

Содержание:

1. Пояснительная записка……………………………………………….
2. Тематическое планирование …………………………………………
3. Условия реализации программы……………………………………..
4. Контроль и оценка результатов освоения программы……………...

Пояснительная записка к программе элективного курса

«Моя профессия – мой выбор!».

 Первая серьезная проблема, с которой сталкиваются старшеклассники, – это выбор будущей профессии. В настоящее время в мире существует огромное количество профессий. Появляются новые профессии, изменяются характер и содержание профессионального труда, вызванные активным внедрением современной техники и прогрессивных технологий во все сферы человеческой жизни. Современному выпускнику порой трудно правильно сориентироваться в таком многообразии возможностей, и часто выбор профессии происходит стихийно. Современная социально-экономическая ситуация делает процесс профессионального самоопределения молодежи все более сложным. Обучающиеся должны найти оптимальное соотношение между собственными интересами и склонностями, потребностями рынка труда и возможностями, предоставляемыми рынком образовательных услуг.

 Помочь обучающемуся правильно решить проблему профессионального выбора призвана профориентация. Именно это выдвинуло новые задачи перед системой общего образования. Для обучающихся 9-х классов основными вопросами их образовательного развития являются выбор профиля и направления продолжения обучения после 9-го класса. Разрешение этих вопросов поможет им сориентироваться в выборе дальнейшего пути получения образования, определиться с будущей сферой профессиональной деятельности. Содержание программы занятий по профориентационной и информационной работе побуждает обучающихся к активному самопознанию, исследованию собственных познавательных ресурсов и возможностей, а также ориентирует их в планах на будущую жизнь.

 Программа элективного курса «Моя профессия – мой выбор!» призвана помочь обучающимся в нелегкий переходный период и направлена на активизацию профессионального и личностного самоопределения обучающихся. Это одна из нетрадиционных форм активной работы, учитывающей специфику возраста. Данная программа предназначена для профориентации обучающихся 8х классов. Составлена на основе программы предпрофильной подготовки «Психология и выбор профессии» Резапкиной Г.Н., а так же профориентационных материалов, полученных в рамках КПК «Психолого-педагогические условия сопровождения предпрофильной подготовки учащихся в контексте требований ФГОС», дополнена заданиями и материалами из популярных профориентационных источников.

 **Цели курса:**

* познакомить обучающихся с миром профессий в условиях современного рынка труда;
* помочь обучающимся сформировать представление о своих индивидуально-психологических особенностях;
* развивать коммуникативные навыки и навыки самопрезентации;
* способствовать личностному развитию обучающихся.

 **Задачи курса:**

* показать обучающимся многообразие мира профессий с учетом престижности и востребованности их в обществе и современным рынком труда;
* исследовать индивидуально-психологические особенности обучающихся, важные для выбора профиля обучения и профессии в будущем;
* сформировать у обучающихся представление об основных психических процессах (память, внимание, мышление, эмоции) и их значении в профессиональной деятельности;
* определить интересы, склонности и способности обучающихся в области профессиональной деятельности;
* сформировать у обучающихся навыки самопрезентации;
* развивать у обучающихся коммуникативные навыки
* создать условия для формирования успешной личности с адекватной самооценкой в притязаниях, морально-нравственными ценностями;
* сформировать у обучающихся целостное восприятие образа себя на основе исследования индивидуально-психологических особенностей.

Обучающиеся в результате освоения программы профориентационного элективного курса должны:

* Уметь опираться на свой личный опыт в выборе в рамках предложенной стратегии, анализировать внешние возможности и препятствия, личные сильные и слабые стороны, планировать и ставить цели.
* Иметь практический опыт в классификации профессий согласно типологии Климова Е.Н., работе с «Матрицей профессий», в умении правильно строить коммуникацию и выбирать тактику для самопрезентации.
* Знать алгоритм стратегии выбора профессии и целеполагания, состояние современного рынка труда, пути получения профессии, личностные склонности, способности, профессиональный тип личности.

В программе курса используются:

* лекционные занятия;
* практические занятия;
* групповая работа, игровая деятельность;
* тренинговые занятия;

Элективный курс рассчитан на 34 часа учебного времени в течение года.

По завершению курса обучающиеся готовят урок-конференцию на тему «Моя профессия – мой выбор!», которая посвящена обобщению полученных знаний себе и о мире профессий.

