

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Школа № 125»

Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол №14 от 27.08.2020

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Школа № 125»


А.А.Обухов

27.08.2020г. №267-ОД

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА

«Твоя профессиональная карьера»

Социальной направленности

Составитель:
Виноградова Екатерина Львовна
педагог- психолог

г. Нижний Новгород

2020 год

Пояснительная записка

Актуальность программы «Твоя профессиональная карьера»

Проблема выбора профессии стара как мир. Специфика психологических проблем профессионального выбора определяется нестабильной ситуацией в стране, необходимостью, освоения нового социально-экономического опыта. С одной стороны, появившиеся в связи с переходом к рыночной экономике новые профессии не имеют еще корней в профессиональной культуре нашего общества. С другой стороны, происходит болезненный процесс ломки стереотипов традиционных форм профессионализации, которые также претерпевают изменения в современных условиях. Удачно выбранная профессия повышает самоуважение и позитивное представление человека о себе, сокращает частоту физических и психических проблем, связанных со здоровьем и усиливает удовлетворенность жизнью. Адекватность выбора и уровень освоения профессии влияют на все стороны и общее качество жизни. Поэтому так важно для человека, вступающего в мир профессий, сделать правильный выбор.

Направленность программы

Направление программы профилактически – развивающая работа, совмещающая в себе психологическое просвещение и психопрофилактику с групповым тренингом.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программе

Период выбора профессии хронологически совпадает с подростковым и юношеским возрастaми. Характерные для этого периода жизни становление нового уровня развития самопознания, выработка собственного мировоззрения, определение позиции в жизни активизируют процессы личностного самоопределения и самопознания, проектирования себя в профессии.

Сегодняшний деловой и профессиональный мир остро нуждается в профессионально мобильных людях, готовых грамотно принимать самостоятельные решения и нести ответственность за их проведение в жизнь, способных успешно и эффективно находить, и реализовывать себя в изменяющихся социально-экономических условиях в связи с поиском, планированием, выбором и устройством своей профессиональной карьеры. Выбор профессии – наиболее важное решение, которое необходимо принять в подростковом возрасте.

Психологические особенности подросткового возраста –повышенное внимание к своему внутреннему миру, попытки разобраться в себе, своих переживаниях и мыслях, в своих отношениях к миру и другим людям, застенчивость, нередко встречающееся обостренное чувство одиночества – актуализируются на фоне важнейшей для старшеклассников проблемы – профессионального самоопределения, которое неразрывно связано с личностным самоопределением и самореализацией. Поэтому с особенной силой юношей и девушек тревожит целый спектр животрепещущих вопросов, относящихся к сфере профессионального самосознания.

Отличительные особенности программы

Новизна программы «Твоя профессиональная карьера» состоит в инновационном комплексном подходе к принятию школьниками осознанного решения о выборе направления дальнейшего обучения и созданию условий для повышения готовности подростков к социально-профессиональному обучению.

Программа «Твоя профессиональная карьера» представляет собой систему различных типов занятий: профессиональная диагностика с использованием надежных методик, деловых и ролевых игр, проблемно-поисковых задач, элементов исследовательской и проектной деятельности, участие в дискуссиях и обсуждениях.

Цель программы учебного курса: сформировать у учащихся реалистичный взгляд на выбор профессии с учетом их возможностей и требований рынка труда. Активизация процесса формирования психологической готовности, учащихся к профессиональному самоопределению, за счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессионального труда.

Задачи:

1) формирование ответственного отношения к выбору профессионального пути через расширение границ самопознания и получение информации о мире профессий;

2) повысить уровень психологической компетенции учащихся за счет вооружения их соответствующими знаниями и умениями, расширения границ самовосприятия, пробуждения потребности в самосовершенствовании;

3) сформировать положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;

Идея: формирование готовности учащихся к непрерывному самовоспитанию и саморазвитию в течение всей жизни; социальная мобильность в профессиональном самоопределении.

Формы и режим занятий:

Программа рассчитана на 38 занятий, которые могут проводиться 1 раз в неделю для учащихся 8-х классов.

Форма работы – тренинговая группа, с постоянным количеством учащихся 15 человек.

Проведение занятий осуществляется в специально оборудованном кабинете (класс или любое другое просторное помещение; стулья; доска с мелом; ручки и тетради для записи учащимися информации; столы).

Методические средства

Проведение занятий по программе курса предполагает использование широкого спектра методических средств, таких, как:

- междисциплинарная интеграция, содействующая становлению целостного мировоззрения;

- интерактивность (работа в малых группах, ролевые игры, тренинг);
- обучение через опыт и сотрудничество.

