

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №5»

РАССМОТРЕНО:

на методическом объединении

учителей Числякова

«26» августа 2013 г.

СОГЛАСОВАНО:

методист О.И. Дмитриева

Дмитриева

«26» августа 2013 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ №5

Гареева — О.И. Гареева

«26» августа 2013г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**курса основы выбора профессии**  
**для 8-11 классов**  
**на 2013-2014 учебный год**

**Автор-составитель:** Мищенко Алена Леонидовна, учитель технологии.

**Сроки освоения программы:** 1 час в неделю, 36 часов для 8,10 классов за учебный год, 35 часов для 9 классов за учебный год, 34 часа для 11 классов за учебный год.

**Программа:** Рабочая программа разработана на основе федерального компонента государственного стандарта основного общего образования по технологии и Примерной программы основного общего образования по технологии профессиональной карьеры рекомендованной Департаментом основного общего образования Министерства образования Российской Федерации, М.: Просвещение, 2010г. Автор программ: С.Н. Чистякова

**Учебник:** «Твоя профессиональная карьера», Москва, издательский дом «Просвещение», 2010 год, «Технология профессиональной карьеры» Москва, издательский дом «Просвещение», 2010 год.

### Пояснительная записка.

Рабочая программа по предмету «Технология» составлена на основе следующих документов, определяющих содержание образования по предмету в основной или (средней) школе:

1. Закона Российской Федерации от 29.12.2012 №273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федерального компонента государственного стандарта основного общего образования (Приказ Минобрнауки России «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» от 05.03. 2004 г. № 1089).
3. Приказа Минобрнауки РФ от 9 марта 2004 г. № 1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования» (с изменениями от 20 августа 2008 г.).
4. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2012 N 1067 «Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию на 2013-2014 учебный год» (зарегистрирован в Минюсте России 30.01.2013 N 26755).
5. Приказа Минобрнауки Новосибирской области от 05.07.2013 № 1724 «Об утверждении регионального базисного учебного плана для государственных и муниципальных общеобразовательных учреждений Новосибирской области, реализующих программы общего образования на 2013-2014 учебный год.
6. Приказа управления образования и молодёжной политики г. Бердска № 301р от 11.07.2013 Об исполнении приказа Минобрнауки Новосибирской области от 05.07.2013 № 1724 «Об утверждении регионального базисного плана для государственных и муниципальных образовательных учреждений Новосибирской области, реализующих программы общего образования, на 2013-2014 учебный год».
7. Концепции профильного обучения на старшей ступени общего образования, утверждённой приказом Министерства образования РФ от 18.07.2002 г. № 2783.



8. Учебного плана МБОУ СОШ №5 г. Бердска на 2013-2014 учебный год.

9. Рабочая программа составлена на основе программы С.Н. Чистяковой «Технология профессиональной карьеры»

### **Пояснительная записка**

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.

Помочь учащимся ориентироваться в сложном мире труда призван новый экспериментальный курс «Основы выбора профессии». Школьники 8—9 классов осуществляют профессиональные пробы по различным профессиям. Это помогает им соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями, которые предъявляет интересующая их профессия, в непосредственной профессиональной деятельности.

#### **Цели курса:**

- актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся за счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессионального труда, их соотнесения в процессе профессиональных проб;
- 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;
- обеспечить возможность соотносить свои склонности и способности с требованиями профессиональной деятельности с помощью включения их в систему специально организованных профессиональных проб.

Курс «Основы выбора профессии» состоит из двух частей — теоретической и практической. Теоретическая включает изучение «образа „Я“», мира труда и профессий. Практическая представляет собой профессиональные пробы по всем сферам профессиональной деятельности. Общее количество часов, отводимое на курс, при часовой недельной нагрузке — 72 ч. Из них по классам: в 8-х — 36 ч, в 9-х — 35 ч.

Распределение времени на изучение отдельных частей курса является примерным и может изменяться в зависимости от конкретных особенностей региона.



В ходе работы с учащимися предусмотрено использование комплекса психологических методик, 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 практические работы. Изучение отдельных разделов курса предусматривает экскурсии на различные предприятия, в учреждения, кооперативы, объединения, концерны, учебные заведения.

В процессе преподавания курса могут использоваться разнообразные формы организации занятий и методы обучения: комбинированный урок, конференция, «круглый стол», пресс-конференция, индивидуальные и групповые беседы; демонстрация кино- и видеофильмов, семинары, описание профессий, встреча с представителями отдельных профессий, диспут, конкурс, составление и решение профориентационных кроссвордов и др.

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 самооанализа личности, учащиеся соотносят свои склонности и возможности с требованиями, предъявляемыми к человеку определенной профессии, намечают планы реализации профессиональных намерений. Проводимые одновременно с изучением курса профессиональные пробы дают им возможность углубить и закрепить полученные знания и умения. Школьники приобретают практический опыт работы по конкретной профессии и на основании этого определяют путь дальнейшего профессионального обучения.

Большое значение имеют профессиональные пробы учащихся. Профессиональная проба — это завершенный вид учебно-трудовой, познавательной деятельности учащихся, имеющей профессию направленность.

