

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №22»
г. Уссурийска Уссурийского городского округа**

«Согласовано»

заместитель директора
по УВР

И.Н. Звягина

« _____ » _____ 2023 г.

«Утверждено»

Директор МБОУ СОШ № 22

С.А.Машоха

« _____ » _____ 2023 г

МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА № 22" Г.УССУРИЙСКА
УССУРИЙСКОГО ГОРОДСКОГО
ОКРУГА

Подписано цифровой подписью:
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №
22" Г.УССУРИЙСКА УССУРИЙСКОГО
ГОРОДСКОГО ОКРУГА
Дата: 2023.10.15 15:08:52 +10'00'

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА элективного курса
«Основы выбора профессии»
(11 класс)**

Уссурийск, 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Элективного курса

«Основы выбора профессии»

Для учащихся 11 класса МБОУ СОШ № 22 г. Уссурийска составлена в соответствии с:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 (с изменениями от 29.06.2017);
- требованиями СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утверждёнными Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации.

Рабочая программа элективного курса «Основы выбора профессии» для учащихся 10-11 классов составлена на основе авторской программы «Психология и выбор профессии», автор Г.В. Резапкина (электронная версия на сайте издательства «Дрофа-Вентана-граф» в разделе учебно-методическое пособие), а также на основе авторской программы «Планирование профессиональной карьеры», автор Дубовицких Т. Ю., Самара, 2006 год.

Рабочая программа элективного курса «Основы выбора профессии» для учащихся ориентирована сформировать у учащихся реалистичный взгляд на выбор профессии с учетом их возможностей и требований Программа включает в себя надежные профдиагностические методики и справочные материалы.

Программа профессионального самоопределения старшеклассников ориентирована на учащихся 11 класса и предусматривает изучение научных основ выбора профессии, формирование профессиональных планов в выбранной деятельности, самоподготовку к ней и саморазвитие профессионально важных качеств. Программа рассчитана на 34 часа – 1 час в неделю.

Срок реализации программы – 1 год.

Цели курса:

актуализация процесса профессионального самоопределения учащихся за счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессионального труда, их соотнесения в процессе обучения и самодиагностики с профессионально важными качествами, способствующими успешности освоения профессиональной деятельности.

Задачи курса:

1. Повысить уровень психологической компетентности учащихся за счет вооружения их соответствующими знаниями и умениями, расширения границ самовосприятия, пробуждения потребности в самосовершенствовании;

2. Сформировать положительное отношение к себе, чувства изначальной ценности как индивидуальности, уверенности в своих способностях применительно к реализации себя в будущей профессии;

3. Ознакомить со спецификой профессиональной деятельности и новыми формами организации труда в условиях безработицы и конкуренции кадров.

В результате проведения курса старшеклассники должны освоить: -
значение профессионального самоопределения;
-требования к составлению профессионального плана;
-правила выбора профессии;
-понятие о профессиях и профессиональной деятельности;
-понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических возможностях личности в связи с выбором профессии;
-понятие о темпераменте, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения;
-значение творческого потенциала человека профессиональной карьеры.

Методы обучения: комбинированный урок, конференция, "круглый стол", пресс-конференция, индивидуальные и групповые беседы; demonstra-

ция кино- и видеофильмов, семинар, описание профессий, встреча с представителями отдельных профессий, диспут, конкурс, составление и решение профориентационных кроссвордов и др.

Знакомясь с приемами самопознания и самоанализа личности, учащиеся соотносят свои склонности и возможности с требованиями, предъявляемыми к человеку определенной профессией, намечают планы реализации профессиональных намерений, планируют свою карьеру.

Актуальность проведения профориентационной работы в современных условиях образовательного учреждения

Профориентация представляет собой широкую систему мер по формированию профессиональной направленности личности, выявлению интересов, склонностей, и других психологических особенностей человека.

В современных условиях, когда отмечается нестабильная социально-экономическая ситуация, образование свободного рынка труда и профессий, ухудшение демографической обстановки, растёт безработица необходимо более эффективное использование профессионального потенциала человека, оказания психологической помощи в профессиональном самоопределении и профессиональной подготовке.

К настоящему времени сложилась определённая система профориентационного направления. В учреждениях образования в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании» осуществляется формирование общей культуры личности, адаптации личности к жизни в обществе и создание основы для осознанного выбора и освоения профессиональных и образовательных программ.

