

Приложение
к ООП СОО МАОУ «Гимназия №53»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ
«ТВОЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КАРЬЕРА»**

Направление: социальное
Возраст школьников: 10-11 класс

Разработчик:
И.В. Сидорова,
педагог-психолог

**г. Нижний Новгород,
2022 год**

Пояснительная записка

Изменяющаяся структура экономики России влечет за собой и изменение состава профессий. Многие из них отмирают, возникают новые, расширяются функции существующих. Все большее место занимает в обществе сфера услуг, индивидуализируется стиль жизни и труда, усиливается взаимосвязь между обществом и личностью.

Правильный выбор профессии делает жизнь намного богаче и интереснее. Изменяющаяся структура экономики России влечет за собой и изменение состава профессий. Возникает много новых профессий, расширяются функции уже существующих.

Программа курса внеурочной деятельности «Твоя профессиональная карьера» для 10-11 классов разработана на основе:

- ФГОС основного общего образования;
- Программы Пряжникова Н.С. «Профориентация в школе: игры, упражнения опросники», С. Н. Чистяковой и Т. И. Шалавиной «Твоя профессиональная карьера», «Психология и выбор профессии», Г.В. Резапкиной, Е.Е. Смирновой.

Программа рассчитана на 2 года и предназначена для учащихся 10-11 классов: 10 класс – 34 часа, 11 класс – 34 часа (по 1 ч. в неделю), продолжительность занятия 45 минут.

Цель курса:

Актуализация процесса профессионального самоопределения учащихся.

Задачи курса:

1. Обеспечение возможности учащихся соотносить склонности и способности с требованиями профессиональной деятельности.
2. Актуализация процесса профессионального самоопределения учащихся за счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессионального труда, их соотнесения в процессе профессиональных проб;
3. Развитие у учащихся способности к профессиональной адаптации в современных социально-экономических условиях
4. Повышение уровня психологической компетенции учащихся за счет вооружения их соответствующими знаниями и умениями, расширения границ самовосприятия, пробуждения потребности в самосовершенствовании;

Формы и методы работы:

- Индивидуальные и групповые беседы,
- Анкетирование,
- Диагностические исследования,
- Ролевые и профориентационные игры,
- Экскурсии,
- Онлайн-уроки,
- Консультирование (групповое и индивидуальное).

I. Планируемые предметные результаты изучения курса

Учащиеся должны знать:

- значение профессионального самоопределения,
- требования к составлению личного профессионального плана,
- правила выбора профессии, иметь понятие о профессиях и профессиональной деятельности,
- понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда,
- понятие о 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,
- понятие о смысле и значении труда в жизни человека и общества, о современных формах и методах труда, о рынке труда.

Учащиеся должны уметь:

- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии,
- составлять личный профессиональный план и уметь изменять его, использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности,
- анализировать, информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка, пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

II. Содержание курса

10 класс

Профессиональное самоопределение (34 ч)

Вводное занятие: Содержание, специфика занятий по психологическим основам выбора профессий. Дневник выбора профессии как форма фиксации данных по курсу «Твоя профессиональная карьера».

Система и виды образования.

Многообразие мира профессий.

Труд в жизни человека и общества.

Разнообразие профессий.

Развитие личности и профессиональное самоопределение.

Представление о себе и проблема выбора профессии:

«Образ „Я“» как система представлений о себе. Структура «образа „Я“» (знание о себе, оценка себя, умение управлять собой).

Диагностические процедуры. Методика «Кто я?».

Развивающие процедуры. Методика «Произвольное самоописание» (с учетом модификации «я» в глазах другого); методика самооценки (соотношение «реального» и «идеального «я»).

Внутренний мир человека и возможности его познания.

Определение уровня творческого потенциала учащихся.

Определение границ любознательности, слуховой и зрительной памяти, умение абстрагироваться и сосредоточиваться. Тест позволяет оценить уровень творческого потенциала, умения принимать нестандартные решения.

«Секреты» выбора профессии («хочу» — «могу» — «надо»):

«Хочу» — склонности, желания, интересы личности; «могу» — человеческие возможности (физиологические и психологические ресурсы личности); «надо» — потребности рынка труда в кадрах. Типичные ошибки при выборе профессии. Общее понятие о профессии, специальности, должности.

Личный профессиональный план.

Практическая работа. Ответы на вопросы: какие три специальности относятся к одной профессии? К какой профессии относятся следующие специальности: хирург, стоматолог, терапевт, невропатолог? Распределение профессий, специальностей, должностей по соответствующим группам (предлагается перечень профессий).

Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу»):

Потребности и мотивы как условие активности личности. Виды мотивов.

Индивидуальные интересы. Профессиональные намерения.

Диагностические процедуры. Карта интересов; опросник профессиональной готовности.

Развивающие процедуры. Актуализация профессиональных интересов путем группового обсуждения соответствующей профессиональной сферы.

Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»):

Понятие профпригодности. Профессионально важные качества.

Диагностические процедуры. Методика самооценки индивидуальных особенностей.

