

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 66
_____ О.В.Мединская
Приказ № 01-10-248 от 30.08.2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Я выбираю профессию»**

Социально-гуманитарная направленность

Возраст детей: 14-18 лет Срок
реализации программы: 1 год

Автор программы:
Рыженкова Елена Сергеевна
Педагог-психолог

г. Красноярск 2023

г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Я выбираю профессию» имеет социально-педагогическую направленность. Уровень программы - ознакомительный.

В жизни каждого человека появляется момент, когда он вынужден задуматься о своем будущем после окончания школы. И вопрос о поиске, выборе профессии является одним из центральных, и в этом смысле судьбоносным, так как задает «тон» всему дальнейшему профессиональному пути.

Проблема выбора профессии стояла перед старшеклассниками всегда, а сейчас она становится особо актуальной в связи с изменениями, происходящими в нашем обществе. О множестве новых профессий школьники практически не имеют информации, да и традиционные профессии претерпевают существенные изменения.

Человека, выбирающего свою будущую профессию, называют оптантом (от латин. Optacio - желание, избрание).

Выбирая будущую профессию, старшеклассник, как правило, делает упор на свои интересы, склонности, не учитывая при этом собственной адекватности требованиям той или иной сферы профессиональной деятельности: наличия психофизиологических возможностей, интеллектуального потенциала, профессионально значимых качеств личности. Для очень многих ситуация выбора оказывается стрессовой. Причины этого кроются в том, что, с одной стороны, человеку страшно брать на себя ответственность за свои поступки, с другой — он просто не знает, как грамотно принять решение, чтобы оно соответствовало его интересам и целям. Стадия выбора должна завершиться оформлением реалистического и достаточно

четкого представления о той профессиональной общности, в которую подрастающий человек в будущем включит себя.

Данная программа адресована на 1 год обучения и помогает учащимся определить наличие и направленность своих профессиональных интересов и склонностей, личностных и деловых качеств, необходимых для овладения определенной сферой профессионального труда; информирует его о содержании и условиях труда в рамках интересующей профессии; знакомит с правилами принятия решения и планирования своего профессионального пути.

Цель данной программы: выработка у школьников профессионального самоопределения в условиях свободы выбора сферы деятельности, в соответствии со своими возможностями, способностями и с учетом требований рынка труда.

Основные задачи:

- предоставление информации о мире профессий как основы профессиональной ориентации;
- способствование личностному развитию учеников для определения своих склонностей, индивидуальных особенностей, предрасположенности к тем или иным видам деятельности;
- формированию способности у учащихся соотносить свои индивидуальнопсихологические особенности и возможности с требованиями профессии.

Отличительной особенностью данной программы является отказ от давления, навязывания стереотипов и мнений, делается акцент на объяснении того, что выбор профессии будет тогда верным, когда он осознан, самостоятелен и когда ему предшествует большая кропотливая работа по самопознанию и изучению мира профессий.

Целевая группа: Данная программа рассчитана на учащихся 9-11 классов (14-16 лет).

Сроки реализации программы: 37 часов.

Формы занятий: в основу проведения занятий по программе положен практико-ориентированный подход в обучении. Изучение программного материала происходит в ходе лекционных и практических занятий, в том числе практикумов, тренингов, дискуссий, игр, упражнений. Возможно проведение комбинированных занятий. В ходе занятий применяются различные методы обучения: теоретические (анализ, рассказ, характеристика, объяснение, инструктирование, обсуждение) и практические (упражнение, демонстрация, моделирование трудовых действий, презентация материалов). Особое место в рамках процесса обучения отводится таким методам, как диагностика, наблюдение, тестирование.

Режим занятий: занятия проходят 1 раз в неделю.

Ожидаемые результаты:

- повышение уровня информированности подростков о мире профессий;
- увеличение количества детей, определившихся с выбором будущей профессии;
- индивидуальная готовность и способность обучающегося к самостоятельному и осознанному построению и корректировке профессиональных и жизненных перспектив своего развития.

