Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования «Усть-Ишимский детский оздоровительно-образовательный физкультурно-спортивный центр»

РАССМОТРЕНА
Принята на заседании
Методического совета
ДООФСЦ»
от «15» 04.2024г.
Татаринцев
Протокол № 03

УТВЕРЖДАЮ
— Директор МБОУ ДО
«Усть-Ишимский
— Ю.А.

««15» 04.2024г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ДИСТАНЦИОННАЯ ПРОГРАММА «ФОРМУЛА ПРОФЕССИИ»

Социально-гуманитарной направленности

Возраст обучающихся — 14 - 17 лет Трудоемкость программы — 16 часов уровень сложности — стартовый, дистанционная форма освоения

> Автор-составитель: Мокринская Агата Юрьевна, педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Старший подростковый возраст является тем возрастным этапом развития, который наиболее благоприятен для осознания самого себя, своих индивидуальных особенностей, построения планов на ближайшее будущее. Этот этап отдаленное онжом назвать готовностью К самоопределению. В подростковом возрасте складывается избирательный характер отношения к школьным предметам, появляются профессионально сензитивность учения, ориентированные мотивы приобретению профессиональных знаний, умений и навыков.

Не имея еще ни достаточного жизненного опыта, ни опыта принятия решений, обучающиеся должны определиться в важном вопросе – вопросе выбора профессии, который является одним из самых первых серьезных выборов для большинства школьников. Часто обучающиеся испытывают серьезные затруднения в выборе такого рода. Поэтому так важно у обучающихся подросткового возраста формировать психологическую готовность к профессиональному самоопределению, осуществлять психологическое сопровождение выбора профессии и подготовки к ней.

Чтобы сделать правильный профессиональный выбор подростку необходимо ориентироваться в мире профессий, знать какие требования предъявляет профессия к человеку, надо изучить свои индивидуальные особенности. В ходе проведения профориентационной работы с подростками важно предоставлять им необходимую информацию о профессиях и ситуации на рынке труда, активизировать самостоятельную работу по поиску информации об учебных заведениях. В этом подростку сможет помочь программа профориентационных занятий «Формула профессии».

Актуальность данной программы в том, что она создает зону просоциального развития, позволяет подростку стать более социально адаптированным, получить знания о многообразии профессий. Подросткам предлагаются темы, важные для них в силу возрастных особенностей развития.

Цель программы - содействие в профессиональном самоопределении обучающихся, посредством развития психологической готовности к профессиональному самоопределению.

Достижение этой цели предполагает решение следующих задач:

- Развитие представлений и понятий, связанных с миром профессий;
- Активизация самопознания, развитие умения соотносить индивидуальные особенности с требованиями будущей профессии;
- Формировать умение планировать свое профессиональное будущее;
- Создание условий для формирования у обучающихся сознательного отношения к выбору своей будущей профессии, повышение уровня мотивации к профессиональному самоопределению;
- Формирование навыков принятия решений и преодоления препятствий на пути к достижению целей;
- Формирование представлений о профессиональном образовании, возможностях трудоустройства, становления карьеры.
- Формирование умений и навыков, необходимых для успешной самопрезентации.

Срок реализации программы – 2 месяца.

Трудоемкость программы – 16 часов.

Время на освоение программы дано примерно и может корректироваться исходя из целей и задач, поставленных педагогом и индивидуальных возможностей обучающихся.

Форма проведения и режим занятий

В данной образовательной программе используются следующие формы занятий: информационные блоки, психологические тесты, упражнения на отработку различных навыков.

Программа «Формула профессии» предназначена для обучающихся — **14 – 17 лет.**

Подростковый возраст - период развития детей от 11-12 до 15-17 лет. Это пора достижений, стремительного наращивания знаний, умений, становления нравственности и открытия «Я», обретения новой социальной позиции. Но не следует забывать, что это также я возраст потерь детского мироощущения, более беззаботно и безответственного образа жизни, пор мучительно-тревожных сомнений в себе и своих возможностях, поиски правды в себе и других и т.д.

Наиболее характерные черты подросткового поведения и психологические состояния, наиболее часто переживаемые подростками:

- резкое ухудшение поведения, проявляющееся в негативизме (т.е. в желании поступать вопреки чужой воли), упрямстве, драчливости, противопоставлении себя учителям и взрослым и т.п.
- выраженная противоречивость стремлении и их настойчивый характер. С этой чертой связана и противоречивость эмоциональных состояний, переживаемых подростком, выраженный психологический дискомфорт тревога, страхи;
- реакция эмансипации выраженное освободиться из-под опеки и контроля со стороны родителей и взрослых. Однако далеко не всегда эмансипация принимает форму оппозиции, как это воспринимается родителями. Подросток стремится не столько противостоять взрослым, сколько стать равным им, что, конечно, трудно при сохраняющейся экономической и социально зависимости.
- Реакция группирования со сверстниками, которая представляет собой оборотную сторону предыдущей. Эта реакция, при всей своей кажущейся для взрослых бессмыслицей, по-видимому, отвечает каким-то эмоциональным потребностям подростков.
- Особенности характера подростков, в частности, выраженность в этом возрасте так называемых акцентуации характера.

