

02-14

Администрация муниципального образования муниципального района
«Сыктывдинский»

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Выльгортская средняя общеобразовательная школа № 1»

«Выльгортса 1 №-а шёр школа» муниципальной велёдан съёмкуд учреждение

Согласовано
Зам. директора по УВР
Шмидт О.П.
От 30.08. 2017г.

Утверждаю
Директор МБОУ «Выльгортская СОШ № 1»
Белякова О.Ю.
Приказ № 199 от 31.08. 2017г.



Рабочая программа

Учебного курса по выбору

«Профессиональное самоопределение»

(за курс основного общего образования)

Срок реализации программы: 1 год

Класс: 9

Составлена на основе программы предпрофильной подготовки «Психология и выбор профессии» Г.В. Резапкиной. Учебно-методическое пособие. - М.: Генезис, 2012.

Программу составила: Бурнашева И.В.

Выльгорт, 2017

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа элективного курса «Профессиональное самоопределение» для 9 класса составлена на основе программы предпрофильной подготовки «Психология и выбор профессии» Г.В. Резапкиной. Учебно-методическое пособие. - М.: Генезис, 2012.

Изучение элективного курса «"Профессиональное самоопределение" в основной школе на предпрофильном уровне направлено на достижение цели:

формирование психологической готовности подростка к профессиональной карьере.

Изучение данного элективного курса направлено на выполнение следующих задач:

- актуализация процесса профессионального и личностного самоопределения подростков;
- овладение учащимися ситуацией выбора в отношении профилирующего направления учебной деятельности в старшей школе;
- развитие творческих способностей на уровне, необходимом для продолжения образования и для самостоятельной деятельности в области наук и в будущей профессиональной деятельности;
- воспитание средствами психологии культуры личности: понимание значимости психологии и выбора профессии для общественного прогресса и самого себя;
- формирование адекватного представления учащихся о своем профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий;
- ознакомление со спецификой современного рынка труда, правилами выбора и способами получения профессии.

Программа элективного курса "Профессиональное самоопределение" рассчитана на 34 часа. Занятия проходят 1 раз в неделю, где учащиеся 9 класса знакомятся с необходимыми теоретическими сведениями по основам психологии и профессиоведения и практическими навыками принятия решения, бесконфликтного общения и т.п.

Основными формами и способами проверки и оценки результатов учащихся являются: тесты, анкетирования, упражнения, деловые игры.

Итоговая оценка прохождения курса в форме: зачет/незачет.

В ходе работы предусмотрено использование комплекса методик, направленных на изучение личности подростка и его профессиональной направленности, формируются информационные и исследовательские компетентности. Формой промежуточной аттестации является создание и защита индивидуального мультимедийного проекта-презентации на тему "Профессиональное самоопределение".

Для реализации программы организуются встречи с работниками «Республиканского Центра профориентации», учащиеся посещают «Ярмарку профессий», на которых выпускники получают необходимую информацию от представителей учебных заведений.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

- 1. Самооценка и уровень притязаний.** Выбор профессии. Кратко по программе «Психология и выбор профессии». Самопрезентация. Самооценка. Формула самооценки. Успех.
- 2. Темперамент и профессия.** Темперамент. Типы темперамента по Гиппократу. Определение темперамента.
- 3. Определение типа мышления.** Черты мышления: продуктивность, оригинальность, любознательность, мужество.. Типы мышления: предметно-действенное, абстрактно-символическое, словесно-логическое, наглядно-образное и креативное. Определение типа мышления. Памятка как развивать мышление.
- 4. Внимание и память.** Внимание. Память. Функции памяти. Продуктивность памяти. Типы памяти: слуховая, зрительная, эмоциональная и логическая. Памятка как тренировать память.
- 5. Стресс и тревожность.** Стресс и тревожность. Определение уровня тревожности. Пессимист и оптимист. *Чувства и эмоции.* Чувства и эмоции. Определение типа эмоций. Профессия и эмоции.
- 6. Что я знаю о мире профессий.** Классификация профессий. Признаки профессии. Определение типа будущей профессии с помощью методики Е.А.Климова. Определение профессии. Получение формулы своей будущей профессии.
- 7. Интересы и склонности в выборе профессии.** Определение своих интересов с помощью модификации методики «Карта интересов» А.Голомштака. *Определение профессионального типа личности.* Шкала приспособленности различных типов личности к шести профессиональным областям американского психолога Дж. Голланда. Определение

профессионального типа личности с помощью модификации методики Дж. Голланда.

8. Профессия и здоровье. Предъявляемые требования (условно разбитые на 4 группы) к здоровью человека в зависимости от рода профессии. Оценка состояния своего здоровья. Девять шагов уверенности в себе. *Ошибки в выборе профессии.* Ошибки: выбор из соображений «престижа», выбор профессии «за компанию», отождествив интерес к преподавателю и его предмету со своей будущей профессией.

