


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«БИЛИКТУЙСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

РАССМОТРЕНА:  
на заседании  
Методического совета.  
Протокол  
«30» 08 2021г № 1

СОГЛАСОВАНО:  
Заместитель директора по  
УВР Тку/А.А. Гладышева/  
от «30» 08 2021г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «Биликтуйская  
ООШ» Тку /Т.Г. Чубарина/  
приказ от «30» 08 2021г  
№ 30



Рабочая программа учебного предмета  
твоя профессиональная ориентация для обучающихся  
с легкой умственной отсталостью  
для 8-9 класса

Составила программу:  
Викторова И.Л. учитель математики  
первой квалификационной категории

2020г.

## Пояснительная записка

Если вы удачно выберете труд  
и вложите в него душу, то счастье само вас отыщет...

К.Д.Ушинский

Рабочая программа курса разработана на основе:

➤ Программы общеобразовательных учреждений: Твоя профессиональная карьера: 8-9 классы/ Чистякова С. Н., Холодная М.А., Шалавина Т. И. под ред. Чистяковой С.Н., изд. 3-е. – М.: Просвещение, - 2009 г. – 92 с.

Основные критерии и базовые основания программы курса «Твоя профессиональная карьера» построены на нормативном перечне, представленном в проекте Федерального компонента Государственного Образовательного стандарта общего образования:

➤ модернизация содержания общего образования в соответствии с требованиями современности при сохранении традиций российской школы;

➤ соответствие содержания образования возрастным закономерностям развития учащихся, их особенностям и возможностям;

➤ целостность и личностная ориентация содержания образования;

➤ востребованность результатов образования в жизни;

➤ деятельностный характер образования, ориентация содержания образования на формирование общих учебных умений и навыков, обобщенных способов учебной, познавательной, коммуникативной, практической, творческой деятельности, на получение учащимися опыта этой деятельности;

➤ усиление социально-гуманитарной направленности содержания образования, способствующей утверждению ценностей гражданского общества, становлению и социализации личности ученика в условиях современного мира;

➤ обеспечение вариативности и свободы выбора в образовании для субъектов образовательного процесса (учащихся и их родителей, педагогов и образовательных учреждений), возможностей для реализации различных образовательных практик;

➤ ориентация на реализацию компетентного подхода к содержанию образования, на формирование ключевых (базовых, универсальных) компетентностей – готовности учащихся использовать усвоенные знания, умения и способы деятельности в реальной жизни для решения практических задач.

Каждый молодой человек строит планы на будущее. Это будущее представляется ему благополучным и успешным. Но в современных условиях конкуренции и ужесточения требований, предъявляемых рынком труда, выпускники российских школ оказываются не готовыми к адаптации в новых социально-экономических условиях.

Очень важно научить сегодняшних школьников, как относиться к окружающему миру и воспринимать опыт окружающих людей, дать им понять, что образование и высокая квалификация сами по себе ещё не гарантируют получения и сохранения работы, а так же продвижения по службе и удачной карьеры. Важно, чтобы учащиеся представляли, как влияют на популярность и перспективность той или иной профессии такие факторы, как социально-экономическая ситуация, спрос на рынке труда, престиж профессии, прогноз занятости по профессиональным областям и специальностям, условия труда, средняя зарплата и прочее.

Эти аспекты сегодня очень актуальны и рассматриваются достаточно подробно в различных информационных и образовательных источниках. Использовать их в комплексе, решая поставленные актуальные задачи, поможет элективный курс «Твоя профессиональная карьера», направленный на

формирование практико-ориентированных компетенций учащихся и их профориентацию. Главный принцип программы элективного курса - «учиться – делая»! Этот принцип отвечает поставленной задаче относительно системно-деятельностного подхода в образовании. Ведь, что может быть дороже собственного опыта? Можно много говорить; советовать, поучать, но человек, как правило, учится на своих успехах и промахах!

Курс делится на теоретическую и практическую части. Системно переходя от информационных составляющих тем к деловой игре, тестированию, имитации жизненных ситуаций, а, в последующем, и к собственному творческому проекту, учениками приобретаются те самые, базовые компетентности современного человека (информационные, коммуникативные, самообразовательные), так необходимые ему в профессиональной карьере, да и в повседневной жизни.

Ценность и актуальность программы состоит том что она обязательным образом предусматривает разнообразные формы исследовательской деятельности по профессиям через экскурсии в организации и на предприятия, анкетирование специалистов и собственный опыт. Экскурсия – один из старых методов получения информации. Но, в нашем случае, экскурсия – это исследовательская деятельность, которая имеет конкретную цель и задачи в соответствии с темой проекта ученика. Это могут быть исследования в области профессии, психолого-профессиональной пригодности, современной ситуации на рынке труда и т.д. Таким образом, это - работа, а не пассивное экскурсионное развлечение.