Основные задачи профессиональных проб — ознакомление учащихся с группой родственных или смежных профессий, содержанием, характером и условиями труда рабочих (инженеров) различных отраслей народного хозяйства; формирование профессиональных знаний, умений, навыков, опыта практической работы в конкретной профессиональной деятельности, оказание школьникам помощи в профессиональном самоопределении. В процессе профессиональных проб развивается интерес к конкретной профессиональной деятельности, проверяется готовность к самостоятельному, сознательному и обоснованному выбору профессии.

Профессиональные пробы проводятся параллельно с изучением теоретической части курса. В соответствии с календарно-тематическим планом в VIII и IX классах предусматривается серия проб по пяти профессиональным сферам, включающим пять типов профессий:

- «человек — человек»,
- «человек — техника»,
- «человек — природа»,
- «человек — знаковая система»,
- «человек — художественный образ».



Всего в рамках курса планируется провести профессиональных проб, продолжительность каждой из которых ориентировочно составляет 2 часа учебного времени (в зависимости от региональных особенностей и возможностей учебного заведения на это отводится от 16 до 24 ч).

Выполнение профессиональных проб проводится в два этапа. Первый — подготовительный, в котором выделяется обучающая и диагностическая части. Второй — практический, включающий задания по трем направлениям — технологическому, ситуативному и функциональному. Обучающая часть подготовительного этапа направлена на приобретение учащимися основных сведений о профессии, входящих в данную сферу профессиональной деятельности; диагностическая направлена на выявление профессионально важных качеств личности.

Теоретические сведения, сообщаемые учащимся в ходе подготовительного этапа, в сочетании с наглядной демонстрацией инструментов, материалов, оборудования, документации, плакатов, рабочих приемов излагаются в форме инструктажа. Учащиеся получают информацию о профессии, психофизиологических и интеллектуальных качествах, необходимых для овладения той или иной профессией, знакомятся с технологией определенных работ, правилами безопасности труда, санитарии и гигиены.

Практический этап включает пробы трех уровней сложности. Пробы первого уровня рекомендуются ученикам, которые не имеют практического опыта в конкретной сфере деятельности или у которых есть склонность к исполнительской работе. Пробы второго уровня рекомендуются учащимся, проявляющим интерес к конкретной сфере профессиональной деятельности, склонным к созидательной работе. Пробы третьего уровня выполняют учащиеся с ярко выраженной направленностью к творческому труду, имеющие устойчивые профессиональные интересы.

Алгоритм пробы задан таким образом, что учащиеся в соответствии с самооценкой и уровнем притязаний самостоятельно избирают степень сложности задания. Предварительно они знакомятся с условиями пробы и требованиями к ней.

Профессиональные пробы выполняются индивидуально или в составе определенной группы. При этом обеспечивается преемственность в выполнении профессиональных проб в урочное и внеурочное время. Разработано два пакета программ профессиональных проб. Программы, входящие в первый пакет, включены в календарно-тематический план курса и выполняются в урочное время. Программы, входящие во второй пакет, предназначены для углубленного практического знакомства с миром профессий во внеурочное время. Выполнение профессиональных проб дополняется экскурсиями, участием школьников в общественно полезном, производительном труде.

Учащимся, не имеющим возможности осуществить на базе учебного заведения пробу сил в интересующей области профессиональной деятельности или желающим углубить свои знания, умения и навыки в конкретной профессиональной сфере, может быть предложена индивидуальная программа обучения, которая осуществляется в кружках по интересам, на факультативных занятиях, на рабочих местах под руководством наставников. Не исключено проведение профессиональных проб под руководством родителей, например, по редким профессиям творческой, исследовательской направленности и др.



Профессиональные пробы осуществляются в следующих формах или их сочетаниях:

- трудовое задание, связанное с выполнением технологически завершённого изделия (узла, технологически взаимосвязанных законченных операций);
- серия последовательных имитационных (деловых) игр;
- творческие задания исследовательского характера (курсовой проект, реферат и др.).

К профессиональным пробам учащиеся приступают в 8 классе после изучения разделов курса «Основы выбора профессии». При этом каждый класс (группа) последовательно выполняет серию проб по пяти сферам профессиональной деятельности. В 8 классе на профессиональные пробы предусматривается от 2 до 4 часов в зависимости от недельной нагрузки. Таким образом, восьмиклассники имеют возможность в течение учебного года ознакомиться со спецификой профессиональной деятельности по нескольким профессиональным сферам. В результате они должны научиться соотносить свои интересы и индивидуальные особенности с требованиями интересующей профессии, сознательно выбирать направление профессиональной деятельности для более углубленного ее изучения.

В 9 классе профессиональные пробы могут осуществляться по одной-трем профессиям. В соответствии с этим варьируется количество занятий. По окончании IX класса учащиеся должны осознанно выбрать направление дальнейшего обучения (тип профессионального училища, среднего специального учебного заведения, класс (школу) с углубленным изучением общеобразовательных предметов, школу-лицей, гимназию и др.).

Профессиональные пробы могут выполняться индивидуально, фронтально, в составе определенной группы.

Содержание профессиональных групп зависит от материально-технического оснащения (УПК, УПЦ, производственного окружения, региональных и национальных особенностей и др.). Поэтому при необходимости преподаватель может вносить в программу свои уточнения, изменения. Так, могут видоизменяться формы организации профессиональных проб, варьироваться их содержание, последовательность и время целевого обучения учащихся.