Уроки по профориентации проводятся в одних школах систематически, в других не регулярно. Эту ситуацию можно обосновать несколькими причинами. Во – первых, отсутствием достаточной подготовленности учителей в области проведения профориентационных занятий, во – вторых, большой нагрузкой на педагога, масштабным объёмом работы, в – третьих, следует отме-

тить незаинтересованность некоторых учебных заведений в организации регулярной работы по профориентации.

Такая ситуация, как показывает практика, имеет отрицательную тенденцию. Выпускник не всегда владеет достоверной информацией о рынке труда г. Новосибирска и НСО, об услугах образовательных учреждений, мотивация выбора профессии базируется на мнении родителей, друзей, желании «командовать», а не получать знания, стремлении к большой заработной плате, а не достижению профессиональных результатов.

Статистика подтверждает, что уже на первом курсе обучения в учебном заведении, некоторых студентов, выбравших профессию без учёта индивидуальных личностных особенностей, приходится переориентировать, т.к. продолжение обучения для них представляется невозможным: выбранная специальность не совпадает с начальным и реальным представлением о ней.

Поэтому представляется важным активизировать позицию учащихся в профессиональном самоопределении, дать информацию, знания о мире профессий, их классификации, тенденциях развития современного производства, знания о разных видах профессиональной деятельности и требованиях профессии к человеку, знание о способах соотнесения индивидуальных особенностей человека с требованиями, предъявляемыми профессией к труду.

Наиболее эффективной является система комплексных мер по проведению профориентации. Важно, чтобы все участники данного процесса заинтересованно подходили к данному вопросу.

Опыт работы показывает, что одним из важных аспектов формирования и дальнейшего развития системы профориентации является интегрирование ее в систему общего и профессионального образования, подготовки и развития персонала, ответственного за организацию и проведение профориентационного направления.

Успешность профессионального самоопределения, прежде всего, зависит от сформированности внутренней активной позиции ученика, информированности о рынке профессий и образовательных учреждениях. Поэтому, по-

этапное обучение подростка умению самоопределяться в профессиональной сфере, формирование у него образа своего профессионального будущего равносильно обучению конструированию своей жизненной цели.

Учитывая психологические особенности подросткового возраста (желание как можно больше общаться со сверстниками, противоречивость, иногда несогласованность потребностей, становление рефлексивного мышления, активное развитие творческих способностей, укрепление чувства взрослости, формирование «Я-концепции»), задача профконсультантов не изменить мироощущение ребенка, а расширить представления о мире профессий, дать возможность взглянуть на привычные виды деятельности по-новому, изучить личностные особенности и в соответствии с результатами выстроить свой профессиональный план.

В ходе занятий по программе учащимся предоставляется возможность:

- анализировать собственные интересы, склонности, потребности;
- соотносить их с имеющимися возможностями;
- на основе полученной информации, рассмотрев все возможные варианты, самостоятельно принимать правильное решение.

Для реализации основной цели программы – успешного самостоятельного выбора образовательного учреждения и профессии – необходимо решить ряд задач:

- создать эмоционально комфортную образовательную среду;
- познакомить учащихся с возможными вариантами выбора образовательного маршрута;
- способствовать развитию коммуникативных умений и навыков;
- информировать учащихся и их родителей о различных вариантах выбора образовательного маршрута;
- способствовать формированию и развитию у учащихся самостоятельного и осознанного принятия решения.

На основании вышеизложенного, был составлен тематический план мероприятий работы со старшеклассниками.

ПРОГРАММА КУРСА

1. Вводное занятие - 1 час.

Цели и задачи курса. Содержание, специфика занятий по психологическим основам выбора профессии.

2. Многообразие мира профессий - 2 часа.

Разнообразие профессий. Развитие личности и профессиональное самоопределение. Понятие о профессиографии и профессиогенезе.

Профессиональная деятельность как способ самореализации и самоутверждения личности. Возможные схемы решения задач о выборе профессии.

3. Человек в условиях реформирования экономики - 4 часа.

Экономика. Хозяйственный механизм: экономические рычаги управления. Государственные и негосударственные предприятия. Хозяйственная инициатива. Коммерческий риск. Маркетинг. Менеджмент. Контрактные связи. Малый бизнес. Иностранные инвестиции. Фермерство. Развитие сельского хозяйства. Экологические проблемы в обществе и пути их решения.

4. Рынок труда и современные требования к профессионалу – 3 часа.

Рынок, его структура. Спрос и предложение, методы их регулирования. Внутренний и внешний рынок. Конкуренция. Конъюнктура рынка. Развитие предпринимательства.

Кадровое планирование. Банки данных о рабочей силе. Прогнозирование состояния рынков рабочей силы.

Занятость населения. Безработица.