Специальному рассмотрению подвергаются вопросы определения профессиональной деятельности и планирования карьеры, правила поведения в обществе и рабочем коллективе, способы установления контактов и межличностных отношений, подходы к разрешению конфликтных ситуаций, то есть, в теоретическом и экспериментальном виде, учениками приобретаются необходимые ключевые компетенции. В ходе занятия по программе учащиеся смогут рассмотреть и проанализировать различные аспекты профессий и специальностей, выявить свои сильные и слабые стороны, склонности и возможности, которые помогут им стать грамотными специалистами и достойными членами общества. Ребята также научатся идентифицировать и классифицировать вопросы и проблемы, рассматривать различные варианты, высказывать и защищать различные точки зрения, участвовать в дискуссиях и обсуждениях, делать выводы, принимать решения, работать над проектами, готовить отчёты, доклады и публичные выступления.

По определению И.С. Кона: «Самая важная проблема юности – выбор профессии и социально-нравственное самоопределение». И это действительно так. Профессиональное самоопределение личности – сложный и длительный процесс, охватывающий, значительный период жизни. Его, эффективность, как правило, определяется степенью согласованности психологических возможностей человека с содержанием и требованиями профессиональной деятельности, а также сформированностью у личности способности адаптироваться к изменяющимся социально-экономическим условиям в связи с устройством своей карьеры.

Таким образом, данная программа направлена на обеспечение интеллектуального, духовного, общекультурного развития, социальной и функциональной грамотности учащихся, возможности их дальнейшего обучения на последующих ступенях образования и самостоятельного профессионального самоопределения.

## **Цели и задачи курса «Твоя профессиональная карьера»**

**Цель программы:** формирование практико-ориентированных компетенций учащихся и их профессиональной ориентации в связи с личными желаниями и наклонностями в условиях современных и перспективных требований на рынке труда.

**Гипотеза программы:** знакомясь с различными профессиональными сферами, исследуя области человеческой деятельности и определяя собственные интересы и наклонности, выпускники школы получают, практико-ориентированные знания, приобретают социально-экономические компетенции, которые нужны им для успешной интеграции в социум и адаптации в нём.

### **Основные задачи курса:**

#### 1. С позиции воспитания и развития личности:

- формирование устойчивости взглядов на отношение к личности на принципах гуманизма и милосердия;
- стимулирование деятельности, направленной на собственную активность в работе над собой;
- обучение ориентироваться в мире информации, анализировать события и явления, делать самостоятельные выводы и обобщения;
- создание предпосылок для формирования нравственной основы развития будущего профессионала в различных областях деятельности.

#### 2. С позиции дальнейшего выбора профиля обучения:

- оказание учащимся помощи в принятии решений о выборе профиля обучения в старших классах, в осмыслении практического применения знаний в области техносферной безопасности;
- формирование положительного отношения к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенности в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;
- ознакомление со спецификой профессиональной деятельности и новыми формами организации труда в условиях рыночных отношений и конкуренции кадров.

#### 3. С позиции профессиональной ориентации и социализации личности каждого ученика:

- формирование способностей намечать пути реализации своих профессиональных намерений, адекватной самооценки в профессиональном выборе;
- создание условий для проверки своих способностей в деятельности к принятию решений в нестандартных ситуациях.

**Общее количество часов, отводимое на курс – 68 часа (2 час в неделю).**

### **Общая характеристика курса**

Программа элективного курса объединяет в себе теоретическое содержание, игровые формы занятий, психологические тестирования и творческую исследовательскую деятельность.

Курс состоит из трех равноценных частей. В первой части дается возможность каждому узнать свои интересы и склонности; особенности темперамента, мышления, памяти, внимания. Вторая часть знакомит с требованиями различных профессий; учащиеся могут соотнести их со своими возможностями. Третья часть представляет собой авторские тренинги, в ходе которых актуализируется процесс профессионального самоопределения, расширяются границы восприятия самого себя и других людей.

Программа курса содержит темы, которые позволяют обучающимся научиться искусству общения, правильно выбрать будущую профессию, построить свою будущую карьеру. Эти знания, безусловно, помогут в дальнейшем сделать их жизнь успешной.

Программа включает в себя знакомство обучающихся с некоторыми социально-экономическими, производственно-техническими и психологическими особенностями профессий, с требованиями, предъявляемыми к исполнителям определённой работы, с факторами пригодности к работе, поможет сориентироваться на современном рынке труда и принять решение относительно той или иной профессии в своей карьере.

В ходе занятий курса выявляются профессиональные интересы, способности, предрасположенность и пригодность к той или иной профессии. Оценивается социальная значимость, привлекательность, престижность различных профессий, обсуждаются пути поисков и устройства на работу.

