

Профориентационная программа
«Мой выбор»

Начало реализации
2019-2020 учебный год

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В современном обществе всё более актуальной становится проблема создания условий для успешного профессионального самоопределения выпускников общеобразовательных учебных заведений. Экономическая и социальная обстановка заставляет предъявлять все более высокие требования к индивидуальным психофизиологическим особенностям человека. Рыночные отношения кардинально меняют характер и цели труда: возрастает его интенсивность, усиливается напряженность, требуется высокий профессионализм, выносливость и ответственность.

По окончании 9-го класса учащиеся должны определиться с выбором предметов, необходимых для сдачи ГИА. Зачастую дети не готовы к осознанному выбору своей будущей профессии и выбирают те учебные заведения и специальности, в которые могут поступить на основе баллов своих документов и итогов выпускных экзаменов. В этой связи растет большое количество студентов, обучающихся не по той профессии, бросающих свои учебные заведения и молодых работников, понимающих, что пришли не туда.

На современном этапе от учащихся требуется четкое осознание своих целей, умение планировать, корректировать свои планы и сознательно претворять их в жизнь.

Данный курс знакомит школьников с общими основами выбора профессии (информационными, психологическими, практическими). Знание этих основ обеспечивает учащимся принятие адекватного решения, как о выборе конкретного типа профессии, так и о пути дальнейшего образования.

II. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ КУРСА

Целью изучения данного курса «Профориентация» является:
создание условий для профессионального самоопределения учащихся.

Задачи программы:

- Познакомить со сведениями о современных, востребованных профессиях и региональных учебных заведениях;
- развивать умения выделять профессионально важные качества профессий;
- Способствовать постановке проблемы профессионального самоопределения;
- содействовать умению определять соответствие между образом выбранной профессии и своими склонностями, способностями;

III. ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КОНКРЕТНОГО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личностные результаты освоения учебного предмета:

- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
- составлять личный профессиональный план и уметь 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 освоения учебного предмета:

- 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 освоения учебного предмета:

- 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 так же 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.

IV. ПРОГРАММА

7 класс, 34 часов

Содержание программы

Тема 1. Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека.

Почему важно сделать правильный выбор. Что такое психология и чем она может помочь при выборе профессии. Понятия “личность”, “профессиональные интересы”, “склонности”.

Тема 2. Мир профессий.

Дать определения: профессия, специальность, квалификация, должность.

Классификация по типам профессий (Е.А. Климов), объекту, характеру труда, видам деятельности и др. Методика “Матрица профессий”.

Тема 3. Знакомство с профессиограммами (занятие с элементами практикума).

Дать определение понятиям “профессиограмма: цель труда, предмет труда, средства и условия организации труда”, “профессиональная пригодность”. Опросник ДДО Климова, Карта интересов.

Тема 4. Профессия типа “Человек – техника”.

Тема 5. Профессия типа “Человек – природа”.

Тема 6. Профессия типа “Человек – знаковая система”.

Тема 7. Профессия типа “Человек – человек”.

Тема 8. Профессия типа “Человек – художественный образ”.

Тема 9. Пути получения профессии.

Тема 10. Кто я, или что я думаю о себе.

Внутренний мир человека и возможности его самопознания.

Тема 11. Свойства нервной системы и темперамент.

История изучения темперамента: от Гиппократа до Павлова. Типы темперамента, их влияние на профессиональную деятельность. Опросник типа темперамента Г. Айзенка.

Тема 12. Память.

Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации. Определение объема кратковременной памяти и ведущего способа запоминания.

Тема 13. Внимание.

Внимание и деятельность человека. Произвольное и непроизвольное внимание. Структура и характеристики внимания: объем, распределение, переключение, концентрация, устойчивость. Профессии, предъявляющие повышенные требования к развитию внимания. Приемы развития внимания.

Тема 14. Мышление.

Функции, виды мышления. Мыслительные операции. Правополушарные и левополушарные мыслители. Приемы развития.

Тема 15. Эмоциональное состояние личности.

Эмоции в жизни человека. Формы и виды эмоциональных состояний, их влияние на профессиональную деятельность. Стресс и дистресс. “Шкала самооценки”.

Тема 16. Саморегуляция.

Умение контролировать свое поведение. Позитивное мышление и жизненные ценности. Как выпустить “лишний пар”. Десять шагов уверенности в себе.

Тема 17. Коммуникабельность – составляющая успеха будущей карьеры.