Для развития у школьников познавательных интересов, расширения профессионального кругозора должна быть предусмотрена самостоятельная внеурочная деятельность:

- работа с литературой,
- в кружках,
- подготовка рефератов,
- анализ содержания труда рабочих,
- выполнение индивидуальных творческих заданий,
- выполнение общественно полезного, производственного труда и др.

В процессе выполнения профессиональных проб преподаватель изучает учащихся, наблюдает их работу, оценивает самостоятельность, активность, стремление достичь определенных профессиональных результатов. Как правило, наблюдения следует сочетать с беседами, целевой рекомендацией по выбору профессии, совершенствованию знаний, умений в



определенной сфере деятельности, корректировке их профессиональных планов с учетом индивидуальных особенностей каждого.

К организации и проведению профессиональной пробы целесообразно привлекать родителей учащихся. Руководителю важно знать их мнение, пожелания, конструктивные предложения.

Специфика задач курса исключает обращение к традиционной системе оценивания знаний и умений учащихся. Эффективность усвоения следует оценивать по показателям сформированности у школьников способности к выбору профессии.

Занятия можно проводить в учебно-методических кабинетах профориентации школ, межшкольных УПК, на предприятиях, в учебных заведениях, территориальных центрах профориентации.

### **Примерный перечень формируемых знаний и умений**

*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;
- понятие о темпераменте, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сфере, 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 мобилизовать его;
- использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
- анализировать профессиограммы, информацию о профессии по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка;
- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

**Тематический план курса  
«Основы выбора профессии»**

№ раздела	Тема	Количество часов	
		на теоретические занятия	на профессиональные пробы
8 класс			
1	Вводное занятие		1
	Внутренний мир человека и возможности его познания		2
	Многообразие мира профессий		1
	Представление о себе и проблема выбора профессии		2
2	«Секреты» выбора профессии («хочу» — «могу» — «надо»)		2
3	Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу»)		1
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — человек» (торговое дело, работа с детьми)	1	
4	Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»)		1
5	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — человек»	1	
6	Социальные проблемы труда («надо») Разделение труда		3



	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — техника» (деревообработка, швейное дело)	1	
7	Содержание и характер труда		
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — техника»	1	
8	Процесс и условия труда	1	
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — техника»	1	
9	Социально-психологический портрет современного профессионала		1
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — природа» (растениеводство)	1	
10	Анализ профессий Основные признаки профессиональной деятельности		1
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — природа»	1	
11	Классификация профессий		
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — природа»	1	
12	Здоровье и выбор профессии		
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — знаковая система» (выполнение канцелярских работ)	1	



13	Свойства нервной системы в профессиональной деятельности		1
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — знаковая система»	1	
14	Темперамент в профессиональном становлении личности	1	1
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — знаковая система»	1	
15	Ведущие отношения личности и типы профессий		1
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — художественный образ» (ремесла и народное творчество)	1	
16	Эмоциональные состояния личности		1
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — художественный образ»	1	
17	Волевые качества личности		1
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — художественный образ»	1	
		16	20
			36
9 класс			



1	Интеллектуальные способности и успешность профессионального труда Способность к запоминанию	1	
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — техника» (металлообработка, транспорт)		1
2	Способность быть внимательным	1	
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — техника»		1
3	Способность быть внимательным	1	
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — техника»		1
4	Способность устанавливать связи и закономерности между понятиями	1	
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — знаковая система» (работа с вычислительной техникой)		1
5	Способность изменять способы интеллектуальной деятельности	1	
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — знаковая система»		1
6	Индивидуальные стили кодирования информации	1	
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — художественный образ» (творческая деятельность)		1



7	Индивидуальные стили переработки информации	1	
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — художественный образ»		1
8	Неисчерпаемость человеческих ресурсов	1	
	Профессиональные пробы по профессиям «человек — природа» (животноводство)	1	
9	Человек в новых социально-экономических условиях	1	
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — природа»		1
10	Человек в новых социально-экономических условиях (окончание)	1	
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — природа»		1
11	Человек среди людей	1	
12	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — человек» (медицина, предпринимательство)	1	1
13	Современный рынок труда и его требования к профессионалу	1	
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — человек»		1
14	Современный рынок труда и его требования к профессионалу (окончание)	1	
	Пути получения профессии	2	

	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — человек»		1
15	Моя профессиональная карьера	2	
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — человек»		1
16	Моя профессиональная карьера (окончание)	1	
	Профессиональные пробы по профессиям типа «человек — человек»		1
17	Оценка способности школьников к выбору профессии		2
18	Профконсультационные услуги		2
		20	16
			36

### Программа теоретических занятий VIII класс

#### 1. Вводное занятие.

Цели и задачи курса. Содержание, специфика занятий по психологическим основам выбора профессий. Дневник выбора профессии как форма фиксации данных по курсу «Твоя профессиональная карьера». Практическая работа. Знакомство с дневником выбора профессии.

#### 2. Внутренний мир человека и возможности его познания.

Понятие личности. Уникальность личности каждого человека. Многообразие личностных особенностей. Общее представление о психологии как науке, изучающей внутренний психологический мир человека. Методы изучения личности.



Практическая работа. Составление «дерева» психологических качеств личности.

### 3. Многообразие мира профессий.

Труд в жизни человека и общества.