Программа предлагает творчески и широко использовать метод проектов в формировании практико-ориентированных компетенций, а метод проектов сам является образовательной технологией (Приложение 1). Используя как образовательную технологию метод проектов, учитель строит обучение на активной основе, через целесообразную деятельность ученика, сообразуясь с его личным интересом. Осуществить профессиональную ориентацию школьников с учётом их интересов, профессиональных предпочтений и типа личности – одна из ключевых задач программы элективного курса.

Шагая по ступеням курса, обсуждая, играя, исследуя, приобретая знания и компетенции, необходимые для того, чтобы чувствовать себя комфортно в новых социально-экономических условиях жизни, школьники учатся работать в сотрудничестве. А, обучение в сотрудничестве – это тоже пример современных технологий в образовании. Хотя, обучение в малых группах применялось в педагогике давно, сегодня главная идея обучения в сотрудничестве – учиться вместе, а не просто, чтобы выполнять вместе! Участвуя в деловых играх, имитации жизненных ситуаций, подготовке общешкольных и конкурсных проектов вся группа заинтересована в усвоении учебной информации каждым её членом, поскольку успех команды зависит от вклада каждого, а так же, от совместного решения поставленных перед группой проблем.

Основные идеи данной программы базируются на теории Франкла Парсона о трех факторах профессионального самоопределения: индивидуальных способностях, особенностях, возможностях, умениях и интересах человека; особенностях профессии, требованиях, предъявляемых к человеку; правильном соотношении первых двух факторов.

И на теории индивидуального стиля деятельности российского психолога Е. А. Климова. Есть два способа выбрать профессию:

1 – методом проб и ошибок. На это может уйти большая часть жизни.

2 – изучить свои способности, склонности, особенности мышления, внимания, памяти, свойства нервной системы. Затем ознакомиться с миром профессий и соотнести требования профессии к человеку со своими особенностями. Это осмысленный выбор и точный.

На занятиях курса мы предлагаем выбрать профессию вторым способом. Содержание занятий предполагает побудить девятиклассников к активному самопознанию, исследованию собственных познавательных ресурсов и возможностей, а также помогает им сориентироваться в планах на будущее.

В ходе работы с учащимися предусмотрено использование комплекса психологических методик, направленных, во-первых, на изучение и анализ индивидуальных психологических качеств учащихся, а во-вторых, на обеспечение их психологического развития. С этой целью применяются диагностические и развивающие методические процедуры.

В процессе преподавания курса могут использоваться разнообразные формы организации занятий и методы обучения: комбинированный урок, конференция, «круглый стол», пресс-конференция, индивидуальные и групповые беседы; демонстрация кино- и видеофильмов, семинары, описание профессий, встреча с представителями отдельных профессий, диспут, конкурс, составление и решение профориентационных кроссвордов и др.

Изучение курса предполагает активное участие школьников в подготовке и проведении занятий, насыщение уроков и домашних заданий различными упражнениями для самостоятельной работы, раздаточным дидактическим материалом.

Знакомясь с приемами самопознания и самоанализа личности, учащиеся соотносят свои склонности и возможности с требованиями, предъявляемыми к человеку определенной профессии, намечают планы реализации профессиональных намерений. Проводимые одновременно с изучением курса профессиональные пробы дают им возможность углубить и закрепить полученные знания и умения. Школьники приобретают практический опыт работы по конкретной профессии и на основании этого определяют путь дальнейшего профессионального обучения.

Большое значение имеют профессиональные пробы учащихся. Профессиональная проба — это завершённый вид учебно-трудовой, познавательной деятельности учащихся, имеющей профессиональную направленность. Основные задачи программ профессиональных проб — ознакомление учащихся с группой родственных или смежных профессий, содержанием, характером и условиями труда рабочих (инженеров) различных отраслей народного хозяйства; формирование допрофессиональных знаний, умений, навыков, опыта практической работы в конкретной профессиональной деятельности, оказание школьникам помощи в профессиональном самоопределении. В процессе профессиональных проб развивается интерес к конкретной профессиональной деятельности, проверяется готовность к самостоятельному, сознательному и обоснованному выбору профессии.

Выполнение профессиональных проб проводится в два этапа:

Первый — подготовительный, в котором выделяется обучающая и диагностическая части.

Второй — практический, включающий задания по трем направлениям — технологическому, ситуативному и функциональному. Обучающая часть подготовительного этапа направлена на приобретение учащимися основных сведений о профессиях, входящих в данную сферу профессиональной деятельности; диагностическая направлена на выявление профессионально важных качеств личности.

Профессиональные пробы выполняются индивидуально или в составе определенной группы. При этом обеспечивается преемственность в выполнении профессиональных проб в урочное и внеурочное время.

Специфика задач курса исключает обращение к традиционной системе оценивания знаний и умений учащихся. Эффективность усвоения следует оценивать по показателям сформированности у школьников способности к выбору профессии.