Перспективы изменения мира профессий.

5. Профессиогенетический анализ профессий – 4 часа.

Основные признаки профессиональной деятельности. Предмет труда. Цели труда. Средства труда. Профессиогенетическое описание. Классификация профессий. Способы классификации профессий. Характеристика профессий по общим признакам профессиональной деятельности.

6. Профессиональная пригодность и планирование карьеры - 2 часа.

Проблемы формирования профессиональной пригодности специалистов. Понятие о профессиональной карьере. Критерии профессиональной компетентности.

Профессиональное прогнозирование и профессиональное самоопределение.

7. Психофизиологические особенности личности и выбор профессии - 1 час.

Учет психофизиологических качеств при выборе профессии. Понятие о психофизиологическом и медицинском отборе. Медицинские противопоказания в профессиональной карьере, влияние физической культуры и спорта на состояние здоровья.

8. "Секреты выбора профессии ("хочу" - "могу" - "надо") - 1 часа.

"Хочу" - склонности, желания, интересы личности;

"Могу" - человеческие возможности (физиологические и психологические ресурсы личности);

"Надо" - потребности рынка труда в кадрах.

Общее понятие о профессии, специальности, должности.

9. Потребности и интересы в профессиональном выборе ("хочу") – 1 часа.

Индивидуальные интересы.

Профессиональные намерения.

Потребности и мотивы как условие активности личности. Виды мотивов и жизненные ценности. Актуализация потребностно-мотивационной сферы и профессиональных интересов.

10. Возможности личности в профессиональной деятельности ("могу") - 1 часа.

Психологические проблемы прогнозирования успешности профессионального обучения и деятельности. Профессионально важные качества. Активная роль личности в процессе выбора профессии.

11. Социальные проблемы труда ("надо") - 1 час.

Содержание и характер трудовых функций. Цель труда и его результаты. Умственный и физический труд. Критерии тяжести труда.

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

Культура труда. Спрос на рынке труда и престижность профессий.

12. Общие и специальные способности их связь с успешностью профессионального труда - 3 часа.

Соотношение трех основных форм кодирования информации: словесной, образной и чувственно-сенсорной.

Индивидуальные различия в способах восприятия и понимания происходящего.

Способности к запоминанию. Общее представление о памяти; виды памяти; условия развития памяти.

Способность быть внимательным. Общее представление о внимании. Виды внимания. Основные свойства внимания (объем, устойчивость, распределение, избирательность).

Конвергентное и дивергентное мышление и мыслительные способности и их диагностика.

Психологическая характеристика гибкости интеллектуальной деятельности и способностей к различным видам творчества.

13. Учет особенностей темперамента в профессиональном становлении личности - 2 часа.

Общее представление о нервной системе и ее свойствах (сила, подвижность, уравновешенность).

Ограничения при выборе некоторых профессий, обусловленные свойствами нервной системы.

Представление о темпераменте и особенностях его диагностики. Психологическая характеристика основных типов темперамента, их проявления в учебной и профессиональной деятельности.

14. Представление о себе и проблема выбора профессии – 4 часа.

Образ "Я" как система представлений о себе. Структура образа "Я" (знание о себе, оценка себя, умение управлять собой). Самонаправленный поиск на основе диагностики профпригодности.

Эмоции и чувства, их функции в профессиональной деятельности. Формы эволюционных переживаний.

Роль воли в процессе принятия профессиональных решений.

Понятие личности. Уникальность личности каждого человека. Многообразие личностных особенностей.

15. Технология профессионального самоопределения - 2 часа.

Составление формулы будущей профессии (по Е.А.Климову) на основе решения психологических задач, профориентационных игр и активизирующих профконсультационных опросников.

Система профессионально-технического образования. Типы ПТУ, условия приема и обучения в них.

Средние специальные учебные заведения, условия приема и обучения.

Типы высших учебных заведений, условия приема и обучения.

16. Заключительное занятие. Проектирование профессионального жизненного пути (альтернативные варианты выбора профессии) - 2 часа.

Связь профинформации, профпросвещения и профконсультации (особенности регионального опыта).

Первичная и углубленная профдиагностика.

Коррекция профессионального самоопределения школьников на основе совместной выработки решений с психологом, профконсультантом средствами социально-психологического тренинга.

