

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Управление образования Администрации Артинского городского округа
МБОУ "Свердловская СОШ"

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора

МБОУ «Свердловская СОШ»

46-од от «31» 08 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
факультативного курса
«ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ»,
для обучающихся **8** класса

с.Свердловское 2023

Пояснительная записка

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

Как показывают результаты многих педагогических и психологических исследований, готовность к профессиональному самоопределению недостаточна даже у выпускников школ. Часто оказывается, что выбор профессии был недостаточно продуманным и осознанным. Известно, что успешность профессионального самоопределения тесно связана с общим развитием личности. А такие показатели психического развития, как способность к самоанализу, волевой саморегуляции, уровень мотивированности и др. чаще всего недостаточны у старшеклассников, они часто инфантильны, малоактивны, не готовы к решению серьезных проблем.

С другой стороны, уже в младшем подростковом возрасте складывается избирательный характер отношения к школьным предметам, появляются профессионально ориентированные мотивы учения, сензитивность к приобретению профессиональных знаний, умений и навыков.

Всё это ставит перед педагогами и психологами **проблему целенаправленного повышения психологической готовности обучающихся к профессиональному и личностному самоопределению**. Образование должно готовить ребенка к полноценному вхождению в реальное современное общество с его быстрыми темпами развития и противоречивыми тенденциями. Это требует не только информированности, наличия знаний, а скорее умения самостоятельно ориентироваться в информации, принимать решение, сформированности ценностно-смысловых установок, наличия.

Рабочая программа факультатива «Профессиональное самоопределение» основывается на учебно-методическом пособии Г.В. Резапкиной и на программе С.Н.Чистяковой и Т.И. Шалавиной «Твоя профессиональная карьера»; дополнена психологическими тестами.

Основная цель курса - формирование психологической готовности подростка к профессиональной карьере.

Задачи программы:

- формировать у обучающихся положительное отношение к труду как высшей ценности в жизни человека и общества, высоких социальных мотивов трудовой деятельности;
- содействовать самоопределению подростков, активизировав их личностную позицию в ситуации профессионального выбора;
- составить целостное представление о мире профессий, освоить понятия, характеризующие профессиональную деятельность;
- исследовать собственные познавательные интересы, склонности, способности.

Методы ведения занятий выбирались, исходя из их выраженной практической направленности. Перечень методов учебной работы на занятиях включает, кроме информирования, применение диагностических методик, групповую дискуссию, ролевое проигрывание, беседу, психотехнические приемы.

Актуальность данной программы определяется, что учащиеся понимают роль и место психологической компетентности в построении правильно жизненной стратегии и

успешного достижения поставленных целей. Самопознание и самореализация одна из важнейших целей каждого человека. Система активных методов работы с участниками занятий призваны включить их в процесс прогнозирования и планирования своего профессионального будущего.

Новизна предлагаемой программы заключается в расширении знаний о современных профессиях и предъявляемых требований к ним. Проведение занятий с элементами тренинга.

Эффективность реализации программы.

- Повысить компетентность учащихся о мире профессий, через активизацию их познавательной деятельности в поисках «своей» профессии;
- Скорректировать личностные особенности старшеклассников и оказать им помощь в правильном выборе профессии;
- Увеличить количество выпускников, продолживших дальнейшее обучение в ВУЗах по специальности.

Место предмета в базисном учебном плане.

Курс «*Профессиональное самоопределение*» рассчитан на 34 час(по 1 часу в неделю) и предназначен для работы с обучающимися 8 класса.

Изучение курса предусматривается в вариативной части курса образовательного учреждения базисного учебного плана.

Принципы и подходы, лежащие в основе программы.

Программа реализует личностный подход в обучении и воспитании учащихся, интеграцию научных знаний и образовательных технологий. Современная экономическая и политическая 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. Таким образом, огромное внимание нужно уделять проведению целенаправленной профориентационной работе, которая опирается на глубокое знание всей системы основных факторов, определяющих формирование профессиональных намерений личности и пути ее реализации.

Планируя свою профессиональную карьеру, необходимо выделить следующие моменты:

- Главная цель - (кем хочу стать, чего хочу достичь, каким хочу быть).
- Цепочка ближних и дальних конкретных целей (где буду учиться, первая работа, дальнейшие перспективы).
- Пути и средства достижения ближних целей (ознакомление, проба сил, самообразование).
- Возможные внешние препятствия.
- Свои возможности.
- Запасные варианты.

Требования к уровню подготовки учащихся

Учащиеся должны знать:

- значение профессионального самоопределения, требования к составлению личного профессионального плана;
- правила выбора профессии;
- определение профессии и профессиональной деятельности;
- понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;
- понятие темперамента, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сферы, интеллектуальных способностей, стилей общения;
- значение творческого потенциала человека, карьеры;
- требования современного общества к профессиональной деятельности человека;
- понятие рынка профессионального труда и образовательных услуг;
- возможности получения образования по избранному профилю;
- перспективы, психологические основы принятия решения в целом и выбора профиля обучения в частности.