Данные методы и приёмы позволяют наиболее эффективно решать поставленные задачи курса. Для реализации содержания обучения по данной программе основные теоретические положения сопровождаются выполнением практических работ, которые помогают учащимся применять изученные понятия на практике, в конкретных жизненных ситуациях.

На каждом занятии предусматривается практическая деятельность, включающая в себя работу с диагностическими методиками, участие в профориентационных и ролевых играх, выполнение упражнений. Предполагается также использование таких активных методов обучения, как эвристическая беседа, эвристический семинар, проблемное изложение учебного материала.

В процессе обучения используется различный дидактический материал: презентации по темам курса, плакаты, схемы, видеоматериалы, «Дневник профессионального самоопределения».

Критерии оценки эффективности

Результаты входного и итогового анкетирования, выполнение творческих заданий в виде коллажей, самопрезентаций, рекламы по изученным темам.

При оценке результатов обучения по данной программе целесообразно использовать зачетную систему оценивания в объеме курса.

Зачетное оценивание предполагает выполнение учащимися в конце каждого раздела курса итоговых заданий, которые предпочтительно оформлять в папку «портфолио» с целью отслеживания индивидуальных результатов работы. Курс заканчивается выполнением итоговой творческой работы (мини-проекта, реферата, творческого исследования по одной из тем программы) и выставлением зачетных оценок.

Описание места учебного курса.

Программа рассчитана на 1 час в неделю, всего 38 часов в год.

Содержание курса «Твоя профессиональная карьера»

I. Введение

Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана.

Учащиеся должны знать:

- определение понятия «личный профессиональный план»;
- роль профессионального самоопределения в жизни человека.

Учащиеся должны уметь:

- обосновывать важность выбора профессии в жизни человека;
- называть основные элементы структуры личного профессионального плана;

- называть основные проблемы, возникающие при выборе профессии;

- перечислять основные разделы программы курса;

- составлять личный профессиональный план.

Учащиеся должны иметь представление:

- о смысле и значении труда в жизни человека и общества.

II. Познавательные процессы и способности личности

Память. Внимание. Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение. Мышление. Особенности интеллектуальной сферы. Типы интеллекта. Способности. Виды способностей: общие и специальные. Условия развития способностей.

Учащиеся должны знать:

- определения понятий «память», «внимание»;
- виды памяти и внимания;
- качества внимания;
- определения понятий «ощущение», «восприятие», «представление», «воображение»;
- определения понятий «мышление», «интеллектуальная сфера», «интеллект»;
- виды мышления;
- формы логического мышления: понятие, суждение, умозаключение;
- основные операции мышления;
- основные качества мышления;
- определение понятия «способности»;
- основные виды способностей;
- особенности интеллектуальной сферы;
- типы интеллекта.

Учащиеся должны уметь:

- называть основные процессы памяти;
- перечислять основные виды памяти;
- указывать отличительные особенности различных видов памяти;
- определять особенности своей памяти;
- перечислять основные приемы и методы запоминания;
- перечислять основные качества и виды внимания;
- объяснять, чем различные виды внимания отличаются друг от друга;
- определять особенности своего внимания;
- объяснять, как происходит познание окружающего мира;
- перечислять формы чувственного познания;
- перечислять типы мышления;
- определять свой преобладающий тип мышления;
- называть формы логического мышления и определять их сущность;
- перечислять основные мыслительные операции и качества мышления;
- определять тип своего интеллекта;
- объяснять необходимость наличия определенных условий для развития способностей.

III. Психология личности

Типы нервной системы. Типы темперамента. Характер. Самооценка. Самоопределение. Профессиональное самоопределение. Смысл и цель жизни человека. Мотивационная сфера личности. Потребности, их виды. Общение. Деловое общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов.

Учащиеся должны знать:

- определения понятий «тип нервной системы», «темперамент», «характер», «самооценка»;
- типы нервной системы;
- типы темперамента;
- определение понятия «потребности»;
- виды потребностей;
- особенности делового общения;
- определение понятия «конфликт»;
- пути предотвращения и разрешения конфликтов;
- особенности своей личности;
- определения понятий «самоопределение», «профессиональное самоопределение», «мотив», «мотивация», «потребность».

Учащиеся должны уметь:

- называть типы нервной системы и их различия;
- определять свой тип нервной системы;
- выявлять свой ведущий тип темперамента;
- определять наиболее типичные черты своего характера;
- исследовать формы проявления характера;
- выявлять уровень самооценки;
- называть отличительные признаки видов мотивации;
- использовать приёмы делового общения, способы решения конфликтов;
- проектировать индивидуальные модели поведения в конфликтных ситуациях;
- называть различные виды потребностей;
- указывать основные признаки делового общения;
- перечислять способы разрешения конфликтов;
- определять свой уровень конфликтности;
- объяснять особенности различных способов разрешения конфликтов.

