МБОУ «Берёзовская средняя школа №1 им. Е.К. Зырянова»

«Утверждаю»

Т.Н. Зырянова – директор

« \_\_\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2021

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Рабочая программа элективного курса

«Основы профессионального самоопределения»

на 2021-2022 учебный год, 11 а класс

Разработчик:

Никитина Л.А.,

учитель физики,

первая категория.

Обсуждена и согласована на МО. Принято на педсовете

Протокол №\_\_\_ от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_2021г. Протокол №\_\_\_ от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_2021г.

Берёзовка

2021

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Нормативными документамидля составления рабочей программы являются:

Базисный учебный план общеобразовательных учреждений Российской Федерации

Рабочая программа составлена на основе программы Резапкиной Г. В., «Я и моя профессия»: Программы профессионального самоопределения для подростков: Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов. – 2-е изд., исправл. – М.:Генезис, 2019.–125 с.

Актуальность курса определяется значимостью формирования у обучающихся профессионального самосознания и осознанного профессионального намерения, осознанию интереса к будущей профессии. За краткостью слов «выбор профессии» стоит планирование, проектирование, обдумывание профессионального жизненного пути, «профессионального старта». Правильно сделанный выбор – это начало пути к успеху, к самореализации, к психологическому и материальному благополучию в будущем. Профессиональное самоопределение является начальным звеном профессионального развития личности.

**Цели и задачи предмета**

Изучение курса «Основы **профессионального самоопределения**» на базовом уровне в старшей школе направлено на достижение следующих **целей:**

* подготовка учащихся к осознанному выбору профиля обучения, составлению первичного профессионального плана;
* овладение умениями: использовать различные источники для получения и анализа необходимой информации; ставить цель и добиваться ее достижения; анализировать ситуацию и прогнозировать ее развитие, планировать как собственную, так и коллективную деятельность;
* развитие познавательных интересов, интеллектуальных и творческих способностей в процессе знакомства с профессиями в различных областях современной жизни и практической реализации профессионального самоопределения;
* воспитание личностных характеристик: целеустремленности, самостоятельности, уверенности в своих возможностях, социальной активности и ответственности за принятые решения и совершенные действия;
* открытие перед учениками перспектив в дальнейшем личностном росте;
* овладение способами конструктивного взаимодействия с людьми для успешной социальной и профессиональной адаптации.
* сформировать психологическую готовность к совершению осознанного профессионального выбора с учётом индивидуальных особенностей и возможностей обучающихся.

Реализация указанных целей достигается в результате решения следующих **задач**:

* формирование актуального для подростков “информационного поля” мира профессий, ознакомление с основными принципами выбора профессии;
* расширение системы представлений учащихся о мире профессий, их содержании и востребованности в настоящее время;
* выявление интересов, склонностей обучающихся, направленности личности, первичных профнамерений;
* определение степени соответствия “профиля личности” и профессиональных требований, внесение корректив в профнамерения обучающихся;
* изучение профессиональной направленности учащихся;
* совершенствование знаний подростков о себе, своих интересах, склонностях, потребностях, способностях и других психологических особенностях;
* овладение умениями использовать различные источники для получения и анализа необходимой информации по проекту; ставить цель и добиваться ее достижения; анализировать ситуацию и прогнозировать ее развитие, планировать как собственную, так и коллективную деятельность;
* развитие потребности в трудовой деятельности, самовоспитании, саморазвитии и самореализации;
* воспитание целеустремленности, самостоятельности, уверенности; приобретение опыта проектной деятельности: разработки проекта, его реализации, презентации итогов и оценки его результата.
* повышение уровня психологической компетентности обучающихся за счет получения соответствующих знаний и умений, расширения границ самовосприятия, пробуждения потребностей в самосовершенствовании;
* формирование готовности к самоанализу и адекватной самооценке, реальному уровню притязаний.