Требования к работнику: профессионализм, ответственность, коммуникабельность. Умение конструктивно разрешать конфликты. Изучение коммуникативных и организаторских способностей по методике “КОС”.

Тема 18. Первый шаг на пути к профессии.

Способности, профессиональная пригодность, состояние физического здоровья, как основные составляющие правильного выбора. Формула успеха. Ошибки в выборе профессии.

Тема 19. Современный рынок труда и его требования.

Социально-профессиональная мобильность – качество современного человека. Самостоятельность и ответственность в профессиональной деятельности. Коллективность трудового процесса. Профессионализм и самосовершенствование.

Тема 20. Мотивы и основные условия выбора профессии.

“Хочу – могу – надо” - необходимые условия правильного выбора. “Мышеловки” легких денег, или возможность попадания в финансовую зависимость.

Тема 21. Что требует профессия от меня?

Понятие рынка профессий. Определение требований к соискателю (по газете, рубрика “работа для вас”), “Центр занятости населения”.

Тема 22. Перспективы профессионального старта.

Навыки самопрезентации. Как правильно составить резюме. Правила поведения на собеседовании. Интервью при приеме на работу (ролевая игра).

Тема 23. Составление плана профессионального самоопределения.

Алгоритм принятия решения

Тема 24. Построение образа профессионального будущего. Планирование карьеры. Цепочка ближних и дальних целей. Пути и средства

достижения целей. Внешние и внутренние условия достижения целей. Запасные варианты, пути их достижения. Как получить хорошую работу в современной России.

Тема 25. Подготовка к будущей карьере.

Психологический портрет личности. Ролевая игра “Встреча через 10 лет”.

Тема 26. Профориентационная игра-проект “Выбор профиля”.

Тема 27. Итоговое занятие “Перелистывая страницы”.

Обобщение приобретенных учащимися знаний и умений, необходимых для принятия решения при выборе профессии и планирования своего профессионального пути.

8 класс, 34 часов
Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие.

Анкета «Планы на ближайшее будущее».

Теоретические сведения Цели и содержание курса. Специфика занятий.

Тема 2. Самооценка и уровень притязаний.

Методика самооценки индивидуальных возможностей, карта интересов, опросник профессиональной готовности.

Тема 3. Темперамент и профессия. Определение темперамента.

Темперамент. Особенности проявления основных типов темперамента в учебной и профессиональной деятельности.

Тема 4. Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.

Ведущие отношения личности: к деятельности, к людям, к самому себе, к предметному миру. Эмоциональные состояния личности.

Тема 5. Стресс и тревожность.

Работоспособность. Как стресс мешает жизни и работе.

Тема 6. Определение типа мышления.

Понятие «мышление». Типы мышления. Формы логического мышления. Основные операции мышления: анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, конкретизация, обобщение. Основные качества мышления.

Тема 7. Внимание и память

Память. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение. Виды памяти. Приемы запоминания.

Внимание. Качества внимания. Виды внимания. Выявление особенностей внимания личности.

Тема 8. Уровень внутренней свободы.

Тема 9. Классификация профессий. Признаки профессии.

Типы профессий. Ведущий предмет труда каждого типа профессии. Матрица выбора профессии. Выявление профессиональных предпочтений учащихся.

Тема 10. Определение типа будущей профессии.

Характеристика профессий типа «человек – человек». Подтипы профессий типа «человек – человек». Понятие «профессионально важные качества» (ПВК). ПВК профессий типа «человек – человек». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – человек». Профессиональные пробы.

Характеристика профессий типа «человек – техника». Подтипы профессий типа «человек – техника». ПВК профессий типа «человек – техника». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – техника». Профессиональные пробы.

Характеристика профессий типа «человек – знаковая система». Подтипы профессий типа «человек – знаковая система». ПВК профессий типа «человек – знаковая система». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – знаковая система». Профессиональные пробы.

Характеристика профессий типа «человек – природа». Подтипы профессий типа «человек – природа». ПВК профессий типа «человек – природа». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – природа». Профессиональные пробы.

Характеристика профессий типа «человек – художественный образ». Подтипы профессий типа «человек – художественный образ». ПВК профессий типа «человек – художественный образ». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – художественный образ». Профессиональные пробы.

Тема 11. Профессия, специальность, должность. Формула профессии.

Классификация профессий. Цели труда. Классификация профессий по Е.А. Климову. Формула профессии. Работа с таблицей Е.А. Климова. Профессиограмма: подробное описание профессии.

Тема 12. Интересы и склонности в выборе профессии.

