



## **Пояснительная записка**

Рабочая программа курса разработана на основе программы С.А. Гайковой «Твоя профессиональная карьера», программы С.Н. Чистяковой, В.П. Бондаревой, М.С. Гуткина, Т.М. Занковской, Г.Ф. Михальченко «Технология. Твоя профессиональная карьера», для учащихся 8-9 классов).

Изменяющаяся структура экономики России влечет за собой и изменение состава профессий. Многие из них отмирают, возникают новые, расширяются функции существующих. Все большее место занимает в обществе сфера услуг, индивидуализируется стиль жизни и труда, усиливается взаимосвязь между обществом и личностью.

### **Цели курса:**

- актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся за счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессионального труда, их соотнесения с требованиями профессии;
- развить у учащихся способности к профессиональной адаптации в современных социально-экономических условиях.

### **Задачи курса:**

- повысить уровень психологической компетенции учащихся за счет вооружения их соответствующими знаниями и умениями, расширения границ самовосприятия, пробуждения потребности в самосовершенствовании;
- сформировать положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;
- ознакомить со спецификой профессиональной деятельности и новыми формами организации труда в условиях рыночных отношений и конкуренции кадров.

**Рабочая программа рассчитана на 34 часов - 1 час в неделю.**

Плановых практических работ - 5 часов, самостоятельных работ - 4 часа. Входящее, и итоговое тестирование – по 1 часу.

## **Формы организации учебного процесса**

Формы организации занятий и методы обучения: конференция, «круглый стол», тренинг, индивидуальные и групповые беседы; демонстрация презентаций, конкурс, составление и решение профориентационных кроссвордов.

В ходе работы с учащимися предусмотрено использование комплекса психологических методик, тестов 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. Кроме того, по всем темам курса проводятся самостоятельные работы.

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.

Для развития у школьников познавательных интересов, расширения профессионального кругозора предусмотрена самостоятельная внеурочная деятельность: работа с литературой, в кружках, подготовка рефератов, анализ

содержания труда рабочих, выполнение индивидуальных творческих заданий, создание презентаций, отчетов.

### **Требования к уровню подготовки учащихся**

*Учащиеся должны знать:* значение профессионального самоопределения, требования к составлению личного профессионального плана; правила выбора профессии; понятие о профессиях и профессиональной деятельности; понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии; интеллектуальных способностях, стилях общения; значение творческого потенциала человека, карьеры.

*Учащиеся должны иметь представления:* 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 предпринимательстве; о рынке труда.

*Учащиеся должны уметь:* соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии; составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его; использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности; анализировать профессиограммы, информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка; пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

### **Формы и средства контроля**

Диагностика и самооценка. В ходе занятий учащимися ведется дневник профессиональной карьеры, который является органической частью курса, системообразующей и интегрирующей другие его составляющие — когнитивную, эмоционально-оценочную (самооценка своих возможностей выполнять тот или иной вид деятельности, отношение к различным видам труда), регуляторную (выявление и формирование профессионально важных качеств).

Изучая курс, школьник выполняет различные диагностические процедуры, связанные с изучаемой темой, самостоятельно оценивает достигнутый уровень способности выбора профессии и фиксирует полученные данные в дневнике выбора профессии, что, в свою очередь, позволяет ему наметить программу действий по развитию недостающих качеств для успешной профессиональной карьеры.

С целью формирования адекватной самооценки исследование каждой психологической характеристики проводится дважды — до овладения определенной методикой, направленной на изучение характеристики, и после получения знаний и умений работы с ней — с фиксацией данных в дневнике и сравнением их.

В дневнике содержится перечень заданий, а также комплект диагностических методик. При оценке своих личностных качеств (исходя из опыта) в помощь учащемуся предлагаются рисунки и диаграммы. Результаты выполнения специальных методик заносятся школьником в соответствующие таблицы дневника.

Все предлагаемые тестовые методики соответствуют темам курса, и учащиеся, заполнив дневник, получают свой психологический портрет с основными характеристиками интеллектуальной и эмоционально-волевой сфер.

Дневник хранится у школьника. Работая с ним на уроке, он может обращаться к нему и в свободное время, с тем чтобы убедиться в правильности оценки своих индивидуальных особенностей, посоветоваться с родителями, внести дополнения, подвести итоги в продвижении к своей цели — выбору профессии.