IV. Мир профессий

Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации.

Характеристика труда: характер, процесс и условия труда.

Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы.

Типы профессий. Матрица выбора профессии.

Характеристика профессий типа «человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ». Профессионально важные качества (ПВК).

Учащиеся должны знать:

- определения понятий «профессия», «специальность», «специализация», «квалификация», «характеристика труда», «классификация профессий», «цели труда», «орудия труда», «формула профессии», «профессиограмма», «тип профессии», «тип личности», «подтипы профессий», «профессионально важные качества»;

- подтипы профессий в сфере «человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ»; основные характеристики содержания деятельности данных подтипов; требования, предъявляемые к работающему в данной сфере.

Учащиеся должны уметь:

- называть этапы профессионального самоопределения и соотносить их со своим уровнем готовности к выбору профессии;
- приводить примеры и указывать отличия в характере, процессе и условиях труда различных типов профессий («человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ»);
- выявлять тип своей будущей профессии;
- определять свои профессиональные предпочтения;
- выделять подтипы профессий рассматриваемого типа («человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ»);
- называть ПК профессий рассматриваемого типа («человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ»);
- формулировать наиболее привлекательные характеристики своей будущей профессии.

V. Профессиональное самоопределение

Склонности, интересы и мотивы в профессиональном выборе («хочу»). Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»). Специальные способности. Профпригодность. Понятие компенсации способностей. Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах («надо»). «Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки и анализа составляющих «хочу» – «могу» – «надо». Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии.

Учащиеся должны знать:

- определения понятий «интересы», «склонности», «способности», «специальные способности», «профпригодность», «компенсация способностей», «рынок труда», «работодатель», «работник», «социальный заказ», «мотив», «мотивация»;
- виды профпригодности;
- компоненты и субъекты рынка труда.

Учащиеся должны уметь:

- выявлять собственные интересы и склонности в профессиональной сфере деятельности;
- делать вывод о необходимости соотносить свои желания («хочу») со своими способностями и возможностями («могу») и требованиями рынка труда («надо»);
- называть мотивационные факторы выбора профессии;
- называть ошибки, которые могут быть допущены при выборе профессии;
- перечислять основания, по которым предпочтительнее осуществлять выбор профессии.

Учащиеся должны иметь представление:

- о важности решения проблемы выбора профессии.

VI. Подготовка к будущей карьере

Понятие карьеры. Виды карьеры. Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должности. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования. Построение личного профессионального плана.

Учащиеся должны знать:

- определения понятий «карьера», «вертикальная карьера», «горизонтальная карьера», «должность», «внутренняя оценка карьеры», «внешняя оценка карьеры».

Учащиеся должны уметь:

- указывать отличительные признаки различных видов карьеры;
- высказывать свое мнение по поводу влияния внутренней и внешней оценки карьеры на самооценку человека;
- определять цели собственной будущей карьеры.

Учащиеся должны иметь представление:

- о необходимости постоянного самообразования и профессионального совершенствования.

VII. Обобщение

Построение личного профессионального плана. Зачет.

Учащиеся должны знать:

- определение понятия «личный профессиональный план».

Учащиеся должны уметь:

- провести сравнительный анализ ЛПП, составленного в начале и конце изучения курса «Человек и профессия».

I	Вводное занятие. Построение профессионального плана	1
II	Интеллектуальные способности и способности личности как фактор успешности профессионального труда	5
III	Психология личности	12
IV	Мир профессий	8
V	Профессиональное самоопределение	8
VI	Моя профессиональная карьера Подготовка к будущей карьере	4
VI I	Обобщение	2
	ИТОГО:	38 ч.

Календарно-тематическое планирование курса «Твоя профессиональная карьера»

п/п	Наименование тем	Кол-во часов	Теор.	Практ.
------------	-------------------------	---------------------	--------------	---------------

