

**Аннотация**

Данная программа рассчитана на учащихся старшей школы (9 и 11 класс).

Срок реализации 1 год.

Направленность: Социально-гуманитарная

Программа решает задачи профориентационного характера, строится на принципах гуманистической психологии, субъектно -деятельностного подхода, помогает подросткам самоопределиться, найти вид деятельности в соответствии со своими личностными качествами.

**Пояснительная записка**

Программа строится на принципах гуманистической психологии, субъектно-деятельностного подхода, основные положения которого можно охарактеризовать следующим образом:

* личность не есть нечто однозначно заданное природой или воспитательной средой, а всегда открытая возможность свободного развития на основе внутреннего выбора;
* каждый человек уникален, поэтому не следует подгонять личность под результаты статистических исследований;
* человек обладает определенной степенью свободы от внешней детерминации благодаря своим смыслам и ценностям;
* человек наделен потенциями к непрерывному развитию и самореализации, которые являются частью его природы.

В рамках данного подхода решающее значение для профессионального развития личности имеет становление «Я-концепции», т.е. представлений личности о себе во взаимодействии со своим окружением, с реальными ситуациями. Профессиональная карьера понимается как процесс постоянной адаптации личности к миру труда, а развитие карьеры как последовательность решений субъекта. Данные посылки формируют основную стратегию работы в рамках программы, а именно – активная проба сил, получение опыта, самоанализ школьником себя и собственных шагов в ситуации самоопределения относительно будущего профиля обучения, индивидуального образовательного маршрута, возможного варианта профессиональной карьеры. Блоки программы определены с учетом необходимости и достаточности освоения школьником основных условий и факторов выбора, являющихся основой для построения образовательно-профессионального проекта. Позиция специалиста (психолога) – поддержка и развитие способности личности строить свое собственное профессиональное будущее, помощь школьнику в его собственных шагах по решению вопросов профессионального самоопределения.

Рабочая программа рассчитана на 34 часа (17 часов для 9-х классов, 17 часов для 11-х классов).

**Цель программы** – формирование у учащихся готовности к осознанному социальному и профессиональному самоопределению. Главной же целью профориентационного образования стоит формирование поколения, способного к профессиональному самоопределению в условиях рыночных отношений, когда познавательный интерес, понимание научных основ человеческого труда, а не мода становятся основой профессионального выбора.

В результате занятий по этой программе решаются следующие **задачи**:

* 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;
* Формирование и развитие у учащихся навыков рефлексии, в том числе навыков анализа своих интересов, способностей, возможностей;
* Освоение учащимися технологии (механизмов) принятия решения в ситуации выбора образовательной траектории; формирование умения принимать решения;
* Активизация личностной позиции учащихся в ситуации профессионального выбора, формирование уверенности в собственных шагах по построению образовательно-профессионального проекта.

**Прогнозируемые результаты обучения**

*Учащиеся получат представления:*

* о своих возможностях;
* о своем характере, своих достоинствах и недостатках;
* об особенностях своего мышления, внимания и памяти;
* об источниках стресса в нашей жизни, о его влиянии на нас;
* о путях получения профессионального образования;
* о различных профессиях, их привлекательных и непривлекательных сторонах;
* о профессиональной пригодности;
* о личном профессиональном плане.

*Учащиеся получат опыт:*

* самопознания;
* принятия решений;
* 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;
* избегать ошибки в выборе профессии и их последствие;
* осмысливать требования некоторых профессий и соотносить их со своими возможностями;
* правильно составлять личный профессиональный план;
* выбирать адекватные целям методы сбора первичной информации;
* использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности повседневной жизни для построения планов профессиональной карьеры, выбора пути продолжения образования или трудоустройства.

Эффективность усвоения курса следует оценивать по сформированности у учеников способности к осознанному выбору профессии.