Способы определения результативности: подготовка минисочинений, тестирование, анкетирование, аналитический материал по итогам проведения диагностики, презентации профессионального плана.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы: проведение деловой игры, тестирование, аналитический материал по итогам проведения диагностики, защита презентации профессионального плана

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теори я	Прак тика	
1	«Давайте познакомимся» «Что изучает профориентация?»	2	1	1	Наблюдение Анкетирование
2	«Анализ профессии»	2	2	0	устный опрос
3	«Ошибки при выборе профессии»	2	2	0	устный опрос
4	«Типы профессий с точки зрения гарантии трудоустройства»	2	1	1	тестирование
5	«Типы профессий»	2	1	1	наблюдение
6	«Профессии – это интересно»	2	1	1	наблюдение
7	Профориентационная игра «или-или»	2	0	2	наблюдение
8	Опросник «Как поживаешь?»	1	0	1	анкетирование

9	«Характер и моя будущая карьера»	2	1	1	анкетирование
10	Опросник «Типы мышления»	1	0	1	анкетирование
11	«Здоровье и выбор профессии»	2	1	1	устный опрос

12	«Кто Я или что Я думаю о себе»	2	1	1	анкетирование
13	«Знакомство с учебными заведениями»	2	1	1	устный опрос
14	«Плюс-минус-интересно»	2	0	2	наблюдение
15	«Мой выбор профессии»	2	1	1	Защита наработанных в группе решений
16	«Я учусь принимать решения»	2	1	1	анкетирование
17	«Устройство на работу»	2	1	1	наблюдение
18	«10 профессий будущего»	2	1	1	Письменная работа
19	«Моя профессия»	2	1	1	презентация профессионального плана
20	Итоговое занятие	1	0	1	анкетирование
	Всего часов:	37	17	20	

Содержание учебного плана

Тема 1. «Давайте познакомимся. Что изучает профориентация»

Практика: занятие с элементами тренинга «Знакомство». Принимаются правила работы в группе, создание благоприятного настроения, снятие психологического напряжения через игры, упражнения.

Тема 2. «Что изучает профориентация»

Теория: Вводная беседа о программе и ее целесообразности.

Практика: Заполнение анкеты.

Тема 3. «Анализ профессии»

Теория: Что такое профессия. Разграничение понятий: профессия, специальность, должность.

Практика: Интуитивный выбор профессии. Знакомство со схемой анализа профессий, разработанной Н.С. Пряжниковым.

При выборе профессии следует учитывать:

· Желания, интересы и склонности личности, то есть то, что можно обозначить словом *хочу*.

· Возможности личности – знания, способности, психологические особенности, состояние здоровья – *могу*.

· Запросы рынка труда, потребность в кадрах – *надо*.

Анализ профессий по схеме.

Тема 4. «Ошибки при выборе профессии»

Теория: Разбор типичных ошибок и затруднений при выборе профессии.

Тема 5. «Типы профессий с точки зрения гарантии трудоустройства»

Теория: Что мы знаем о мире профессий? Классификация профессий по Климову (вечные, редкие, сквозные и т.п.).

Практика: Диагностика учащихся по опроснику ДДО Климова.

Тема 6. «Типы профессий»

Теория: Типы профессии по Е.А. Климову (Ч-Ч, Ч-Т, Ч-ХО, Ч-ЗС, Ч-П).

Практика: Ознакомление учащихся с результатами диагностики ДДО.

Тема 7. «Профессии - это интересно»

Теория: Закрепление темы - загадки о профессиях.

Практика: Игра «Классифицируйте профессии по типам» Участники делятся на 2 команды. Каждой команде раздаются карточки с названиями профессий и карточки с названиями типов профессий. Задача участников – классифицировать профессии по типам.

Тема 8. Профорientационная игра «или-или»

Практика: игра «или-или» В игре с помощью специальных карточек моделируется профессиональный выбор учащегося в контексте жизненного и личностного самоопределения.

Тема 9. «Как ты поживаешь?»

Практика: Опросник «Как поживаешь?» Цель методики - рассмотреть в шуточной форме существенные для данного подростка жизненные ценности.

Тема 10. «Характер и моя будущая профессия»

Теория: Дать представление о понятии «характер» и о его составляющих – «поступок», «привычки». Раскрыть роль способностей (как общих, так и специальных) в выборе профессии.

Практика: экспресс-диагностика

Тема 11. «Типы мышления»

Теория: Типы мышления

Практика: Диагностика учащихся по опроснику «Типы мышления»

Тема 12. «Здоровье и выбор профессии»

Теория: Здоровье ребенка (физическое, психическое, нравственное)

Практика: Упражнение «Профессия – медицинские противопоказания»

Участники делятся на 2 команды. Ведущий называет профессии, а команды – медицинские противопоказания для данной профессии.

Тема 13. «Кто Я или что Я думаю о себе»

Практика: Упражнение «Мои сильные и слабые стороны», упражнение – рисунок «Я в лучах солнца»

Тема 14. «Знакомство с учебными заведениями»

Теория: Ознакомление учащихся с учебными заведениями г. Красноярска

Практика: Упражнение «Профессия – учебное заведение». Участники делятся на 2 команды. Ведущий называет профессии, а участники должны сказать, где ее можно приобрести – в каких учебных заведениях, на каких курсах и т.д.

