

«Согласовано»  
заместитель директора  
по воспитательной работе  
МАОУ «СШ № 3»  
*Карим* / Караим В.Г. /  
«30» августа 2023 года

«Утверждено»  
директор  
МАОУ «СШ № 3»  
Проворова Т.А. /  
«30» августа 2023 года



Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа № 3» городского округа город Урюпинск  
Волгоградской области

## Рабочая программа психологического сопровождения для 8-х классов «Мой выбор!»

Составитель педагог-психолог  
Блошкина Ирина Вячеславовна

Год составления программы: 2023 г.

2023-2024 учебный год

## Пояснительная записка

Важнейшая задача школы – формирование полноценных граждан своей страны, а решение этой задачи во многом зависит от того, чем будут заниматься повзрослевшие школьники, какую профессию они выберут и где будут работать. Кроме того, грамотно построенная профориентационная работа позволяет решать и многие насущные проблемы воспитания, особенно в старших классах. Давно известно, что оптимистическая перспектива жизни (и, прежде всего, реальная и привлекательная профессиональная перспектива) уберегает многих подростков от необдуманных шагов.

Выбор профессии – наиболее важное решение, которое необходимо принять в подростковом возрасте. К сожалению, многие подростки недостаточно знают об особенностях каждого вида деятельности и не всегда учитывают свои профессиональные интересы и склонности, выбирая профессии, затрагивают как самого человека, так и все общество.

Любой выбор профессии можно рассматривать как взаимодействие двух сторон: подростка с его индивидуальными особенностями, которые проявляются в физическом развитии, в возможностях, интересах, склонностях, характере и темпераменте, и специальности с теми требованиями, которые она предъявляет человеку. При правильном выборе индивидуальные способности подростка совпадают с требованиями профессии.

Программа ориентирована на учащихся 8 класса. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу.

**Цель программы:** формирование позитивного образа жизни, умение ставить реальные цели и выбирать адекватные способы их достижения; помощь в решении проблемы профессионального выбора.

**Задачи программы:**

1. Дать подростку знания о самом себе и научит его получать эти знания самостоятельно.
2. Дать информацию о мире профессий.
3. Помочь ученику стать более адаптированным.
4. Способствовать нравственному самосовершенствованию учащегося, его готовности к социальному самоопределению и поиску жизненных ценностей.
5. Определить степень соответствия «профиля личности» и профессиональных требований, при необходимости внести коррективы в профнамерения учащихся.

### **Ожидаемые результаты:**

Приглашая подростков на занятия, где основными действующими лицами выступают собственное «Я», мы ставим их в ситуацию личностного риска. В принципе, это хорошо, так как появляется надежда на то, что такие занятия могут стать толчком, стимулятором саморазвития и помогут конкретному их участнику найти и осознать оптимальные способы развития.

На групповых занятиях ребята «пробиваются к своему подлинному Я»

В результате усвоения курса «Мой выбор» учащиеся должны:

- осознать свои личностные особенности, интересы и склонности;
- получить и уметь использовать информацию об учебных заведениях и различных профессиях;
- научиться пользоваться правилами выбора профессии;
- обрести уверенность в себе и уметь представлять свои возможности;
- уметь корректировать свой выбор.

### **Хронометраж занятий:**

Программа рассчитана на один учебный год. В соответствии с учебным планом программа рассчитана на 17 часов (1 раз в 2 недели). В целом каждое занятие рассчитано на 30-40 минут.

### **Формы и средства контроля:**

Для контроля усвоения текущего и промежуточного материала могут служить отчёты по работам, самостоятельные творческие работы, тесты.

Итоговое занятие проходит в виде круглого стола, где учащиеся делают свои выводы о выборе своей профессии и познании своей личности.

### **Учебно-тематический план**

№ темы	Наименование тем	Количество часов
1	Урок самопознания и откровенности	1ч.
2	Мой внутренний мир	1ч.
3	Личность	1ч.
4	Как ты относишься к людям, и как люди относятся к тебе	1ч.
5	В человеке всё должно быть прекрасно	1ч.
6	Жизненные ценности	1ч.
7	Психические процессы	1ч.
8	Исследование самооценки	1ч.
9	Самореализация	1ч.
10	Игровые пробы	1ч.

11	Что? Где? Когда?	1ч.
12	Моя жизнь.	1ч.
13	Человек свободного общества	1ч.
14	Учимся строить отношения	1ч.
15	Мое здоровье	1ч.
16	Я и политика	1ч.
17	Свобода и ответственность – выбор XXI века	1ч.
	Итого	17 часов