Календарно-тематическое планирование профориентационного курса для старшеклассников «Выбор профессии»

<i>№</i>	Разделы. Темы занятий	Сроки
<i>1.</i>	<i>Вводное занятие (1 час)</i>	сен- тябрь
<i>2.</i>	<i>Многообразие мира профессий (2 часа)</i>	
<i>Занятие 1</i>	Выявление ориентации школьников в мире профессий и основные факторы, влияющие на выбор жизненного пути	сен- тябрь
<i>Занятие 2</i>	Учет динамики мира профессий и возможные варианты профконсультационных ситуаций	сен- тябрь
<i>3.</i>	<i>Человек в условиях реформирования экономики (4 часа)</i>	
<i>Занятие 1</i>	Экономика. Хозяйственный механизм: экономические рычаги управления. Государственные и негосударственные предприятия. Хозяйственная инициатива. Коммерческий риск. Маркетинг.	сен- тябрь
<i>Занятие 2</i>	Менеджмент. Контрактные связи. Малый бизнес. Иностранные инвестиции. Фермерство. Развитие сельского хозяйства. Экологические проблемы и пути	ОК- ТЯБРЬ

	их решения.	
<i>Занятие 3</i>	Достоинства и недостатки различных правовых форм предприятий	ОК-ТЯБРЬ
<i>Занятие 4</i>	Профиль предпринимателя	ОК-ТЯБРЬ
4.	<i>Рынок труда и современные требования к профессионалу (3 часа)</i>	
<i>Занятие 1</i>	Рынок, его структура. Спрос и предложение, методы их регулирования. Внутренний и внешний рынок. Конкуренция. Конъюнктура рынка.	ОК-ТЯБРЬ
<i>Занятие 2</i>	Развитие предпринимательства. Кадровое планирование. Банки данных о рабочей силе. Прогнозирование состояния рабочей силы. Занятость населения. Безработица.	НО-ЯБРЬ
<i>Занятие 3</i>	Перспективы изменения мира профессий	НО-ЯБРЬ
5.	<i>Профессиогенетический анализ профессий (4 часа)</i>	
<i>Занятие 1</i>	Дифференциально-диагностический опросник (Е.А. Климова)	НО-ЯБРЬ
<i>Занятие 2</i>	Экспресс-анализ: “Художник или мысль”	ДЕ-КАБРЬ
<i>Занятие 3</i>	Классификационные характеристики типов профессий	ДЕ-КАБРЬ
<i>Занятие 4</i>	Профориентационная игра “Угадай профессию”	ДЕ-КАБРЬ
6.	<i>Профессиональная пригодность и планирование карьеры (2 часа)</i>	
<i>Занятие 1</i>	Возрастные особенности и ценностные ориентации личности	ДЕ-КАБРЬ

<i>Занятие 2</i>	Планирование жизненного пути и профессиональная пригодность личности	ЯН- ВАРЬ
7.	<i>Психофизиодиагностические особенности личности и выбор профессии (1 час)</i>	ЯН- ВАРЬ
8.	<i>Секреты выбора профессии (“хочу” - “могу” - “надо”) (1 час)</i>	ЯН- ВАРЬ
9.	<i>Потребности и интересы в профессиональном выборе (“хочу”) (1час)</i>	ФЕВ- РАЛЬ
10.	<i>Возможности личности в профессиональной деятельности (“могу”) (1час)</i>	ФЕВ- РАЛЬ
11.	<i>Социальные проблемы труда (“надо”) (1 час)</i>	ФЕВ- РАЛЬ
12.	<i>Общие и специальные способности, их связь с успешностью профессионального труда (3часа)</i>	
<i>Занятие 1</i>	Способности. Возможности человека по переработке информации и успешность профессиональной деятельности	ФЕВ- РАЛЬ
<i>Занятие 2</i>	Диагностика высших психических функций (памяти и внимания) и профессиональная успешность	МАРТ
<i>Занятие 3</i>	Диагностика особенностей мышления, интеллекта и способностей в различных видах деятельности	МАРТ
13.	<i>Учет особенностей темперамента в профессиональном становлении личности (2 часа)</i>	
<i>Занятие 1</i>	Определение темперамента и некоторые методы его диагностики	МАРТ
<i>Занятие 2</i>	Проявление темперамента в профессиональной деятельности	АП- РЕЛЬ
14.	<i>Представление о себе и проблема выбора профес-</i>	

