

**Программа профессиональной ориентации для обучающихся 9-х и 11 классов «Психология и выбор профессии»**

**Актуальность**

Профильное обучение в старших классах предваряет предпрофильная подготовка – система педагогической, психологической, информационной и организационной поддержки учащихся основной школы, включающая мероприятия по профильной ориентации и психолого-педагогической диагностике обучающихся, их анкетирование, консультирование, организацию «пробы сил» и т.п.

Для обучающихся девятых классов выбор профессии - главный вопрос образовательного развития. Им важно сориентироваться в перспективности выбора дальнейших путей получения образования, определиться с будущей сферой профессиональной деятельности.

Содержание элективного курса предполагает побудить старшеклассников к активному самопознанию, исследованию собственных познавательных ресурсов и возможностей, а также способствовать принятию школьниками осознанного решения о выборе направления дальнейшего обучения и созданию условий для повышения готовности подростков к социально-профессиональному самоопределению.

Программа элективного курса разработана в соответствии с Концепцией модернизации российского образования на старшей ступени общеобразовательного школы (утв. Правительством РФ распор. №1756-р от 29.10.01), Концепции профильного обучения на старшей ступени общего образования (утв. Приказом МО РФ от 18.07.02 №2783 с использованием авторской разработки «Выбор профессии» Г.Резапкиной.

Данная рабочая программа разработана на основе следующих документов:

 - Приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115 утвержден Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общегообразования;

- Положением СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28) и СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2).Приказ действует до 1 сентября 2027 года;

1. Закона РФ «Об образовании в РФ» (ФЗ –273);

2.Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый 06 октября 2010 г. № 373;

3.Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 30 августа 2013 г. N 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;

4.Учебного плана МОУ «Бельская СОШ» 2024-2025 учебный год.

**Цель курса**: сформировать у обучающихся реалистичный взгляд на выбор профессии с учётом их возможностей и требованиями рынка труда.

**Задачи курса**:

- формирование адекватного представления обучающихся о своём профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий;

- ознакомление со спецификой современного рынка труда, правилами выбора и способами получения профессии;

 - формирование мотивации самовоспитания и саморазвития;

**Ожидаемым результатом** проведения учебного курса станет формулировка индивидуальной задачи по выбору профессий. Этот выбор будет произведен с учетом имеющихся психологических ресурсов молодого человека в соответствии со сформированным личным профессиональным планом.

**Объем** программы составляет 16 часов аудиторных занятий из расчета 1 ч в неделю. Выполнение нагрузки по программе занимает одно полугодие.

**Обучающиеся должны уметь**: ориентироваться в мире профессий, определять и соотносить с требованиями будущей профессии: тип темперамента, тип мышления, способности, учитывать особенности внимания и памяти при выборе направления.

**Знать:** что такое профпригодность, ПВК будущей профессии, ошибки при выборе профессии, цели, условия, предмет и средства труда, какие типы профессий существуют, какие есть ограничения выбора с позиции здоровья.

**Методическое обеспечение программы:**

1. классный кабинет,

2. компьютер,

3. диски ( аудио, видео),

4. раздаточный материал,

5. классная комната,

6. разработки уроков,

7. лекционный материал.

**Формы работы с обучающимися:**

1. уроки,

2. практические занятия,

3. дискуссии,

4. круглые столы,

5. социально-психологические тренинги,

6. психологические практикумы с элементами тренинга,

7. тематические встречи с родителями,

**Учебно-тематический план «Психология и выбор профессии» 9-е классы.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Количество****часов** |
|  | Самооценка и уровень притязаний. | 1 |
|  | Темперамент и профессия.  | 1 |
|  | Чувства и эмоции. Истоки негативных эмоций. | 1 |
|  | Определение типа мышления. | 1 |
|  | Классификация профессий. Признаки профессии. | 1 |
|  | Интересы и склонности в выборе профессии. | 1 |
|  | Определение типа будущей профессии. | 1 |
|  | Определение профессионального типа личности. |  |
|  | Профессия и здоровье. | 1 |
|  | Мотивы и потребности. | 1 |
|  | Ошибки в выборе профессии. | 1 |
|  | Пути получения профессии. | 1 |
|  | Навыки самопрезентации. | 1 |
|  | Стратегия выбора профессии. | 1 |
|  | Обобщающий урок «Планирование профессиональной карьеры». | 1 |
|  | Защита проекта «Моя будущая профессия» | 1 |

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**1.Знакомство. Самооценка и уровень притязаний.**

Цели и задачи курса. Содержание, специфика занятий. Структура «образа «Я» (знание о себе, оценка себя, умение управлять собой). Самооценка и ее роль в профессиональном самоопределении личности. Формула самооценки, уровень притязаний, успех.