В целом работа с ДПК помогает определить характерные признаки профессиональной деятельности, соотнести их со своими индивидуальными особенностями с целью выявления профессиональной пригодности к различным типам профессий, что чрезвычайно важно в новых условиях рынка труда для обеспечения собственной социальной защиты. до овладения определенной методикой, направленной на изучение характеристики, и после получения знаний и умений работы с ней — с фиксацией данных в дневнике и сравнением их.

### Тематическое планирование

№ урока	Тема	Деятельность учащихся	Кол-во часов	Дата проведения	
				План	Факт
	<b>Профессиональное самоопределение</b>		<b>34</b>		
1	Внутренний мир человека.	Составить дерево психологических качеств человека	1		
2	Система представлений о себе	Выполнить методику «Кто «Я»»	1		
3	Профессиональные интересы	Заполнить опросник профессиональной готовности	1		
4	Профессиональные склонности	Заполнить опросник профессиональной готовности	1		
5	Способности, условия их проявления	Составление личного профессионального плана	1		
6	Способности, условия их развития	Выполнить методику оценки индивидуальных особенностей	1		

7	Природные свойства нервной системы	Один час отводится на практическую работу «Свойства нервной системы в профессиональной деятельности» и выполнение диагностических процедур	1		
8	Природные свойства нервной системы	Один час отводится на практическую работу «Свойства нервной системы в профессиональной деятельности» и выполнение диагностических процедур	1		
9	.Психические процессы	Один час отводится на практическую работу «Темперамент в профессиональном становлении личности»» и выполнение диагностических процедур	1		
10	Роль психических процессов в профессиональной деятельности	Один час отводится на практическую работу «Эмоциональные состояния личности»» и выполнение диагностических процедур	1		
11	Мотивы и их роль в профессиональном самоопределении	Мотивация при выборе профессии.	1		
12	Ценностные ориентации и их роль в профессиональном		1		

	самоопределении				
13	Профессиональные и жизненные планы	Личный профессиональный план	1		
14	Профессиональная пригодность	Написать профессионально важные качества человека	1		
15	Здоровье и выбор профессии	Составить список опасных и безвредных профессий для человека	1		
16	Здоровье и выбор профессии	Составить список опасных и безвредных профессий для человека	1		
17	Отрасли общественного производства	Профессии в различных отраслях пролизводства.	1		
18	Профессии, специальности, должности	Составление формул профессий	1		
19	Профессиональная проба, ее роль в профессиональном самоопределении	Составление профессиональных проб с учетом склонностей учащихся	1		
20	Профессиональная проба	Выполнение профессиональных проб с учетом склонностей учащихся	1		
21	Профессиональная проба	Выполнение профессиональных проб с учетом склонностей учащихся	1		

22	Профессиональная проба	Выполнение профессиональных проб с учетом склонностей учащихся	1		
23	Профессиональная диагностика	Выполнить упражнения «Замри», «Прогулка», «Телевизор».	1		
24	Профессиональная диагностика	Выполнить методику «Незаконченное предложение»	1		
25	Профессиональная диагностика	Ответить на вопросы опросника «ориентировочная анкета»	1		
26	Профессиональная диагностика	Ответить на вопросы опросника «Айзенка»	1		
27	Понятия резюме и автобиографии	Составление резюме и автобиографии	1		
28	Выявление самооценки и планирование своего будущего	Выполнение анкетирования на установления уровня самооценки	1		
29	Тренинг на выявление личностных деловых качеств	Выполнить пробу Лачинса и методику «Азбука характера»	1		
30	Рынок образовательных услуг	Образовательные учреждения нашей области	1		
31	Рынок образовательных услуг	Образовательные учреждения нашей области	1		
32	Встреча с представителями Центра	Центр занятости населения и предоставляемые	1		

	занятости	услуги			
33	Экскурсия на предприятие	Посещение предприятия и наблюдение за производственным процессом	1		
34	Профессиональная готовность учащегося к переходу в профильный класс	Определение профильной направленности учащихся			

### Тематика практических работ

Учащиеся выполняют профессиональные пробы, тематика которых основана на профессионально направленности учащихся.

