

Пояснительная записка

Программа « Психология и выбор профессии» разработана с учётом целей и задач, поставленных в Концепции профильного обучения и в соответствии с обязательным минимум содержания основных образовательных программ ФГОС.

В программе изложены современные взгляды на проблему профессии и планирования карьеры, даны диагностические профинформационные материалы, которые должны помочь подросткам в выборе профессии.

Программа рассчитана на один год , одно занятие в неделю. Каждая тема укладывается в один урок. В программе использованы разные типы уроков с использованием диагностики, деловых и ролевых игр, проблемно-поисковых задач, элементов исследовательской и проектной деятельности, контрольных заданий.

Уроки разработаны на основе традиционной классно-урочной системы с учётом принципов дифференцированного обучения и модульной организации учебного процесса. Учебного процесса. Темы сгруппированы четыре самостоятельных, но логически связанных блока (модуля) по принципу один модуль – на четверть. Результаты диагностики могут учитываться при формировании профильных классов. Эффективное преподавание программы предполагает осознание учителем целей урока и его места в учебном процессе, поддержку интереса и активности учащихся, опору на знания и жизненный опыт учащихся, контроль их деятельности.

Цель: формирование психологической готовности подростка к профессиональной карьере.

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

Основное содержание курса:

1 четверть (блок). Что я знаю о своих возможностях.

Самооценка и уровень притязаний. Темперамент и профессия. Определение темперамента. Чувства и эмоции. Тест эмоции. Истоки негативных эмоций. Стресс и тревожность. Определение типа мышления. Внимание и память. Уровень внутренней свободы.

2 четверть (блок). Что я знаю о профессиях.

Классификация профессий. Признаки профессии. Определение типа будущей профессии. Профессия, специальность, должность. Формула профессии. Интересы и склонности в выборе профессии. Определение профессионального типа личности. Профессионально важные качества. Профессия и здоровье.

3 четверть (блок). Способности и профессиональная пригодность.

Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности. Способности к интеллектуальным видам социального типа. Способности к офисным видам деятельности. Способности к предпринимательской деятельности. Артистические способности. Уровни профессиональной пригодности.

4 четверть (блок). Планирование профессиональной карьеры.

Мотивы и потребности. Ошибки в выборе профессии. Современный рынок труда. Пути получения профессии. Навыки самопрезентации.

Стратегия выбора профессии.

Список литературы:

1. Белухин Д .А. Куда идёшь? М., 2002
2. Веллер М.И. Всё о жизни. М., 2001
3. Выбери профессию/ О.А. Колесникова и др. Жуковский, 2002

Тематическое планирование:

Тематический блок	Количество часов
1. Что я знаю о своих возможностях	8 часов
2. Что я знаю о профессиях	8 часов
3. Способности и профессиональная пригодность	8 часов
4. Планирование профессиональной карьеры	9 часов

Календарно-тематическое планирование

№	Тема	Ко л- во час ов	Содержание	Дата занятия
	Блок 1: Что я знаю о своих возможностях (8 часов)			
1	Самооценка и уровень притязаний	1	Самопрезентация «Кто я?» Диагностический тест на	

			определение самооценки. Определение понятия «успех» Контрольные вопросы.	
2	Темперамент и профессия. Определение темперамента.	1	Темперамент и свойства нервной системы. Определение темперамента. Особенности темперамента при выборе профессии. Контрольные вопросы.	
3	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.	1	Нарисуй эмоцию. Угадай эмоцию, назови эмоцию. Диагностическое тестирование «Тест эмоций». Формы агрессии. Основные типы агрессивного поведения. Контрольные задания.	
4	Стресс и тревожность.	1	Стресс. Виды стресса. Методика «Определение уровня тревожности» Диагностическое тестирование «Оценка школьных ситуаций» Как стать оптимизмом.	
5	Определение типа мышления	1	Основные черты мышления талантливых людей. Методика «Определение типа мышления». Как развивать мышление. Контрольные вопросы.	
6	Внимание и память	1	Внимание. Тренинг «Двойной счёт», игра «Муха». Как тренировать память. Переключаемость памяти Игра «Кто быстрее».	
7	Уровень внутренней свободы	1	Уровень внутренней свободы как определяющий фактор выбора . Диагностическое тестирование	