Тематическое планирование элективного курса

«Моя профессия - мой выбор!»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **П/п** | **Тема занятия** | **Количество** **часов** | **Форма проведения** |
| 1 | Вводное занятие. Игра «Отгадай профессию». | 1 | Тренинговое  |
| 2 | Перспектива успеха. | 1 | Практическое  |
| 3 | Современный рынок труда | 1 | Лекционное |
| 4 | Мир профессий. Классификация Типов профессий Климова. | 1 | ЛекционноеПрактическое  |
| 5 | Профессиональное самоопределение. Матрица профессионального выбора | 1 | ЛекционноеПрактическое |
| 6 | Общее представление о психических процессах: память, внимание, мышление | 1 | Лекционное. Практическое |
| 7 | Определение типа мышления | 1 | Диагностика  |
| 8 | Темперамент и характер.  | 1 | Лекционное Диагностика |
| 9 | Самооценка и уровень притязаний. | 1 | ЛекционноеПрактическое |
| 10 | Мои жизненные ценности. Ценностные убеждения. | 1 | Практическое |
| 11 | Ценностные качества профессионала. | 1 | Лекционное  |
| 12 | Чувства и эмоции. Управление эмоциями | 1 | Практика, тест |
| 13 | Профессиональные интересы и склонности. | 1 | Практика, тест |
| 14 | Методика «Карта интересов». | 1 | Тест  |
| 15 | Тест Холланда. | 1 | Тест  |
| 16 | Способности и профессиональная пригодность. Способности к практическим видам деятельности | 1 | ЛекционноеПрактическое  |
| 17 | Способности к интеллектуальным видам деятельности | 1 | Лекционное Практическое |
| 18 | Способность к профессиям социального типа | 1 | Лекционное. Практическое |
| 19 | Способности к офисным видам деятельности | 1 | Лекционное. Практическое |
| 20 | Способности к предпринимательской деятельности. Эстетические способности | 1 | Лекционное. Практическое |
| 21 | Факторы, влияющие на выбор профессии. | 1 | Тренинговое |
| 22 | Стратегии выбора профессии. | 1 | Практическое |
| 23 | Профессиональные качества личности. | 1 | Тренинговое |
| 24 | Лидер. Профессиональные роли. | 1 | Игровой урок |
| 25 | Коммуникативно-организаторские способности | 1 | Практическое  |
| 26 | Навыки самопрезентации | 1 | Практическое |
| 27 | Развитие коммуникативных навыков | 1 | Практическое  |
| 28 | Выбор и ответственность. | 1 | Лекционное  |
| 29 | Ошибки в выборе профессии. Игра «Советчик» | 1 | Лекционное Игровое |
| 30 | Стресс и профессия. | 1 | Урок-дебаты |
| 31 | Здоровье и карьера. | 1 | Лекционное  |
| 32 | Востребованные профессии. Престижные профессии. Профессии, потерявшие престиж | 1 | Лекционное  |
| 33 | Деловая игра «Мировое кафе» | 1 | Практическое, игровое |
| 34 | Урок-конференция «Моя профессия – мой выбор!» | 1 | Практическое, игровое |
| **Итого:** | **34 часа** |  |

Ключевые понятия каждой темы занятия:

1 Вводное занятие. Игра «Отгадай профессию».

 *Цель: вызвать интерес у обучающихся к миру профессий*

2 Перспектива успеха

*Развитие личности, взросление, права, ответственность, успех*

3 Современный рынок труда

*Спрос и предложение, экономические отношения, трудовые отношения,*

*квалификация труда*

4 Мир профессий. Классификация типов профессий Климова.

 *Типы профессий. Устаревшие профессии, новые профессии по Атласу профессий.*

*ДДО Климова*

5 Профессиональное самоопределение. Матрица профессионального

 выбора.

 *Профессия, профессиональное самоопределение, должность, специальность. Внешние и внутренние социальные факторы выбора профессии. Хочу, могу, надо. Ответственность за правильный выбор.*

6 Общее представление о психических процессах: память, внимание, мышление.

 *Память, Внимание, Мышление. Их виды*

7 Определение типа мышления

*Мышление, операции мышления, продуктивность, оригинальность, любознательность, мужество*

8 Темперамент и характер

 *Тип темперамента, свойства нервной системы*, *характер, акцентуации*

9 Самооценка и уровень притязаний.

 *Самооценка, притязания, формула успеха*

10 Мои жизненные ценности. Ценностные убеждения.

 *Личностные конструкты, нормы морали*

11 Ценностные качества профессионала.

 *Ценность, профессионализм, личность, нормы общества*

12 Чувства и эмоции. Управление эмоциями.

 *Эмоции, чувства, мимика, тест эмоций, агрессия. Тест внутренней свободы*

13 Профессиональные интересы и склонности.

 *Склонности, интересы, потребности, надпрофессиональные навыки и умения*

14 Методика «Карта интересов».

15 Тест Холланда.

16 Способности и профессиональная пригодность. Способности к практическим видам деятельности

 *Способности, пригодность, призвание. Определение технических способностей*

17 Способности к интеллектуальным видам деятельности

 *Тест умственного развития, Аналогии, Классификация, Обобщение,*

 *Закономерности*

18 Способности к профессиям социального типа

 *Ролевая игра «Конфликт», тест на особенности поведения в конфликте*

19 Способности к офисным видам деятельности

 *Тест «IQ-лабильность», «Атрибуты», «Клавиатура»*

20 Способности к предпринимательским видам деятельности. Эстетические способности

 «*Я – руководитель», «Акулы и дельфины», «Мыслитель или художник»*

21 Факторы, влияющие на выбор профессии.

  *Самостоятельный выбор, влияние среды, ответственность.*

22 Стратегии выбора профессии.