Как говорилось выше, основной целью изучения основ проектирования в старшей школе является обеспечение возможности осуществления осознанного образовательного, жизненного и профессионального выбора. С точки зрения достижения метапредметных результатов обучения, а также продолжения образования на более высоких ступенях (профессиональное образование), Процесс **формирования ключевых компетентностей** учащегося можно представить как:

* постепенное освоение отдельных элементов компетентностей (способов деятельности),
* рост степени интеграции данных элементов и внутренних и внешних ресурсов в деятельности учащегося,
* увеличение самостоятельности учащегося в планировании и реализации собственных действий.

**Организация, формы и методы работы:**

В соответствии с учебным планом для образовательных учреждений учебный предмет «Основы профессионального самоопределения», изучаемый в 11 классе, представлен в области «Региональный компонент», рассчитан на 34 часа (из расчета 1 час в неделю.

Программа  предполагает как теоретические, так и практические занятия.

В процессе обучения предусматриваются следующие **формы учебных занятий**: урок-лекция (изучение нового материала), комбинированный урок (сочетающий в себе повторение пройденного, изучение нового материала и практическое упражнение под руководством педагога по закреплению определенных навыков), дискуссия, ролевые игры, переживание профессиональных ситуаций («профессиональные пробы»), моделирование мира человека конкретной профессии, диагностику личностных качеств и интересов человека, соотнесение их с требованиями профессии, групповые занятия с элементами тренинга, самостоятельная проектная деятельность учащихся (мини-проект), урок контроля и оценки знаний (практическая, контрольная работа, доклад).

**Принципы и подходы**, лежащие в основе программы:

* Обучение основывается на следующих педагогических **принципах**:
* личностно ориентированного подхода (обращение к субъектному опыту обучающегося, то есть к опыту его собственной жизнедеятельности; признание самобытности и уникальности каждого ученика);
* природосообразности (учитывается возраст обучающегося, а также уровень его интеллектуальной подготовки, предполагающий выполнение заданий различной степени сложности);
* свободы выбора решений и самостоятельности в их реализации;
* сотрудничества и ответственности;
* сознательного усвоения учащимися учебного материала;
* систематичности, последовательности и наглядности обучения.

**Требования к уровню подготовки учащихся**

**Общие требования к образованности учащихся:**

1. Осознание значимости психологического самопознания для личностного роста, саморазвития и профессионального самоопределения;
2. Осознание своих интересов, склонностей, психофизиологических и интеллектуальных ресурсов личности и идентификация их **с** будущей профессиональной деятельностью;
3. Способность к самостоятельному ответственному решению в ситуации выбора, а также к личностному и профессиональному самоопределению;
4. Осознание себя как субъекта будущей профессиональной деятельности;
5. Готовность к развитию и самосовершенствованию профессионально важных качеств личности: самостоятельности, деловитости, организованности, пунктуальности, инициативности, предприимчивости, стремления к разумному риску, рефлексивности;
6. Владение развитой способностью к ориентации в сфере профессиональной деятельности и прогнозированию в мире профессий;
7. Способность к самооценке и коррекции профессиональных планов зависимости от меняющегося рынка труда.

**Учащиеся должны понимать:**

1. значение профессионального самоопределения как сознательного и самостоятельного выбора профессии;
2. смысл и значение труда в жизни человека и общества, результаты, и ценности профессионального труда;
3. то, что успешность профессионального самоопределения достигается при сбалансированности между профессиональными интересами человека, его психофизиологическими особенностями, возможностями и потребностями рынка труда.

**Учащиеся должны знать:**

1. правила выбора профессии;
2. факторы психического развития и условия, необходимые для личностного роста, саморазвития и самоопределения человека;
3. условия выбора и приобретения конкурентоспособных специальностей и профессий в регионе, районе, городе;
4. психологические основы личностного и профессионального самопознания и самоопределения.

