

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
«ЯНИНСКИЙ ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ»

«Принята»
Педагогическим советом
Протокол № 5
от «13» ноября 2020 года

Утверждаю

Директор школы

Зюзин А.Б.

Приказ № 7

от «18» ноября 2020 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«МОЙ ВЫБОР»

Автор (составитель): **Белашапкина Анастасия Александровна,**
педагог- психолог
Направленность программы: **социально- гуманитарная**
Возраст учащихся, осваивающих программу: **15-16 лет**
Срок реализации программы: **1 год**

гп. Янино-1
2020 год

Содержание:

1. Пояснительная записка	3	2.
Результаты освоения учебного курса	4	
3. Формы контроля	5	
4. Содержание программы обучения	6	
5. Учебно-тематическое планирование	7	
6. Описание материально-технического обеспечения ..	11	
7. Список литературы	12	

Пояснительная записка

- в соответствии с требованиями Федерального компонента государственного образовательного стандарта общего образования
- с учетом Примерной основной образовательной программы общего образования, созданной на основе федерального государственного образовательного стандарта. - на основании: учебного плана МОБУ «СОШ «Янинский ЦО», Федерального перечня учебников, утвержденных, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих программы начального образования.

Рабочая программа конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта и дает примерное распределение учебных часов по разделам курса.

Целью программы является оказание психологической помощи старшеклассникам в личностном и профессиональном самоопределении и выборе с учётом профиля обучения на ближайшие годы, а затем профессии.

Задачи реализации курса состоят в том, чтобы учащиеся:

— составили целостное представление о мире профессий; освоили понятия, характеризующие профессиональную деятельность человека;

— исследовали собственные познавательные интересы, склонности, способности;

— определили пути и способы развития познавательных и личностных возможностей в системе образовательной подготовки к будущей профессии.

Методы Перечень методов работы на занятиях включает, кроме информирования, применение диагностических методик, дискуссию, ролевое проигрывание, психотехнические приёмы. В процессе преподавания курса используются разнообразные формы организации занятий: индивидуальные и групповые беседы, тестирование, ролевые игры, творческие этюды, деловые игры.

1. Общая характеристика учебного курса

Программа «Мой выбор» разработана с учетом целей и задач, поставленных в Концепции профильного обучения и в соответствии с обязательным минимумом содержания основных образовательных программ.

Программа рассчитана на 72 часа. Каждая тема укладывается в один урок. В программе использованы лекционно-диагностические и практические формы занятий. В них входит профессиональная диагностика, ролевые игры, проблемно-поисковые задачи, элементы проектной деятельности, контрольные задания.

Уроки разработаны на основе традиционной классно-урочной системы с учетом принципов дифференцированного обучения и модульной организации учебного процесса. Уроки сгруппированы в четыре самостоятельных, но логически связанных блока (модуля).

2. Результаты освоения учебного курса

В процессе изучения программы учащиеся должны:

иметь представление об особенностях личности человека, свойствах его нервной системы, о познавательных процессах и способах их развития, о способностях человека, его мотивационной составляющей в личностном развитии, о классификации мире профессий и современном рынке труда; знать круг вопросов, касающихся своих личностных возможностей в плане

индивидуального развития и профессионального выбора; уметь использовать знания, полученные в ходе изучения курса для своего личностного развития учащихся и будущего профессионального потенциала.

Для реализации поставленных целей и задач применяются следующие методы: лекционный метод передачи знаний, психодиагностические процедуры для исследования личностных особенностей, методы творческого самовыражения в рисунках, письменных работах, методы социально-психологического тренинга, психологические игры, методы психологической саморегуляции.

Оценивание деятельности учащихся в рамках данного учебного курса – зачетная система, т.к. специфика учебного материала и методика его преподавания требуют особых форм оценивания результатов работы учащихся. Критерии оценивания в рамках зачетной системы:

- точность определения понятий, сформированная «понятийная» компетентность в рамках изучаемой тематики;
- полнота ответов;
- умение аргументировать свою точку зрения во время ответов и дискуссии; - овладение навыками рефлексии, самоанализа; - активная позиция во время занятий.

Итоговая работа учеников по данному курсу - письменно оформленный социальный проект, нацеленный на решение изученной по данному курсу социальной проблемы.

3. Формы контроля

Рефлексия по каждому занятию в форме вербального проговаривания, ведение рабочей тетради «Основы профессионального самоопределения», выполнение домашних заданий, арт-рефлексии, рефлексии с использованием техники «Письмо себе, любимому», представление проектов по изученным темам. Также обучающиеся проходят мониторинг УУД.

Программой предусматривается выполнение и защита творческого проекта «Мой выбор». Проект должен отражать теоретическую и практическую части программы.

Ожидаемые результаты:

- составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его; 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;
- преодолевать барьеры общения, стереотипы поведения, распознавать манипуляции; развитие умения адекватного использования невербальных и вербальных средств выразительности в процессе общения;
- ставить перспективные цели и планировать способы их достижения; развитие умений презентовать себя и свою деятельность в рамках разработанных проектов; формирование уверенного поведения в ситуациях профессиональных проб;
- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

4. Содержание учебного курса:

1 блок: что я знаю о своих возможностях:

Цели и задачи программы «Психология и выбор профессии».

