**Пояснительная записка**

Рабочая программа курса **«Профессиональное самоопределение»** для 9 класса составлена на основе:

- программы предпрофильной подготовки «Психология и выбор профессии» Г.В. Резапкиной.

**Основная идея курса:**

Профессионал – это человек, которому профессиональная деятельность помогает удовлетворять практически все потребности, от низших до высших (самоуважение, само-актуализация). Профессионализм зависит не от содержания работы, а от квалификации, личностных качеств и мотивации человека. В профессионале все эти факторы гармонично сочетаются. Человек выбирает профессию и карьеру в соответствии со своими убеждениями и ценностями.

**Цели**

Изучение курса «Профессиональное самоопределение» в основной школе на предпрофильном уровне направлено на достижение следующих целей:

- **формирование** психологической готовности подростка кпрофессиональной карьере;

- **овладение** учащимися ситуацией выбора в отношениипрофилирующего направления учебной деятельности в старшей школе;

- **развитие** творческих способностей на уровне,необходимом дляпродолжения образования и для самостоятельной деятельности в области наук и в будущей профессиональной деятельности;

- **воспитание** средствами психологии культуры личности:пониманиезначимости психологии и выбора профессии для общественного прогресса и самого себя.

**Задачи**

Изучение данного курса направлено на выполнение следующих задач:

**- формирование** адекватного представления учащихся о своемпрофессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий;

**- ознакомление** со спецификой современного рынка труда,правиламивыбора и способами получения профессии.

**Изменений, внесенных в** программу предпрофильной подготовки«Психология ивыбор профессии» Г.В. Резапкиной нет.

Рабочая программа курса «Профессиональное самоопределение» для 9 класса рассчитана на 34 учебных часа (с учетом 1 час в неделю), в том числе 2 часа на защиту зачетных проектов.

**Формы организации учебного процесса и их сочетание. Формы текущего контроля знаний, умений и навыков.**

Основной формой организации учебного процесса является классно-урочная система. В качестве дополнительных форм организации образовательного процесса по данной программе используется система консультационной поддержки, индивидуальных занятий, работа обучающихся с использованием современных информационных технологий.

Организация сопровождения учащихся направлена на:

- создание оптимальных условий обучения;

- исключение психотравмирующих факторов;

- сохранение психосоматического состояния здоровья учащихся;

- развитие положительной мотивации к освоению программы;

- развитие индивидуальности каждого ребенка.

Образовательный процесс строится на индуктивной основе с привлечением элементов дедуктивных рассуждений. Каждая тема укладывается в один урок. В программе используются различные типы уроков. В них входит профессиональная диагностика с использованием надежных методик, деловых и ролевых игр, проблемно-поисковых задач, элементов исследовательской и проектной деятельности, контрольные задания.

Уроки разработаны на основе традиционной классно-урочной системы с учетом принципов дифференцированного обучения и модульной организации учебного процесса. Уроки сгруппированы в четыре самостоятельных, но логически связанных блока (модуля) по принципу один модуль – одна четверть.

Ведущие принципы – учет возрастных особенностей обучающихся, органическое сочетание обучения и воспитания.

Промежуточная аттестация осуществляется на обобщающих уроках после каждого модуля (пользуясь записями в тетрадях и результатами тестов - оформляются таблицы), решаются кроссворды. Защита итоговых проектов «Моя будущая профессия» проводится в форме: демонстрация творческих работ, чтения сочинения «Моя будущая профессия» и т.п.

**Требования к уровню подготовки учащихся**

В результате изучения курса учащиеся должны

**знать / 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.

**использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и**

**повседневной жизни для:** правильного выбора своей будущей профессии.

**Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Тема раздела** | **Количество** |
| **п/п** |  | **часов** |
| 1 | Что я знаю о своих возможностях | 8 |
| 2 | Что я знаю о профессиях | 8 |
| 3 | Способности и профессиональная пригодность | 10 |
| 4 | Планирование профессиональной карьеры | 8 |
|  | ИТОГО: | 34 |

**Содержание курса**

**Раздел 1. Что я знаю о своих возможностях.**

**Самооценка и уровень притязаний.** Выбор профессии. Кратко о программе «Психология и выбор профессии». Самопрезентация. Самооценка. Формула самооценки. Успех.