	<i>сии (4 часа)</i>	
<i>Занятие 1</i>	Образ “Я” как система представлений о себе. Структура образа “Я”	АП-РЕЛЬ
<i>Занятие 2</i>	Эмоции и волевая регуляция в профессиональной деятельности человека	АП-РЕЛЬ
<i>Занятие 3</i>	Внутренний мир человека и самонаправленный поиск на основе диагностики профессиональных предпочтений	АП-РЕЛЬ
<i>Занятие 4</i>	Методика “Тип личности”	АП-РЕЛЬ
15.	<i>Технология профессионального самоопределения (2 часа)</i>	
<i>Занятие 1</i>	Структура профессиональной ориентации. Соотнесенность личностных особенностей, склонностей и интересов профессиональному предпочтению	МАЙ
<i>Занятие 2</i>	Личный профессиональный план. Коррекция профессионального самоопределения	МАЙ
16.	<i>Заключительные занятия (2 часа)</i>	
<i>1</i>	Проектирование профессионального жизненного пути (альтернативные варианты выбора профессии)	МАЙ
<i>2</i>	Заключительная анкета принятия решения и планирования достижения цели	МАЙ
Всего	34 часа	

Список литературы по профессиональной ориентации

1. Пряжникова Е.Ю., Пряжников Н.С. Профорентация. - М., 2005.
2. «Я и моя профессия»

- a. Резапкина Г.В. Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: *Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов.* - М., 2004.
 - b. Резапкина Г.В. Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: *Рабочая тетрадь учащегося.* - М., 2004.
3. «Твоя профессиональная карьера»
- a. Твоя профессиональная карьера: *Учебник* для 8-9 классов общеобразовательных учреждений / Под ред. С.Н.Чистяковой. - М., 1998, 2003, 2005.
 - b. Дидактический материал по курсу «Твоя профессиональная карьера»: *Книга для учителя* / Под ред. С.Н.Чистяковой. - М., 1998, 2003.
 - c. Методика преподавания курса «Твоя профессиональная карьера»: *Книга для учителя* / Под ред. С.Н.Чистяковой. - М., 1998, 2003, 2006.
 - d. Программы общеобразовательных учреждений: Твоя профессиональная карьера (8-9 классы). – М., 2006.
4. Чистякова С.Н. Педагогическое сопровождение самоопределения школьников. – М., 2005.
5. Профориентационный тренинг для старшеклассников "Твой выбор"/ Под ред. Н.В. Афанасьевой. - СПб., 2007.
6. Тюшев Ю.В. Выбор профессии: тренинг для подростков. - СПб., 2006.

Учебно-методические комплекты

1. «Психология и выбор профессии»

- Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки: *Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов.* – М., 2005.

2. «Мой выбор» - учебно-методический комплект для предпрофильной подготовки (9 класс)

- Чистякова С.Н. Слагаемые выбора профиля обучения и траектории дальнейшего образования: Элективный ориентационный курс: Программа курса. *Методическое пособие для учителя.* - М., 2004.

Методические пособия

1. Дневник профессионального самоопределения старшеклассника. – М., 2007.
2. Махаева О.А., Григорьева Е.Е. Я выбираю профессию. - М., 2000.
3. Меттус Е.В., Турта О.С., Литвина А.В. Учимся выбирать профиль обучения / для учащихся 7 – 11 классов/ - СПб., 2006.
4. Прощицкая Е.Н. Выбирайте профессию: Учебное пособие для старших классов средней школы – М., 1991.
5. Психологическое сопровождение выбора профессии / Под ред. Л.М.Митиной. - М., 1998.
6. Савченко М.Ю. Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам (9-11 класс): Практическое руководство для классных руководителей и школьных психологов. - М., 2005.
7. Савченко М.Ю., Обухова Л.А. Управление процессом самоопределения учащихся 9 классов: профильная ориентация. Культура личной работы. Программно-методическое обеспечение деятельности. - Воронеж, 2006.
8. Шеховцова Л.Ф., Шеховцов О.В. Психологическое сопровождение выбора профессии в школе: Учебное пособие. – СПб., 2006.
9. ИГРЫ – обучение, тренинг, досуг. / Под ред.В.В.Петрусинского. – М., 1994

Пособия по профориентационным методикам

1. Батаршев А., Алексеева И., Майорова Е. Диагностика профессионально важных качеств. - СПб., 2007.
2. Гладкая И.В. Диагностические методики предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие для учителей / Под ред. А.П. Тряпицыной. - СПб., 2006.
3. Даутова О.Б. Самоопределение личности школьника в профильном обучении: Учебно-методическое пособие / Под ред. А.П. Тряпицыной. - СПб., 2006.
4. Козловский О.В. Выбор профессии: методики, тесты, рекомендации. - Ростов н/Д., 2006.
5. Методика диагностики готовности к выбору профиля обучения / Под ред. С.Н. Чистяковой. - М., 2002.
6. Профориентация старшеклассников: Сборник учебно-методических материалов / Под ред. Т.В.Черниковой. - Волгоград, 2005.