Анкета: «Карта интересов»; упражнение: «Проверка устойчивости своих интересов»; дискуссия: «Как вы относитесь к идее испытания способностей?».

Тема 13. Определение профессионального типа личности.

Тема 14. Профессионально важные качества.

Тема 15. Профессия и здоровье.

Здоровье и профессия. Профессиональная пригодность. Показатели профессиональной пригодности: успешность и удовлетворенность. Степени профессиональной пригодности: непригодность, пригодность, соответствие, призвание. Причины ошибок и затруднений в выборе профессии.

Тема 16. Моя будущая профессия.

Тема 17. Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.

Общие и специальные способности. Формирование способностей. Взаимосвязь задатков и способностей. Интересы и склонности. Влияние интересов, склонностей и способностей на выбор профессии.

Тема 18. Способности к интеллектуальным видам деятельности.

Тема 19. Способности к профессиям социального типа.

Тема 20. Способности к офисным видам деятельности.

Тема 21. Способности к предпринимательской деятельности.

Тема 22. Артистические способности.

Тема 23. Уровни профессиональной пригодности.

Тема 24. Мои способности.

Тема 25. Мотивы и потребности.

Тема 26. Ошибки в выборе профессии.

Тема 27. Современный рынок труда. Прогноз потребности в профессиях.

Тема 28. Современный рынок труда. Работодатель и работник.

Тема 29. Пути получения профессии.

Тема 30. Навыки самопрезентации.

Тема 31. Навыки самопрезентации. Резюме.

Тема 32. Составление «Программы самовоспитания для предполагаемой будущей профессии» (с дискуссионным обсуждением программ). Проба написания обучающимися личных резюме. Сочинение «Если бы я был губернатором/президентом?»

Тема 33. Стратегии выбора профессии. Личный профессиональный план.

9 класс, 34 часа

Содержание программы

I. Профориентация: основные задачи курса.

Тема 1. Что изучает профориентация.

Дать представление о понятиях «профориентация», «профессия». Многообразие мира профессионального труда.

Тема 2. Профессионализм.

Труд как потребность человеческой жизни. Совершенствование человека в труде. Профессионализм. Условия труда, требования к работнику. Имидж и этикет современного делового человека.

Тема 3. Типичные ошибки при выборе профессий.

Перечень типичных ошибок.

Тема 4. Интересы, склонности и способности в профессиональном выборе.

Знакомство с основными понятиями темы. Роль интересов, склонностей и способностей в выборе профессии.

Тема 5. Профессиональная пригодность

Взаимосвязь здоровья и выбора профессии, понятия «профессионально важные качества» и «профессиональная пригодность». Ограничения профессиональной пригодности при различных заболеваниях.

Тема 6. Самопрезентация

Правила поведения на собеседовании. Резюме: структура и содержание. Варианты резюме. Практическая работа по написанию резюме.

Тема 7. Деловая игра «Кадровый вопрос».

Тема 8. Современный рынок труда и его требования к профессионалу. Рынок труда в Республике Карелия.

Понятие рынка труда. Спрос и предложение на рынке труда. Основные работодатели на территории Республики Карелии. Востребованные специальности. Предпринимательство как сфера профессиональной деятельности.

Тема 9. Личный профессиональный план

Знакомство с типами профессий. Диагностика типа профессии по методике академика Е.А. Климова. Упражнение «Письмо самому себе». Коробка счастья.

II. Средние профессиональные учебные заведения Северо-Западного региона.

Тема 10. Рынок образовательных услуг г. Петрозаводска.

Знакомятся с понятием «образовательная карта». Узнают о средние профессиональных и среднетехнических училищах, условиях поступления.

Тема 11. Средние профессиональные учреждения республики Карелия.

III. Творческие проекты учащихся.

Тема 12. Работа над проектами.

Тема 13. Презентация проектов.

IV. Экскурсионная деятельность. Посещение предприятий п.

Ледозеро Тема 14. Ледозерское лесозаготовительное хозяйство Тема

15. Пожарная часть Тема 16. Аптека Тема 17. Амбулатория Тема 18.

РЖД

V. Профессиональные маршруты

Тема 22. Твой профильный класс.

Документы, регламентирующие профильное обучение в школе. Актуальность введения профильного обучения в СОШ. Анкета на выявление предпочтений, учащихся в выборе профиля обучения.

Тема 23. «Высшие учебные заведения г. Петрозаводска, Вологды».

Знакомятся с высшими учебными заведениями. Узнают о получаемых специальностях, условиях поступления.