**Темперамент и профессия.** Темперамент. Типы темперамента по Гиппократу. Определение темперамента.

**Чувства и эмоции.** Тест эмоций. Истоки негативных эмоций. Чувства и эмоции.

**Определение типа эмоций.** Профессия и эмоции.

**Стресс и тревожность.** Стресс и тревожность. Определение уровня тревожности. Пессимист и оптимист.

**Определение типа мышления.** Продуктивность. Оригинальность. Любознательность. Мужество. Типы мышления: предметно-действенное, абстрактно-символическое, словесно-логическое, наглядно-образное и креативное. Определение типа мышления.

**Внимание и память.** Внимание. Память. Функции памяти. Продуктивность памяти. Типы памяти: слуховая, зрительная, эмоциональная и логическая. Как тренировать память.

**Уровень внутренней свободы.** Уровень внутренней свободы. Определение уровня внутренней свободы.

**Раздел 2. Что я знаю о мире профессий.**

**Классификация профессий.** Признаки профессии. Четырехуровневая классификация профессий по Е.А. Климову. 1 уровень – предмет труда (техника, человек, природа, знак, художественный образ); 2 уровень – цель труда (гностические профессии, преобразующие профессии, изыскательские); 3уровень – орудие труда или средства труда. Вещественные орудия труда: ручные скальпель, кисть и т.д.), механические (швейная машина, автомобиль и т.д.), автоматические (автоматические линии и т.д.). Функциональные орудия – глазомер плотника, вдохновение музыканта и т.д. Условия труда: обычный, бытовой микроклимат (лаборант, продавец и т.д); открытый воздух (агроном инспектор ГИБДД и т.д.); необычные условия (шахтер, космонавт и т.д.); повышенная моральная ответственность ( учитель, врач и т.д).

**Определение типа будущей профессии.** Определение типа будущей профессии с помощью методики Е.А. Климова.

**Профессия, специальность, должность.** Формула профессии. Определение профессии. Получение формулы своей будущей профессии.

**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.

**Профессионально важные качества.** Профессионально важные качества конкретного типа профессий.

**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.

**Раздел 3. Способности и профессиональная пригодность.**

**Способности общие и специальные.** 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. Одаренный человек. Функциональная асимметрия.

**Уровни профессиональной пригодности.** Степени профессиональной пригодности: профессиональная непригодность к конкретной профессии; профессиональная пригодность к конкретной профессии или группе профессий (относительная, абсолютная профпригодность); соответствие конкретной профессиональной деятельности; призвание - высший уровень профессиональной пригодности. Классификация людей (отношение человека к труду) немецкого психолога Э.Фромм:

- Рецептивный.

- Эксплуататорский.

- Стяжательский.

- Рыночный.

- Творческий.

**Раздел 4. Планирование профессиональной карьеры.**

**Мотивы и потребности.** Мотив. Мотив поведения. Мотивация. Определение мотивации с помощью методики Е. Головахи. Потребности. Типы потребностей: физиологические, потребность в защищенности, социальные, потребности в уважении и самоуважении, потребность в самореализации.

**Ошибки в выборе профессии.** Ошибки: выбор из соображений «престижа», выбор профессии «за компанию», отождествив интерес к преподавателю и его предмету со своей будущей профессией.

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

**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.

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

**Стратегия выбора профессии.**

**Формы и средства контроля**

Зачетным занятием является последнее занятие по защите проекта «Моя будущая профессия».

**Перечень учебно-методических средств обучения**

Используемая литература:

1. Диагностические материалы для профессиональной ориентации: методическое пособие. – М.: Академия, 2014.

2. Пряжников Н.С. Профориентация в школе и колледже: игры, упражнения, опросники: 8 – 11 классы, ПТУ и колледж. – М.: ВАКО, 2008.

3. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие. – М.: Генезис, 2011.

4. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Рабочая тетрадь учащегося. – М.: Генезис, 2011.

5. Романова Е.С. 147 популярных профессий: Психологический анализ и профессиограммы. – М.: Аспект Пресс, 2011.