### **Основные принципы, положенные в основу программы курса, это:**

1) принцип мотивационной готовности предлагает ориентацию на то, что значимо для обучающихся в данный момент. При этом используется уже имеющаяся у учащихся мотивация. Саму же информацию следует выстраивать, имея стержнем проявившийся при мотивации интерес. Следование этому принципу предполагает быстрое и четкое планирование серии упражнений, заданий по данной теме, варьирование учебного материала, диагностического инструментария, способов организации учебного взаимодействия;

2) принцип целостности материала понимается как единство когнитивного, эмоционального и регулятивного компонентов, т.е. органическая взаимосвязь информации, предлагаемой учащимся, с эмоциями и чувствами, вызванными этой информацией, а также с обусловленным ею поведением;

3) принцип учета индивидуально-типологических особенностей в обучении реализуется в том, что принимаются во внимание следующие характеристики юношеского возраста:

✓ преимущественная ориентация на процесс общения;

✓ переживания, связанные с "чувством взрослости", и несформированность (в большинстве случаев) механизмов социального контроля в поведении, социальная ригидность, обусловленная негативизмом и агрессивным поведением в данном возрасте;

✓ интенсивное развитие абстрактного мышления, изменение его способов, его социализация;

✓ активное формирование самосознания и рефлексии;

✓ ярко выраженная реакция эмансипации и самоактуализации;

✓ переживания, связанные с половой идентификацией, самопринятием и формированием образа "Я".

4) принцип компетентностного подхода, который заключается в приобретении учащимися личного опыта приложения усилий в решении вопроса собственной профилизации;

5) принцип деятельностного подхода, он выражается в том, что на занятиях ведущая деятельность принадлежит обучающемуся;

6) принцип личностного подхода, реализуется направлением образовательного процесса на личность ученика, его индивидуальные особенности, возможности, интересы.

### **Формы организации учебной деятельности**

Исходя из приоритетов, определенных нами выше суть организации занятий с обучающимися заключена в организации совместной деятельности учителя и учеников с позиций сотрудничества и кооперации, поэтому занятия должны проводиться по типу творческих лабораторий, практикумов самопознания с активным использованием таких методов обучения, как:

- игровое моделирование;
- тренинг;
- анализ конкретных ситуаций и решение психологических задач;
- групповые дискуссии;
- психодиагностические процедуры;
- семинары - практикумы;
- мини-лекции;
- психотехнические игры и упражнения;
- психологические опыты;
- экскурсии;
- деловые игры;
- самонаблюдение;
- учебное исследование.

Основной формой является работа в режиме проектной деятельности, который построен по принципу самообразования, т.е. приобретения знаний путем самостоятельных занятий, без помощи преподавателя. Его роль – консультант, к которому можно обратиться за помощью, столкнувшись с трудностями в решении той или иной задачи.

Внеурочная (внеучебная) деятельность в рамках данного курса предусматривает такие формы работы как:

➤ индивидуальное консультирование с целью уточнения психологической интерпретации результатов самодиагностирования учащимися по учебно-методическим пособиям: «Дневник Самопознания» и «Дневник Самоопределения»;

➤ организация тренинговых групп, исходя из потребностей учащихся (тренинги общения, тренинг саморегуляции, тренинг личностного роста и т.д.);

➤ организация «психологической недели» с целью пропаганды психологических знаний и повышения социально-психологической компетентности учащихся, педагогов, родителей.

В ходе работы с учащимися по данному курсу предусмотрено использование комплекса психологических методик, направленных на самопознание и анализ психологических качеств. С этой целью актуально разработать, для каждого учащегося, портфолио - Дневник самопознания, представляющий собой рабочую папку-скоросшиватель с диагностическими и развивающими материалами, в которых излагаются тексты диагностик, правила обработки и интерпретации результатов.

Таким образом, вся информация, сконцентрированная в «Дневнике...», является глубинным источником знания о самости ученика и позволяет определить цели, направления и средства самоизменения, которые определяет сам ученик при поддержке и необходимой психологической помощи (причем необходимость помощи определяет сам учащийся).

Кроме того, по всем темам курса проводятся практические и творческие работы, направленные не столько на обобщение теоретического материала и психологического понятийного аппарата, сколько на активизацию рефлексии и самоанализа учащихся.

### **Психолого-педагогический мониторинг индивидуальной траектории развития учащихся**

Суть мониторинга заключена в том, что постоянное отслеживание индивидуальной траектории развития субъектного опыта каждого учащегося, позволяет отслеживать динамику изменений, происходящих процессах личностного и профессионального самоопределения. Причем особое значение уделяется методам самодиагностирования и рефлексивного анализа.

Мониторинг должен проводиться в трех аспектах, отслеживая:

- ✓ в когнитивном плане - полноту, дифференцированность и системность знаний о своих психологических и психофизиологических ресурсах;
- ✓ в эмоциональном - адекватность самооценки и принятие себя;
- ✓ в регуляторном - способность к самоконтролю над своей поведенческой и психической активностью.