Тема 24. Профили обучения.

Тема 25. О трудностях в выборе будущей профессии, профиля обучения.

Тема 26. Итоговый урок. Эссе «Мой выбор – моя судьба».

**Тематическое планирование
1 год обучения (7 класс)**

№ п/п	Тема	Общее количество часов
1,2	Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека.	2
3,4	Мир профессий.	2
5,6	Знакомство с профессиограммами	2
7	Профессия типа “Человек – техника”.	1
8	Профессия типа “Человек – природа”.	1
9	Профессия типа “Человек – знаковая система”.	1
10	Профессия типа “Человек – человек”.	1
11	Профессия типа “Человек – художественный образ”.	1
12	Пути получения профессии. Формы обучения.	1
13	Кто я, или что я думаю о себе.	1
14,15	Свойства нервной системы и темперамент.	2
16,17	Память.	2
18,19	Внимание.	2
20,21	Мышление.	2
22	Эмоциональное состояние личности.	1
23	Саморегуляция.	1
24	Коммуникабельность – составляющая успеха будущей карьеры.	1
25	Первый шаг на пути к профессии.	1
26	Современный рынок труда и его требования.	1
27	Мотивы и основные условия выбора профессии.	1
28	Что требует профессия от меня?	1
29	Перспективы профессионального старта.	1
30	Составление плана профессионального самоопределения.	1
31	Построение образа профессионального будущего.	1
32	Подготовка к будущей карьере.	1
33	Профорientационная игра-проект “Выбор профиля”	1
34	Итоговое занятие “Перелистывая страницы”.	1

**Тематическое планирование
2 год обучения (8 класс)**

№ п/п	Тема	Общее количество часов
1	Вводное занятие	1
2	Самооценка и уровень притязаний	1
3	Темперамент и профессия. Определение темперамента	1
4	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций	1
5	Стресс и тревожность	1
6	Определение типа мышления	1
7	Внимание и память	1
8	Уровень внутренней свободы	1
9,10	Классификация профессий. Признаки профессии	2
11	Определение типа будущей профессии	1
12	Профессия, специальность, должность. Формула профессии	1
13	Интересы и склонности в выборе профессии	1
14	Определение профессионального типа личности	1
15	Профессионально важные качества	1
16	Профессия и здоровье	1
17	Моя будущая профессия	1
18	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности	1
19	Способности к интеллектуальным видам деятельности	1
20	Способности к профессиям социального типа	1
21	Способности к офисным видам деятельности	1
22	Способности к предпринимательской деятельности	1
23	Артистические способности	1
24	Уровни профессиональной пригодности	1
25	Мои способности	1
26	Мотивы и потребности	1
27	Ошибки в выборе профессии	1
28	Современный рынок труда. Прогноз потребности в профессиях	1
29	Современный рынок труда. Работодатель и работник.	1
30	Пути получения профессии.	1
31	Навыки самопрезентации	1
32	Навыки самопрезентации. Резюме	1
33,34	Стратегии выбора профессии. Личный профессиональный план	1

3 год обучения (9 класс, 34 часа)

№ п/п	Тема	Общее количество часов
I. Профориентация: основные задачи курса.		
1	Что изучает профориентация	1
2	Профессионализм	1
3	Типичные ошибки при выборе профессий	1
4	Интересы, склонности и способности в профессиональном выборе	1
5	Профессиональная пригодность	1
6-7	Самопрезентация»	2
8	Деловая игра «Кадровый вопрос».	1
9-10	Современный рынок труда и его требования к профессионалу. Рынок труда в Республике Карелия	2
11	Личный профессиональный план	1
II. Средние профессиональные учебные заведения Северо-Западного региона.		
12-13	Рынок образовательных услуг г. Петрозаводска.	2
14-15	Средние профессиональные учреждения республики Карелия.	2
III. Творческие проекты учащихся.		
16-17	Работа над проектами	2
18-19	Презентация проектов	2
IV. Экскурсионная деятельность. Посещение предприятий п. Ледозеро		
20-21	Ледозерское лесозаготовительное хозяйство	2
22-23	Пожарная часть	2
24-25	Аптека	2
26-27	Амбулатория	2
28-29	РЖД	2
V. Профессиональные маршруты		
30	Твой профильный класс	1
31	Высшие учебные заведения г. Петрозаводска, Вологды	1
32	Профили обучения	1
33	О трудностях в выборе будущей профессии, профиля обучения	1
34	Итоговый урок. Эссе «Мой выбор – моя судьба»	1