Разнообразие профессий. Развитие личности и профессиональное самоопределение.

Профессиональная деятельность как способ самореализации и самоутверждения личности.

Практическая работа. Составление словаря профессий.

### 4. Представление о себе и проблема выбора профессии.

«Образ „Я“» как система представлений о себе. Структура образа „Я“» (знание о себе, оценка себя, умение управлять собой).

Диагностические процедуры. Методика «Кто я?».

Развивающие процедуры. Методика «Произвольное самописание» (с учетом модификации «я» в глазах другого); методика самооценки (соотношение «реального» и «идеального „я“»).

### 5. «Секреты» выбора профессии («хочу» — «могу» — «надо»).

«Хочу» — склонности, желания, интересы личности; «могу» — человеческие возможности (физиологические и психологические ресурсы личности); «надо» — потребности рынка труда в кадрах. Типичные ошибки при выборе профессии.

Общее понятие о профессии, специальности, должности.

Личный профессиональный план.

Практическая работа. Ответы на вопросы: какие три специальности относятся к одной профессии? К какой профессии относятся следующие специальности: хирург, стоматолог, терапевт, невропатолог? Распределение профессий, специальностей, должностей по соответствующим группам (предлагается перечень профессий).

### 6. Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу»).

Потребности и мотивы как условие активности личности. Виды мотивов.

Индивидуальные интересы.

Профессиональные намерения.

Диагностические процедуры. Карта интересов; опросник профессиональной готовности.

Развивающие процедуры. Актуализация профессиональных интересов путем группового обсуждения соответствующей профессиональной сферы.

## **7. Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»).**

Понятие профпригодности. Профессионально важные качества. Активная роль личности при выборе профессии. Диагностические процедуры. Методика самооценки индивидуальных особенностей. Практическая работа. Знакомство с описаниями профессий.

## **8. Социальные проблемы труда («надо»).**

### **8.1. Разделение труда.**

Общественное разделение труда. Территориальное разделение труда. Формы разделения труда на предприятии. Социальные перемещения. Содержание и характер трудовых функций. Профессионализация. Специализация. Квалификация. Развивающие процедуры. Игровая дискуссия «Кто нужен нашему городу?».

### **8.2. Содержание и характер труда.**

Цель труда и его результаты. Умственный и физический труд. Характер труда. Культура труда.

Практическая работа. Определить, в деятельности каких профессионалов преобладает труд сложный, простой, умственный, физический (предлагается перечень профессий).

### **8.3. Процесс и условия труда.**

Современные требования к труду. Предметы и средства труда. Условия труда.

Практическая работа. Письменная работа на тему «Труд в современном обществе» с последующим обсуждением.

## **9. Социально-психологический портрет современного профессионала.**

Предприимчивость. Интеллектуальность. Ответственность. Социально-профессиональная мобильность. Психология принятия решений.

Развивающие процедуры. Деловая игра «Мэрия».

## **10. Анализ профессий.**

### **10.1. Основные признаки профессиональной деятельности.**

Предмет труда. Цели труда. Средства труда. Проблемность трудовых ситуаций. Коллективность процесса труда. Ответственность в труде. Условия труда.

Формула профессии. Понятие о профессиограмме.

Практическая работа. Конкурс «Угадай профессию».

### **10.2. Классификация профессий.**



Способы классификации профессий.

Профессии типа «человек — человек», «человек — техника», «человек — природа», «человек — знаковая система», «человек — художественный образ». Характеристика профессий по общим признакам профессиональной деятельности. Практическая работа. Составление формул профессий.

### **11. Здоровье и выбор профессии.**

Учет состояния здоровья при выборе профессии. Понятие «неблагоприятные производственные факторы». Типы профессий по медицинским противопоказаниям. Укрепление здоровья в соответствии с требованиями профессии. Работоспособность. Роль активного отдыха в зависимости от условий и режима работы. Практическая работа. Работа с «Анкетой здоровья» и нормативными документами по охране труда.

### **12. Свойства нервной системы в профессиональной деятельности.**

Общее представление о нервной системе и ее свойствах (сила, подвижность, уравновешенность). Ограничения при выборе некоторых профессий, обусловленные свойствами нервной системы. Возможность компенсации свойств нервной системы за счет выработки индивидуального стиля деятельности. Диагностические процедуры. Теппинг-тест; проба Ланчиса.

### **13. Темперамент в профессиональном становлении личности.**

Общее представление о темпераменте. Психологическая характеристика основных типов темперамента, особенности их проявления в учебной и профессиональной деятельности. Психологические состояния (монотонность, утомление, психическая направленность в ситуациях аварийности и риска) в трудовом процессе.

Диагностические процедуры. Опросник Айзенка.

Развивающие процедуры. Сюжетно-ролевая игра «Проявление темперамента в профессиональных ситуациях». Практическая работа. Анализ особенностей поведения людей, имеющих разные типы темперамента, в конкретных ситуациях.

### **14. Ведущие отношения личности и типы профессий.**

Отношение к деятельности (удовлетворенность трудом, местом работы, профессией).

Отношение к людям (профессиональные взаимоотношения). Отношение к самому себе. Особенности самовосприятия и самооценки.

Отношение к предметному миру.