Старший школьный возраст — это период завершения полового созревания и вместе с тем начальная стадия физической зрелости. Для старшеклассника типична готовность к физическим и умственным нагрузкам. Физическое развитие благоприятствует формированию навыков и умений в труде и спорте, открывает широкие возможности для выбора профессии. Наряду с этим физическое развитие оказывает влияние на развитие некоторых качеств личности. Например, осознание своей физической силы, здоровья и привлекательности влияет на формирование у юношей и девушек высокой самооценки, уверенности в себе, жизнерадостности и т. д., наоборот, осознание своей физической слабости вызывает порой у них замкнутость, неверие в свои силы, пессимизм.

Старший школьник стоит на пороге вступления в самостоятельную жизнь. Это создает новую социальную ситуацию развития. Задача самоопределения, выбора своего жизненного пути встает перед старшим школьником как задача первостепенной важности. Школьники старших классов обращены в будущее. Это новая социальная позиция изменяет для них и значимость учения, его задач и содержания. Старшие школьники оценивают учебный процесс с точки зрения того, что он дает для их будущего. Они начинают иначе, чем подростки, смотреть на школу. Если

подростки смотрят в будущее с позиции настоящего, то старшие школьники на настоящее смотрят с позиции будущего.

Принцип набора на курс свободный. Набор в группу осуществляется по заявлению родителей или законных представителей ребенка.

Особенности организации образовательного процесса: программа реализуется на платформе Stepik. Ссылка на дистанционный курс - https://stepik.org/212373

Планируемые результаты:

Личностные:

- повысить уровень мотивации к учебной деятельности, понять личную ответственность за результат учебной деятельности;
- сформировать адекватную самооценку;
- научиться делать нравственный выбор и давать нравственную оценку
- развивать рефлексию.

Метапредметные:

познавательные:

- самостоятельно преобразовывать практическую задачу в познавательную.
- умеь осуществлять информационный поиск, сбор и выделение существенной информации из различных источников.
- Проявлять инициативу и самостоятельность в обучении.
- Выделять, обобщать и фиксировать нужную информацию.

регулятивные:

- уметь планировать собственную деятельность в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.
- уметь контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основании оценки и учёта характера ошибок.
- Следовать режиму организации учебной деятельности.

коммуникативные:

• уметь сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении учебных проблем.

- уметь слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении проблемы.
- уметь интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками, взрослыми.

Предметные:

- будут знать основные виды профессий;
- освоят алгоритм определения приоритетов при выборе профессии.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

No	Наименование темы занятия	Количество
		часов
1	Основные виды профессии	1
2	Определение приоритетов при выборе	1
	профессии	
3	Диагностика профессиональных склонностей	1
4	Особенности рынка труда	1
5	Как появились профессии. Актуальные	1
	профессии на рынке труда	
6	Профессии технического профиля	2
7	Творческие профессии	2
8	Профессии, связанные с пищевой	2
	промышленностью и сферой услуг	
9	Профессии, связанные с сельским хозяйством	2
10	Профессии типа «человек-человек»	2
11	Заключительное занятие «Мое	1
	профессиональное будущее»	
Итого		16

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Основные виды профессий (1ч)

Изучение различных классификаций профессий.

Форма контроля: вопросы для самоконтроля, методика «Определение профессиональных склонностей" психолога Л.Йовайши в модификации психолога-профконсультанта Галины Резапкиной.

2. Определение приоритетов при выборе профессии (1 ч)

Знакомство с «формулой выбора профессии» и ее применение.

Форма контроля: вопросы для самоконтроля.

3. Диагностика профессиональных склонностей (1 ч)

Выполнение методик:

- «Дифференциально-диагностический опросник» (ДДО) Е.А. Климова,
- «Опросник профессиональных предпочтений» (ОПП) Дж. Голланда, Форма контроля: вопросы для самоконтроля.

4. Особенности рынка труда (1 ч)

Изучение рынка труда и его требованиями.

Форма контроля: вопросы для самоконтроля.

5. Как появились профессии. Актуальные профессии на рынке труда (1 ч)

Обучающиеся на этом занятии узнают, как появились профессии, а также какие профессии сейчас наиболее актуальны.