**Учащиеся должны уметь:**

1. использовать приемы самоанализа и саморазвития в учебной и трудовой деятельности;
2. составлять личный профессиональный план и корректировать его;
3. быть способным к саморегуляции, сотрудничеству и взаимодействию;
4. устанавливать живой контакт в личных и деловых взаимоотношениях, стратегически мыслить, быть готовым к принятию решений;
5. активизировать свое стремление к личностному росту;
6. пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

**По результатам курса учащиеся должны овладеть:**

• знаниями о значении профессионального самоопределения;

• правилами выбора профессии;

• знаниями об определении профессии и профессиональной деятельности;

•понятиями об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;

• понятиями темперамента, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сферы, интеллектуальных способностей, стилей общения;

• значение творческого потенциала человека, карьеры;

• требования современного общества к профессиональной деятельности человека;

• понятие рынка профессионального труда и образовательных услуг;

**Содержание курса**

Программа курса даёт многостороннее освещение профессиональной деятельности человека. Она составлена таким образом, что обучающиеся могут изучить проблему многосторонне: часть учебного материала обучающиеся получают в форме теоретических знаний, другая часть материала направлена на практические работы в форме дискуссий, диагностических процедур, сочинений, развивающих процедур, тестовых методик. Программа курса предполагает выполнение реферативных, проектных и исследовательских работ по отдельным темам курса. Зачетная работа – проект «Моя возможная профессия» и защита.

**Тема I. Что я знаю о своих возможностях (6 часов**). Содержание занятий. Профессиональная деятельность как способ самореализации личности.Темперамент и выбор профессии. Интересы и выбор профессии. Склонности и профессиональная направленность. *Диагностические методики*: опросник Айзенка, «Тип мышления», «Тест интеллектуального потенциала», опросник Басса-Дарки. *Развивающие процедуры*: обсуждение результатов диагностических тестов.

**Тема II. Что я знаю о профессиях (6 часов)**. Знакомство с понятием “профессия”, профессиограмма. Классификация профессий по Е.А. Климову: типы профессий, требования профессии к человеку, орудия труда, условия труда. Формирование теоретических представлений и понятий, связанных с миром профессий. *Практическая работа:* составление формул профессий. *Развивающие процедуры:* Просмотр информационных роликов. *Диагностические методики*: ДДО, «Профессиональная пригодность и здоровье», «Профиль».

**Тема III. Способности и профессиональная пригодность (6 часов).** Свойства нервной системы, их взаимосвязь с индивидуальными особенностями поведения личности, значение нервной системы в профессиональной деятельности. Понятие «неблагоприятные производственные факторы». Работоспособность. Условия и режим работы. Определение своего профессионального типа личности. *Диагностические методики:* «Профессиональный тип личности» Дж. Голланда, «Социальный интеллект». *Развивающие процедуры*: обсуждение результатов диагностических тестов.

**Тема IY. Планирование профессиональной карьеры (6 часа).** Система профессионального образования в РФ и возможности приобретения профессии в Москве. Профессии, которые востребованы на современном рынке труда. Ошибки, которые наиболее часто допускаются при выборе профессии. *Практическая работа:* работа с анкетой на определение основных мотивов выбора профессии;упражнение «Резюме». *Развивающие процедуры:* Просмотр информационных роликов.

**Тема V. Практическая часть. (10часов)**

Работа над проектом «Моя будущая профессия». Консультации

Заключительный урок-конференция «Моя будущая профессия».