Способы осуществления мониторинга делятся на две группы:

- 1) способы сбора информации, регистрация состояния текущих процессов (познавательных, эмоционально-волевых, коммуникативных, самосознания и т.п.);
- 2) способы учета полученных данных с целью коррекции, развития и совершенствования изучаемых явлений и регуляции построения учебной деятельности.

Таким образом, мониторинг ведется в двух направлениях: с одной стороны педагог отслеживает процесс саморазвития и самоопределения каждого учащегося и класса в целом, учащиеся ведут мониторинг собственного самоизменения в «Дневниках...». Способы получения информации: тестирование, анкетирование, опросы, наблюдение, самонаблюдение (оформляется самоотчетом, рефлексивным анализом, в форме рассуждения), различные психодиагностические процедуры и задания.

Такой подход к ведению мониторинга позволяет фиксировать динамику изменений, происходящих в субъектном опыте каждого ученика и выявлять траекторию его развития, что позволяет отслеживать характеристики процесса самопознания и самоопределения и при необходимости оказывать адресную помощь конкретному ученику.

Формы самостоятельного изучения курса могут быть разнообразными: аннотирование, рецензирование, конспектирование, реферирование, написание докладов и рефератов; подбор методического материала, рекомендаций, памяток, заданий на саморазвитие и самопознание, составление библиографического списка (по отдельным разделам, темам), решение



психологических задач, составление структурно-логических схем, подготовка презентаций, выполнение творческих проектов и заданий и т.д. (Приложение 3).

Помимо форм самостоятельного изучения курса, существует ряд предложений относительно групповой (коллективной работы), так как именно коллективный проект является наиболее ценным и разносторонним источником дополнительных возможностей обучения для одноклассников (Приложение 4).

### **Обязательный минимум содержания образовательной программы**

Учащиеся должны знать: значение профессионального самоопределения; требования к составлению профессионального плана; правила выбора профессии; понятие о профессиях и профессиональной деятельности; понятие об интересах, мотивах, ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности, связанных с выбором профессии; понятие о темпераменте, эмоциональной сфере, интеллектуальных способностях; значение творческого потенциала человека, технологию проектирования.

Учащиеся должны иметь представление: о смысле и значении труда в жизни человека и общества; о современных формах и методах организации труда; о сущности хозяйственного механизма в условиях рыночных отношений; о рынке труда, о перспективных направлениях технологий достижения поставленной цели (проектирования).

Учащиеся должны уметь: ориентироваться в терминологии по данному курсу (Приложение 2); соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии; классифицировать профессии по определённым признакам; составлять личный профессиональный план; анализировать информация о профессиях; пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования, осуществлять задуманное через выполнение собственных проектов.

### **Содержание курса**

#### **1. Вводное занятие — 1 ч.**

Цели и задачи курса. Содержание, специфика занятий по психологическим основам выбора профессий. Дневник выбора профессии как форма фиксации данных по курсу «Твоя профессиональная карьера».

Практическая работа. Знакомство с дневником выбора профессии.

#### **2. Внутренний мир человека и возможности его познания — 2 ч.**

Понятие личности. Уникальность личности каждого человека. Многообразие личностных особенностей.

Общее представление о психологии как науке, изучающей внутренний психологический мир человека. Методы изучения личности.

Практическая работа. Составление «дерева» психологических качеств личности.

#### **3. Многообразие мира профессий — 1 ч.**

Труд в жизни человека и общества.

Разнообразие профессий. Развитие личности и профессиональное самоопределение. Профессиональная деятельность как способ самореализации и самоутверждения личности.

Практическая работа. Составление словаря профессий.

#### **4. Представление о себе и проблема выбора профессии — 2 ч.**

«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 самописание» (с учетом модификации «я» в глазах другого); методика самооценки (соотношение «реального» и «идеального „я“»).

#### **5. «Секреты» выбора профессии («хочу» — «могу» — «надо») — 2 ч.**

«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).

#### **6. Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу») — 2 ч.**

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.

#### **7. Возможности личности в профессиональной деятельности («могу») — 2 ч.**

Понятие профпригодности. Профессионально важные качества. Активная роль личности при выборе профессии.

Диагностические процедуры. Методика самооценки индивидуальных особенностей.

Практическая работа. Знакомство с описаниями профессий.

#### **8. Социальные проблемы труда («надо») — 3 ч.**

##### **8.1. Разделение труда (1 ч).**

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?».

##### **8.2. Содержание и характер труда (1 ч).**

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).

##### **8.3. Процесс и условия труда (1 ч).**

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

Практическая работа. Письменная работа на тему «Труд в современном обществе» с последующим обсуждением.

#### **9. Социально-психологический портрет современного профессионала — 2 ч.**

Предприимчивость. Интеллектуальность. Ответственность. Социально-профессиональная мобильность. Психология принятия решений.