Диагностические процедуры. Опросники «Оrientировочная анкета», «Отношение к другому человеку как к ценности». Развивающие процедуры. Деловая игра «Модель идеального города».

### **15. Эмоциональные состояния личности.**

Эмоции и чувства, их функции в профессиональной деятельности. Основные формы эмоциональных переживаний (настроения, аффекты, фрустрация, стрессовые состояния). Диагностические процедуры. Опросник «Беспокойство — тревога», методика «Незаконченные предложения». Развивающие процедуры. Ознакомление с простейшими приемами психической саморегуляции. Практическая работа. Самонаблюдение за динамикой настроения.

### **16. Волевые качества личности.**

Специфика волевого поведения в отличие от импульсивного и зависимого. Условия развития воли. Роль воли в процессе принятия профессиональных решений. Диагностические процедуры. Опросник «Какая у меня воля?». Практическая работа. Выполнение упражнений по воспитанию воли.

## **IX класс**

### **17. Интеллектуальные способности и успешность профессионального труда.**

#### **17.1. Способность к запоминанию.**

Общее представление о памяти. Основные процессы памяти (запоминание, сохранение, забывание, узнавание и воспроизведение). Виды памяти и их роль в различных видах профессиональной деятельности. Условия развития памяти. Диагностические процедуры. Методики «Воспроизведение рядов цифр» (выявление объема кратковременной слуховой памяти); «Ассоциативное воспроизведение содержания понятий» (выявление объема долговременной словесной памяти).

Развивающие процедуры. Сравнительный анализ эффективности механического и смыслового запоминания; психотехнические игры «Бег ассоциаций», «Домино».

#### **17.2. Способность быть внимательным.**

Общее представление о внимании (объем, устойчивость, распределение, избирательность). Наблюдательность как профессионально важное качество. Условия развития внимания. Диагностические процедуры. Методики «Перепутанные линии», «Отыскание чисел», «Корректурная проба».



Развивающие процедуры. Психотехнические игры «Муха», «Хромая обезьяна».

**17.3.** Способность оперировать пространственными представлениями.

Роль образов в процессе переработки информации. Значение способности строить в уме пространственные представления и оперировать ими для решения определенных профессиональных задач.

Диагностические процедуры. Методика «Сложение фигур».

Развивающие процедуры. Выполнение задания «Магическая фигура», методика «Кубики».

**17.4.** Способность устанавливать связи и закономерности между понятиями.

Способность к выявлению и установлению связей как условие эффективности профессионального труда. Основные типы связей.

Диагностические процедуры. Методики «Выявление сущностных связей между понятиями», «Сложные ассоциации».

Развивающие процедуры. Методики «Способы использования предмета», «Невозможные ситуации», «Путешествие в прошлые и будущие состояния предмета».

**17.5.** Способность изменять способы интеллектуальной деятельности.

Психологическая характеристика ригидности (гибкости) интеллектуальной деятельности.

Познавательные «барьеры» в различных типах профессий, возможности их преодоления. Способность к ломке шаблонных связей как условие оригинальности интеллектуальной деятельности.

Диагностические процедуры. Методика «Решение серии арифметических задач», работа с текстом, имеющим противоречие.

Развивающие процедуры. Решение задачи «9 точек», методика «Разрыв привычных связей».

**17.6.** Индивидуальные стили кодирования информации.

Соотношение трех основных форм кодирования информации: словесной, образной и чувственно-сенсорной. Роль образного и чувственно-сенсорного опыта в стимулировании творческой профессиональной активности.

Диагностические процедуры. Методика «Пиктограмма».

Развивающие процедуры. Психотехнические игры «Метафоры», «Живые скульптуры», «На что похоже?», «Немой художник», «Перевоплощение».

**17.7.** Индивидуальные стили переработки информации.

Индивидуальные различия в способах восприятия и понимания происходящего.

Диагностические процедуры. Методики «Свободная сортировка», «Включение фигуры».

**18. Неисчерпаемость человеческих ресурсов.**

Творческое отношение к собственной жизни. Психологические механизмы компенсации. Целеустремленность в преодолении жизненных сложностей при устройстве своей профессиональной судьбы. Программа и средства самовоспитания.



Развивающие процедуры. Деловая игра «Организация совместного предприятия с представителями внешней цивилизации».

Практическая работа. Составление индивидуальной программы самовоспитания.

#### **19. Человек в новых социально-экономических условиях.**

Структурная перестройка экономики. Новая индустриализация.

Развитие производственной инфраструктуры. Сфера услуг. Конверсия.

Развитие сельского хозяйства. Земельная реформа. Фермерство.

Экологические проблемы и их решение.

Хозяйственный механизм: экономические рычаги, управление. Разгосударствление экономики. Приватизация.

Хозяйственная инициатива. Коммерческий риск. Маркетинг. Менеджмент. Контрактные связи. Малый бизнес. Иностранные инвестиции.

Развивающие процедуры. Сюжетно-ролевая игра «Пресс-конференция».

#### **20. Человек среди людей.**

Личность и межличностные отношения в группах. Лидерство. Совместная деятельность в трудовом коллективе.

Психологическая совместимость людей. Принятие групповых решений.

Виды общения. Конфликты, пути разрешения конфликтных ситуаций.

Диагностические процедуры. Опросники «Потребность в общении», «Диагностика межличностных отношений», «Эмпатия».

