****

**1.Пояснительная записка**

составлена на основе программы Резапкиной Г.В. «Психология и выбор профессии». Программа предпрофильной подготовки. Учебно - методическое пособие. ; издание М., Издательство «Генезис» 2005 -208с

В соответствии с Концепцией модернизации российского образования на старшей ступени общеобразовательной школы предусматривается профильное обучение, задача которого – создание в старших классах общеобразовательной школы системы специализированной подготовки, ориентированной на индивидуализацию обучения и социализацию обучающихся с учетом реальных потребностей рынка труда.

Профильное обучение предваряет предпрофильная подготовка – система педагогической, психологической, информационной и организационной поддержки учащихся основной школы, включающая мероприятия по профильной ориентации и психолого-педагогической диагностике учащихся, их анкетирование, консультирование, организацию «пробы сил» и т.п. Профильная ориентация призвана способствовать принятию школьниками осознанного решения о выборе направления дальнейшего обучения и созданию условий для повышения готовности подростков к социально-профессиональному самоопределению.

**Основные цель и задачи курса**: формирование адекватного представления учащихся о своем профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий; ознакомление со спецификой современного рынка труда, правилами выбора и способами получения профессии.

**Организация занятий**

Занятия проходят в виде урока, один раз в неделю, на которых учащиеся знакомятся с необходимыми теоретическими сведениями по основам психологии и профессиоведения и практическими навыками принятия решения и т.п.

**2.Прогнозируемые результаты курса. Приобретаемые навыки учащихся.**

*Учащиеся получат представления:*

- о своих возможностях;

- о своём характере, своих достоинствах и недостатках;

- об особенностях своего мышления, внимания и памяти;

- об источниках стресса в нашей жизни, о его влиянии на нас;

- о различных профессиях, относящихся к определённому типу

- привлекательных и непривлекательных сторонах любой профессии

- «о профессиональной пригодности»

- «о личном профессиональном плане»

*Учащиеся получат опыт:*

- самопознания;

- принятия решений;

- преодоления поведенческих стереотипов;

- работы с тестовым материалом;

- межличностного общения в группе;

- выявления направленности профессиональных интересов

- знакомства с правилами грамотного выбора профессии

- проведения интервью

*Учащиеся научатся:*

- адекватно оценивать себя;

- адекватно реагировать на собственные эмоции;

- навыкам социально приемлемого поведения;

- примерять к своим интересам и склонностям отрасли промышленности

- избегать ошибки в выборе профессии и их последствие

- осмысливать характеристики некоторых профессий и соотносить

их со своими возможностями

- правильно составлять личный профессиональный план

- выбирать адекватные целям методы сбора первичной информации.

 **3.Количество часов и режим проведения занятий.**

**Количество часов: 34 часа** в год.

**Режим проведения занятий:**

продолжительность занятий – 40 минут (1 раз в неделю).

**4. Содержание курса.**

**Что я знаю о своих возможностях.**

1. **Самооценка и уровень притязаний**. Возможность узнать свою самооценку при помощи тестов, проверить ее адекватность. Самооценка как формула счастья. Формула Уильяма Джеймса.

2. **Темперамент и профессия**. Определение темперамента. Варианты человеческого поведения в учении Гиппократа, в модификации И.П. Павлова. Взаимосвязь темперамента с выбором профессии.

3. **Чувства и эмоции**. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций. Равновесие между возбуждением и торможением.. Зависимость от эмоций. Тест Басса- Дарки.

4. **Стресс и тревожность**. Ганс Селье- эустресс, дистрессс. Определение уровня тревожности и оценки школьных ситуаций.

5. **Определение типа мышления**. Развитие своего мышления. Влияние типа мышления на выбор профессии.

6. **Внимание и память**. Свойства внимания устойчивость, объем, переключаемость, распределение, концентрация. А.П. Лурия о способах тренировки памяти.