9. Степень способности к различным видам деятельности. *Способности к практическим видам деятельности.* Способности. Общие и специальные возможности. Способный человек. Способности к практическим видам деятельности. Развитие способностей. Уровень развития технических способностей. *Способности к интеллектуальным видам деятельности.* Способности к интеллектуальным видам деятельности: учитель, врач, юрист, психолог и т.д. Подростковый возраст. Определение уровня умственного развития. *Способности к профессиям социального типа.* Конфликтология. Определение особенностей своего поведения в конфликтных ситуациях с помощью теста Томаса. *Способности к офисным видам деятельности.* *Способности к предпринимательской деятельности.* *Артистические способности.* Способности к изобразительному искусству.

10. Пути получения профессии. Определение профессионального выбора с помощью Матрицы. Государственный образовательный стандарт РФ (две системы высшего профессионального образования). Дистанционная форма обучения и экстернат. Среднее специальное образование. Высшее образование.

11. Современный рынок труда. Рынок труда (рынок рабочей силы). Трудовое соглашение (контракт). Заработная плата. Современный рынок труда.

12. Как правильно написать резюме. Что такое резюме. Понятие «резюме». Функции резюме. Важность резюме. Правильное оформление и написание резюме.

13. Навыки самопрезентации. Правило тридцати секунд. Важные моменты самопрезентации. Безупречный внешний вид. Грамотная речь. Резюме.

14. Мастер – класс «Ищу работу». Обобщающий.

Рассматривание ситуации как успешно пройти собеседование и услышать: - «Вы приняты!». Разыгрывание ситуации «Прием на работу». Обсуждение к чему пришел ученик, что узнал и получил на курсе. Обсуждение с учениками проблему неуверенности в себе. Рекомендации для прочтения литературы. Итог работы.

15. Как правильно разработать личный план. Защита проекта «Моя будущая профессия».

Рекомендации по составлению личного плана.

Итоговая работа проект-презентация «Моя будущая профессия».

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Тема занятия	Цели занятия	Кол-во	Диагностический материал
1. Что я знаю о своих возможностях? Самооценка и уровень притязаний.	Установление контакта с группой; информирование о целях занятий; формирование положительной мотивации.	1.	Анкета. Идеографический тест (модификация Э.Махони)
2. Темперамент и свойства нервной системы.	Определение свойств нервной системы; знакомство с понятием «темперамент», определение своего типа темперамента.	1.	Модификация Личностного опросника Г. Айзенка
3. Определение типа мышления.	Дать представление о мышлении и его особенностях; дать рекомендации по развитию мышления.	1.	Методика «Определение типа мышления» (модификация)
4. Память и внимание.	Знакомство с понятиями «память» и «внимание»; определение особенностей памяти и внимания; рекомендации по развитию памяти и внимания.	1.	Игра «Кто быстрее»; Советы «Как тренировать память».
5. Стресс и тревожность. Чувства и эмоции.	Дать представление о богатстве эмоциональных проявлений человека, о разрушительной силе негативных эмоций и ответственности за них; ознакомить с некоторыми приемами саморегуляции, преодоления тревоги. Познакомить со способами снятия стресса и тревожности.	1.	Тест эмоций (модификация теста Басса-Дарки). Методика «Определение уровня тревожности». Тест «Оценка школьных ситуаций».

6. Что я знаю о мире профессий?	Дать представление о многообразии мира профессий и его классификации; определить степень информированности учащихся о мире профессий.	1.	Приложение словарь профессий. Методика Е.А.Климова «Определение будущей профессии» Формула профессии (методика Пряжникова Н.С.).
7. Основы выбора профессии.	Ознакомить с основами выбора профессии и заинтересовать в получении дополнительной информации по вопросам профессионального самоопределения	1.	Обсуждение новых понятий. Разъяснение формулы выбора профессии. Профориентационная игра «Ассоциации» Дифференциально-диагностический опросник «Я предпочту»
8. Интересы и склонности в выборе профессий.	Ознакомить с понятиями «интересы» и «склонности»; определение интересов и склонностей учащихся; определение способов управления интересами и склонностями. Определение профессионального типа личности.	1.	Методика Профиль «Карта интересов». Методика Дж. Голланда «Определение профессионального типа личности».
9. Ошибки в выборе профессии. Профессия и здоровье.	Осознание привлекательных и непривлекательных сторон любой профессии, возможности ошибок и их последствий; знакомство с правилами грамотного выбора профессии.	1.	Методика «Мое здоровье».
10. Степень способности к различным видам деятельности.	Ознакомление с понятиями «способность» и «профессиональная пригодность»; обобщение полученных знаний о профессиях; соотнесение этих знаний со своими возможностями.	1.	Матрица профессионального выбора.