Форма контроля: вопросы для самоконтроля.

6. Профессии технического профиля (2 ч)

Знакомство с условиями труда, характером и спецификой работы по профессиям технического профиля.

Форма контроля: вопросы для самоконтроля.

7. Творческие профессии (2 ч)

Формирование познавательного интереса к деятельности в сфере обслуживания и творчества.

Форма контроля: вопросы для самоконтроля.

8. Профессии, связанные с пищевой промышленностью и сферой услуг (2 ч)

Формирование профессиональной компетентности в профессиях, связанных с пищевой промышленностью и сферой услуг.

Форма контроля: вопросы для самоконтроля.

9. Профессии, связанные с сельским хозяйством (2 ч)

Знакомство с профессиями, относящимися к сфере сельского хозяйства.

Форма контроля: вопросы для самоконтроля.

10. Профессии типа «человек-человек» (2 ч)

Изучение особенности профессий типа «человек-человек».

Форма контроля: вопросы для самоконтроля.

11. Мое профессиональное будущее (1 ч)

На заключительном занятии обучающиеся напишут эссе на тему «Мое профессиональное будущее».

1. *Форма контроля*: вопросы для самоконтроля, методики: «Карта интересов» - А.Е. Голомшток; «Тест личности» - К. Г. Юнг; «Дифференциально-диагностический опросник Е.А. Климова» - в модификации А.А. Азбель.

КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА

Фонд контрольно-оценочных средств включает в себя примерный перечень средств для организации контроля результативности освоения содержания программы обучающимися. Данный перечень может быть дополнен или изменен педагогом, в зависимости от специфических особенностей групп обучающихся по программе.

Контрольно-оценочная деятельность происходит на каждом этапе деятельности обучающегося в процессе освоения данного курса.

Входящий контроль, который проводится перед началом работы и предназначен для определения уровня первоначальных знаний, умений и навыков (методика «Определение профессиональных склонностей" психолога Л.Йовайши в модификации психолога-профконсультанта Галины Резапкиной).

Текущий контроль, проводимый В ходе учебного занятия закрепляющий знания по данной теме. Позволяет проконтролировать уровень освоения обучающимися программы («Дифференциально-диагностический опросник» Е.А. Климова; (ДДО) «Опросник профессиональных предпочтений» (ОПП) Дж. Голланда).

Итоговый контроль проводится после завершения всей учебной программы. Для закрепления полученных знаний, умений и навыков («Карта интересов» - А.Е. Голомшток; «Тест личности» - К. Г. Юнг; «Дифференциально-диагностический опросник Е.А. Климова» - в модификации А.А. Азбель).

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение программы - компьютер, планшет или ноутбук с возможностью выхода в Интернет.

Учебно-методические ресурсы:

- 1. Пособия для педагога:
- Давыдова Э. Характер ребенка приговор? Книга о том, как помочь ребенку выбрать профессию / Э. Давыдова. Москва: Издательство «АСТ», 2017. 288 с.
- Пряжников Н.С. Профориентация в школе и колледже: игры, упражнения, опросники (8-11 классы): учеб.-метод. пособие / Н. С.Пряжников. Москва: МОДЭК, 2020. 288 с.
- Резапкина Г.Н. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие / Г.Н. Резапкина. Москва: Генезис, 2019. 208 с.
- Тюшев Ю.В. Выбор профессии: тренинг для подростков / Ю.В. Тюшев. СПб: Питер, 2017. 160 с.
- Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации / А. П. Чернявская. Москва: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2021. 91 с.

2. Пособия для обучающихся:

- Потемкина О.Ф. Тесты для подростков / Потемкина О.Ф. Москва: АСТ ПРЕСС КНИГА, 2006. 320 с.
- Серебряков А. Г. Моя будущая профессия. Тесты по профессиональной ориентации школьников. 9 класс / Серебряков А. Г., Хохлов Н. А., Кузнецов К. Г. Москва: Просвещение, 2021. 80 с.

3. Психологические методики:

- Дифференциально диагностический опросник (ДДО; Е.А.Климов);
- Методика «Опросник профессиональных предпочтений» (ОПП) Аж. Холланда

- «Карта интересов» А.Е. Голомшток;
- «Тест личности» К. Г. Юнг

Кадровые ресурсы: педагог дополнительного образования, обладающий компетенциями социально-гуманитарной направленности.