7. **Уровень внутренней свободы**. Субъективное ощущение каждого человека, влияющее на его отношение к различным событиям своей жизни и принятию решений.

8. **Обобщающий**. Составление своего психологического портрета на основании предыдущих исследований.

**Что я знаю о профессиях.**

9. **Классификация профессий**. Признаки профессий. Знакомство с пирамидой Е.А. Климова: основание, предмет труда.

10. **Определение типа будущей профессии**. Определение будущей профессии по методике Е.А. Климова.

11. **Профессия, специальность, должность**. Формула профессии. Формула профессии по модификации методики Н.С. Пряжниковой.

12. **Интересы и склонности выборе профессии**. Формула интереса. Определение по методике «Профиль» (Модифицированная методика «Карта интересов А. Голомштока»)

13. **Определение профессионального типа личности**. Установление связи между психологическим типом человека и его профессией по методике Дж. Голланда

14. **Профессионально важные качества**. Профессиональная деятельность как выбор людей с необходимым набором черт и качеств, необходимых для успешности этой деятельности.

15. **Профессия и здоровье**. Требование к здоровью человека при выборе профессии. Медицинские ограничения профессиональной пригодности.

16. **Обобщающий**

17. **Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.** Наши возможности в использовании природных задатков, определение типов задатков к практическим видам деятельности

18. **Способности к интеллектуальным видам деятельности.** Наши возможности в использовании природных задатков, определение типов задатков к интеллектуальным видам деятельности

19. **Способности к профессиям социального типа.**  Изучение возможностей в использовании природных задатков, определение типов задатков к определенным видам деятельности

20. **Способности к офисным видам деятельности.** Изучение возможностей в использовании природных задатков, определение типов задатков к определенным видам деятельности

21. **Способности и предпринимательская деятельност** Изучение возможностей в использовании природных задатков, определение типов задатков к определенным видам деятельности

22**. Артистические способности.** Изучение возможностей в использовании природных задатков, определение типов задатков к определенным видам деятельности

23. **Уровни профессиональной пригодности.** Здоровье, личностные качества, навыки., привычки, знания, опыт как параметры профессиональной пригодности

24**. Обобщающий**

25. **Мотивы и потребности.** Выявление причины, лежащей в основе выбора всех действий и поступков человека для определения цели и потребности

26. **Ошибки в выборе профессии.** Предубеждения и риски в выборе профессии

27. **Современный рынок труда.** Изучение системы социально-экономических взаимоотношений между работодателями и теми, кто ищет работу

28. **Пути получения профессии .** Стремление человека при выборе профессии согласовывать с возможностью построения карьеры и потребностями рынка труда свои возможности и здоровье.

29. **Навыки самопрезентаци.**

30. **Стратегии выбора профессии**

31.**Обобщающий.** Проанализироватьь свои возможности в достижении поставленной цели

**5.В процессе изучения программы учащиеся должны:**

иметь представление об особенностях личности человека, свойствах его нервной системы, о познавательных процессах и способах их развития,  о способностях человека, его мотивационной составляющей в личностном развитии, о классификации мире профессий и современном рынке труда;

знать круг вопросов, касающихся своих личностных возможностей в плане индивидуального развития  и профессионального выбора;

уметь использовать знания,  полученные в ходе изучения курса для своего  личностного развития учащихся и   будущего профессионального потенциала.

Для реализации поставленных целей и задач применяются следующие методы: лекционный метод передачи знаний, психодиагностические процедуры для исследования личностных особенностей, методы творческого самовыражения в рисунках, письменных работах, методы социально-психологического тренинга, психологические игры, методы психологической саморегуляции.

Оценивание деятельности учащихся в рамках данного учебного курса – зачетная система, т.к. специфика учебного материала и методика его преподавания требуют особых форм оценивания результатов работы учащихся. Критерии оценивания в рамках зачетной системы:

- точность определения понятий, сформированная «понятийная» компетентность в рамках изучаемой тематики;

- полнота ответов;

- умение аргументировать свою точку зрения во время ответов и дискуссии;

- овладение навыками рефлексии, самоанализа;

- активная позиция во время занятий.