Развивающие процедуры. Деловая игра «Мэрия».

#### **10. Анализ профессий — 2 ч.**

10.1. Основные признаки профессиональной деятельности (1 ч).

Предмет труда. Цели труда. Средства труда. Проблемность трудовых ситуаций. Коллективность процесса труда. Ответственность в труде. Условия труда. Формула профессии. Понятие о профессиограмме. Практическая работа. Конкурс «Угадай профессию».

### **10.2. Классификация профессий (1 ч).**

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.

### **11. Здоровье и выбор профессии — 1 ч.**

Учет состояния здоровья при выборе профессии. Понятие «неблагоприятные производственные факторы». Типы профессий по медицинским противопоказаниям. Укрепление здоровья в соответствии с требованиями профессии. Работоспособность. Роль активного отдыха в зависимости от условий и режима работы.

Практическая работа. Работа с «Анкетой здоровья» и нормативными документами по охране труда.

### **12. Свойства нервной системы в профессиональной деятельности — 2 ч.**

Общее представление о нервной системе и ее свойствах (сила, подвижность, уравновешенность). Ограничения при выборе некоторых профессий, обусловленные свойствами нервной системы. Возможность компенсации свойств нервной системы за счет выработки индивидуального стиля деятельности.

Диагностические процедуры. Теппинг-тест; проба Ланчиса.

### **13. Темперамент в профессиональном становлении личности — 2 ч.**

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.

### **14. Ведущие отношения личности и типы профессий — 2 ч.**

Отношение к деятельности (удовлетворенность трудом, местом работы, профессией).

Отношение к людям (профессиональные взаимоотношения). Отношение к самому себе. Особенности самовосприятия и самооценивания. Отношение к предметному миру.

Диагностические процедуры. Опросники «Ориентировочная анкета», «Отношение к другому человеку как к ценности».

Развивающие процедуры. Деловая игра «Модель идеального города».

### **15. Эмоциональные состояния личности — 2 ч.**

Эмоции и чувства, их функции в профессиональной деятельности. Основные формы эмоциональных переживаний (настроения, аффекты, фрустрация, стрессовые состояния).

Диагностические процедуры. Опросник «Беспокойство — тревога», методика «Незаконченные предложения».

Развивающие процедуры. Ознакомление с простейшими приемами психической саморегуляции. Практическая работа. Самонаблюдение за динамикой настроения.

### **16. Волевые качества личности — 1 ч.**

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.

## **17. Интеллектуальные способности и успешность профессионального труда — 9 ч.**

### 17.1. Способность к запоминанию (2 ч).

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».

### 17.2. Способность быть внимательным (1 ч).

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

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

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

### 17.3. Способность оперировать пространственными представлениями (1 ч).

Роль образов в процессе переработки информации. Значение способности строить в уме пространственные представления и оперировать ими для решения определенных профессиональных задач.

Диагностические процедуры. Методика «Сложение фигур».

Развивающие процедуры. Выполнение задания «Магическая фигура», методика «Кубики».

### 17.4. Способность устанавливать связи и закономерности между понятиями (2 ч).

Способность к выявлению и установлению связей как условие эффективности профессионального труда. Основные типы связей.

Диагностические процедуры. Методики «Выявление существенных связей между понятиями», «Сложные ассоциации».

Развивающие процедуры. Методики «Способы использования предмета», «Невозможные ситуации», «Путешествие в прошлые и будущие состояния предмета».

### 17.5. Способность изменять способы интеллектуальной деятельности (1 ч).

Психологическая характеристика ригидности (гибкости) интеллектуальной деятельности.

Познавательные «барьеры» в различных типах профессий, возможности их преодоления. Способность к ломке шаблонных связей как условие оригинальности интеллектуальной деятельности.

Диагностические процедуры. Методика «Решение серии арифметических задач», работа с текстом, имеющим противоречие.

Развивающие процедуры. Решение задачи «9 точек», методика «Разрыв привычных связей».

### 17.6. Индивидуальные стили кодирования информации (1 ч).

Соотношение трех основных форм кодирования информации: словесной, образной и чувственно-сенсорной. Роль образного и чувственно-сенсорного опыта в стимулировании творческой профессиональной активности.

Диагностические процедуры. Методика «Пиктограмма».

Развивающие процедуры. Психотехнические игры «Метафоры», «Живые скульптуры», «На что похоже?», «Немой художник», «Перевоплощение».

### 17.7. Индивидуальные стили переработки информации (1 ч).

Индивидуальные различия в способах восприятия и понимания происходящего.

Диагностические процедуры. Методики «Свободная сортировка», «Включение фигур».

## **18. Ненсчерпаемость человеческих ресурсов — 2 ч.**

Творческое отношение к собственной жизни. Психологические механизмы компенсации. Целеустремленность в преодолении жизненных сложностей при устройстве своей профессиональной судьбы. Программа и средства самовоспитания.

