

**Пояснительная записка**

Программа курса дополнительного образования «Психология и выбор профессии» составлена на основе федерального компонента государственного стандарта основного общего образования и авторских программ и методик:

- Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии. Программапредпрофильной подготовки. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно–методическое пособие для психологов и педагогов. — М.: Генезис, 2005.

Данная программа предполагает хотя бы частичное решение названных проблем и направлена на учащихся 9-х классов основной школы, их профессиональное определение после окончания основной школы.

Главная цель данной программы: формирование у учащихся профессионального самоопределения, соответствующего индивидуальным способностям каждой личности и запросам общества в кадрах, его требованиям к современному труженику.

**Цели курса**:

- оказание профориентационной поддержки учащимся в процессе выбора профиля обучения и сферы будущей профессиональной деятельности.

- выработка у учащихся сознательного отношения к труду, профессиональное самоопределение в условиях свободы выбора сферы деятельности в соответствии со своими возможностями, способностями и с учетом требований рынка труда.

**Задачи**:

- актуализировать процесс профессионального самоопределения школьников за счет активизации их психологических ресурсов;

- обеспечить системой сведений о мире современных профессий;

- развить способности адаптироваться в реальных социально-экономических условиях.

**Планируемые результаты курса:**

*Личностные результаты:*

* соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
* составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его;
* использовать приёмы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
* анализировать информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка;
* пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

*Метапредметные результаты:*

* развить самостоятельность;
* оценить собственные возможности, способствует овладению учащимися умениями получать из разнообразных источников и критически осмысливать социальную информацию;
* систематизировать, анализировать полученные данные;
* освоить способы познавательной, коммуникативной, практической деятельности, необходимых для участия в жизни гражданского общества и правового государства.

*Предметные результаты:*

* значение профессионального самоопределения, требования к составлению личного профессионального плана;
* правила выбора профессии;
* понятие о профессиях и о профессиональной деятельности;
* понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии: понятие о темпераменте, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения;
* значение творческого потенциала человека, карьеры;
* о смысле и значении труда в жизни человека и общества;
* о современных формах и методах организации труда;
* о сущности хозяйственного механизма в условиях рыночных отношений;
* о предпринимательстве;
* о рынке труда.

Программа дополнительного курса «Психология и выбор профессии» рассчитана на изучение в 9 классах. Программа составлена на 68 часа из расчёта 2 часа в неделю, 34 рабочих недели.

**Основное содержание курса**

Раздел I. Выбор профессионального пути – начало жизненного успеха (4 часа).

Данный раздел является вводным в учебный курс и посвящен изучению причин возникновения профориентации, истории по созданию бюро по подбору профессий в России и за рубежом, особенностям профессионального самоопределения молодежи на современном этапе. В качестве формы контроля по данному разделу предусматриваются практические работы в форме эссе.

Раздел II. Мир профессий и его многообразие (6 часов).

Данный раздел посвящен изучению следующих терминов: «профессия», «должность», «профессиограмма». Раздел включает в себя ознакомление с требованиями к индивидуальным особенностям специалистов, с требованиями к профессиональной подготовке, медицинскими противопоказаниями и т.д. Раздел посвящен изучению классификации профессий, а также предлагает практические занятия с использованием психологических тестов.В качестве формы контроля по данному разделу предусматриваются устный и письменный опросы.

Раздел III. Секреты выбора профессии (4 часа).

Данный раздел нацелен на изучение мотивов, внешних и внутренних социальных факторов выбора профессии. Также раздел посвящен рассмотрению типичных ошибок при выборе будущей профессии.В качестве формы контроля по данному разделу предусматриваются устные опросы.

Раздел IV. На пути к самопознанию (14 часов).

Данный раздел направлен на изучение внутриличностных особенностей учащихся с помощью теоретического материала и практических работ в виде психологических тестов. Данный раздел включает изучение роли нервной системы и темперамента в профессиональной деятельности, а также роли эмоционально-волевых качеств личности, самооценки. В качестве формы контроля по данному разделу предусматриваются устные и письменные опросы учащихся.

Раздел V. Интересы, склонности и способности в профессиональном выборе (14 часов).

Раздел посвящен изучению собственных интересов учащихся с помощью методики «карта интересов», а также рассмотрению понятия «склонности». Раздел предполагает рассмотрение общих и специальных способностей, научение учащихся разбираться в своих способностях с помощью опросника профессиональных предпочтений. Данный раздел предусматривает отдельное рассмотрение таких тем, как интеллектуальные способности, способности к офисным видам деятельности, предпринимательству и социальной работе.В качестве формы контроля по данному разделу предполагаются устные и письменные опросы учащихся, а также практические задания в форме психологических тестов.