Практическая работа. Знакомство с описаниями профессий.

Социальные проблемы труда («надо»):

1. Разделение труда

Общественное разделение труда. Территориальное разделение труда. Формы разделения труда на предприятии. Социальные перемещения. Содержание и характер трудовых функций.

Профессионализация. Специализация. Квалификация.

Развивающие процедуры. Игровая дискуссия «Кто нужен нашему городу?».

2. Содержание и характер труда.

Цель труда и его результаты. Умственный и физический труд. Характер труда. Культура труда.

Практическая работа. Определить, в деятельности каких профессионалов преобладает труд сложный, простой, умственный, физический (предлагается перечень профессий).

3. Процесс и условия труда

Современные требования к труду. Предметы и средства труда. Условия труда.

Классификация профессий:

Профессии типа «Человек-человек»

Профессии типа «Человек-природа»

Профессии типа «Человек- знаковая система»

Профессии типа «Человек – художественный образ»

Профессии типа «Человек - техника»

Классификация профессий.

Способы классификации профессий.

Профессии типа «человек — человек», «человек — техника», «человек — природа», «человек — знаковая система», «человек — художественный образ». Характеристика профессий по общим признакам профессиональной деятельности. Практическая работа. Составление формул профессий.

Темперамент в профессиональном становлении личности:

Общее представление о темпераменте. Психологическая характеристика основных типов темперамента, особенности их проявления в учебной и профессиональной деятельности.

Психологические состояния (монотонность, утомление, психическая направленность в ситуациях аварийности и риска) в трудовом процессе.

Диагностические процедуры. Опросник Айзенка.

Развивающие процедуры. Сюжетно-ролевая игра «Проявление темперамента в профессиональных ситуациях».

Практическая работа. Анализ особенностей поведения людей, имеющих разные типы темперамента, в конкретных ситуациях.

Волевые качества личности: Специфика волевого поведения в отличие от импульсивного и зависимого. Условия развития воли.

Роль воли в процессе принятия профессиональных решений.

Диагностические процедуры. Опросник «Какая у меня воля?».

Практическая работа. Выполнение упражнений по воспитанию воли.

Интеллектуальные способности и успешность профессионального труда:

Способность к запоминанию. Общее представление о памяти. Основные процессы памяти (запоминание, сохранение, забывание, узнавание и воспроизведение). Виды памяти и их роль в различных видах профессиональной деятельности. Условия развития памяти.

Диагностические процедуры. Методики «Воспроизведение рядов цифр» (выявление объема кратковременной слуховой памяти); «Ассоциативное воспроизведение содержания понятий» (выявление объема долговременной словесной памяти).

Развивающие процедуры. Сравнительный анализ эффективности механического и смыслового запоминания; психотехнические игры «Бег ассоциаций», «Домино».

Способность быть внимательным. Общее представление о внимании (объем, устойчивость, распределение, избирательность). Наблюдательность как профессионально важное качество. Условия развития внимания.

Диагностические процедуры. Методики «Перепутанные линии», «Отыскание чисел», «Корректурная проба».

Развивающие процедуры. Психотехнические игры «Муха», «Хромая обезьяна».

11 класс

Шаги успеха (34 часа)

Человек в новых социально-экономических условиях:

Структурная перестройка экономики. Новая индустриализация.

Развитие производственной инфраструктуры. Сфера услуг. Конверсия.

Развитие сельского хозяйства. Земельная реформа. Фермерство.

Экологические проблемы и их решение.

Хозяйственный механизм: экономические рычаги, управление.

Развивающие процедуры. Сюжетно-ролевая игра «Пресс-конференция».

Современный рынок труда и его требования к профессиональному: Разнообразные виды предприятий и форм собственности. Акционерные общества, концерны, хозяйствственные ассоциации, объединения. Кооперация, аренда, индивидуальная трудовая деятельность.

Новый тип организации людей в производственной деятельности в условиях рыночной экономики. Самоокупаемость. Самофинансирование.

Рынок, его функции, структура. Спрос и предложение, методы их регулирования. Развитие предпринимательства.

Кадровое планирование. Банки данных о рабочей силе (спрос и предложение). Прогнозирование состояния рынков рабочей силы.

Занятость населения. Безработица.

Развивающие процедуры. Деловая игра «Малое предприятие».

Практическая работа. Определение изменений состава профессий на одном из предприятий за последние пять лет.

Азбука профессий: Основные признаки профессиональной деятельности.

Предмет труда. Цели труда. Средства труда. Проблемность трудовых ситуаций. Коллективность и ответственность в труде. Условия труда.

Формула профессии. Понятие о профессиограмме.

Практическая работа. Конкурс «Угадай профессию».

Резюме, правила составления: Правила составления резюме и сопроводительного письма к нему. Правила отправления резюме.

Собеседование. Как к нему подготовиться: Сбор информации о компании, в которой вы будете проходить собеседование. Важные для подготовки аспекты. Важные для подготовки аспекты. Вопросы, которые Вам могут задать на собеседовании. О чем можете спросить Вы? Поведение после собеседования

Оценка способности школьников к выбору профессии: Общие основы оценки способности личности к выбору профессии.