11. Пути получения профессии.	Знакомство с формами получения образования на разных ступенях. Определение возможностей при получении той или иной формы обучения.	1.	Матрица профессионального выбора.
12. Современный рынок труда.	Ознакомить с понятием «рынок труда». Познакомить с профессиями имеющие спрос в ближайшие 5 лет.	1.	Тест «Выбор профессии».
13-14. Профессиональные интересы и склонности.	Знакомство с типами профессий и выявление интереса к предмету или виду деятельности.	2.	Опросник Профессиональных склонностей «Одно из двух» «Профиль»
15. Выбор профиля обучения.	Определение технических способностей учащихся.	1.	Тест «Технические способности»
16-17. Интеллектуальный потенциал учащегося.	Ознакомление с интеллектуальным потенциалом и эрудированностью учащегося.	2.	Тест «Интеллектуальный потенциал» Модификация методики ШТУР Методика «Эрудит»
18. Типы мышления.	Выявление типа мышления. П-Д, А-С, С-Л, Н-О.	1.	Тест «Тип мышления»
19. Социальный интеллект, Качества.	Определение Выраженности качеств. «Самосознание», «Саморегуляция», «Эмпатия», «Навыки взаимодействия», «Самомотивация»	1.	Опросник «Социальный интерес»

20-21. Определение уровня тревожности.	Изучение особенностей учащихся	2.	Опросник «Депрессия» Общаться-это так легко. Упражнение «Час общения» Методика «Мое здоровье»
22.Наша мимика, жесты.	Развитие навыков невербального общения.	1.	Упражнение «Разговор спина к спине», «Рука об руку», «14 зубочисток»
23.Общение, поиск информации.	Барьеры на пути информации; Стереотипы в общении.	1.	Упражнение «Сообщение», Упражнение «Фойманы и Цейманы»
24.Стили общения.	Раскрыть смысл понятия «общение», охарактеризовать его функции; Расширить представления учащихся о видах и формах общения; Показать роль вербальных и невербальных средств общения;	1.	Угадай стиль общения
25-26. Конфликты, поведение в конфликтных ситуациях.	Знакомство учащихся с понятием "конфликт" и "конфликтная ситуация", Способами предупреждения конфликтов; Способствовать формированию позитивного отношения к людям, желания овладеть навыками общения и социального взаимодействия; Побуждение учащихся к сотрудничеству и взаимопониманию.	2.	Упражнение «Вред и польза конфликтов» «Плюсы и минусы» различных стратегий поведения.

27-28. Ценности жизни.	в	Создание условий для осознания жизненных ценностей подростками и формирование ответственного отношения к ним.	2	Методика «Ценности ориентации» Методика «Выбор ценностей»
29. Как правильно написать резюме.	Как	Знакомство с понятием «резюме». Беседа «Как написать правильно резюме». Частые ошибки при написании резюме. Определение главной информации при написании резюме.	1.	Составление и написание резюме.
30. Навыки самопрезентации.		Ознакомить учащихся с основами самопрезентации.	1	Видео «Как вести себя на собеседовании».
31-32. Мастер – класс «Ищу работу». Обобщающий.		Деловые сценки. Ребята в роле работодателя и в роле соискателя работы. К чему он пришел, что узнал и получил на курсе. Итог работы.	2.	Ситуации -пробы
33-34. Как правильно разработать личный план. Защита проекта «Моя будущая профессия».		Рекомендации по составлению личного плана. Итоговая работа презентация «Моя будущая профессия».	2.	Презентации
		Всего:	34 часа	

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения курса учащиеся научатся

понимать:

- психологические особенности, способности и возможности своей личности;
- информацию о возможных путях продолжения образования;
- востребованность различных видов профессионального труда в регионе.

уметь:

- совершить первичное профессиональное самоопределение;
- проводить самодиагностику личностных качеств;
- управлять своим поведением и развивать активную позицию в выборе профиля обучения и дальнейшего профессионального самоопределения;
- проявлять чувство ответственности и уверенности в себе в ситуациях выбора.

В результате изучения курса учащиеся смогут использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: правильного выбора своей будущей профессии.

