

Согласовано
Заместитель директора по
учебной работе



М.В. Макаров

Утверждаю
Директор МБОУ «СОШ №9»



О.Н. Балюк

Приказ № 167 от 31.08.2022

Рабочая программа
элективного курса
«Выбор профессии»
на 2022-23 учебный год

Класс: 8

Профиль: базовый

Всего часов на изучение программы 17

Количество часов в неделю 1

Рабочую программу составила:
Осипова Надежда Васильевна,
педагог - психолог

г. Вязники 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа элективного курса по профориентации «Основы выбора профессии» составлена на основе учебно –методического пособия Г.В. Резапкиной «Психология и выбор профессии», 2011г.

Программа разработана для 8 класса.

Основной **целью** курса является формирование у учащихся личностной готовности к первичному профессиональному самоопределению, а именно к выбору профиля обучения в старшей школе, а также к выбору вида и уровня образования после окончания основной школы, готовности к осознанному социальному и профессиональному самоопределению.

Задачи:

- помочь учащимся раскрыть психологические особенности своей личности;
- подготовить школьников к осознанному выбору профиля обучения в старшей школе и в перспективе – будущей профессии;
- расширить знания учащихся о мире профессий, ознакомив их с классификацией, типами и подтипами профессий, возможностями подготовки к ним, дать представление о профпригодности и компенсации способностей;
- обучить учащихся выявлению соответствия требований выбранной профессии их способностям и возможностям;
- сформировать у школьников качества творческой, активной и легко адаптирующейся личности, способной реализовать себя в будущей профессии в современных социально-экономических условиях;
- обучить планированию профессиональной карьеры.

Рабочая программа рассчитана на 17 часов, 1 час в неделю. Для оценки результативности программы предусмотрено проведение стартовой, и итоговой работы (самоанализ профнамерений и составление ЛПП).

Формы организации учебного процесса: фронтальные, групповые, парные, индивидуальные. В программе использованы различные типы уроков. В них входит профессиональная диагностика с использованием надёжных методик, деловых и ролевых игр, проблемно-поисковых задач, исследовательской и проектной деятельности. В процессе обучения используется различный дидактический материал: презентации по темам курса, плакаты, схемы, видеоматериалы. Уроки составлены по схеме блочно – событийных погружений (БСП).

Требования к уровню подготовки учащихся.

В результате выполнения данной программы учащиеся должны знать сущность и содержание следующих понятий:

- психологические особенности личности;
- профессиональные интересы и склонности, способности;
- классификация, типы и подтипы профессий;
- профессиональная пригодность;
- карьера, виды карьеры;
- личный профессиональный план;
- самооценка;
- рынок труда.

На основе полученных знаний учащиеся должны уметь:

- выявлять свои способности и профессиональные интересы;
- определять соответствие выбранной профессии своим способностям, личностным особенностям и запросам рынка труда;
- работать с профессиограммами;
- составлять личный профессиональный план.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока п/п	№ урока в теме (разделе)	Наименование раздела и тем	Часы учебного времени
1. Введение (1 час)			1
1	1	Предмет и задачи курса.	
2. Что я знаю о своих возможностях (6 часов)			6
2	1	Самооценка и уровень притязаний. <i>Стартовая работа.</i>	1
3	2	Темперамент и профессия Определение темперамента.	1
4	3	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.	1
5	4	Стресс и тревожность.	1
6	5	Мышление. Определение типа мышления.	1
7	6	Внимание и память.	1
3. Способности и профессиональная пригодность (7 часов)			7
8	1	Способности общие и специальные.	1
9	2	Способности к интеллектуальным видам деятельности.	1
10	3	Способности к профессиям социального типа.	1
11	4	Способности к офисным видам деятельности.	1
12	5	Способности к предпринимательской деятельности.	1

13	6	Артистические способности.	1
14	7	Уровни профессиональной пригодности	1
4. Что я знаю о мире профессий (3 часа)			3
15	1	Профессионально важные качества	1
16	2	Профессия и здоровье.	1
17	3	Обобщающий. Построение профессионального плана	1
ИТОГО			17

Содержание учебного курса

1. Введение (1 час)

Роль профессионального самоопределения в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана.

2. Что я знаю о своих возможностях (6 часов)

Раскрытие значения самоуважения, чувства собственного достоинства. Выявление уровня самооценки. Формирования уверенности в себе.

Нервная система человека. Типы нервной системы и их различия. Темперамент. Типы темперамента. Анализ различных типов нервной системы и темперамента.

Характер. Виды черт характера. Анализ различных черт характера.

Роль чувств и эмоций в жизни человека. Агрессивное поведение. Уровень эмоциональности человека и профессия.

Виды стресса. Тревожность. Определение уровня тревожности.

Понятие «мышление». Типы мышления. Формы логического мышления.

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

Приёмы запоминания. Внимание. Качества внимания. Виды внимания.

3. Способности и профессиональная пригодность (7 часов)

Способности. Виды способностей: общие и специальные. Разновидности специальных способностей. Условия развития специальных способностей.