Итоговая  работа учеников по данному курсу  -  письменно оформленный социальный проект, нацеленный на решение изученной по данному курсу социальной проблемы.

**6.Оценивание деятельности**

 учащихся в рамках данного учебного курса. Специфика учебного материала и методика его преподавания требуют особых форм оценивания результатов работы учащихся. Предлагается зачетная система. Возможными критериями оценивания в рамках зачетной системы могут быть:

- точность определения понятий, сформированная «понятийная» компетентность в рамках изучаемой тематики;

- полнота ответов (к примеру, заполнение аналитических таблиц);

- умение аргументировать свою точку зрения во время дискуссии;

- овладение навыками рефлексии, самоанализа;

- активная позиция во время занятий.

В конце каждой четверти проходит семинарское занятие по теме.

Вариантом итоговой работы учеников по данному курсу может быть разработанный и письменно оформленный социальный проект, нацеленный на решение изученной по данному курсу социальной проблемы.

**7.Методическое обеспечение:**

1. Резапкина Г. В. Психология и выбор профессии. Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов, Москва 2005 год.

**8.Количество часов по четвертям**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| I четверть | IIчетверть | IIIчетверть | IVчетверть | Всего за год |
| **8** | **8** | **11** | **7** | **34** |

 **9.Календарно – тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № урока | Тема | Количество часов | Дата проведения |
| По плану | Фактически |
|  | **Первая четверть. Что я знаю о своих возможностях** | 8часов |  |  |
| 1. | Самооценка и уровень притязаний | 1  |  |  |
| 2. | Темперамент и профессия. Определение темперамента | 1  |  |  |
| 3. | Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций. | 1  |  |  |
| 4. | Стресс и тревожность. | 1 |  |  |
| 5. | Определение типа мышления. | 1 |  |  |
| 6. | Внимание и память. | 1  |  |  |
| 7. | Уровень внутренней свободы | 1  |  |  |
| 8. | Обобщающий. | 1 |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **Вторая четверть. Что я знаю о профессиях.** | 8 часов |  |  |
| 9. | Классификация профессий. Признаки профессий. | 1  |  |  |
| 10. | Определение профессионального типа личности. | 1  |  |  |
| 11. | Профессия, специальность, должность. Формула профессии. | 1  |  |  |
| 12. | Интересы и склонности выборе профессии. | 1 |  |  |
| 13. | Определение профессионального типа личности | 1  |  |  |
| 14. | Профессионально важные качества. | 1  |  |  |
| 15. | Профессия и здоровье | 1  |  |  |
| 16. |  Обобщающий | 1  |  |  |
|  | **3 четверть. Способности и профессиональная пригодность** | 11 часов |  |  |
| 17-18 | Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности | 2 |  |  |
| 19-20 | Способности к интеллектуальным видам деятельности | 2 |  |  |
| 21 | Способности к профессиям социального типа | 1 |  |  |
| 22 | Способности к офисным видам деятельности | 1 |  |  |
| 23 | Способности и предпринимательская деятельность | 1 |  |  |
| 24- 25 | Артистические способности | 2 |  |  |
| 26 | Уровни профессиональной пригодности | 1 |  |  |
| 27 | Обобщающий | 1 |  |  |
|  | **4 четверть Планирование профессиональной карьеры** | 7 часов |  |  |
| 28 | Мотивы и потребности | 1 |  |  |
| 29 | Ошибки в выборе профессии | 1 |  |  |
| 30 | Современный рынок труда | 1 |  |  |
| 31 | Пути получения профессии  | 1 |  |  |
| 32 | Навыки самопрезентаци | 1 |  |  |
| 33 |  Стратегии выбора профессии  | 1 |  |  |
| 34 | Обобщающий | 1 |  |  |