*Диагностические процедуры*: Бланк – анкета по первичному самоопределению.

**2.Темперамент и профессия. Определение темперамента.**

Понятие об основных типах темперамента. Темперамент и выбор профессии.

*Практическая работа:* работа со «словарем профессий»

*Диагностические процедуры*: модифицированный тест Айзенка **(**определение темперамента).

*Развивающие процедуры:* обсуждение результатов диагностических тестов.

**3.Чувства и эмоции. Истоки негативных эмоций.**

Чувства и эмоции – выражение нашего отношения  к людям, событиям, явлениям. Связь способности к саморегуляции и выбора  профессии.

*Практическая работа:* Самоанализ эмоциональных состояний.

*Диагностические процедуры*: модифицированный тест эмоций Басса - Дарки (определение уровня эмоционального возбуждения учащихся).

*Развивающие процедуры:* обсуждение результатов диагностических тестов.

**4.Определение типа мышления.**

Мышление как средство познания. Продуктивность, оригинальность, любознательность, мужество. Ведущий тип мышления как индивидуальный способ преобразования информации. Типы мышления: предметно-действенное, абстрактно-символическое, словесно-логическое, наглядно-образное. Тип мышления и успешность в определенных видах профессиональной деятельности. Креативность.

*Практическая работа:* анализ основных характеристик мышления. Работа со «словарем профессий».

*Диагностические процедуры*: методика «Определение ведущего типа мышления».

*Развивающие процедуры:* обсуждение результатов диагностических тестов.

**5.Классификация профессий. Признаки профессии.**

Знакомство с понятием «профессия». Классификация профессий по Е.А. Климову: типы профессий, требования профессии к человеку, орудия труда, условия труда, цели труда.

*Практическая работа:* Профориентационная игра «Назови профессию».

*Развивающие процедуры:* обсуждение результатов диагностических тестов.

**6.Интересы и склонности в выборе профессии.**

Выявление интересов и склонностей подростков при помощи опросника «Карта интересов».

*Практическая работа:* Профориентационная игра: «Советчик».

*Диагностические процедуры*: методика «Профиль» (модифицированная методика «Карта интересов» А. Голомштока).

*Развивающие процедуры:* обсуждение результатов диагностических тестов.

**7.Определение типа будущей профессии.**

Характеристика профессий по признакам профессиональной деятельности.

*Практическая работа:* Профориентационная игра«Аукцион».

*Диагностические процедуры:* методика Е.А. Климова (определение типа будущей профессии).

*Развивающие процедуры:* обсуждение результатов диагностических тестов.

**8.Определение профессионального типа личности.**

Шкала Дж. Холланда. Понятие: «профессиональный тип личности»

Типы профессиональной направленности личности;

Определение своего профессионального типа личности.

*Диагностические процедуры*: тест Холланда.

*Развивающие процедуры:* обсуждение результатов диагностических тестов.

**9.Профессия и здоровье.**

Требования к здоровью человека. Группы профессий по условиям труда. Работа с методикой «Мое здоровье». Актуальность заботы о здоровье, как об одном из факторов успешной профессиональной карьеры. Понятие «неблагоприятные производственные факторы».

*Диагностические процедуры*: анкета «Моё здоровье»

*Развивающие процедуры:* обсуждение результатов диагностических тестов.

**10.Мотивы и потребности.**

Мотивы трудовой деятельности. Уровень профессионализма, мотивация, система ценностей человека. Мотивация как важнейшее условие профессиональной самореализации личности. Пирамида человеческих потребностей Маслоу.

*Практическая работа:* анализ профессиональной и внепрофессиональной мотивации, анализ жизненно важных ценностей.

*Диагностические процедуры:*методика Головахи «Определение мотивации», анкета «Что для вас в жизни главное?»