Развивающие процедуры. Деловая игра «Организация совместного предприятия с представителями внеземной цивилизации».

Практическая работа. Составление индивидуальной программы самовоспитания.

### **19. Человек в новых социально-экономических условиях — 3 ч.**

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. Разгосударствление экономики. Приватизация. Хозяйственная инициатива. Коммерческий риск. Маркетинг. Менеджмент. Контрактные связи. Малый бизнес. Иностранские инвестиции.

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

### **20. Человек среди людей — 4 ч.**

Личность и межличностные отношения в группах. Лидерство. Совместная деятельность в трудовом коллективе. Психологическая совместимость людей. Принятие групповых решений.

Виды общения. Конфликты, пути разрешения конфликтных ситуаций.

Диагностические процедуры. Опросники «Потребность в общении», «Диагностика межличностных отношений», «Эмпатия».

Развивающие процедуры. Элементы социально-психологического тренинга (умение вести диалог, поведение в конфликтных ситуациях). Психотехническая игра «Угадай человека».

### **21. Современный рынок труда и его требования к профессионалу — 3 ч.**

Разнообразные виды предприятий и форм собственности. Акционерные общества, концерны, хозяйственные ассоциации, объединения. Кооперация, аренда, индивидуальная трудовая деятельность.

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

Рынок, его функции, структура. Спрос и предложение, методы их регулирования. Внутренний и внешний рынок. Конкуренция. Конъюнктура рынка. Формирование рыночной инфраструктуры. Развитие предпринимательства.

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

Занятость населения. Безработица.

Перспективы изменения мира профессий в связи с НТП.

Развивающие процедуры. Деловая игра «Малое предприятие».

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

### **22. Пути получения профессии — 1 ч.**

Система профессионально-технического образования. Типы профессиональных училищ, условия приема и обучения в них. Подготовка рабочих на производстве.

Средние специальные учебные заведения, их типы, условия приема и обучения.

Типы высших учебных заведений, условия приема и обучения студентов.

Возможности квалификационного роста.

Практическая работа. Письменная работа «Мой путь в профессию».

### **23. Моя профессиональная карьера — 4 ч.**

Понятие о профессиональной карьере. Критерии профессиональной компетентности.

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

Профессиональное прогнозирование и профессиональное самоопределение.

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

Практическая работа. Анализ личного профессионального плана.

#### 24. Оценка способности школьников к выбору профессии — 4 ч.

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.

#### 25. Профконсультационные услуги — 2 ч.

Виды профконсультации. Возможность получения профессиональной и медицинской консультации.

#### Календарно-тематическое планирование курса «Твоя профессиональная карьера». (68 часа – 2 часа в неделю)

№ занятия		Дата	Тема занятия	Д/з
1	1		Цели и задачи курса	тетрадь
2	2		Понятие личности. Уникальность личности каждого человека	Дневник (портфолио)
3	3		Разнообразие профессий. Развитие личности и профессиональное самоопределение <b>Пр.р 1.</b> «Составление «дерева» психологических качеств личности»	Буклет «Мир профессий»
4	4		«Образ «Я»» система представлений о себе. Методика «Кто Я?»	Подготовка к проекту
5	5		Общие понятия о профессии, специальности, должности	Подготовка к проекту
6	6		Типичные ошибки при выборе профессии. <b>Пр.р. 2</b> «Распределение профессий, специальностей, должностей по соответствующим группам»	Таблица
7	7		Личный профессиональный план	Схема, модуль
8	8		Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу»). Диагностика: «Карта интересов»	Буклет
9	9		Понятие профпригодности. Профессионально важные качества. Диагностика: «Методика самооценки индивидуальных особенностей»	тетрадь
10	1	15.11	Профессионализация, специализация, квалификация. Игровая дискуссия «Кто нужен нашему городу?»	проект
11	2	22.11	Современные требования к труду. Предметы и средства труда условия труда. <b>Пр.р. 3.</b> «Труд в современном обществе»	Подг.к тесту
12	3		Социально-профессиональная мобильность. Психология принятия решений.	Таблица, модуль