Развивающие процедуры. Элементы социально-психологического тренинга (умение вести диалог, поведение в конфликтных ситуациях). Психотехническая игра «Угадай человека».

#### **21. Современный рынок труда и его требования к профессионалу.**

Разнообразные виды предприятий и форм собственности. Акционерные общества, концерны, хозяйственные ассоциации, объединения. Кооперация, аренда, индивидуальная трудовая деятельность.

Новый тип организации людей в производственной деятельности в условиях рыночной экономики.

Самоокупаемость. Самофинансирование.

Рынок, его функции, структура. Спрос и предложение, методы их регулирования. Внутренний и внешний рынок.

Конкуренция. Конъюнктура рынка. Формирование рыночной инфраструктуры. Развитие предпринимательства.

Кадровое планирование. Банки данных о рабочей силе (спрос и предложение). Прогнозирование состояния рынков рабочей силы.



Занятость населения. Безработица.

Перспективы изменения мира профессий в связи с НТП.

Развивающие процедуры. Деловая игра «Малое предприятие».

Практическая работа. Определение изменений состава профессий на одном из предприятий за последние пять лет.

## 22. Пути получения профессии.

Система профессионально-технического образования. Типы профессиональных училищ, условия приема и обучения в них. Подготовка рабочих на производстве.

Средние специальные учебные заведения, их типы, условия приема и обучения.

Типы высших учебных заведений, условия приема и обучения студентов.

Возможности квалификационного роста.

Практическая работа. Письменная работа «Мой путь в профессию».

## 23. Моя профессиональная карьера.

Понятие о профессиональной карьере. Критерии профессиональной компетентности.

Индивидуальный профессиональный план как средство реализации программы личностного и профессионального роста человека.

Профессиональное прогнозирование и профессиональное самоопределение.

Развивающие процедуры. Деловые игры «Биржа труда» (защита профессии), «Профконсультация».

Практическая работа. Анализ личного профессионального плана.

## 24. Оценка способности школьников к выбору профессии.

Общие основы оценки способности личности к выбору профессии.

Оценка способности к самоанализу, анализу профессии, самореализации в различных видах профессиональной деятельности (профессиональных пробах).

Показатель соответствия выбранной профессии склонностям учащегося.  
Практическая работа. Определение способности школьников к выбору профессии.

## 25. Профконсультационные

Виды профконсультации. Возможность получения профессиональной и медицинской консультации.

### *Используемая литература*

Твоя профессиональная карьера: Учеб. для 8—9 кл. общеобразоват. учреждений / Под ред. С. Н. Чистяковой и Т. И. Шалавиной. — М., 1998.

- Методика преподавания курса «Твоя профессиональная карьера» / Под ред. С. Н. Чистяковой и Т. И. Шалавиной. — М., 1999.
- Бондарев В. Выбор профессии. — М., 1989.
- Воробьев А. М. Тренинг интеллекта. — М., 1989.
- Выбираем профессию: 100 вопросов и 100 ответов. — М., 1990.
- Дидактические материалы к курсу «Твоя профессиональная карьера» / Под ред. С. Н. Чистяковой, А. Я. Журкиной. — М., 1998.
- Климов Е. А. Как выбрать профессию? — М., 1990.
- Климов Е. А. Введение в психологию труда. — М., 1988.
- Климов Е. А. Психология профессионального самоопределения. — Ростов-на-Дону, 1996.
- Коломинский Я. Л. Человек — психология. — М., 1986.
- Коломинский Я. Л. Беседы о тайнах психики. — Минск, 1990.
- Кабаков В. С., Порховник Ю. М., Зубов И. П. Менеджмент: проблемы, программа, решения. — Л., 1990.
- Крутецкий В. А. Психология: Учеб. для учащихся пед. училищ. — М., 1986.
- Кучевская Н. В. Советы психолога продавцу. — М., 1990.
- Мир профессий: В 6 т. — М., 1985—1989.
- Прощицкая Е. Н. Выбирайте профессию. — М., 1990.
- Павлютенков Е. М. Кем быть? — Киев, 1989.
- Переход к рынку: концепция и программа. — М., 1990.
- Чистякова С. Н., Захаров Н. Н. Профессиональная ориентация школьников: организация и управление. — М., 1987.



## Программа курса «Технология профессиональной карьеры»

10-11 классы

### Пояснительная записка

Курс «Технология профессиональной карьеры» рассчитан на учащихся 10 классов и предусматривает 36 часов учебного времени, на учащихся 11 классов 34 часа учебного времени. Является продолжением учебных занятий по курсу «Основы выбора профессии» для школьников 9 класса, способствует углублению базовых профориентационных умений и знаний, стимулированию процесса самовоспитания старшеклассников.

**Цель курса:** способствовать формированию профессионального самоопределения старшеклассников на основе создания психологического портрета «Образ Я», анализа профессий, самоанализа результатов деятельности в профессиональных пробах.

### Задача:

- обеспечить формирование базовых профориентационных знаний и умений школьников для их профессионального самоопределения;
- развить профориентационные умения соотносить себя с требованиями, предъявляемыми профессией к человеку, самоанализа, анализа профессий и др.;
- создать информационную основу знаний учащихся о рыночных отношениях, успешной ориентации человека в мире профессий, профессиональной карьере и способах, способствующих его профессиональному росту;
- способствовать развитию свойств и качеств личности, необходимых в профессиональной карьере, самовоспитанию старшеклассников.