*Развивающие процедуры:* обсуждение результатов диагностических тестов.

**11.Ошибки в выборе профессии.**

Основные ошибки в выборе профессии: выбор из соображений «престижа», выбор профессии «за компанию», отождествление интереса к преподавателю и его предмету со своей будущей профессией, влияние других лиц. Причины ошибок в выборе профессии.

*Практическая работа*: анализ возможных причин ошибок выбора профессии, анализ достоинств и недостатков профессий, работа со словарем профессий, деловая игра «Оптимисты и скептики»

 **12.Пути получения профессии.**

Способы получения профессии. Среднее специальное образование. Система высшего профессионального образования. Очная и заочная форма обучения, дистанционная форма обучения, экстернат. «Горизонтальная» и «вертикальная» карьера.

*Практическая работа*: анализ направлений и специальностей (работа с «Матрицей профессионального выбора»). Работа со «словарем профессий».

**13.Навыки самопрезентации.**

Резюме, правила составления. Навыки самопрезентации. Деловой этикет и его составляющие. Введение понятия «профессиональное взаимодействие». Профессиональная этика и культура деловых взаимоотношений. Профессиональное становление.

*Практическая работа:* деловая игра «Интервью», упражнение «Резюме».

**14.Стратегия выбора профессии.**

Правильный выбор профессии: «хочу» - склонности, желания, интересы личности; «могу» - человеческие возможности, ресурсы личности; «надо» - потребности рынка труда в кадрах. Целеполагание в профессиональной деятельности. Условия достижения целей.

*Практическая работа:* анализ профессионального будущего, составление личного профессионального плана. Упражнение «Машина времени».

**15.Обобщающий урок «Планирование профессиональной карьеры».**

Обобщение и анализ полученной информации для планирования профессиональной карьеры. Достоинства и недостатки, возможности и препятствия в профессиональной карьере.

*Практическая работа:* упражнение «За» и «Против», анализ сильных и слабых качеств личности.

**16.Защита проекта «Моя будущая профессия»**

Обобщение полученных знаний и навыков по принятию решения в выборе профессии. Творческая работа на тему «Моя будущая профессия». В работе должна быть отражена информация, полученная в ходе занятий (знания о себе и профессии, о рынке труда и образовательных услуг), намечен и обоснован личный профессиональный план. Защита может проходить в форме устных выступлений (защита проекта) с участием оппонентов и членов жюри из числа родителей, одноклассников, учителей.

**Список литературы:**

1. Веллер М. И. Всё о жизни. М., 2019.
2. Выбери профессию / О.А. Колесникова и др. Жуковский, 2019.
3. Волкова Т.Р., Мишин А.В. Секреты поиска работы. М., 2019.
4. Карнеги Д. Малоизвестные факты о хорошо известных людях. М., 2019.
5. Климов Е. А. Как выбирать профессию. М., 2019.
6. Кузин ф.А. Культура делового общения. М., 2020.
7. Митина Л.М. Психология развития конкурентоспособной личности. М. ; Воронеж, 2020.
8. Подвижники России / А.Н. Сахаров и др. М., 2020.
9. Прощицкая Е.Н. Выбирайте профессию. М., 2020.
10. Пряжников Н.С. Психологический смысл труда. М.; Воронеж, 2020.
11. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии, или путеводитель выпускника. М., 2020.
12. Рогов. И. Выбор профессии: становление профессионала. М., 2019.
13. Самопознание и выбор профессии , И.А. Волошина и др. М., 2019.
14. Снайдер Д. Практическая психология для подростков, или как найти своё место в жизни. М., 2019.
15. Степанов А.Н. , Бендюков М.А., Соломин И.Л. азбука профориентации. СПБ., 2020.
16. Степанов С.С. На всякое хотенье есть…теория // Школьный психолог. 2021. № 12.
17. Тарас А.Е. Психология экстремальных ситуаций. М., 2019.
18. Фаустов А.С., Щербатых Ю.В. Обучение и здоровье. Воронеж, 2021.
19. Хозиев В.Б. Психология: Учебное пособие для 10-11 классов. М.; Воронеж, 2021.
20. Чибисова М.Ю. Единый государственный экзамен: психологическая подготовка. М., 2021.
21. Чистякова С.Н. Технология профессионального успеха. М., 2021.