Особенности интеллектуальной сферы.

Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов. Профессионально важные качества руководителя. Определения уровня развития волевых качеств. Программа самоконтроля.

Общение. Способность различных людей к общению. Деловое общение. Основные признаки делового общения.

Профессии офисного типа. Атрибуты профессий офисного типа. Определение способностей к профессиям офисного типа.

Функциональная асимметрия головного мозга. Влияние доминирующего типа полушария на развитие способностей. Определение ведущего полушария.

Обобщение изученного теоретического материала. Степень сформированности способностей.

3. Что я знаю о мире профессий (3 часа)

Этапы профессионального самоопределения. Профессия. Специальность. Специализация.

Квалификация.

Анализ различий между понятиями «профессия», «специальность», «специализация», «квалификация».

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

Требования к здоровью человека. Медицинские противопоказания. Уровень психо-эмоционального состояния учащихся. Способы саморегуляции.

Презентации, видеоролики о факультетах и учебных заведениях.

Встреча с представителями средне – специальных и высших учебных заведений

Обобщение изученного теоретического материала. Построение нового варианта личного профессионального плана. Сравнительный анализ варианта ЛПП, составленный в начале курса и нового варианта.

ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИХ СРЕДСТВ ОБУЧЕНИЯ

1. Грецов А.Г. Выбираем профессию. Советы практического психолога. – Сб.: Питер, 2006.-
2. Методика преподавания курса «Твоя профессиональная карьера»/ под ред. С.Н. Чистяковой. – М., 1997.
3. Психология популярных профессий/под ред. Л.А.Головей. СПб.:Речь, 2003.
4. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов.- М.: Генезис, 2011.-208с.
5. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов.- М.: Генезис, 2011.-208с.
6. Резапкина Г.В. Отбор в профильные классы. .- М.: Генезис, 2005.-124с.
7. Шевченко М.Ф. Тренинг «Профориентация для старшеклассников». – СПб.: Речь, 2007. – 168 с.
8. Элективный курс «Человек и профессия». – М.: Глобус, 2007.

Интерактивные средства обучения:

1. <https://atlas100.ru/catalog/>
2. <https://bvbinfo.ru/>
3. <https://proektoria.online/>
4. <https://testirovanie.ru/instruments/proforientatsionnye-testy-dlya-vsekh-voznrastov/profdiagnostika/#win1>
- 5.

Приложение 1

Приложение к рабочей программе элективного курса «Выбор профессии» (БСП)

Предмет: Выбор профессии

Класс: 8

№	Тема раздела	Предполагаемое событие	Коррекция (в течение года)
1	Введение		
2	Что я знаю о своих возможностях	«Бюджет» моего Я	
3	Способности и профессиональная пригодность	Редакция журнала «Мир модных профессий»	
4	Что я знаю о мире профессий	Лаборатория «Профпроба»	

Психологический кроссворд

Вспомните, какими словами обозначаются эти понятия, и впишите их в клетки.

1. Предмет труда профессий, связанных с исследованием, изучением и использованием природных ресурсов, уходом за животными и растениями.
2. Цели труда, заключающиеся в сравнении, проверке, оценке, сортировке.
3. Осмысленный порядок вещей.
4. Вещественные средства труда, используемые в работе плотника, хирурга, скульптора.
5. Ученый, автор самой известной в нашей стране классификации профессий.
6. Важнейшее условие правильного выбора профессии.
7. Цели труда, направленные на изменение предметов, материалов, процессов.
8. Влечение, интерес к какому - либо занятию.
9. Предмет труда в профессиях, связанных с текстами, формулами, расчетами, чертежами.
10. Предмет труда в профессиях, связанных с проектированием, производством и обслуживанием различных машин, приборов и механизмов.

Приложение 3

Методики для начальной и заключительной диагностики:

1. Выбрали ли вы свою будущую профессию?

2. Назовите выбранную вами профессию.

3. Чем обусловлен Ваш выбор, что привлекает Вас в избранной профессии:

- А) её престижность
- Б) комфортные условия труда
- В) высокая материальная заинтересованность
- Г) близость к месту жительства
- Д) перспективность профессионального роста
- Е) общение с людьми
- Ж) романтичность профессии
- З) семейная традиция
- И) независимость в работе
- К) возможность творческой деятельности
- другое (укажите) _____

4. Что вы знаете о своей будущей профессии?

- А) предмет, содержание, условия труда
- Б) профессионально важные качества
- В) где можно получить эту профессию
- Г) спрос на эту профессию на рынке труда
- Д) медицинские противопоказания

5. Что мешает выбрать профессию?

- А) плохо знаю мир профессий
- Б) плохо знаю свои возможности
- В) не могу выбрать из нескольких вариантов
- Г) не знаю, как выбирать профессию
- Д) еще не думал (а) о выборе профессии

6. Предпринимаете ли вы что – нибудь для подготовки себя к будущей профессии?

А) не вижу в этом необходимости

Б) хотелось бы что-нибудь сделать, но не знаю, с чего начать

В) частично готовлюсь

Г) да, я готовлюсь к будущей профессии.