Само презентация. Самооценка. Успех. Уровень притязаний. Темперамент и свойства нервной системы. Темперамент и выбор профессии. Чувства и эмоции. Три основных типа агрессивного поведения. Виды стресса. Черты характера, провоцирующие конфликт. Черты характера, препятствующие конфликту. Основные черты, присущие мышлению талантливых людей. Типы мышления. Как развивать мышление. Внимание. Свойства внимания. Память, её виды. Как тренировать память. Уровень внутренней свободы.

Психологические особенности людей. Психологический кроссворд.

2 блок: что я знаю о профессиях:

Классификации профессий. Признаки профессии. Классификация профессий Е. А. Климова. Формула профессии. Профессия, специальность, должность. Цели труда, предмет труда, средства труда, условия труда. Интересы и склонности в выборе профессии. Профессионально важные качества.

Профессия и здоровье.

3 блок: Способности и профессиональная пригодность:

Способности общие и специальные. Способности человека к разным видам деятельности. Уровни профессиональной пригодности. Профессиональная непригодность к конкретной профессии. Профессиональная пригодность к конкретной профессии или группе профессий.

4 блок: Планирование профессиональной карьеры:

Мотивы и потребности. Мотивы трудовой деятельности человека. Мотивация. Ошибки в выборе профессии. Современный рынок труда. Трудовое соглашение. Заработная плата. Рыночное равновесие. Пути получения профессии. «Матрица профессионального выбора». Навыки самопрезентации. Стратегия выбора профессии. Цели при планировании профессиональной карьеры. Защита проекта «Моя будущая профессия».

5. «Учебно-тематическое планирование».

№	Тема	Количество часов	Формы текущего контроля
1	Что такое профориентация	1	
2	Цели и задачи программы «Мой выбор».	1	
3-4	Основные подходы к индивидуальному выбору профессии. Учет свойств личности при планировании профессионального будущего.	2	
5-6	Самооценка и уровень притязаний.	2	
7-8	Темперамент и профессия. Определение темперамента	2	
9-10	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.	2	
11-12	Стресс и тревожность.	2	
13-14	Определение типа мышления	2	
15-16	Внимание и память	2	
17	Уровень внутренней свободы	1	
18-19	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях»	2	
20-21	Классификация профессий. Признаки профессий.	2	
22-23	Определение типа будущей профессии	2	
24-25	Профессия, специальность, должность. Формула профессии.	2	
26-27	Интересы и склонности в выборе профессии.	2	
28-29	Определение профессионального типа личности.	2	
30-31	Профессионально важные качества	2	
32	Профессия и здоровье	1	
33-34	Востребованные профессии на рынке труда города и области	2	
35,36,37	Атлас профессий	3	
38-39	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях»	2	
40	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.	1	
41	Способности к интеллектуальным видам деятельности	1	
42	Способности к профессиям социального типа	1	

43	Способности к офисным видам деятельности	1	
44	Способности к предпринимательской деятельности	1	
45	Артистические способности	1	
46	Уровни профессиональной пригодности	1	
47-48	Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность»	2	
49-50	Мотивы и потребности	2	
51-52	Ошибки в выборе профессии	2	
53	Современный рынок труда	1	
54	Основные понятия и определения. Региональный рынок труда (особенности и тенденции развития).	1	
55	Пути получения профессии	1	
56	Навыки само презентации	1	
57	Уметь представить себя, презентовать себя, оформление резюме.	1	
58	Информация, необходимая при выборе учебного заведения.	1	
59	Стратегия выбора профессии	1	
60-61	Встречи с людьми интересных профессий	2	
62-63	Роль Городского Центра занятости в профориентационной и консультационной работе с обучающимися. Экскурсии на производства и учебные заведения	2	
64-65	Деловая игра «Кадровый вопрос».	2	
66-67	Дебаты «Выбор профессии»	2	
68-69	Базы данных учебных заведений. Обзоры сайтов.	2	
70	Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры».	1	
71-72	Защита проекта «Моя будущая профессия». Итоговое занятие	2	
Итого		72	

«Календарный учебный график»

№	Тема	Количество часов	Дата
1	Что такое профориентация	1	
2	Цели и задачи программы «Мой выбор».	1	
3-4	Основные подходы к индивидуальному выбору профессии. Учет свойств личности при планировании профессионального будущего.	2	

5-6	Самооценка и уровень притязаний.	2	
7-8	Темперамент и профессия. Определение темперамента	2	
9-10	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.	2	
11-12	Стресс и тревожность.	2	
13-14	Определение типа мышления	2	
15-16	Внимание и память	2	
17	Уровень внутренней свободы	1	
18-19	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях»	2	
20-21	Классификация профессий. Признаки профессий.	2	
22-23	Определение типа будущей профессии	2	
24-25	Профессия, специальность, должность. Формула профессии.	2	
26-27	Интересы и склонности в выборе профессии.	2	
28-29	Определение профессионального типа личности.	2	
30-31	Профессионально важные качества	2	
32	Профессия и здоровье	1	
33-34	Востребованные профессии на рынке труда города и области	2	
35,36,37	Атлас профессий	3	
38-39	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях»	2	
40	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.	1	
41	Способности к интеллектуальным видам деятельности	1	