Содержание курса «Я и моя профессиональная карьера» состоит из следующих взаимосвязанных частей: характеристика индивидуально-психологических особенностей личности; анализ профессий; информация о профессиональной карьере; стимулирование самовоспитания старшеклассника для формирования профессионального самоопределения личности. Занятия с учащимися 10 класса проводятся со II полугодия учебного года. Продолжение обучения в 11 классе начинается в I полугодии, во второй половине учебного года психологи и профориентаторы проводят индивидуальные профконсультации.

Курс «Моя профессиональная карьера» проводится в сочетании с разнообразной воспитательной профориентационной работой со старшеклассниками: встречами со специалистами, экскурсиями, беседами и т.д. Развитию интереса учащихся к занятиям, стимулированию их деятельности для поиска будущей профессии, активизации процесса профессионального самоопределения старшеклассников способствует применение в преподавании различных методов, форм, средств и видов обучения: эвристических бесед, игр, тренингов, экскурсий, упражнений, анкетирования, тестирования, анализа ситуаций и др.

Организатор курса помогает школьникам в оформлении и ведении дневника профессионального самоопределения личности, который состоит из разделов: «Образ Я», анализ профессий, профессиональные пробы и самоанализ. В процессе обучения учащихся по данному предмету, их участия в профессиональных пробах постепенно в него вносятся записи по результатам анкетирования, тестирования, составления формул профессий, профиспытаний.

Учебный курс «Технология профессиональной карьеры» способствует приобретению старшеклассниками знаний о:

- своих индивидуально-психологических особенностях,
- результате анализа профессий по 53 признакам,
- профессиограмме выбранных профессий,
- проблемах занятости населения региона,
- рынке труда и профессий, профессиональной карьере, путях и способах профессионального роста, достижении успеха, профессиональном идеале, общении, технологии самовоспитания; **умений:** соотносить свои индивидуально-психологические особенности с требованиями выбираемой ими профессии, анализировать профессии, составлять формулу профессий по 53 характеристикам, планировать поэтапно свою профессиональную карьеру, реализовывать свой профессиональный план, составлять профессиограммы, проводить самоанализ результатов деятельности по профессиональным пробам, осуществлять коррекцию профессионального самоопределения, общаться, исходя из выбранного продуктивного стиля общения, осуществлять саморегуляцию эмоционального состояния, волевых усилий.



Тематический план

№	Темы занятий	Содержание курса	Кол. час.
10 класс			
1.	Вводное занятие	Знакомство с содержанием курса. Значение выбора профессии. Профессиональное самоопределение /ПС/ школьников. Четыре слагаемых ПС: «Образ Я» – анализ профессий – профессиональные пробы-самоанализ. Методика УСК	1 ч.
2.	Рынок труда и профессий	Характеристика современного рынка труда и профессий. Конкуренция, безработица и другие проблемы занятости населения республики. Ознакомление с Биржей труда. Вакантные места. Престижные и непрестижные профессии. Остродефицитные и пользующиеся спросом профессии на рынке труда в РС (Я). Игра «Ярмарка профессий»/ *. Экскурсия на Биржу труда	10 ч.
3.	Анализ профессий	Многообразие мира профессий. Характеристика профессиональной деятельности по 53 признакам, обозначенным В.В. Гусейновой. Профессиограмма. Анализ выбранных профессий. Упражнения по составлению формулы профессий. Работа учащихся по составлению профессиограмм. Сочинение «Мой рабочий день». Игра «Профессии, профессии...»	4 ч.
4.	Психологический портрет «Образ Я»	Раскрытие понятия «личность». Индивидуально-психологические особенности человека. Направленность. Темперамент. Подготовленность. Особенности психических процессов. Характер.	6 ч.

		Способности. Значение знания своих индивидуально-психологических особенностей при выборе профессии. Сочинение «Я в профессии». Работа с дневником ПС	
5.	Профессиональная карьера	<p>Жизненный план. Выбор целей: жизненная позиция. Профессиональная карьера. Стадии деловой жизни человека /обучение, достижение успеха, переоценка ценностей, пенсионный период/. Этапы карьеры / начало карьеры, приобретение определенной компетентности, анализ достижений и рассмотрение возможностей для перемен, подведение итогов карьеры, переход к новой /рабочей жизни/. Развитие профессионализма и рост /включение, профессионализм, мастерство/. Раскрытие понятий «профессионализм», «мастерство».</p> <p>Ранжирование целей ценностей. Игра «Менеджер»</p>	6 ч.
6.	Профессиональный идеал	<p>Раскрытие понятий «идеал», профессиональный идеал». Профессионал. Мастер. Характер. Типы характеров. Классификация черт характера. Значение характера для выбора профессии. Игра «Профессиональный идеал». Дискуссия «Профессиональный идеал и антиидеал». Сочинение «Мой профессиональный идеал»</p>	5 ч.
7.	Успех в профессиональной карьере	<p>Уровень притязаний личности, ожидания человека. Значение способностей для профессиональной карьеры. Профессиональная пригодность. Профессионально важные качества. Здоровье. Игра «Удачник неудачнику». Тест-опросник на определение самооценки. Методика на определение потребности в достижении цели</p>	4 ч.



