

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 10 пос. Гирей
имени Героя Советского Союза М.И. Белоусова
муниципального образования Гулькевичский район

УТВЕРЖДЕНО

Решением педагогического совета

Протокол №1 от «28 » августа 2020г

Председатель



Зим И.А.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

профориентационного курса «Твой выбор»

Уровень образования (класс) основное общее образование 9 класс
(начальное общее, основное общее образование с указанием классов)

Количество часов 34

Учитель Викулова Виктория Александровна

Программа разработана в соответствии и на основе авторских программ:

Резапкина Г.В. - «Психология и выбор профессии» - учебно-методическое пособие предпрофильной подготовки, М.: Генезис, 2005.

Пряжников Н.С. – «Профессиональное самоопределение: теория и практика» – учебно-методическое пособие, М.: Академия, 2007.

Н.В. Афанасьевой, Н.В. Малухиной., М.Г. Пашниной «Твой выбор».

Программа А.П. Чернявской «Психологическое консультирование по профессиональной ориентации»

(указать ФГОС, ПООП, УМК, авторскую программу/программы, издательство, год издания)

Пояснительная записка

Основная задача старшей ступени обучения состоит в том, чтобы обеспечить завершение школьниками общего полного среднего образования, подготовить их к жизни и труду в современном обществе, способствовать их социализации и социальной адаптации в условиях постоянно меняющегося мира, помочь старшеклассникам в самоопределении, выборе дальнейшего жизненного пути в соответствии с их склонностями, возможностями и способностями, стимулировать выпускников к продолжению образования. Однако, по данным Центра социально-профессионального самоопределения молодежи ИОСО РАО, готовность к ситуациям самоопределения оказывается недостаточной у обучающихся 9-го класса. У многих школьников выбор является случайным, носит романтический характер, не вполне соотносится с реальными способностями и возможностями. Школьная программа не дает детям полноты знаний о человеке, его способностях, и, следовательно, не учит выбору профессии и соответствующего образования. Недостаточны знания выпускников о рынке труда и востребованных профессиях, о тех способах образования, которыми их можно получить. Школьники не владеют знаниями, необходимыми для выстраивания реалистичных жизненных планов. У них нет целостной научной картины окружающего социального мира, знания о нем недостаточны и примитивны. У многих обучающихся не сформирована потребность в своем дальнейшем саморазвитии, нет устойчивой мотивации на приложение усилий для получения качественного профессионального образования. Все это определяет необходимость определять особое внимание ситуации выбора школьниками профессионального и жизненного пути. В связи с этим профориентационный курс «Твой выбор» является сегодня актуальным и востребованным, поскольку направлен на решение большинства перечисленных проблем.

Цель курса – повышение у обучающихся 9-ых классов уровня профессиональной зрелости, то есть способности сделать правильный профессиональный выбор, используя при этом собственные ресурсы и имеющуюся информацию.

Задачи:

1. Повышение информационной готовности к зрелому выбору, что включает в себя информированность:

- о возможных способах получения желаемого образования после окончания школы;
- об усилиях, которые потребуется приложить для его получения;
- о наличии собственной практической готовности и способностей для получения выбранного образования;

- о профессиях, которыми можно овладеть благодаря получаемому образованию;
- о возможности реализовать свои жизненные цели и планы через избранный способ образования и последующую профессиональную деятельность.

2. Повышение мотивационно-ценностной готовности к зрелому выбору, что включает:

- сформированность у обучающихся самооценки, адекватной личным способностям и возможностям получить желаемое образование;
- наличие ценностных ориентаций и индивидуально выраженных целей, связанных с дальнейшим способом получения образования и будущей профессией.

3. Повышение практической готовности, предполагающей:

- умение учитывать свои возможности при выборе профессии;
- умение делать осознанный выбор и нести за него ответственность.

Профориентационный курс рассчитан на 34 часа и предназначен для обучающихся 9-ых классов любого профиля. Курс состоит из трех блоков:

1. Информационный блок (1-10 занятие).
2. Диагностический блок (11-19 занятие).
3. Практический блок (20-34 занятие).

В основе курса по профориентации лежит программа Н.В. Афанасьевой, Н.В. Малухиной., М.Г. Пашниной «Твой выбор», программа А.П. Чернявской «Психологическое консультирование по профессиональной ориентации». Кроме этого при разработке курса использованы программа Г.В. Резапкиной «Секреты выбора профессии» и учебное пособие М.С. Гуткина, П.С. Лернера, Г.Ф. Михальченко и др. «Твоя профессиональная карьера».

Профориентационный курс направлен на формирование у старшеклассников следующих знаний, умений и навыков:

1. Дать обучающимся максимум информации.
2. Научить обучающихся использовать полученную информацию при построении своей личностной и профессиональной траектории.