**Методическое оснащение программы и организационные формы работы**

Для достижения поставленных целей и задач планируется проведение лекционных и практических занятий, индивидуальных консультаций и самостоятельная работа учащихся в соответствии с выделенными тематическими блоками.

На занятиях учащиеся знакомятся с необходимыми теоретическими сведениями по основам психологии, практическими навыками принятия решения и т.п. Реализация программы предполагает индивидуальные (консультации, диагностика) и групповые формы работы (игры, дискуссии, обсуждения и т.д.), работу под руководством преподавателя или самостоятельную работу (выполнение практических заданий).

*Методы работы:* дискуссии, лекции, практические занятия, методы диагностики.

**Структура программы**

Программа состоит из отдельных блоков, каждый блок следует друг за другом. Каждый блок и входящие в него занятия завершаются подведением итогов и рефлексией учащихся.

**Календарно-тематическое планирование**

**9 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Кол-во часов** | **Дата** | **Тема занятия** | **Виды деятельности, обеспечивающие достижение планируемых результатов** |
| *Блок «Что я знаю о себе и своих возможностях» - 5 часов* | | | | |
| 1 | 1 |  | Профессиональные и надпрофессиональные навыки | Лекции, практические задания, тренинги,  дискуссии, диагностика, обработка результатов тестов, самоанализ, рефлексия |
| 2 | 1 |  | Стресс и тревожность в профессиональной деятельности.  Саморегуляция в стрессовой ситуации |
| 3 | 1 |  | Познавательные способности и их значение для профессиональной деятельности:  - Значение внимания и памяти в профессиональной деятельности;  - Типы мышления в профессиональной деятельности |
| 4 | 1 |  | Предпрофильная диагностика:  - Методика «Профиль» («Карта интересов» А.Е. Голомштока в модификации Г.В. Резапкиной);  - Анкета. |
| 5 | 1 |  | Предпрофильная диагностика:  - Методика «Эрудит» (модификация методики ШТУР). |
| *Блок «Требования современного мира» - 5 часов* | | | | |
| 6 | 1 |  | Образ жизни современного человека и его влияние на профессиональное самоопределение | Лекции, практические задания, тренинги,  дискуссии, диагностика, обработка результатов тестов, самоанализ, рефлексия |
| 7 | 1 |  | Какие профессии появляются, а какие уходят? Знакомство с атласом новых профессий |
| 8 | 1 |  | Тренинг «Наш класс». Обучение навыкам работы в команде |
| 9 | 1 |  | Тренинг «Доверие и личные границы» |
| 10 | 1 |  | Тренинг «Общение и профессия» |
| *Блок «Что я знаю о профессиях» - 5 часов* | | | | |
| 11 | 1 |  | Знакомство с профессиями строительной сферы. Урок «Большая стройка» | Лекции, практические задания, тренинги, дискуссии, диагностика, обработка результатов тестов, самоанализ, рефлексия |
| 12 | 1 |  | Знакомство с профессиями в сфере IT-технологий. Урок «Цифровой мир» |
| 13 | 1 |  | Волонтерство. Урок «Россия — страна добрых дел» |
| 14 | 1 |  | Знакомство с профессиями медицинской сферы. |
| 15 | 1 |  | Дни профессионального образования. «Скажи професии ДА!» |
| *Блок «Планирование профессиональной карьеры» - 2 часа* | | | | |
| 16 | 1 |  | Пути получения профессии. Знакомство с рынком образовательных услуг Ярославской области.  Движение WorldSkills | Лекции, практические задания, тренинги,  дискуссии, диагностика, обработка результатов тестов, самоанализ, рефлексия |
| 17 | 1 |  | Знакомство с современным рынком труда Ярославской области. |
| **Итого** | | | **17 занятий** | |