Раздел VI. Профессиональная пригодность (8 часов).

Раздел нацелен на анализ взаимосвязи здоровья и выбора профессии, а также на изучение понятий «профессионально важные качества» и «профессиональная пригодность». Раздел включает рассмотрение специфических профессионально важных качеств для разных типов профессий. Также рассматривается вопрос об ограничениях профессиональной пригодности при различных заболеваниях. В качестве формы контроля по данному разделу предусматриваются устные опросы.

Раздел VII. Современный рынок труда и его требования к профессионалу (8 часов).

Раздел посвящен определению рынка труда, его особенностям и модели. Спрос и предложение на рынке труда. Также к рассмотрению предлагаются темы самопрезентации, грамотному составлению резюме, успешному прохождению интервью (правила поведения на собеседовании).В качестве формы контроля по данному разделу предусматриваются устные опросы и практические задания в форме эссе.

Раздел VIII. Возможности получения профессионального образования в России (4 часа).

В данном разделе акцентируется внимание на видах профессионального образования в России, а также на учебных заведениях начально, среднего, высшего профессионального образования.В качестве формы контроля по данному разделу предусматриваются устные и письменные опросы, а также практические задания в виде сочинения-рассуждения.

Раздел IX. Личный профессиональный план (6 часов).

В разделе освящается вопрос о том, как составить профессиональный план по схеме Е.А. Климова, как получить хорошую работу и произвести приятное впечатление на работодателя. Также данный раздел включает итоговое занятие по профориентации. В качестве формы контроля по данному разделу предусматривается опрос учащихся.

**Целевые ориентиры результатов воспитания**

|  |
| --- |
| **Целевые ориентиры** |
| **Гражданское воспитание** |
| Проявляющий готовность к выполнению обязанностей гражданина России, реализации своих гражданских прав и свобод при уважении прав и свобод, законных интересов других людей.  Выражающий неприятие любой дискриминации граждан, проявлений экстремизма, терроризма, коррупции в обществе.  Принимающий участие в жизни класса, общеобразовательной организации, в том числе самоуправлении, ориентированный на участие в социально значимой деятельности. |
| **Патриотическое воспитание** |
| Принимающий участие в мероприятиях патриотической направленности. |
| **Духовно-нравственное воспитание** |
| Выражающий готовность оценивать своё поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных ценностей и норм с учётом осознания последствий поступков.  Выражающий неприятие антигуманных и асоциальных поступков, поведения, противоречащих традиционным в России духовно-нравственным нормам и ценностям.  Сознающий соотношение свободы и ответственности личности в условиях индивидуального и общественного пространства, значение и ценность межнационального, межрелигиозного согласия людей, народов в России, умеющий общаться с людьми разных народов, вероисповеданий.  Проявляющий уважение к старшим, к российским традиционным семейным ценностям, институту брака как союзу мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания детей. |
| **Эстетическое воспитание** |
| Проявляющий эмоционально-чувственную восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание их влияния на поведение людей. |
| **Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия** |
| Понимающий ценность жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении здоровья, знающий и соблюдающий правила безопасности, безопасного поведения, в том числе в информационной среде.  Выражающий установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность).  Умеющий осознавать физическое и эмоциональное состояние (своё и других людей), стремящийся управлять собственным эмоциональным состоянием.  Способный адаптироваться к меняющимся социальным, информационным и природным условиям, стрессовым ситуациям. |
| **Трудовое воспитание** |
| Проявляющий интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения предметных знаний.  Выражающий готовность к осознанному выбору и построению индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов, потребностей. |
| **Экологическое воспитание** |
| Сознающий свою ответственность как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред. |
| **Ценности научного познания** |
| Выражающий познавательные интересы в разных предметных областях с учётом индивидуальных интересов, способностей, достижений.  Ориентированный в деятельности на научные знания о природе и обществе, взаимосвязях человека с природной и социальной средой. |