Осуществление контроля в рамках реализации профориентационного курса ожидается через ряд мероприятий:

1. Самостоятельные работы.
2. Зачеты по пройденным темам в различных формах (рефераты, презентации, творческие проекты и т.д.)

Учебно-тематический план.

Название темы	Количество часов
ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЛОК	
Тема 1. Формула успеха. Кто такие успешные люди.	1
Тема 2. Готовность к выбору профессионально-образовательного маршрута Профессиональный выбор: секреты выбора профессии.	1
Тема 3. Мир профессий. Профессиограмма и анализ профессий.	2
Тема 4. Профессии сферы «Сервис и туризм»	3
Тема 5. Роль мотивов и жизненных ценностей в профессиональном выборе.	1
Тема 6. Человек на рынке труда.	1
Тема 7. Среди людей.	1
	Итого: 10

ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК	
Тема 8. Эмоционально-личностная сфера.	3
Тема 9. Способности и выбор профиля обучения	2
Тема 10. Профессиональные интересы и склонности.	2
Тема 11. Работа с результатами диагностики.	2
	Итого: 9
ПРАКТИЧЕСКИЙ БЛОК	
Тема 12. Умения и навыки самопрезентации как фактор успеха при трудоустройстве	3
Тема 13. Развитие умения делать выбор и принимать решения.	3
Тема 14. Развитие навыков эффективного общения.	3
Тема 15. Планирование профессионального пути. Посещение профессиональных образовательных учреждений.	4
Тема 16. Десять шагов к уверенности в себе.	2
	Итого: 15
	Всего: 34

КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЛОК

Цель: расширить представление обучающихся о современном мире профессий, о возможностях реализовать свои жизненные цели и планы через избранный способ образования и возможную сферу профессиональной деятельности.

Задачи:

1. Познакомить обучающихся с понятиями «успешность», «профессиональный выбор», «профессиограмма», «ценностные установки», «зрелый выбор».
2. Дать старшеклассникам информацию о секретах и правилах выбора профессии, о схеме описания и анализа профессий, о типичных ошибках при выборе профессий.
3. Познакомить обучающихся со схемой осуществления коммуникации, с понятиями «деловое общение», «коммуникативный барьер».
4. Показать выпускникам наиболее эффективные способы предъявления себя на рынке труда.

Тема 1. Формула успеха. Кто такие успешные люди (1 час).

Цели и задачи курса.

Успешность с точки зрения Р Бендлера (НЛП: «принцы» и «лягушки»), Э. Берна (Трансактный анализ: «Я – ОК»).

Успешный человек в современном обществе.

Формула успеха: хочу – могу – надо.

Домашнее задание: составить свою формулу успеха.

Тема 2. Готовность к выбору профессионально-образовательного маршрута Профессиональный выбор: секреты выбора профессии (1 час).

Составляющие зрелого выбор: информационная, мотивационно-ценностная и практическая готовность.

Профессиональный план – программа профессионального самовоспитания.

Ошибки при выборе профессии: незнание мира профессий, незнание себя, незнание правил выбора профессии.

Пути получения профессии.

Домашнее задание: составить личный профессиональный план на 5 лет.

Тема 3. Профессиограмма и анализ профессий (2 часа).

Анализ профессии.

Профессиограмма – характеристика профессии, в которой описаны ее способности, содержание и характер труда.

Профессиограммы профессий «юрист», «менеджер» и других (по выбору обучающихся).

Формула профессии – последовательность букв, соответствующая описанию профессий.

Самостоятельная работа.

Домашнее задание: найти профессиограмму той профессии, которой интересуется ребенок и составить для этой профессии формулу.

Тема 4. Профессии сферы «Сервис и туризм» (3 часа).

Общая характеристика курортно-туристского потенциала Краснодарского края.

Современные профессии и карьера в индустрии сервиса и туризма.

Потребности в кадрах в сфере «Сервис и туризм» Краснодарского края.

Требования к личностным качествам специалиста индустрии сервиса и туризма

Возможности получения образования специалистов сервиса и туризма в Краснодарском крае.

Тема 5. Роль мотивов жизненных ценностей в профессиональном выборе (1 час).

Мотивационная сфера человека. Классификация мотивов выбора профессии.

Две поведенческие стратегии – мотив достижения успеха и мотив избегания неудачи.

Жизненные ценности, реализуемые в профессии. Классификация ценностей по Спрангеру.

Групповая дискуссия на одну из тем:

- Возможен ли компромисс между своими ценностями и требованиями социальной среды (или материальными требованиями) при выборе профессии.

- Каковы приоритеты одних ценностей над другими или своих ценностей на ценностями других.

- Способы определения своих ценностей и выбор жизненной дороги в соответствии с ними.

- Стабильность и изменчивость структуры ценностей.

Домашнее задание: нарисовать «Дерево своей мечты»

Тема 6. Человек на рынке труда (1 час).