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ занятия** | **Тема** | **Номер урока (согласно учебно-методического пособия)** | **Тип учебного занятия** | **Дата** |
| **I ЧЕТВЕРТЬ (8 УРОКОВ)** | | | | |
| **РАЗДЕЛ 1. ЧТО Я ЗНАЮ О СВОИХ ВОЗМОЖНОСТЯХ** | | | | |
| 1 | Самооценка и уровень притязаний | Урок 1 | ИНМ |  |
| 2 | Темперамент и профессия. Определение темперамента | Урок 2 | ИНМ |  |
| 3 | Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций | Урок 3 | ИНМ |  |
| 4 | Стресс и тревожность | Урок 4 | ИНМ |  |
| 5 | Определение типа мышления | Урок 5 | ИНМ |  |
| 6 | Внимание и память | Урок 6 | ИНМ |  |
| 7 | Уровень внутренней свободы | Урок 7 | ИНМ |  |
| 8 | Обобщающий | Урок 8 | ОУ |  |
| **II ЧЕТВЕРТЬ (8 УРОКОВ)** | | | | |
| **РАЗДЕЛ 2. ЧТО Я ЗНАЮ О ПРОФЕССИЯХ** | | | | |
| 9 | Классификация профессий. Признаки профессии | Урок 9 | ИНМ |  |
| 10 | Определение типа будущей профессии | Урок 10 | ПР |  |
| 11 | Профессия, специальность, должность. Формула профессии | Урок 11 | ИНМ |  |
| 12 | Интересы и склонности в выборе профессии | Урок 12 | ИНМ |  |
| 13 | Определение профессионального типа личности | Урок 13 | ИНМ |  |
| 14 | Профессионально важные качества | Урок 14 | ИНМ |  |
| 15 | Профессия и здоровье | Урок 15 | ИНМ |  |
| 16 | Обобщающий | Урок 16 | ОУ |  |
| **III ЧЕТВЕРТЬ (10 УРОКОВ)** | | | | |
| **РАЗДЕЛ 3. СПОСОБНОСТИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРИГОДНОСТЬ** | | | | |
| 17 | Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности | Урок 17 | ИНМ |  |
| 18 | Способности к интеллектуальным видам деятельности | Урок 18 | ИНМ |  |
| 19 | Способности к профессиям социального типа | Урок 19 | ИНМ |  |
| 20 | Способности к офисным видам деятельности | Урок 20 | ПР |  |
| 21 | Способности к предпринимательской деятельности | Урок 21 | ПР |  |
| 22 | Артистические способности | Урок 22 | ПР |  |
| 23 | Уровни профессиональной пригодности | Урок 23 | ИНМ |  |
| 24 | Обобщающий | Урок 24 | ОУ |  |
| **РАЗДЕЛ 4. ПЛАНИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КАРЬЕРЫ** | | | | |
| 25 | Мотивы и потребности | Урок 25 | ИНМ |  |
| 26 | Ошибки в выборе профессии | Урок 26 | ИНМ |  |
| **IV ЧЕТВЕРТЬ (8 УРОКОВ)** | | | | |
| **РАЗДЕЛ 4. ПЛАНИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КАРЬЕРЫ (продолжение)** | | | | |
| 27 | Современный рынок труда | Урок 27 | ИНМ |  |
| 28 | Пути получения профессии | Урок 28 | ИНМ |  |
| 29 | Навыки самопрезентации | Урок 29 | ИНМ |  |
| 30 | Стратегия выбора профессии | Урок 30 | ИНМ |  |
| 31 | Обобщающий | Урок 31 | ОУ |  |
| 32 | Создание проекта «Моя будущая профессия» | Урок 32 | ПР на ПК |  |
| 33 | Защита проекта «Моя будущая профессия» | Урок 33 | ПР на ПК |  |
| 34 | Защита проекта «Моя будущая профессия» | Урок 34 | ПР на ПК |  |

**Условные обозначения, используемые в разделе «Тип учебного занятия»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Сокращенное обозначение** | **Учебное занятие** |
| 1 | ИНМ | Изучение нового материала |
| 2 | ПР | Практикум |
| 3 | ПР на ПК | Практикум на персональном компьютере |
| 4 | ОУ | Обобщающий урок |