**Календарно-тематическое планирование по элективному курсу «Основы профессионального самоопределения»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п\п** | **Тема** | **Кол-во**  **часов** | **Дата** |
|  | **I. Что я знаю о своих возможностях** | **6** |  |
| 1 | Вводное занятие. | 1 |  |
| 2 | Самооценка и уровень притязаний. Темперамент и профессия. | 1 |  |
| 3 | Чувства и эмоции. Стресс и тревожность. | 1 |  |
| 4 | Определения типа мышления. | 1 |  |
| 5 | Внимание и память. Уровень внутренней свободы | 1 |  |
| 6 | Обобщение темы **I**: **Что я знаю о своих возможностях** | 1 |  |
|  | **II. Что я знаю о профессиях** | **6** |  |
| 7 | Классификации профессий. Признаки профессии. | **1** |  |
| 8 | Формула профессии. Профессия, специальность, должность. | **1** |  |
| 9 | Определение типа будущей профессии | **1** |  |
| 10 | Интересы и склонности в выборе профессии. Определение профессионального типа личности. | 1 |  |
| 11 | Профессионально важные качества. Профессия и здоровье. | 1 |  |
| 12 | Обобщение темы **II. Что я знаю о профессиях** | 1 |  |
|  | **III. Способности и профессиональная пригодность.** | **6** |  |
| 13 | Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности | 1 |  |
| 14 | Способности к интеллектуальным видам деятельности и профессиям социального типа. | **1** |  |
| 15 | Способности к офисной и предпринимательской деятельности | 1 |  |
| 16 | Артистические и эстетические способности | 1 |  |
| 17 | Уровни профессиональной пригодности. | 1 |  |
| 18 | Обобщение темы **III. Способности и профессиональная пригодность.** | 1 |  |
|  | **IY. Планирование профессиональной карьеры** | **6** |  |
| 19 | Мотивы и потребности. | 1 |  |
| 20 | Ошибки в выборе профессии. | 1 |  |
| 21 | Современный рынок труда. Пути получения профессии. | 1 |  |
| 22 | Навыки самопрезентации. | 1 |  |
| 23 | Стратегия выбора профессии | 1 |  |
| 24 | Обобщение темы **IY. Планирование профессиональной карьеры** | 1 |  |
|  | **V. Практическая часть. (Работа над проектом «Моя будущая профессия». Консультации** | **10** |  |
| 25-26 | Определение темы проекта. Работа над проектом. **Консультация.** | 2 |  |
| 27-28 | Оформление презентации**. Консультация.** | 2 |  |
| 29-30 | **Обсуждение и защита. Консультация** | 2 |  |
| 31-34 | **Урок-конференция «Моя будущая профессия» (защита проекта)** | 4 |  |
|  | **Всего** | **34** |  |

**УМК:**

1. 1. Абрамова Г.С. Ворастная психология. – М.: Владос, 1998.
2. Дубровина И.В. Рабочая книга школьного психолога. – М.: Просвещение, 1991
3. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. - Ростов н/Д*,.:* Феникс, 2008. - 512 с.
4. Резапкинна Г. В., Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов. – 2-е изд., исправл. – М.: Генезис, 2004. – 125 с.
5. 2. Пряжников Н.С. “Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8–11 классы). — М.: ВАКО, 2005.
6. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учебное пособие.- М.: ВЛАДОС, 1996.
7. Савченко М.Ю. Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам (9–11 класс): Практическое руководство для классных руководителей и школьных психологов / Под науч. ред. Л.А. Обуховой.- М.: «Вако», 2008.
8. Соколов Я.В. Твой жизненный успех. Ты и средний класс: Книга для учащихся 9 классов школ Кировской области. – М.: НИЦ «Гражданин», 2012. – 64с.: ил. – (Я – гражданин России).
9. Школьный психолог. Еженедельная газета: Издательский дом «Первое сентября», 2002-2003 г.

**Для обучающихся (дополнительно):**

* 1. Резапкина, Г. В., Секреты выбора профессии, или путеводитель выпускника. – М.: Генезис, 2019.

1. Резапкина Г. В., Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: рабочая тетрадь учащегося. – М.: Генезис, 2018.
2. Резапкина, Г. В., Отбор в профильные классы. – М.: Генезис, 2005. – 124 с.
3. Резапкина Г. В., Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: рабочая тетрадь учащегося. – М.: Генезис, 2005. – 80с.
4. Твоя профессиональная карьера: учеб.для 8 – 9 кл. общеобразоват. учреждений / П. С. Лернер, Г. Ф. Михальченко, А. В. Прудило и др.; под ред. С. Н. Чистяковой. – 4-е изд. – М.: Просвещение, 2017. – 159 с.

**Электронные ресурсы:**

<http://metodkabi.net.ru/index.php?id=1#ur> Методический кабинет профориентации.

Электронные варианты тестов и тестовых методик по темам курса.

**Презентации по профориентации:**

PPt4WEB.ru ―Вернисаж профессий»;

http://www.myshare―Профориентация. Как правильно выбрать профессию?»;

www.moeobrazovanie.ruПрофориентация школьников. Уроки по профориетации.

Prezentacii.com ―Такие разные профессии»;

nsportai.ru; 5psy.ru; oooshka.clan.su; infourok.ru