Групповая дискуссия на тему «За что люди получают зарплату».

Основные принципы формирования рынка труда.

Как получить информацию о вакансиях.

Как составить резюме.

Собеседование работодателем: подводные камни.

Домашнее задание: составить собственное резюме.

Тема 7. Среди людей (1 час).

Общение и его роль в жизни человека.

Схема осуществления коммуникации.

Деловое общение.

Барьеры на пути коммуникации.

Методы и средства эффективного общения.

Умение слушать – один из методов эффективного общения.

ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК

Цель: оказание помощи обучающимся в профессиональном и личностном самоопределении через диагностику и самодиагностику.

Задачи:

1. изучение эмоционально-личностной сферы обучающихся;
2. изучение способностей обучающихся;
3. изучение профессиональных предпочтений и склонностей обучающихся;
4. научение обучающихся навыкам самодиагностики и умению анализировать полученные данные

Тема 8. Эмоционально-личностная сфера (3 часа).

Методика «Конструктивный рисунок человека из геометрических фигур»

Методика «Определение сформированности ценностных ориентаций» Б.С. Круглов.

Методика «Мотивация достижения успехи и избегания неудач»

Методика «Шесть рек» Леонгард

«Методика исследования самоотношения» Р.С. Пантелеев

Методика «Формула темперамента» Белов

Домашнее задание: обработать результаты диагностики и занести полученную интерпретацию в «Карту диагностики» (Приложение 2.)

Тема 9. Способности (2 часа).

Методика «Краткий отборочный тест» Бузин.

Методика на определение ведущей модальности.

Методика «Призвание».

Анкета «Как распознать одаренность» Л.Г. Кузнецова, Л.П. Сверч

Домашнее задание: обработать результаты диагностики и занести полученную интерпретацию в «Карту диагностики» (Приложение 2.)

Тема 10. Профессиональные интересы и склонности (2 часа).

Методика «Анкета интересов – 120»

Методика «Определение предпочитаемого типа профессии» Е.А. Климов

Методика «Определения типа профессии» Е.А. Климов

Домашнее задание: обработать результаты диагностики и занести полученную интерпретацию в «Карту диагностики» (Приложение 2.)

Тема 11. Работа с результатами диагностики (2 часа).

Работа с Картой диагностики. Выстраивание профессионально-личностного профиля.

ПРАКТИЧЕСКИЙ БЛОК

Цель: научить учащихся применять результаты самопознания при прогнозировании своего профессионального будущего.

Задачи:

1. научить обучающихся составлять алгоритмы по:
 - анализу своих сильных и слабых сторон;
 - принятию решений;
 - самоанализу и способу определения целей;
2. научить обучающихся навыкам планирования своего жизненного и профессионального пути
3. стимулировать у старшеклассников личную ответственность за использование результатов самопознания при прогнозировании своего профессионального будущего.

Тема 12. Умения и навыки самопрезентации как фактор успеха при трудоустройстве (3 часа).

Упражнение «Я чувствую сейчас...»

Упражнение «Кто Я?»

Упражнение «Мои сильные и слабые стороны»

Деловая игра «Торг»

Упражнение «Совместное рисование»

Упражнение «Окно Джогари»

Сюжетно-ролевая игра «Устраиваемся на работу»

Упражнение «Ассоциация с цветом»

Упражнение «Мои способности»

Упражнение «Скажи мне, кто твой друг»

Упражнение «Объявление в газету»

Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»

Тема 13. Развитие умения делать выбор и принимать решения (3 часа).

Упражнение «Я чувствую сейчас...»

Сюжетно-ролевая игра «Корова»

Упражнение «Рисунок настроения»

Упражнение «Совместная выработка алгоритма принятия решения»

Упражнение «Строительство своей жизни»

Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»

Упражнение «Дорога в горы»

Упражнение «Плюс, минус, интересно»

Упражнение «Мое настроение»

Тема 14. Развитие навыков эффективного общения (3 часа).

Упражнение «Я чувствую сейчас...»

Упражнение «Общение – это...»

Упражнение «Очередь»

Упражнение «За стеклом»

Упражнение «Невербальный подарок»

Упражнение «Интонация»

Упражнение «Интервью»

Упражнение «Карусель»

Упражнение «Я тебя понимаю»

Упражнение «Найди свою пару»

Упражнение «Свободный микрофон»

Упражнение «Вдвоем»

Анкета «Какой Я в общении»

Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»

Тема 15. Планирование профессионального пути. Посещение профессиональных образовательных учреждений (4 часа).

Упражнение «Я чувствую сейчас...»

Упражнение «Мои цели»

Упражнение «Лестница»

Проективный рисунок «Я через 10 лет»

Упражнение «Умение планировать свою профессиональную жизнь»

Упражнение «Спящий город»

Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»

Упражнение «5 шагов»

Упражнение «Эмоциональное отношение к выбору профессии»

Тема 16. Десять шагов уверенности в себе (2 час).