			«Определение уровня внутренней свободы». Контрольное задание.	
8	ИОУ по блоку 1	1	Составление психологического портрета. Решение психологического кроссворда.	
Блок 2: Что я знаю о профессиях (8 часов)				
9	Классификация профессий	1	Требования к классификации профессия. Основные группы профессий. Пирамида Климova. Контрольные вопросы.	
10	Определение типа будущей профессии	1	Будущая профессия. Игра «Аукцион». Определение типа будущей профессии. Контрольное задание.	
11	Профессия, специальность, должность. Формула профессии.	1	Отличительные признаки профессии, специальности, должности. Диагностическое исследование «Формула профессии». Контрольное задание.	
12	Интересы и склонности в выборе профессии.	1	Интересы и их различие по содержанию. Методика «Профиль». Контрольное задание	
13	Определение профессионального типа личности		Определение профессионального типа личности. Контрольные вопросы.	
14	Профессионально важные качества	1	Основные требования к профессиям. Игра «Молчание – знак согласия». Контрольное задание.	
15	Профессия и здоровье	1	Профессиональные требования к здоровью. Медицинские ограничения профессиональной пригодности. Методика «Мое	

			здоровье». Девять шагов уверенности в себе. Контрольное задание.	
16	ИОУ по блоку 2	1	Карта «Моя будущая профессия». Психологический кроссворд.	
Блок 3: Способность и профессиональная пригодность (8 часов)				
17	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности	1	Способности формы деятельности. Уровень развития технических способностей. Контрольное задание.	
18	Способности к интеллектуальным видам деятельности	1	Уровень общего умственного развития основа профессиональной успешности. Тест умственного развития. Контрольное задание.	
19	Способности к профессиям социального типа	1	Способности к профессиям социального типа. Особенности поведения в конфликтных ситуациях, диагностическое исследование «Поведение в конфликте». Ролевая игра «Конфликт». Контрольное задание.	
20	Способности к офисным видам деятельности	1	Способности к офисным видам деятельности. Диагностика «Интеллектуальная лабильность». Игра «Клавиатура». Контрольное задание.	
21	Способности к предпринимательской деятельности	1	Способности к предпринимательской деятельности. Профессиональные качества руководителя и предпринимателя. Тестирование. Контрольное задание.	
22	Артистические способности	1	Специальные способности:	

			артистические, литературные, музыкальные, художественные. Диагностика «Мыслитель или художник». Ведущее полушарие. Контрольное задание.	
23	Уровни профессиональной пригодности	1	Профессиональная пригодность к конкретной профессии. Профессиональная пригодность, соответствие профессиональной деятельности, призвание. Степени профессиональной пригодности.	
24	ИОУ по блоку 3	1	Карта «Мои способности» Психологический кроссворд.	
Блок 4: Планирование профессиональной карьеры (9 часов)				
25	Мотивы и потребности	1	Мотивы и потребности. Определение мотивации. Иерархи потребностей. Контрольное задание.	
26	Ошибки в выборе профессии	1	Ошибки и предубеждения при выборе профессии. Игра «Оптимисты и скептики». Контрольное задание.	
27	Современный рынок труда	1	Рынок труда и требования к современному наёмному работнику. Прогнозы в потребностях российского рынка. Игра «Мышеловки».	
28	Пути получения профессии	1	Матрица профессионального выбора. Уровни профессионального образования. Контрольное задание.	
29	Навыки самопрезентации	1	Как успешно презентовать себя. Личное пространство. Резюме.	
30	Стратегия выбора профессии	1	Стратегия выбора профессии. Контрольное задание.	

31	ИОУ по блоку 4	1	Анализ возможностей при достижении поставленной цели. Достоинства и недостатки. Контрольное задание.	
32	Защита проектов «Моя будущая профессия»	1	Защита индивидуального профессионального проекта	
33	Защита проектов «Моя будущая профессия»	1	Защита профессионального проекта.	
34	Защита проектов «Моя будущая профессия»	1	Защита профессионального проекта.	