СИСТЕМА ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЙ УЧАЩИХСЯ

КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ДЛЯ РАЗЛИЧНЫХ ФОРМ И ВИДОВ КОНТРОЛЯ

1. Критерии и нормы оценки мультимедийных презентаций

<i>Оформление</i>	<i>Максимальное количество баллов</i>	
Титульный лист с заголовком	5	
Использование дополнительных эффектов PowerPoint (смена слайдов, звук, анимация)	5	
Оформление презентации (наличие оригинальных шрифтов)	5	
Вставка фотографий, картинок и других объектов	5	
<i>Содержание</i>		
Наличие вывода по проделанной работе	10	
Формулировка основополагающего вопроса	10	
Наличие поставленных целей и соответствие результата поставленным целям	15	
Формулировка задач проекта	10	
Наличие правильно сформулированной гипотезы	15	
<i>Выступление</i>		
Сформированные идеи ясно изложены и структурированы	10	
Знание и понимание излагаемого текста	10	
Общее количество баллов	100	
1. 100-90 баллов – оценка «5»	2. 89-79 баллов – оценка «4»	3. 78-68 баллов – оценка «3»

2. Критерии оценивания проектов учащихся

Формы и методы контроля: представление проектов.

Оценку проектов проводят учащиеся (самооценка) и учитель.

Критерии оценки проекта	Содержание критерия оценки	Количество баллов
Актуальность поставленной проблемы	Насколько работа интересна в практическом или теоретическом плане?	От 0 до 1
	Насколько работа является новой? обращается ли автор к проблеме, для комплексного решения которой нет готовых ответов?	От 0 до 1
	Верно ли определил автор актуальность работы?	От 0 до 1
	Верно ли определены цели, задачи работы?	От 0 до 2
Теоретическая и \ или практическая ценность	Результаты исследования доведены до идеи (потенциальной возможности) применения на практике.	От 0 до 2
	Проделанная работа решает или детально прорабатывает на материале проблемные теоретические вопросы в определенной научной области	От 0 до 2
	Автор в работе указал теоретическую и / или практическую значимость	От 0 до 1
Методы исследования	Целесообразность применяемых методов	От 0 до 1
	Соблюдение технологии использования методов	От 0 до 1
Качество содержания проектной работы	выводы работы соответствуют поставленным целям	От 0 до 2
	оригинальность, неповторимость проекта	От 0 до 2
	в проекте есть разделение на части, компоненты, в каждом из которых освещается отдельная сторона работы	От 0 до 1
	есть ли исследовательский аспект в работе	От 0 до 2

	есть ли у работы перспектива развития	От 0 до 1
Качество продукта проекта (презентации, сайта, информационного диска)	интересная форма представления, но в рамках делового стиля	От 0 до 2
	логичность, последовательность слайдов, фотографий и т.д.	От 0 до 2
	форма материала соответствует задумке	От 0 до 1
	текст легко воспринимается,	От 0 до 1
	отсутствие грамматических ошибок, стиль речи.	От 0 до 1
Компетентность участника при защите работы	Четкие представления о целях работы, о направлениях ее развития, критическая оценка работы и полученных результатов	От 0 до 2
	Докладчик изъясняется ясно, четко, понятно, умеет заинтересовать аудиторию, обращает внимание на главные моменты в работе	От 0 до 2
	Докладчик опирается на краткие тезисы, выводы, оформленные в презентации, и распространяет, объясняет их аудитории.	От 0 до 2
	Докладчик выдержал временные рамки выступления и успел раскрыть основную суть работы.	От 0 до 2
	Докладчик смог аргументировано ответить на заданные вопросы либо определить возможные пути поиска ответа на вопрос (если вопрос не касается непосредственно проделанной работы). Если проект групповой – то вопросы задаются не только докладчику, но и остальным авторам проекта.	От 0 до 2

30-37 баллов – оценка «5»	25-29 баллов – оценка «4»	18-24 баллов – оценка «3»	Ниже 18 баллов – оценка «2»
---------------------------	---------------------------	---------------------------	-----------------------------

УЧЕБНО -МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО -ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:

1. Кривцова СВ., Мухаматулина Е.А. Навыки конструктивного взаимодействия с подростками.- М., 2004.
2. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие.- М.: Генезис , 2012.
3. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Рабочая тетрадь учащегося.- М.: Генезис, 2008.
4. Резапкина Г.В. Я и моя профессия. Программа профессионального самоопределения для подростков.- М., 2000.
5. Резапкина Г.В. Отбор в профильные классы.- М.-2005.
6. Пряжников Н.С. Профориентация в школе и колледже: игры, упражнения, опросники.: 8-11 класс, ПТУ, колледж. – М.: ВАКО , 2008.
7. Профориентационный тренинг для старшеклассников «Твой выбор» / Под ред. Н.В.Афанасьевой. - СПб: Речь , 2007.
8. Бондарев В.П., Кропивянская С.О. Успешный выбор профессии. 8-11 классы. Пособие - практикум.- М.:ВАКО,2015.
9. Анкеты
- 10.Ситуации - пробы
- 11.Мультимедийное оборудование.
- 12.Интерактивная доска.