Информационно-образовательные ресурсы:

- 1. Энциклопедия по трудоустройству http://rabotka.ru/infoworker/
- 2. В разделе «Профессии» есть более 600 описаний наиболее востребованных сегодня профессий. Из «Специальности» можно узнать, в каком вузе или среднем специальном учебном заведении получить нужную специальность, какие экзамены необходимо сдавать, какие есть формы и профили обучения. Также школьники узнают, в какие компании можно устроиться работать, каковы перспективы развития в профессии https://www.ucheba.ru/
- 3. На сайте ученики пройдут увлекательный тест из трех частей. Им нужно отсеять наименее интересные сферы деятельности, выбрать предпочтительную работу и оценить свои способности. Тест выдаст характеристику личности ученика: перечень сильных профессиональных качеств, предпочтений и интересов. Далее ученик получит список подходящих профессий будущего с описанием необходимых навыков и умений https://prof.foxford.ru/
- 4. «Билет в будущее» бесплатная профориентация для школьников, выбор профессии онлайн https://bvbinfo.ru/
- 5. «ПрофТест» профессиональная помощь в выборе профессии для взрослых людей и старшеклассников https://careertest.ru/tests/

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

Нормативные правовые документы:

- 1. Российская Федерация. Законы. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 01.01.2021)
- 2. Российская Федерация. Распоряжения. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р)

- 3. Российская Федерация. Распоряжения. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- 4. Российская Федерация. Приказы. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- 5. Российская Федерация. Приказы. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. N 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)

Список литературы для педагога

- 1. Викулина Н. Призвание. Как найти себя во взрослой жизни / Викулина Н.: Москва: «Альпина Диджитал», 2015. 140 с.
- 2. Давыдова Э. Характер ребенка приговор? Книга о том, как помочь ребенку выбрать профессию / Э. Давыдова. Москва: Издательство «АСТ», 2017. 288 с.
- 3. Пряжников Н.С. Профориентация в школе и колледже: игры, упражнения, опросники (8-11 классы): учеб.-метод. пособие / Н. С.Пряжников. Москва: МОДЭК, 2020. 288 с.
- 4. Резапкина Г.Н. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие / Г.Н. Резапкина. Москва: Генезис, 2019. 208 с.
- 5. Сара Павлевская Гид по выбору карьеры. Иллюстрированное руководство по поиску профессии / Сара Павлевская, Кристин Роули, Имоджен Грэй, Хизер Тауэрс. Москва: Эксмо, 2016. 320 с.
- 6. Тюшев Ю.В. Выбор профессии: тренинг для подростков / Ю.В. Тюшев. СПб: Питер, 2017. 160 с.
- 7. Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации / А. П. Чернявская. Москва: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2021. 91 с.

Список литературы для обучающихся

1. Атлас новых профессий 3.0 / Дмитрий Судаков, Евгений Виноградов, Дарья Варламова и др.; под редакцией Дарьи Варламовой и Дмитрия Судакова. - Москва: Альпина паблишер, 2020. - 455 с.

- 2. Дмитриева К. А. Выбор профессии / К.А. Дмитриева. Т.Б. Рябинина. Москва: Просвещение, 2017. 304 с.
- 3. Потемкина О.Ф. Тесты для подростков / Потемкина О.Ф. Москва: ACT – ПРЕСС КНИГА, 2006. – 320 с.
- 4. Резапкина Г. В. «Технология. Профессиональное самоопределение. Личность. Прфессия. Карьера. 8-9 классы / Резапкина Г.В. Москва: Просвещение, 2021. 201 с.
- 5. Серебряков А. Г. Моя будущая профессия. Тесты по профессиональной ориентации школьников. 9 класс / Серебряков А. Г., Хохлов Н. А., Кузнецов К. Г. Москва: Просвещение, 2021. 80 с.

Электронные образовательные ресурсы

- 1. Энциклопедия по трудоустройству http://rabotka.ru/infoworker/
- «Профессии» есть разделе более 600 описаний востребованных сегодня профессий. Из «Специальности» можно узнать, в каком вузе или среднем специальном учебном заведении получить нужную специальность, какие экзамены необходимо сдавать, какие есть формы и профили обучения. Также школьники узнают, в какие компании можно устроиться работать, перспективы каковы развития профессии https://www.ucheba.ru/
- 3. На сайте ученики пройдут увлекательный тест из трех частей. Им нужно отсеять наименее интересные сферы деятельности, выбрать предпочтительную работу и оценить свои способности. Тест выдаст характеристику личности ученика: перечень сильных профессиональных качеств, предпочтений и интересов. Далее ученик получит список подходящих профессий будущего с описанием необходимых навыков и умений https://prof.foxford.ru/
- 4. «Билет в будущее» бесплатная профориентация для школьников, выбор профессии онлайн https://bybinfo.ru/
- 5. «ПрофТест» профессиональная помощь в выборе профессии для взрослых людей и старшеклассников https://careertest.ru/tests/