Учащиеся должны уметь:

- находить выход из проблемной ситуации, связанной с выбором профиля и пути продолжения образования;
- объективно оценивать свои индивидуальные возможности в соответствии с избираемой деятельностью;
- ставить цели и планировать действия для их достижения;
- выполнять пробы выбора профиля обучения, позволяющие приобрести соответствующий практический опыт;
- использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
- анализировать профессиограммы, 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.

У учащихся должны быть сформированы:

- убежденность в необходимости своевременного и правильного выбора будущей профессии, потребность в адекватном профессиональном самоопределении;
- профессиональная направленность: профессиональные интересы и склонности, мотивы выбора профессии, профессиональный идеал;
- профессиональное самосознание: осознание себя как субъекта будущей профессиональной деятельности;
- профессиональное намерение: знание пути дальнейшего продолжения образования, условий поступления в выбранное профессиональное учебное заведение и перспектив профессионального роста.

Итоговая работа учеников по данному курсу – защита проекта «Моя будущая профессия».

Учебно-тематическое планирование факультатива «Профессиональное самоопределение» в 8 классе

№ п/п	Тематическое содержание	Кол-во часов
Что я знаю о своих возможностях-8 часов		
1.	Самооценка и уровень притязаний.	1
2.	Темперамент и профессия. Определение темперамента.	1
3.	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.	1
4.	Стресс и тревожность.	1
5.	Определение типа мышления.	1
6.	Внимание и память.	1
7.	Уровень внутренней свободы.	1
8.	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях».	1
Что я знаю о профессиях-8 часов		
9.	Классификация профессий. Признаки профессий.	1
10.	Определение типа будущей профессии.	1
11.	Профессия, специальность, должность. Формула профессии.	1
12.	Интересы и склонности в выборе профессии.	1
13.	Определение профессионального типа личности.	1
14.	Профессионально важные качества.	1
15.	Профессия и здоровье.	1
16.	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях».	1
Способности и профессиональная пригодность-10 часов		
17.	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.	1
18-19.	Способности к интеллектуальным видам деятельности.	2
20.	Способности к профессиям социального типа.	1
21.	Способности к офисным видам деятельности.	1
22-23.	Способности к предпринимательской деятельности.	2
24.	Артистические способности.	1
25.	Уровни профессиональной пригодности.	1
26.	Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность».	1
Планирование профессиональной карьеры-8 часов		
27.	Мотивы и потребности.	1
28.	Ошибки в выборе профессии.	1
29.	Современный рынок труда.	1
30.	Пути получения профессии.	1
31.	Навыки самопрезентации.	1
32.	Стратегия выбора профессии.	1
33.	Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры».	1
34.	Защита проекта «Моя будущая профессия».	1

Содержание занятий по программе факультатива «Профессиональное самоопределение» в 8 классе

Что я знаю о своих возможностях (8 часов)

Цели и задачи программы «Профессиональное самоопределение». Самопрезентация. Самооценка. Успех. Уровень притязаний. Темперамент и свойства нервной системы. Экстраверсия, стабильность. Типы темперамента: холерический, сангвинический, меланхолический, флегматический. Темперамент и выбор профессии. Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций. Три основных типа агрессивного поведения: 1. Природная, врождённая агрессивность. 2. Спровоцированная агрессия как реакция на внешние причины. 3. Агрессия как результат воспитания. Стресс и тревожность. Два вида стресса: эустресс, дистресс. Черты характера, провоцирующие конфликт. Черты характера, препятствующие конфликту. Определение типа мышления. Основные черты, присущие мышлению талантливых людей: продуктивность, оригинальность, любознательность, мужество. Типы мышления: предметно-действенное мышление, абстрактносимволическое мышление, словесно-логическое мышление, наглядно-образное мышление, креативность. Как развивать мышление. Внимание. Свойства внимания: устойчивость, переключаемость, распределение, концентрация. Память: слуховая, зрительная, моторная, эмоциональная, логическая. Как тренировать память. Уровень внутренней свободы. Психологические особенности людей. Психологический кроссворд.

Что я знаю о профессиях (8 часов)

Классификация профессий. Признаки профессии. Четырёхуровневая классификация профессий Е. а. Климова, по которой все профессии можно распределить по пяти предметам, трём целям, четырём средствам и четырём условиям труда. Пирамида Климова. Формула профессии. Профессия, специальность, должность. Цели труда, предмет труда, средства труда, условия труда. Интересы и склонности в выборе профессии. Интересы по содержанию (литература, музыка, техника, животные, цветы, компьютеры, спорт и так далее), по глубине, по длительности. Методика «Профиль» (модификация методики «Карта интересов» А. Голомштока). Условия управления интересами: добровольность, постепенность, положительные эмоции. Связь между психологическим типом человека и его профессией. Типы профессий по Дж. Холланду: Р – реалистический тип, И – интеллектуальный тип, С – социальный тип, О – офисный тип, П – предпринимательский тип, А – артистический тип. Профессионально важные качества. Профессия и здоровье. Требования профессий к здоровью человека: - двигательные: координация движений, сила и мышечная выносливость; - анализаторные: зрение, слух, обоняние, осязание, вкус; - нервно-психические: сила, подвижность, уравновешенность нервной системы; - интеллектуальные: свойства мышления, внимания и памяти. По условиям труда врачи делят профессии на четыре группы: бытовые условия, умеренное или непостоянное неблагоприятное воздействие; одновременное воздействие нескольких неблагоприятных факторов; тяжёлые и вредные условия труда. Опросник «Вегетативная лабильность».