I.	Вводное занятие. Понятие и построение личного профессионального плана	1	1	
II.	Интеллектуальные способности и способности личности как фактор успешности профессионального труда			
1	Память и способности к запоминанию	1	0,5	0,5
2	Внимание и способность быть внимательным. Наблюдательность как профессионально важное качество	1	0,5	0,5
3	Способность оперировать пространственными представлениями	1	1	
4	Особенности интеллектуальной сферы и интеллекта	1	0,5	0,5
5	Способности и профпригодность	1	0,5	0,5
III.	Психология личности			
1	Свойства и типы нервной системы в профессиональной деятельности	1	0,5	0,5
2	Роль темперамента в профессиональном становлении личности	1	0,5	0,5
3	Характер в профессиональном становлении личности. Самооценка и уровень притязаний	1	0,5	0,5
4	Эмоциональные состояния личности, их функции в профессиональной деятельности. Истоки негативных эмоций	1	0,5	0,5
5	Роль жизненных ценностей при выборе профессии. Потребности и мотивы как условие активности личности	2	1	1
6	Роль общения в профессиональном становлении личности (вербальное и невербальное общение)	1	0,5	0,5
7	Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов	2	1	1
8	Профессиональный тип личности (практикум)	2		2
IV.	Мир профессий			
1	Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации. Классификация профессий.	1	1	
2	Типы профессий. Матрица выбора профессий	1	1	
3	Характеристика профессий типа «человек-человек»	1		1
4	Характеристика профессий типа «человек-техника»	1		1
5	Характеристика профессий типа «человек-знаковая система»	1		1
6	Характеристика профессий типа «человек-художественный образ»	1		1
7	Понятие профессиограммы	1	1	
V.	Профессиональное самоопределение			

1	Склонности и интересы в профессиональном выборе	2	1	1
2	Возможности личности в профессиональной деятельности. Понятие компенсации способностей	1	1	
3	Понятие профпригодности. Профессионально важные качества	1	0,5	0,5
4	Современный рынок труда и его требования к профессионалу	1	1	
5	Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии	2	1	1
6	Пути получения профессии, система образования	1	1	
VI.	Моя профессиональная карьера. Подготовка к будущей карьере			
1	Понятие карьеры и должности	1	1	
2	Индивидуальный профессиональный план как средство реализации программы личностного и профессионального роста человека	1		1
3	Профессиональное прогнозирование и профессиональное самоопределение	1	1	
4	Навыки самопрезентации. Собеседование у работодателя. Построение личного профессионального плана	1	0,5	0,5
	Итоговое занятие	1		1
	ИТОГО:	38ч	19	17

Учебно-методическое обеспечение

Рабочая программа индивидуально-группового занятия по курсу «Твоя профессиональная карьера» для 8 классов составлена на основе:

- Закона РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст.12);

- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;
- Федерального Государственного образовательного стандарта основного общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12. 2010г. №1897,
- учебного плана МБОУ «Школа № 125»
- Программа общеобразовательных учреждений: Твоя профессиональная карьера: 8-9 класс / С.Н.Чистякова, В.А. Власов, М.С. Гуткин и др. М.: Просвещение 2-изд. – 96 с.
- Человек и профессия: Образовательный курс профориентационной направленности: 8-9- класс: Предпрофильная подготовка: Мет.пос.д/учителя/ под ред. Рождественской) Изд.2-е, 2007. – 80с.
- Дневник профессионального самоопределения. Бобровская Л.Н., Сапрыгина Е.А., Просихина О.Ю. М.Просвещение. – 2008. - 86 с.

Список использованной литературы

1. Дидактические материалы к курсу «Твоя профессиональная карьера» /Под ред. С. Н. Чистяковой, А. Я. Журкиной. — М., 1998.
2. Дневник профессионального самоопределения. Бобровская Л.Н., Сапрыгина Е.А., Просихина О.Ю. М.Просвещение. – 2008. - 86 с.
3. КлимовЕ.А. Психология профессионального самоопределения. — Ростов-на-Дону, 1996.
4. Методика преподавания курса «Твоя профессиональная карьера» / Под ред. С. Н. Чистяковой и Т. И. Шалавиной. — М., 1999.
5. Митина Л.М. «Психологическое сопровождение выбора профессий» М.психолого-социальный институт, изд. «Филинта»,2003.
6. Программа общеобразовательных учреждений: Твоя профессиональная карьера: 8-9 класс / С.Н.Чистякова, В.А. Власов, М.С. Гуткин и др. М.: Просвещение 2-изд. – 96 с.
7. Пряжников Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. М., 2000.
8. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии. Программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие. М.: Генезис, 2005. - 192 с.
9. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии. Программа предпрофильной подготовки.Рабочая тетрадь учащегося. М.: Генезис, 2005. - 144 с.
10. Твоя профессиональная карьера: Учеб. для 8—9 кл. общеобразо-ват. учреждений / Под ред. С. Н. Чистяковой и Т. И. Шалавиной. — М., 1998.
11. Человек и профессия: Образовательный курс профориентационной направленности: 8-9- класс: Предпрофильная подготовка: Мет.пос.д/учителя/ под ред.Рождественской) Изд.2-е, 2007. – 80с.
12. Чистякова С. Н.,Захаров Н. Н. Профессиональная ориентация школьников: организация и управление. — М., 1987.