				36 ч
11 класс				
8.	Общение – способ осуществления профессиональной карьеры	Раскрытие понятия «общение». Стили общения. Тон, характер и способы общения. Коммуникативные и организаторские способности. Умение взаимодействовать с людьми. Мимика, жесты человека. Барьеры в общении. Правила общения. Значение общения для профессиональной карьеры. Методика КОС. Упражнения на развитие внимания. Тренинг общения. Анализ и решение ситуаций для продуктивного общения. Игра «Биржа труда»	6 ч.	
9.	Допрофессиональное саморазвитие личности	Этапы допрофессиональной подготовки личности. Индивидуальное развитие человека и выбор им профессии. Самоанализ. Алгоритм принятия решения о выборе будущей профессии. Ограничения при подборе сферы профессиональной деятельности. Личный профессиональный план. Анализ и решение ситуаций. Упражнения по алгоритму принятия решения о выборе профессии. Работа с дидактическими карточками. Коррекция ЛПП	4 ч.	
10.	Самовоспитание личности в процессе выбора будущей	Раскрытие понятия «самовоспитание». Структурные элементы самовоспитания: адекватная самооценка, потребность в самовоспитании, развитие мотивации, определение цели, составление программы, принятие решения. Методы самовоздействия. Стимулирование	4 ч.	

	профессии	самовоспитания. Итоговый контроль. Дневник самовоспитания. Методика СИО. Игра «Защита программ профессионального самоопределения»	
11.	Технология самовоздействия при выборе личностью будущей профессии.	Раскрытие способов и приемов самовоздействия. Методы самопознания (самонаблюдение, само-анализ, самооценивание)/. Методы самообладания /самоубеждение, самокритика, самопринуждение, самоконтроль, самоприказ, самовнушение/. Методы самостимулирования /самоободрение, самопоощрение, самонаказание/. Тесты. Упражнения на релаксацию, самовнушение, мобилизацию творческого самочувствия /«Апельсин»/	4 ч.
12.	Мобилизация эмоционально-волевой активности при самовоспитании	Эмоционально-волевые особенности. Влияние эмоций и чувств на выбор профессии. Характеристика эмоций. Стенические и астенические эмоции. Волевые качества личности, их характеристика. Этапы волевого действия. Эмоционально-волевая активность. Методики ВОЛ, «Беспокойство тревожность»	4 ч.
13	Мотивация личности при выборе будущей профессии	Определение понятия «мотивация». Мотивация поведения и деятельности. Мотивы выбора профессии. Их классификация. Регуляторы мотивации /рабочая среда, вознаграждение, личное развитие и др./. Ранжирование мотивов выбора профессии	2 ч.
14.	Возможности	Виды досуга. Значение свободного времени для	2 ч.



	свободного времени для профессионального самоопределения	развития личности. Здоровый образ жизни. Общение с профессионалами. Чтение профессионаграфической, справочной и др. литературы. Просмотр худ. фильмов. Профессиональные пробы (технологические, ситуативно-имитационные, функциональные)	
15	Умение соотносить воим индивидуальность-психологические особенности с требованиями и профессий.	Алгоритм определения соответствия требований выбираемой профессии с индивидуальными психологическими особенностями личности. Коррекция выбора школьниками будущей профессии. Игра «Профконсультация». Модифицированный вариант F-теста. Профконсультации.	4 ч.
	ИТОГО:		34

#### Используемая литература:

- Вудкок М., Фрэнсис Д. Раскрепощенный менеджер: Для руководителя практика. М.: Дело, 1991
- Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2004.
- Куликова Л.Н. Воспитать себя. М.: Просвещение, 1991.
- Методика выявления готовности старшеклассников к выбору профиля обучения / Под ред. С.Н. Чистяковой. – Тамбов: Изд. ТГУ им. Г.Р. Державинной, 2003.
- Мордовская А.В., Панина С.В., Макаренко Т.А. Основы профориентологии: учеб. пособие для вузов. – М.: Изд-во ЯГУ, 2008.
- Основы педагогического мастерства. М.: Просвещение, 1989.

- Прощицкая Е.Н. Выберите профессию. М.: Просвещение, 1991.
- Пряжников Е.Ю., Пряжников Н.С. Профориентология: учеб. пособие. – М.: Издательский центр «Академия», 2008.
- Твоя профессиональная карьера, 8-11/ Под ред. С.Н. Чистяковой.- М.: Просвещение, 2000.
- Технология профессионального успеха: эксперим. учеб. для 10-11 кл. / Под ред. С.Н. Чистяковой. – М.: Просвещение, 2001.
- Чистякова С.Н. Педагогическое сопровождение самоопределения школьников: метод. пособие. – М.: Академия, 2005.
- Чистякова С.Н., Лернер П.С., Родичев Н.Ф., Титов Е.В. Педагогическая поддержка профессионального самоопределения старшеклассников: книга для учителя и социального педагога. – М.: Новая школа, 2004.
- Чистякова С.Н., Родичев Н.Ф., Черкашин Е.О. Слагаемые выбора профиля обучения и траектории дальнейшего образования: элективный ориентационный курс для учащихся 9 класса: учеб. пособие. – М.: Издательский центр «Академия», 2004.