Способности и профессиональная пригодность (10 часов)

Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности. Способности к интеллектуальным видам деятельности. «Тест умственного развития» (школьный тест умственного развития в модификации Г. Резапкиной). Способности к профессиям социального типа. Конфликтология. Определение предрасположенности к конфликтному поведению. Тест «Интеллектуальная лабильность» (в модификации Г. Резапкиной). Способность к предпринимательской деятельности: интеллект, общительность, ответственность, организаторские способности, настойчивость. Уровни профессиональной пригодности. Профессиональная непригодность к конкретной профессии. Профессиональная пригодность к конкретной профессии или группе профессий. Соответствие конкретной профессиональной деятельности. Призвание – высший уровень профессиональной пригодности. Типы людей по Э. Фромму.

Планирование профессиональной карьеры (9 часов)

Мотивы и потребности. Мотивы трудовой деятельности человека. Мотивация. Определение мотивации (методика Головахи). Физиологические потребности, потребность в защищённости, социальные потребности, потребности в уважении и самоуважении, потребность в самореализации. Пирамида Маслоу. Ошибки в выборе профессии: выбор из соображений «престижа», выбор за «компанию», отождествление интереса к преподавателю и его предмету со своей будущей профессией, уступка давлению влиятельных людей. Современный рынок труда. Трудовое соглашение. Заработная плата. Рыночное равновесие. «Мышеловки». Пути получения профессии. «Матрица профессионального выбора». Среднее специальное образование. Высшее образование. Навыки самопрезентации. «Личное пространство». Резюме, его основные компоненты. Составление анкеты на должность. Стратегия выбора профессии. «Хочу», «могу», «надо». Цели при планировании профессиональной карьеры. Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры» Защита проекта «Моя будущая профессия».

**Календарно-тематическое планирование факультатива
«Профессиональное самоопределение» в 8 классе**

№ п/п	Наименование раздела, тем	Цель	Дата проведения	
			По плану	Фактич.
Что я знаю о своих возможностях (8 часов)				
1.	Самооценка и уровень притязаний.	Изучение психологических особенностей личности. Составление индивидуального психологического портрета личности. Развитие умения видеть свои недостатки и работать над ними.		
2.	Темперамент и профессия. Определение темперамента.			
3.	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.			
4.	Стресс и тревожность.			
5.	Определение типа мышления.			
6.	Внимание и память.			
7.	Уровень внутренней свободы.			
8.	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях».			
Что я знаю о профессиях-8 часов				
9.	Классификация профессий. Признаки профессий.	Знакомство с различными классификациями профессий, профессионально важными качествами и медицинскими противопоказаниями. Определение профессиональных интересов и склонностей, состояния здоровья каждого обучающегося.		
10.	Определение типа будущей профессии.			
11.	Профессия, специальность, должность. Формула профессии.			
12.	Интересы и склонности в выборе профессии.			
13.	Определение профессионального типа личности.			
14.	Профессионально важные качества.			
15.	Профессия и здоровье.			
16.	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях».			
Способности и профессиональная пригодность (10 часов)				
17.	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.	Определение степени сформированности разных видов способностей у каждого обучающегося. Знакомство со степенями профессиональной пригодности человека.		
18-19.	Способности к интеллектуальным видам деятельности.			
20.	Способности к профессиям социального типа.			
21.	Способности к офисным видам деятельности.			
22-23.	Способности к предпринимательской деятельности.			

24.	Артистические способности.			
25.	Уровни профессиональной пригодности.			
26.	Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность».			
Планирование профессиональной карьеры (8 часов)				
27.	Мотивы и потребности.	Определение роли мотивов и потребностей в жизни человека. Анализ рынка труда и образовательных услуг. Развитие умения планировать свою профессиональную карьеру, навыков самопрезентации.		
28.	Ошибки в выборе профессии.			
29.	Современный рынок труда.			
30.	Пути получения профессии.			
31.	Навыки самопрезентации.			
32.	Стратегия выбора профессии.			
33.	Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры».			
34.	Защита проекта «Моя будущая профессия».			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 355657241185316324136411458373773346058785353914

Владелец Елисеева Татьяна Геннадьевна

Действителен с 31.10.2022 по 31.10.2023