42	Способности к профессиям социального типа	1	
43	Способности к офисным видам деятельности	1	
44	Способности к предпринимательской деятельности	1	
45	Артистические способности	1	
46	Уровни профессиональной пригодности	1	
47-48	Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность»	2	
49-50	Мотивы и потребности	2	
51-52	Ошибки в выборе профессии	2	
53	Современный рынок труда	1	
54	Основные понятия и определения. Региональный рынок труда (особенности и тенденции развития).	1	
55	Пути получения профессии	1	
56	Навыки самопрезентации	1	
57	Уметь представить себя, презентовать себя, оформление резюме.	1	
58	Информация, необходимая при выборе учебного заведения.	1	
59	Стратегия выбора профессии	1	
60-61	Встречи с людьми интересных профессий	2	
62-63	Роль Городского Центра занятости в профориентационной и консультационной работе с обучающимися. Экскурсии на производства и учебные заведения	2	
64-65	Деловая игра «Кадровый вопрос».	2	
66-67	Дебаты «Выбор профессии»	2	
68-69	Базы данных учебных заведений. Обзоры сайтов.	2	
70	Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры».	1	
71-72	Защита проекта «Моя будущая профессия». Итоговое занятие	2	
Итого		72	

6. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса.

1. Резапкина Г. В., Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов. – 2-е изд., исправл. – М.: Генезис, 2004. – 125 с.
2. Афанасьева Н.В. Профориентационный тренинг для старшеклассников «Твой выбор» / под ред. Н.В. Афанасьевой. – СПб.: Речь. 2007.
3. «Закон об образовании». М.: Про-Пресс, 2004.
4. Климов Е.А. Как выбирать профессию? //Библиография.- М., 2005, №6
5. Пряжников Н.С. “Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8–11 классы). — М.: ВАКО, 2005.
6. Образцова Т.Н. Ролевые игры для детей. М.: ООО “Этрол”, ООО “ИКТЦ “ЛАДА”, 2005.
7. Савченко М.Ю. Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам (9–11 класс): Практическое руководство для классных руководителей и школьных психологов / Под науч. ред. Л.А. Обуховой.- М.: «Вако», 2005.
8. Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации. М.: ВЛАДОС пресс, 2001.
9. Л.А.Ясюкова Прогноз и профилактика проблем обучения, социализация и профессиональное самоопределение старшеклассников (часть 1): Методическое руководство, Спб: «ИМАТОН», 2005

7. Список дополнительной литературы:

Для педагога:

1. Голуб, Г. Б., Предпрофильная подготовка учащихся: Рекомендации по организации и проведению / Под ред. проф. Е. Я. Когана. – Самара: Издательство «Учебная литература», Издательский дом «Фёдоров», 2006. – 160 с.
2. Зуева, Ф. А., Предпрофильное и профильное образование учащихся: основные подходы: метод. пособие / Ф. А. Зуева. – Челябинск: Взгляд, 2006. – 143 с.
3. Твоя профессиональная карьера: методика: кн. для учителя / С. Н. Чистякова, И. А. Умовская, Т. И. Шалавина, А. И. Цуканов; под ред. С. Н. Чистяковой. – М.: Просвещение, 2006. – 160 с.
4. Технология: твоя профессиональная карьера: дидактич. материалы: кн. для учителя / С. Н. Чистякова, Н. Ф. Родичев, Н. С. Пряжников, И. А. Умовская; под ред. С. Н. Чистяковой. – М.: Просвещение, 2008. – 111 с. **Для обучающихся:**

1. Голуб, Г. Б., Дневник предпрофильной подготовки. 9 класс / Под ред. проф. Е. Я. Когана. – Самара: Издательство «Учебная литература», Издательский дом «Фёдоров», 2006. – 64 с.
2. Зуева, Ф. А., Предпрофильная подготовка: Основы профессионального самоопределения: Учеб. Пособие для учащихся 9 кл. – 2-е изд., испр. и доп. / Ф. А. Зуева. – Челябинск: Взгляд, 2006. – 47 с.
3. Павлова Т. Л., Профорентация старшеклассников: Диагностика и развитие профессиональной зрелости. – М.: ТЦ Сфера, 2006. – 128 с. 4. Резапкина, Г. В., Секреты выбора профессии, или путеводитель выпускника. – М.: Генезис, 2005. – 140 с.
5. Резапкина, Г. В., Отбор в профильные классы. – М.: Генезис, 2005. – 124 с.
6. Резапкина Г. В., Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: рабочая тетрадь учащегося. – М.: Генезис, 2005. – 80с.
7. Твоя профессиональная карьера: учеб. для 8 – 9 кл. общеобразоват. учреждений / П. С. Лернер, Г. Ф. Михальченко, А. В. Прудило и др.; под ред. С. Н. Чистяковой. – 4-е изд. – М.: Просвещение, 2007. – 159 с.