**11 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Кол-во часов** | **Дата** | **Тема занятия** | **Виды деятельности, обеспечивающие достижение планируемых результатов** |
| *Блок «Что я знаю о своих возможностях» - 3 часа* | | | | |
| 1 | 1 |  | Самооценка и уровень притязаний. Как выбрать деятельность, соответствующую нашим возможностям? | Лекции, практические задания, тренинги,  дискуссии, диагностика, обработка результатов тестов, самоанализ, рефлексия |
| 2 | 1 |  | Мои чувства и эмоции. Способы проявления эмоций. Типы агрессивного поведения. Эмоциональность личности и выбор профессии |
| 3 | 1 |  | Саморегуляция в стрессовой ситуации. Тренинг |
| *Блок «Требования современного мира» - 4 часа* | | | | |
| 4 | 1 |  | Навыки и качества, необходимые современному человеку | Лекции, практические задания, тренинги,  дискуссии, диагностика, обработка результатов тестов, самоанализ, рефлексия |
| 5 | 1 |  | Какие профессии появляются, а какие уходят? Знакомство с атласом новых профессий |
| 6 | 1 |  | Важны ли в новом мире навыки совместной работы? Тренинг |
| 7 | 1 |  | Предпринимательство как сфера профессиональной деятельности. Предприниматель в современном мире |
| *Блок «Что я знаю о профессиях» - 6 часов* | | | | |
| 8 | 1 |  | Встреча с представителями ВУЗов г. Ярославля и Ярославской обл. | Лекции, практические задания, тренинги, дискуссии, диагностика, обработка результатов тестов, самоанализ, рефлексия |
| 9 | 1 |  | Профотбор в военные ВУЗы РФ |
| 10 | 1 |  | Знакомство с профессиями строительной сферы. Урок «Большая стройка» |
| 11 | 1 |  | Знакомство с профессиями в сфере IT-технологий. Урок «Цифровой мир» |
| 12 | 1 |  | Волонтерство. Урок «Россия — страна добрых дел» |
| 13 | 1 |  | Знакомство с профессиями медицинской сферы. |
| *Блок «Планирование профессиональной карьеры» - 4 часа* | | | | |
| 14 | 1 |  | Мотивы и потребности  Ошибки в выборе профессии | Лекции, практические задания, тренинги,  дискуссии, диагностика, обработка результатов тестов, самоанализ, рефлексия |
| 15 | 1 |  | Знакомство с современным рынком труда  10 важных трендов на рынке труда |
| 16 | 1 |  | Пути получения профессии.  Знакомство с рынком образовательных услуг Ярославской области. |
| 17 | 1 |  | Самопрезентация: презентационные документы и портфолио |
| **Итого** | | | **17 занятий** | |

**Список литературы**

1. Белухин Д.А. Становление профессионала и рождение профессионализма, М.: МПСИ, 2006.
2. Дружинин В.Н. Варианты жизни. Питер, 2010.
3. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. М., Академия, 2012.
4. Мазлиш Э., Фабер А. Как говорить, чтобы подростки слушали, и как слушать, чтобы подростки говорили, Эксмо-Пресс, 2011.
5. Предпрофильная подготовка. Путь к профессии. Органайзер: рабочая тетрадь учащегося / авт.-сост.: коллектив специалистов центра «Ресурс»; под общей редакцией О.В. Большаковой, С.М. Семеновой, Н.П. Анисимовой, И.В. Кузнецовой. - 2-е изд., перераб. - Ярославль: Центр «Ресурс», 2007. - 88 с.
6. Пряжников Н.С. Психологический смысл труда. М.: МОДЭК, МПСИ, 2010.
7. Пряжникова Е.Ю. Пряжников Н.С., Профориентация: Учебное пособие, М: Академия, 2008.
8. Фопель К. На пороге взрослой жизни: Психологическая работа с подростковыми и юношескими проблемами, М.: Генезис, 2008.
9. Чистякова С.Н. Технология профессионального успеха. М.: Просвещение, 2008.
10. Яровицкий В.А. Мой первый учебник по психологии. М.: Феникс, 2012.
11. http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2 Г. В. Резапкина, Методический кабинет профориентации.