### 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»

- 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.
- Человек и профессия. Образовательный курс профессиональной направленности. / авт. –сост.: Л.Н.Бобровская, О.Ю. Просихина и др.; под ред. Рождественской. – М.: Глобус, 2008.
- Дневник профессионального самоопределения старшеклассника/ авт.сост.: Л.Н. Бобровская, Е.А.Сапрыкина, О.Ю. Просихина. –М.: Глобус, 2007

### Дополнительная литература

1. Прихожан, А. М Психология неудачника: тренинг уверенности в себе.—М., 1997.
2. Профориентация старшеклассников: Сб. учеб. – метод. Материалы/ сост. Т.В. Черникова – Волгоград: Учитель, 2005.
3. Пряжников, Н.С. Профориентация в школе: игры , упражнения, Опросники. – М.: ВАКО, 2005.



4. Психологические программы развития личности в подростковом и юношеском возрасте / под ред. И. В. Дубровиной. М.: Академия, 1995.— 123 с.
5. Резапкина, Г.В. Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: Рабочая тетрадь учащегося. – М.: Генезис, 2004.
6. Тренинг развития жизненных целей. Программа психологического содействия социальной адаптации / под ред. Е. Г. Трошихиной. — СПб., 2001.
7. Черникова, Т. В., Шашкова, З. В. Профориентационная поддержка молодежи: в 2 ч. — Волгоград, 2001.
8. Чернявская, А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации. – М.6 Изд-во ВЛАДОС – ПРЕСС, 2003.
9. Шевченко М.Ф. Как стать успешным? Программа занятий для старшеклассников. – СПб.; Речь, 2007.
10. Шевченко М.Ф. Тренинг «Профориентация для старшеклассников». – СПб.; Речь, 2007.

#### Сайты:

1. [vashpsixolog.ru/areer-oriented-high...](http://vashpsixolog.ru/areer-oriented-high...)
2. [proekt-pro.ru](http://proekt-pro.ru)
3. [moeobrazovanie.ru/proforientacija\\_s...](http://moeobrazovanie.ru/proforientacija_s...)
4. «Профориентация: кем стать?» – [www.ht.ru/prof](http://www.ht.ru/prof) сайт Центра тестирования и развития «Гуманитарные технологии» на базе факультета психологии МГУ им. М. В. Ломоносова, где можно найти массу полезной информации о профессиях и образовательных выставках, пройти краткий профориентационный тест, получить ответ специалиста на форумах. На этом сайте содержится много тематических статей по вопросам выбора профессии. Можно познакомиться с рассказами опытных психологов-консультантов о том, что влияет на выбор профессии, какие типичные ошибки совершают молодые люди. Приводится описание большого количества профессий, которые по различным рейтингам являются наиболее востребованными на современном рынке труда. Посещение сайта будет полезно всем, кто выбирает главное дело своей жизни.
5. «Профориентация, образование, занятость – [www.acareer.ru](http://www.acareer.ru) - сайт, на котором содержится большой банк описания профессий, информация о вузах и особенностях поступления. Можно принять участие в форуме по обсуждению общих вопросов профориентации и поступления.
6. «Профессиограммы, краткий словарь профессий» <http://trud.admtvumen.ru> – на официальном сайте департамента труда и занятости населения Тюменской области, в разделе «Консультации специалистов – обучение». Словарь профессий, составленный с учетом востребованности специалистов данных профессий на современном рынке труда.
7. «Профессии» - [www.ucheba.ru/prof](http://www.ucheba.ru/prof) – раздел сайта «Учеба. ру». Здесь представлено более 600 описаний наиболее востребованных на сегодняшний день профессий, рассортированных по разделам. Кроме того, «Учеба. ру» – крупнейший портал, посвященный обучению и образованию.
8. E-xecutive. ru: справочник профессий – [www.e-xecutive.ru/professions](http://www.e-xecutive.ru/professions) – раздел сайта содержит как общие описания профессий, так и специфические описания позиций для таких областей профессиональной деятельности, как «Реклама и PR», «Клиентские отношения», «Администрирование», «Работа с персоналом», «Маркетинг и продажи».

9. **"Открытый урок" - образовательный проект** - информация для учащихся и молодых специалистов: выбор профессии, построение карьеры и др. Каталог учреждений профобразования и предприятий Самарской области. Видеоконференции.
10. Сайт <http://www.profvibor.ru/node/2> предложит каталог профессий. Задача данного проекта сориентировать в мире профессий, помочь определить дальнейший жизненный путь.
11. Список профессий представлен на сайтах <http://www.postupil63.ru/> и <http://vse-professii.ru/>