 *Способности, желания, потребности, рынок труда.*

23 Профессиональные качества личности.

 *Индивид, индивидуальность, личность, качества личности.*

24 Лидер. Профессиональные роли.

 *Авторитет, статус, роль, позиция лидера.*

25 Коммуникативно-организаторские способности

 *Диагностика КОС*

26 Навыки самопрезентации

 *Презентация, имидж, успешная личность.*

27 Развитие коммуникативных навыков

28 Выбор и ответственность.

 *Свобода, выбор, ответственность.*

29 Ошибки в выборе профессии. Игра «Советчик»

 *Ответственность, успех, профессиональное определение, типичные ошибки*

30 Стресс и профессия.

 *Стресс, стрессовые ситуации, реагирование, снятие стресса.*

31 Здоровье и карьера.

 *Медицинские противопоказания, профессиональные заболевания.*

32 Востребованные профессии. Престижные профессии. Профессии, потерявшие престиж

 *Спрос и предложения, востребованность. Мода, престиж.*

33 Деловая игра «Мировое кафе»

 *Рассмотрение составляющих профессии, факторов, оказывающих влияние на*

 *выбор профессии и т.д.*

34 Урок-конференция «Моя профессия – мой выбор!»

 *Обобщение полученных знаний о себе и о мире профессий*

**Условия реализации программы элективного курса**

*Требования к минимально – техническому обеспечению.*

Для реализации программы необходим учебный кабинет.

Оборудование кабинета:

- рабочие места по количеству обучающихся;

- рабочее место учителя;

- учебная доска для записей.

- проектор для просмотра видеофрагментов

-актовый зал для тренингов

*Общие требования к реализации учебного процесса.*

 Курс рассчитан на обучающихся 8-х классов, проводится один раз в неделю по одному часу. Всего часов 34, в течение которых проводятся занятия практикоориентированные, тренинговые занятия, психологическое тестирование, письменные работы, а так же двигательные упражнения с тренинговой основой. Индивидуальная консультация предполагается во внеурочное время.

**Контроль и оценка освоения программой.**

 Контроль осуществляется в виде предложения различных практических заданий, взаимодополняющих друг друга, вопросов на понимание темы, понятий, выяснение представлений.

 Оценка освоения программы предполагается в виде практической работы: написание мини-сочинения в рамках подготовки к конференции на тему «Моя профессия – мой выбор!». Как критерии освоения программы используются: сопоставление результатов диагностики своих индивидуально-психологических особенностей и выбора профессии или профессионального направления; планирование получения образования с учетом требований рынка труда; альтернативные варианты получения образования.

По итогам курса для обучающихся и их родителей подготавливается информация об индивидуально-психологических особенностях и рекомендациях по выбору профессионального направления.

*Список использованных источников и литературы:*

1. Баева М.Н. «Планирование жизненного пути и карьеры: сценарий семинара-тренинга».
2. Вассерман Л.И., Абабков В.А., Трифонова Е.А. Совладание со стрессом: теория и психодиагностика: Учебно-методическое пособие/Под науч.ред.проф.Л.И.Вассермана – СПб.: Речь, 2010. – 192с.
3. Грановская Р. Элементы практической психологии. 5-е изд., испр. и доп. – СПб.: Речь, 2003. – 655с.
4. Даниличева Н.А., Балакирева Л. А. Психология профессионального успеха С-Пб,ООО«СЛП» -144 с.
5. Профессиональная ориентация учащихся: Учебное пособие для студентов/ НИ Калугин, АД. Сазонов, В.Д. Симоненко. - М: Просвещение, 1983. - 191 с.
6. Пряжников НС. «Профессиональное и личностное самоопределение» Москва-Воронеж, 1996 г.
7. Пряжников НС. Бланковые и карточные игры профессионального и личностного самоопределения. Методическое пособие 4. М.: Издательство «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997. -64с.
8. Психологическая профилактика и коррекционно-развивающие занятия (из опыта работы)/авт.-сост.Е.Д.Шваб. – Изд. 2-е. – Волгоград: Учитель, 2015. – 167с.
9. Рабочая книга практического психолога: Технология эффективной профессиональной деятельности. - М.: Издательский дом «Красная площадь», 1996. -400 с: ил.
10. Резапкина Г.Н. «Выбор профессии» // «Школьный психолог» №13, 2006
11. Савенков С.В. «Профориентация в школе: тренинги», 2008
12. Семочкина Е.Н «Профессиональное самоопределение» (9-11 классы)
13. Степанов А.Н., Бендюков М.А., Соломин И.Л. «Азбука профориентации». С-Пб., 1995 г.
14. Филлимонова О. Модификация карты интересов //«Школьный психолог»№ 2,2007
15. Шеховцова Л.Ф., Тютюник Е.И. Рабочая книга профориентатора и профконсультанта Психограммы 269 профессий. Методическое пособие С-Пб, 1997
16. <http://metodkabi.net.ru/> Г.В. Резапкина. Программа предпрофильной подготовки для 9-х классов «ПСИХОЛОГИЯ И ВЫБОР ПРОФЕССИИ»