Тема 15. «Плюс-минус - интересно»

Практика: Упражнение «Плюс-минус - интересно». Каждый учащийся зачитывает свой анализ профессии, обсуждение.

Тема 16. «Мой выбор профессии»

Теория: Правила выбора профессии. Поиск запасного варианта профессионального выбора.

Практика: Упражнение «Факторы, влияющие на выбор профессии». Участники путём «мозгового штурма» находят факторы, влияющие на выбор профессии. После обсуждения ведущий может добавить факторы, которые не были указаны.

Тема 17. «Я учусь принимать решения»

Теория: Устраиваемся на работу по правилам

Практика: Заполнение анкеты, собеседование, резюме.

Тема 18. «Устройство на работу»

Практика: Сюжетно-ролевая игра «Устраиваемся на работу».

Тема 19. «10 профессий будущего»

Теория: Список 10 профессий будущего, обсуждение.

Практика: Кем хочу быть и почему? (Мини-сочинение). Защита своей профессии.

Тема 20. «Моя профессия»

Теория: Ознакомление учащихся с личным выбором профессии.

Практика: Презентация профессионального плана.

Тема 21. Итоговое занятие

Практика: Занятие с элементами тренинга «Обратная связь», заполнение анкеты.

Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы

Организационные условия, позволяющие реализовать содержание учебного курса, предполагают наличие учебного кабинета. В помещении, где проводятся занятия, необходимо как наличие парт, так и возможность рассадить учащихся в круг.

Для дидактического обеспечения программы необходимо обязательное наличие бланковых психодиагностических методик: «Определение типа будущей профессии» (модификация методики Е. А. Климова), «Дифференциально-диагностический опросник» Е.А.Климова и настольной профориентационной игры «Или-или» Е.И. Пряжникова.

При проведении лекционных занятий используется мультимедийное оборудование.

Для занятий по программе необходимы следующие средства и материалы: простой карандаш, ручки, маркеры, листы формата А4, иллюстрации, методический инвентарь для проведения тренингов (мяч, бумажный скотч, стикеры и т.д.).

Список литературы

Основная литература

1. Алферова Л.В., Масюк Ю.В., Махаева О.А., Порус В.Н., Федотова Т.Ю. «Мой выбор – жизненный успех». Учебное пособие. – М. КаллиГраф, 2016.
2. Бендюков М.А. «Профессиональная ориентация молодежи на рынке труда». Методические материалы. - С.-П., Издательский дом «РОСТ»,2015.
3. Бендюков М.А., Соломин И.Л., Чернейко Д.С. «Ты и твоя профессия». – С.-П., 2015.
4. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники. — М.: Ось-89, 2015.
5. Вершинин С.И. Основы профессиональной консультации в Центре социально-трудовой адаптации молодежи. — М.: МЦТЗМ «Перспектива»,2014.
6. Волкова Н.А. «Лучшие психологические тесты для профориентации и профотбора». - Петрозаводск: Петроком, 2014.
7. Газета «Школьный психолог» №2, 2014.

8. Климов Е.А. «Как выбирать профессию». – М.: Просвещение, 2012.
9. Кон И.С. «Психология ранней юности». – М.: - Просвещение, 2013.
10. Пряжников Н.С. «Деловая игра как способ активизации учащихся в профессиональном самоопределении». – Вопросы психологии, 2013, № 4.
11. Пряжников Н.С. Методы активизации профессионального и личностного самоопределения. — М.—Воронеж, 2014.
12. Пряжников Н.С. «Игровые профориентационные упражнения». Методическое пособие. – М.: Издательство «Институт практической психологии», 2016.

Дополнительная литература

1. Савченко М.Ю. «Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам (9 – 11 кл.)». Практическое руководство для классных руководителей и психологов. – М.: - Вако, 2015.
2. Симоненко В.Д. «Профессиональная ориентация учащихся в процессе трудового обучения». – М.: - Просвещение, 2012.
3. Фромм А.А. «Азбука для родителей». – С.-П.: Лениздат, 2013.
4. Чистякова С.Н. «Педагогическая поддержка профессионального самоопределения старшеклассников». – М.: Новая школа, 2014.
5. Чистякова С.Н., Захаров Н.Н. «Профессиональная ориентация школьников: организация и управление». – М., 2014.

6.«Энциклопедия для детей. Выбор профессии». Дополнительный том. – М.: Аванта, 2013.