезентации.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2429#ur)

[33 урок. Стратегия выбора профессии.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2430#ur)

[34 урок. Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры».](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2431#ur)

**Раздел 3. Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов | Количество часов по программе | Количество часов по плану |
| 1 | [Что я знаю о своих возможностях](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=21) | 9 | 9 |
| 2 | [Что я знаю о профессиях](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=22) | 9 | 9 |
| 3 | Способности и профессиональная пригодность | 9 | 9 |
| 4 | [Планирование профессиональной карьеры](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=24) | 7 | 7 |
|  | Итого | 34 | 34 |

**Приложение**

**Календарно -тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание | Кол-во часов | Срок проведения  (план) | Сроки проведения  (факт) | Примечание |
| **1. Что я знаю о своих возможностях (9 часов)** | | | | | |
| 1 | Самооценка и уровень притязаний. |  |  |  | . |
| 2 | Темперамент и профессия. Определение темперамента |  |  |  |
| 3 | Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций. |  |  |  |
| 4 | Стресс и тревожность. |  |  |  |
| 5 | Определение типа мышления |  |  |  |
| 6 | Внимание и память |  |  |  |
| 7 | Уровень внутренней свободы |  |  |  |
| 8 | Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях». |  |  |  |
| 9 | Семинар «Влияние психологических характеристик на выбор профессии». |  |  |  |
| **2. Что я знаю о профессиях (9 часов)** | | | | | |
| 1 | Классификация профессий. Признаки профессий. |  |  |  |  |
| 2 | Определение типа будущей профессии |  |  |  |
| 3 | Профессия, специальность, должность. Формула профессии. |  |  |  |
| 4 | Интересы и склонности в выборе профессии. |  |  |  |
| 5 | Определение профессионального типа личности. |  |  |  |
| 6 | Профессионально важные качества |  |  |  |
| 7 | Профессия и здоровье |  |  |  |
| 8 | Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях». |  |  |  |
| 9 | Семинар «Профессиональная пригодность» |  |  |  |
| **3. Способности и профессиональная пригодность ( 9 часов)** | | | | | |
| 1 | Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности. |  |  |  |  |
| 2 | Способности к интеллектуальным видам деятельности |  |  |  |
| 3 | Способности к профессиям социального типа |  |  |  |
| 4 | Способности к офисным видам деятельности |  |  |  |
| 5 | Способности к предпринимательской деятельности |  |  |  |
| 6 | Артистические способности |  |  |  |
| 7 | Уровни профессиональной пригодности |  |  |  |
| 8 | Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность». |  |  |  |
| 9 | Семинар «Профессиональная пригодность» |  |  |  |
| **4. Планирование профессиональной карьеры (7 часов)** | | | | | |
| 1 | Мотивы и потребности |  |  |  | . |
| 2 | Ошибки в выборе профессии |  |  |  |
| 3 | Современный рынок труда |  |  |  |
| 4 | Пути получения профессии |  |  |  |
| 5 | Навыки самопрезентации |  |  |  |
| 6 | Стратегия выбора профессии |  |  |  |
| 7 | Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры». |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **Всего: 34 часа** |  |  |  |  |