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование темы | Кол-во часов | Основные виды учебной деятельности |
| Выбор профессионального пути – начало жизненного успеха (4 часа). | | | |
| 1 | Введение в курс. Из истории профориентации. | 2 | Ознакомление с целями и задачами курса. Изучение нового материала. |
| 2 | Особенности профессионального самоопределения молодежи на современном этапе. | 2 | Изучение нового материала. Постановка и решение проблем. Анализ, выдвижение гипотез и их обоснование. |
| Мир профессий и его многообразие (6 часов) | | | |
| 3 | Что такое профессия? | 2 | Изучение нового материала. Рассуждение, анализ. |
| 4 | Ориентация в мире профессий – классификация профессий. | 2 | Изучение нового материала. |
| 5 | Диагностика типа профессии по методике академика Е.А. Климова. | 2 | Практическая работа по осознаю своих личностных особенностей. Анализ. Рефлексия. |
| Секреты выбора профессии (4 часа). | | | |
| 6 | Мотивы и основные условия выбора профессии. | 2 | Изучение нового материала. Рассуждение, анализ. |
| 7 | Типичные ошибки при выборе профессии. | 2 | Изучение нового материала. Рассуждение, выдвижение гипотез и их обоснование. |
| На пути к самопознанию (14 часов). | | | |
| 8 | Хорошо ли я себя знаю? | 2 | Рефлексия. Рассуждение. |
| 9 | Свойства нервной системы и темперамента в профессиональной деятельности | 2 | Изучение нового материала. |
| 10 | Определение типа личности и темперамента с помощью методики Айзенка. | 2 | Практическая работа по осознаю своих личностных особенностей. Анализ. Рефлексия. |
| 11 | Самооценка и уровень притязаний. | 2 | Изучение нового материала. |
| 12 | Эмоционально-волевые качества личности в профессиональной деятельности. | 2 | Изучение нового материала. |
| 13 | Диагностика свойств эмоциональной и волевой сфер. | 2 | Практическая работа по осознаю своих личностных особенностей. Анализ. Рефлексия. |
| 14 | Что такое стресс. Понятие «эмоциональное выгорание». | 2 | Изучение нового материала. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Интересы, склонности и способности в профессиональном выборе  (14 часов). | | | |
| 15 | Интересы и склонности в выборе профессии. | 2 | Изучение нового материала |
| 16 | Карта интересов и склонностей. Психодиагностика. | 2 | Практическая работа по осознаю своих личностных особенностей. Анализ. Рефлексия. |
| 17 | Возможности человека в профессиональной деятельности, или как разобраться в своих способностях? | 2 | Изучение нового материала, анализ, обобщение, рефлексия. |
| 18 | Интеллектуальные способности и успешность в профессиональной деятельности. | 2 | Изучение нового материала. Анализ. Рефлексия. |
| 19 | Способности к профессиям социального типа. | 2 | Изучение нового материала, рассуждение. |
| 20 | Способности к офисным видам деятельности. | 2 | Изучение нового материала, рассуждение. |
| 21 | Способность к предпринимательской деятельности. | 2 | Изучение нового материала, рассуждение. |
| Профессиональная пригодность (8 часов). | | | |
| 22 | Здоровье и выбор профессии. | 2 | Изучение нового материала. |
| 23 | Что такое профессиональная пригодность? | 2 | Изучение нового материала, рассуждение. |
| 24 | Ограничение профессиональной пригодности при различных заболеваниях. | 2 | Рассуждение, выдвижение гипотез и их обоснование. |
| 25 | Специфические профессионально важные качества для разных типов профессий. | 2 | Рассуждение, анализ, выдвижение гипотез и их обоснование. |
| Современный рынок труда и его требования к профессионалу (8 часов). | | | |
| 26 | Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах. | 2 | Изучение нового материала. |
| 27 | Имидж и этикет современного делового человека. | 2 | Изучение нового материала. |
| 28 | Самопрезентация. Правила поведения на собеседовании. | 2 | Изучение нового материала. Обобщение. Синтез. |
| 29 | Резюме: структура и содержание. | 2 | Практическая работа по отработке навыков составления резюме. |
| Возможности получения профессионального образования в России (4 часа). | | | |
| 30 | Виды профессионального образования в России. | 2 | Изучение нового материала. Рассуждение и обобщение. |
| 31 | Высшее профессиональное образование в Смоленской области | 2 | Классификация, анализ, обобщение. |
| Личный профессиональный план (6 часов). | | | |
| 32  33 | Профессиональный план. Диагностика работоспособности. | 4 | Изучение нового материала. Познание своих индивидуально-личностных особенностей. |
| 34 | Итоговый зачёт | 2 | Повторение полученного материала. Анализ, Синтез, обобщение. |

**Учебно-методическое обеспечение**

1. Грецов А.Г., Попова Е.Г. Выбери профессию сам. Практикум / Информационно – методические материалы для подростков. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2005 . – 36 с.
2. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8 – 11 классы). – М.: ВАКО, 2005. – 288 с. (Педагогика. Психология. Управление).
3. Рогов Е.И. Выбор профессии: Становление профессионала. – М.: изд-во ВЛАДОС – ПРЕСС, 2003. – 336 с: – ил. – (Азбука психологии);
4. Смирнова Е.Е. На пути к выбору профессии. – СПб.: КАРО, 2003. – 176 с. – (Материалы для специалиста образовательного учреждения).