Приложение 4

Анкета по элективному курсу

Учащимся предлагается в свободной форме, в виде сочинения. Написать свой отзыв по программе, учитывая следующие вопросы:

1. Что мне дало изучение этого элективного курса? Какие знания умения, навыки я приобрел?
2. Мое мнение о содержании, способах проведения занятий?
3. Что мне не понравилось при изучении курса и почему?
4. Что следовало бы изменить в программе, а что оставить.

Анкета для старшеклассников.

Уважаемый старшеклассник!

Вы вступаете в период жизни, когда необходимо принимать решение - выбирать свою будущую профессию. Волнуются все - родители, учителя и, конечно, Вы. Вам советуют, рекомендуют, но выбирать Вам предстоит **самостоятельно**, так как это **ваша жизнь**.

Мы предлагаем анкету с целью оказания помощи и изучения затруднений, которые Вы испытываете при выборе профессии.

Желаем успеха!

1. Какую профессию (или профессии) Вы для себя выбираете? (перечислите не более двух)

2. Что привлекает Вас в выбранной профессии (отметить не более трех позиций):

- *социальная престижность;*
- *зарплата;*
- возможность иметь свободное время;
- *возможность развить свои способности* _____ (назовите)
- *интеллектуальный характер профессии;*
- возможность командовать другими;
- творческий характер, профессии;
- возможность приносить людям пользу;
- возможность общения с людьми;
- сложность профессии;
- иное _____ ? (назовите)

3. Какую пользу обществу Вы принесете, выбирая эту профессию?

4. Назовите учебное заведение, в котором Вы собираетесь продолжить образование?

5. Какие экзамены Вам предстоит сдавать? _____

6. Как Вы готовитесь к поступлению в вуз (выделите не более 3-х позиций):

- изучаете индивидуальные особенности своей личности;
- интересуетесь требованиями к выбранной профессии;
- изучаете свои личные затруднения, их причины;
- знакомитесь с учебными заведениями и правилами приема («Дни открытых дверей»);
- читаете справочники для поступающих в вузы, средние специальные заведения;
- начали заниматься с преподавателями вне школы или посещаете курсы? (перечислите, какие предметы) _____

7. Из каких источников, от кого Вы узнаете информацию о будущей профессии:

- родители;
- учителя;
- друзья;
- родственники;
- Интернет;
- иное (что)

Спасибо!

Приложение 6

Анкета для выявления готовности школьников к выбору профессии

(подготовлен профессором В.Б. Успенским)

Цель: определение готовности учащихся к выбору профессии.

Учащимся предлагается прочитать нижеперечисленные утверждения и выразить свое согласие или несогласие с ними ответами «да» или «нет».

1. Вы уже твердо выбрали профессию.
2. Основной мотив выбора материальные интересы.
3. В избранной профессии вас привлекает сам процесс труда.
4. Вы выбираете учебное заведение, потому что туда пошли учиться ваши друзья.
5. Вы выбираете место учебы, потому что оно недалеко от дома.
6. Если вы не сможете поступить в избранное вами учебное заведение, то у вас есть запасные варианты.
7. Вы читаете периодические издания, связанные с будущей профессией.
8. Вам известны противопоказания, которые существуют для избранной профессии.
9. Не важно, кем работать, важно, как работать.
10. Вы думаете, что с выбором профессии не надо спешить, сначала нужно получить аттестат.
11. Вам известно, каких качеств, важных для будущей профессии, вам недостает.
12. Вы занимаетесь развитием профессионально значимых качеств.
13. Согласны ли вы с тем, что здоровье не влияет на выбор профессии?
14. Как вы думаете, учителя одобрили бы ваш выбор?
15. Вы знаете о неприятных сторонах будущей профессии.
16. Вам удалось осуществить пробу сил в деятельности, близкой к будущей профессии.
17. Вы консультировались о выборе профессии.
18. Главное в выборе профессии — возможность поступить в учебное заведение.
19. Вы знаете об условиях поступления в выбранное учебное заведение.
20. Вам известно о возможностях трудоустройства по избираемой профессии.
21. Вы уверены, что родственники помогут вам поступить в вуз.
22. Вы знаете о возможных заработках у представителей избираемой профессии.
23. Если не удастся поступить в избранное учебное заведение, то вы будете пытаться вновь.
24. Для правильного выбора профессии достаточно вашего слова «хочу».

Обработка и интерпретация результатов

Анкета обрабатывается сразу, данные заносятся в тетрадь.

1 балл за каждый ответ «да» на вопросы: 1, 3, 6, 7, 8, 11, 12, 14, 16, 17, 19, 20, 22, 23.

1 балл за каждый ответ («нет» на вопросы: 2, 4, 5, 9, 10, 13, 15, 18, 21, 24.

Подсчитайте сумму и определите уровень готовности школьников к выбору профессии по следующей шкале:

0—6 баллов неготовность;

7—12 баллов низкая готовность;

13—18 баллов — средняя готовность;

19—24 балла — высокая готовность.