Оценка способности к самоанализу, анализу профессии, самореализации в различных видах профессиональной деятельности (профессиональных пробах).

Показатель соответствия выбранной профессии склонностям учащегося.

Практическая работа. Определение способности школьников к выбору профессии.

Моя профессиональная карьера: Управление карьерой: технология личностного и профессионального самоопределения.

Понятие о профессиональной карьере. Критерии профессиональной компетентности.

Индивидуальный профессиональный план как средство реализации программы личностного и профессионального роста человека.

Профессиональное прогнозирование и профессиональное самоопределение.

Деловые игры «Биржа труда» (защита профессии), «Профконсультация».

Практическая работа. Анализ личного профессионального плана.

Итоговое занятие.

Тематическое планирование внеурочного курса «Твоя профессиональная карьера»

№ п/п	Тема	Количество часов
10 класс		
Профессиональное самоопределение (34 ч)		
1.	Вводное занятие	1
2.	Многообразие мира профессий	1
3.	Представление о себе и проблема выбора профессии	2
4.	Система и виды образования.	1
5.	Труд в жизни человека и общества.	1
6.	Разнообразие профессий.	2
7.	Развитие личности и профессиональное самоопределение.	1
8.	Внутренний мир человека и возможности его познания	1
9.	Определение уровня творческого потенциала учащихся	1
10.	«Секреты» выбора профессии («хочу» — «могу» — «надо»)	2
11.	Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу»)	1
12.	Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»)	1
13.	Социальные проблемы труда («надо»)	1
14.	Классификация профессий	2

15.	Профессии типа «Человек-человек»	1
16.	Профессии типа «Человек-природа»	1
17.	Профессии типа «Человек- знаковая система»	1
18.	Профессии типа «Человек – художественный образ»	1
19.	Профессии типа «Человек - техника»	1
20.	Азбука профессий	1
21.	Темперамент в профессиональном становлении личности	2
22.	Волевые качества личности	1
23.	Интеллектуальные способности и успешность профессионального труда	6
24.	Итоговое занятие	1

Итого 34 часа

11 класс
Шаги успеха (34 часа)

1.	Человек в новых социально-экономических условиях	2
2.	Современный рынок труда и его требования к профессионалу	4
3.	Резюме, правила составления	2
4.	Собеседование. Как к нему подготовиться.	2
5.	Оценка способности школьников к выбору профессии	2
6.	Моя профессиональная карьера	1
7.	Управление карьерой: технология личностного и профессионального самоопределения.	2
8.	Понятие о профессиональной карьере.	2
9.	Критерии профессиональной компетентности.	1
10.	Индивидуальный профессиональный план как средство реализации программы личностного и профессионального роста человека.	2
11.	Секреты успешных людей	5
12.	Поворотный пункт в вашей жизни	2
13.	Шаги успеха	6
14.	Итоговое занятие	1

Итого: 34 часа

Учебно-методические материалы

Основная литература:

1. Твоя профессиональная карьера: Учебник для 8-9 классов общеобразовательных учреждений/ Под редакцией С.Н.Чистяковой и Т.И.Шалавиной. – М., 2010 г.
2. Методика преподавания курса «Твоя профессиональная карьера»/ Под редакцией С.Н.Чистяковой и Т.И.Шалавиной. – М., 2009.
3. Программа курса С.Н.Чистяковой. Технология. Твоя профессиональная карьера. – М.: Просвещение. 2009.

Дополнительная литература:

1. Выбираем профессию. А.Г. Грецов. - Спб.,2009.
2. Педагогическое сопровождение самоопределения школьников. С.Н. Чистякова. – М.: Академия, 2005.
3. Слагаемые выбора профиля обучения и траектория дальнейшего образования. Книга для чтения С.Н. Чистякова М.: Академия, 2005.
4. Слагаемые выбора профиля обучения и траектория дальнейшего образования. Программа курса С.Н. Чистякова. – М.: Академия, 2005.
5. Слагаемые выбора профиля обучения и траектория дальнейшего образования. Учебное пособие С.Н. Чистякова. – М.: Академия, 2005.

Дидактический материал

Дидактический материал к курсу Твоя профессиональная карьера./ Под редакцией С.Н.Чистяковой и А.Я.Журкиной. – М., 2008.

Интернет-ресурсы

http://www.joblist.ru/t_index.shtml - тесты выбора профессии

<http://www.fortunecity.com/millenium/scooby/454/content.htm> -

психологические Web-ресурсы

<http://www.e-xecutive.ru/professions> - информация о профессиях

<http://www.bitnet.ru/psicho/relians-resalt> - тесты на самооценку

<http://www.ht.ru/prof/> - Профориентационный раздел портала «Гуманитарные технологии»

<http://www.e-xecutive.ru/professions/> - Справочник профессий на сайте сообщества менеджеов

<http://www.rabotas.ru/> - «Сайт о работе» с интересными подборками статей о карьере, профессиях, рынке труда.