13	4		Формула профессии. Понятие о профессиограмме. <u>Пр.р. 4</u> «Угадай профессию»	проект
14	1		Способы классификации профессий. Профессии типа «человек - человек», «человек - техника».	Эссе
15	2		Способы классификации профессий. Профессии типа «человек - природа», «человек – знаковая система», «человек – художественный образ».	Таблица, модуль
16	3		Характеристика профессий по общим признакам профессиональной деятельности. <u>Пр.р. 5</u> «Составление формул профессий»	схема
17	1		Учет состояния здоровья при выборе профессии	кроссворд
18	2		Ограничения при выборе некоторых профессий, обусловленные свойствами нервной системы. Теппинг-тест; проба Ланчиса.	Буклет
19	3		Психологические состояния в трудовом процессе. Сюжетно-ролевая игра «Проявление темперамента в профессиональных ситуациях»	Презентация
20	4		Роль воли в процессе принятия профессиональных решений. <u>Пр.р. 6</u> «Какая у меня воля?»	ТВ, работа
21	5		Виды памяти и их роль в различных видах профессиональной деятельности.	Подготовка к проекту
22	6		Наблюдательность как профессионально важное качество. Методика: «Корректирующая проба»	
23	7		Целеустремленность в преодолении жизненных сложностей при устройстве своей профессиональной судьбы. <u>Пр.р. 7</u> «Составление индивидуальной программы самовоспитания»	Реклама
24	8		Совместная деятельность в трудовом коллективе. Конфликты, пути решения конфликтных ситуаций. Опросник «Эмпатия»	Модуль
25	9		Прогнозирование состояния рынка рабочей силы. Спрос и предложение, методы их регулирования.	Проект
26	1		Занятость населения. Безработица. Перспективы изменения мира профессий в связи с НТП.	Сочинение-рассуждение
27	2		Пути получения профессии. Возможности квалификационного роста. <u>Пр.р. 8</u> «Мой путь в профессию»	Карта профессий
28	3		Понятие о профессиональной карьере. Критерии профессиональной компетентности.	Подготовка к проекту
29	4		Индивидуальный профессиональный план как средство реализации программы личностного и профессионального роста человека	Эссе
30	5		Профессиональное прогнозирование и профессиональное самоопределение. <u>Пр.р. 9</u> «Анализ личного профессионального плана»	проект
31	1		Общие основы оценки способности личности к выбору профессии	Буклет, реклама
32	2		Оценка способности к самоанализу, анализу профессии, самореализации в различных видах профессиональной	Подготовка к проекту

			деятельности. Коллаж «Мой профессиональный портрет»	
33	3		Показатель соответствия выбранной профессии склонностям учащегося. «Самопрезентация личных и профессиональных качеств»	Защита проекта
34	4		Моя профессиональная карьера	
<b>Итого 34 часа</b>				

### Использованная литература

#### Учебно-методические средства

1. Программа курса Твоя профессиональная карьера, авт. С.Н.Чистякова, Т.И. Шалавиной, М.А. Холодная, В.П. Бондарева и др.- М.: Просвещение, 2008.
2. Твоя профессиональная карьера: методика: кн. Для учителя/ С.Н.Чистякова, И.А. Умовская, Т.И. Шалавиной, А.И. Цуканов; под ред. С.Н.Чистяковой. – М.: Просвещение, 2010.

#### Литература к курсу «Твоя профессиональная карьера»

3. Дневник профессионального самоопределения старшеклассника/ авт.сост.: Л.Н. Бобровская, Е.А.Сапрыкина, О.Ю. Просихина. –М.: Глобус, 2007.
4. «Метод учебных проектов в образовании», В.С. Рохлов, М. Ю. Демидова, МИОО, ОАО «Московские учебники», 2006 год.
5. Савченко, М.Ю. Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам. – М.: Вако, 2005. Профориентация старшеклассников: сб. учеб.-метод. Материалов / сост., редактирование и комментарии Т.В. Чистяковой. – Волгоград: Учитель, 2005.
6. Человек и профессия. Образовательный курс профессиональной направленности. / авт. – сост.: Л.Н.Бобровская, О.Ю. Просихина и др.; под ред. Рождественской. – М.: Глобус, 2008.

#### Дополнительная литература

7. Прихожан, А. М Психология неудачника: тренинг уверенности в себе.—М., 1997. Профориентация старшеклассников: Сб. учеб. – метод. Материалы/ сост. Т.В. Черникова – Волгоград: Учитель, 2005.
8. Пряжников, Н.С. Профориентация в школе: игры , упражнения, Опросники. – М.: ВАКО, 2005.
9. Психологические программы развития личности в подростковом и юношеском возрасте / под ред. И. В. Дубровиной. М.: Академия, 1995.— 123 с.
10. Резапкина, Г.В. Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: Рабочая тетрадь учащегося. – М.: Генезис, 2004.
11. Тренинг развития жизненных целей. Программа психологического содействия социальной адаптации / под ред. Е. Г. Трошихиной. — СПб., 2001.
12. Черникова, Т. В., Шашкова, З. В: Профориентационная поддержка молодежи: в 2 ч. — Волгоград, 2001.
13. Чернявская, А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации. – М.6 Изд-во ВЛАДОС – ПРЕСС, 2003.
14. Шевченко М.Ф. Как стать успешным? Программа занятий для старшеклассников. – СПб.; Речь, 2007.
15. Шевченко М.Ф. Тренинг «Профориентация для старшеклассников». – СПб.; Речь, 2007.