Упражнение «Я чувствую сейчас...»

Упражнение «Как выпустить «лишний пар»

Упражнение «Как сдавать экзамены»

Дыхательно-координационное упражнение «Монетка»

Упражнение «Круг уверенности»
Упражнение «Свеча»
Упражнение «Никто не знает, что я...»
Упражнение «Рекламный ролик»
Упражнение «Горячий стул»
Упражнение «Десять шагов уверенности в себе»
Упражнение «Растопи узоры на стекле»
Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»

Использованная литература:

1. Анн Л. Психологический тренинг с подростками. –СПб.: Питер, 2003, 272 с.
2. Афанасьева Н.В., Малухина Н.В., Пашнина М.Г., Профорентационный тренинг для старшеклассников «Твой выбор» –СПб.: Речь, 2008
3. Гуткин М.С., Лернер П.С., Михальченко Г.Ф. Твоя профессиональная карьера: учеб. для 8-9-ых классов общеобразовательных учреждений –М.: Просвещение, 2005
4. Немов Р.С. Психология. В 3 кн. Кн. 3. –М.: Просвещение, 1994
5. Пакет психодиагностических методик /под ред. В.Г Асеева. –И.: ИГПИ, 199
6. Профильное обучение в условиях модернизации. –М., 2004. –358 с.
7. Пряжников Н.С. Игровые профориентационные упражнения. – М.: «Институт практической психологии». Воронеж: НПО «Модэк», 1997, 56 с.
8. Пьянкова Н.И. Проектирование и экспертиза учебных курсов по выбору учащихся. –М.: АПК и ПРО, 2004. – 22 с.
9. Рай Лесли. Развитие навыков эффективного общения. –СПб.: Питер, 2002, 288 с.
10. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии: Научно-популярное издание. –М.: Генезис, 2002.
11. Социальная психология и этика делового общения: Учеб. пособие для вузов/Под общей ред. В.Н. Лавриненко. –М.:Культура и спорт, ЮНИТИ, 1995, 160 с.
12. Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации. –М.:ВЛАДОС, 2001.
13. Я, ты, мы в зеркале познания (сборник методик) /Сост. С.Ф. Спичак. –М.: «Институт практической психологии», Воронеж: «НПО «МОДЭК», 1995

Список литературы, рекомендуемой для обучающихся:

1. Абульханова - Славская К.А. Стратегия жизни - М., 1991.
2. Азаров Ю.П. Радость учить и учиться. - М., 1990.
3. Берг В. Карьера - суперигра. - Нетривиальные советы на каждый день. - АО «Интерэксперт», М., 1998.
4. Выбираем профессию: 100 вопросов и 100 ответов. –Л., 1990
5. Гуткин М.С., Лернер П.С., Михальченко Г.Ф. Твоя профессиональная карьера: учеб. для 8-9-ых классов общеобразовательных учреждений –М.: Просвещение, 2005.
6. Жариков Е., Крушельницкий Е. Для тебя и о тебе. –М., 1991
7. Карнеги Д. Как завоевывать друзей и оказывать влияние на людей; Как вырабатывать уверенность в себе и влиять на людей, выступая публично; Как перестать беспокоиться и начать жить: Пер. с англ. –М., 1990
8. Климов Е.А. Как выбирать профессию? –М., 1990.
9. Процицкая Е.Н. Практикум по выбору профессии. –М., 1995
10. Экскурсии в мир профессий. –Л., 1990
11. Гуткин М.С., Лернер П.С., Михальченко Г.Ф. Твоя профессиональная карьера: учеб. для 8-9-ых классов общеобразовательных учреждений –М.: Просвещение, 2005
12. Немов Р.С. Психология. В 3 кн. Кн. 3. –М.: Просвещение, 1994
13. Пакет психодиагностических методик /под ред. В.Г Асеева. –И.: ИГПИ, 199
14. Профильное обучение в условиях модернизации. –М., 2004. –358 с.
15. Пряжников Н.С. Игровые профориентационные упражнения. – М.: «Институт практической психологии». Воронеж: НПО «Модэк», 1997, 56 с.
16. Пьянкова Н.И. Проектирование и экспертиза учебных курсов по выбору учащихся. –М.: АПК и ПРО, 2004. – 22 с.
17. Рай Лесли. Развитие навыков эффективного общения. –СПб.: Питер, 2002, 288 с.
18. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии: Научно-популярное издание. –М.: Генезис, 2002.
19. Социальная психология и этика делового общения: Учеб. пособие для вузов/Под общей ред. В.Н. Лавриненко. –М.: Культура и спорт, ЮНИТИ, 1995, 160 с.
20. Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации. –М.: ВЛАДОС, 2001.