**Пояснительная записка**

**I. Введение**

На современном этапе от учащихся требуется четкое осознание своих целей, умение планировать, корректировать свои планы и сознательно претворять их в жизнь.

Программа разработана на основе Закона РФ «Об образовании», Положения о профессиональной ориентации и психологической поддержке населения в РФ, Положения к письму Министерства образования РФ «Методические рекомендации по психолого – педагогическому сопровождению обучающихся в учебно – познавательном процессе в условиях модернизации образования».

Данный курс знакомит школьников с общими основами выбора профессии (информационными, психологическими, практическими). Знание этих основ обеспечивает учащимся принятие адекватного решения, как о выборе конкретного типа профессии, так и о пути дальнейшего образования.

В данной программе используются групповые и интерактивные методы обучения. Преимущества тренинговой формы проведения занятия заключаются в создании непринужденной атмосферы, стимуляции креативности и осознании личной ответственности за свой выбор.

Оценка достижений учащихся: оценивание происходит по итогам групповой рефлексии, результатам психодиагностического исследования и анализу образовательного продукта. В конце курса обучения каждый участник принимает решение о выборе пути обучения и моделирует личную образовательную траекторию

Программа определяет цели, задачи, направления, содержание, формы работы, психологический и педагогический диагностический инструментарий по профессиональному и личностному самоопределению учащихся в образовательных учреждениях района.

Программа предназначена для учителей, а также представляет интерес для классных руководителей, работающих над проблемой профессионального и личностного самоопределения учащихся.

**II. Цели и задачи программы**

**Цели:**

* обеспечение социальных гарантий в сфере профессионального выбора;
* психологическое сопровождение формирования профессиональной
* карьеры;
* создание условия для осознанного профессионального самоопределения учащихся в соответствии со способностями, склонностями, личностными особенностями и потребностями региона в кадрах;
* воспитание трудолюбия, определённых профессиональных умений и навыков, способности к социально – профессиональной адаптации в обществе.

**Задачи:**

1. Выявление интересов, склонностей и личностных особенностей учащихся, необходимых для осознанного профильного и личностного самоопределения;
2. Овладение школьниками информацией о мире профессий, путях, условиях их получения, состоянии рынка труда;
3. Формирование у учащихся устойчивой системы мотивов, интересов, развитие способностей и возможностей;
4. Развитие у учащихся самосознания, потребности самовыражения и самоутверждения в будущей профессиональной деятельности;
5. Формирование у школьников социальных и профессиональных качеств, навыков, установок, ориентаций, позволяющих стать конкурентноспособным на рынке труда, самостоятельно принимать необходимые решения.

**III. Направления профессиональной ориентации**

1. ***Профессиональное просвещение.***

Расширение кругозора, знаний учащихся путём сообщения сведений о мире профессий, путях, условиях и способах их получения, состоянии рынка труда и рынка профессии региона, перспективы трудоустройства и профессионального роста.

1. ***Профессиональное консультирование.***

Оказание помощи учащимся в профессиональном самоопределении с целью принятия ими осознанного решения о выборе профессионального пути с учётом психофизиологических особенностей и возможностей, а также потребностей общества.

1. ***Развитие профессиональных интересов и склонностей.***

Включение учащихся в учебно – технологическую практику, предметные, технические, художественные кружки, факультативы, спортивные секции.

1. ***Психологическая поддержка.***

Оптимизация психологического состояния школьника, как следствие полного разрешения или снижения актуальности психологических проблем, препятствующих профессиональному и личностному самоопределению.

**IV. Требования к уровню подготовки учащихся**

В результате изучения данного курса у школьников должны быть сформированы:

* знания и представления о требованиях современного общества к профессиональной деятельности человека, о рынке профессионального труда и образовательных услуг;
* о возможностях получения образования не только в условиях избираемого профиля, но и в дальнейшей перспективе;
* о психологических основах принятия решения в целом и выборе дальнейшего получения образования, в частности;
* умения находить выход из проблемной ситуации, связанной с выбором пути продолжения образования;
* объективно оценивать свои индивидуальные возможности соответствии с избираемой деятельностью;
* ставить цели и планировать действия для их достижения;
* выполнять творческие упражнения, позволяющие приобрести соответствующий практический опыт;
* знания о психологических особенностях процесса общения, его структуре, закономерностях и средствах, а также эффективном использовании различных средств;
* представления о способах саморегуляции в условиях межличностного взаимодействия.

**V. Содержание программы**

1. **Введение**  в курс **«Профессиональная ориентация» (1 час)**

Цели и задачи предлагаемого курса. Значение правильного выбора профессии. Информация о мире профессий и профессиональной ориентации.

**2. Что я знаю о себе, о своих возможностях? (14 часов)**

Личность. Индивид. Анализ собственной личности и выявление уровня развития собственного Я (телесного, социального, рефлексивного, духовного). Рефлексия – обращенность познания человека на самого себя. Врождённые особенности человека. Типы нервной системы. Диагностика темперамента. Влияние темперамента на выбор профессии. Устойчивые особенности личности: черты характера. Психические качества личности. Особенности внимания. Особенности памяти. Понятие «память. Особенности мышления, рекомендации по развитию мышления. Эмоциональное состояние и приёмы саморегуляции. Интересы и склонности как важные составляющие успеха в жизни. Диагностика собственных интересов.

Изучение интересов и склонностей в профессиональном выборе «хочу». Способности и профессиональная пригодность «могу». Интеллектуальные возможности человека.

1. **Классификация мира профессий (7 часов)**

Мир профессий. Понятие о профессии и специальности. Классификация профессий. Типы профессий: «человек-техника», «человек-человек», «человек-природа», «человек-знаковая система»,  «человек - художественный образ». Отделы профессий, в основе которых лежат применяемые орудия труда и средства производства: профессии ручного труда, профессии механизированного труда, профессии автоматизированного труда, профессии, в которых основными орудиями труда выступают функциональные свойства организма. Профессиограмма. – характеристика профессий. Знакомство с профессиограммами разных типов профессий. Составление профессиограмм. Формула выбора профессии. Ошибки в выборе профессии.

1. **Личный профессиональный план. Навыки самопрезентации (4 часа)**

Что я узнал о мире профессий. Способности и профессиональная пригодность «могу». Здоровье человека и профессиональная пригодность. Принадлежность к профессии по влиянию на организм. Личный профессиональный план. Самопрезентация. Понятие «резюме», «интервью». Как правильно составить своё «резюме». Правила поведения на собеседовании при устройстве на работу.

1. **Экскурсии. Профессиональные игры (7 часа)**

Тесты: «Окно Джогари», «Дж. Холланда», «Айзенка». Определение особенностей нервной системы. Диагностика «Карта интересов». Игры: «Ассоциации», «Угадай профессию», «Кто есть кто?», «Аукцион». Составление профессиограмм. Конкурс - презентация «Защита профессий»

Анкета «Личный профессиональный план».

1. **Рынок труда (1час)**

Пути получения профессии. Система профессионального образования в области. Рекомендации и консультация при устройстве на работу.

**Учебно-тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятия** | **Тип занятия** |
| 1. | Введение в курс «Профессиональная ориентация» | Беседа |
| 2. | Что я знаю о своих возможностях. | Анкета выпускника. |
| 3. | Принципы психодиагностики. Изучение самого себя. | Беседа. Тест «Окно Джогари». |
| 4. | Свойства нервной системы и профессиональная деятельность. Темперамент. | Беседа. |
| 5. | Характер. Понятие характера. Определение особенностей своего характера. | Тест Айзенка. |
| 6. | Мышление. Особенности мышления. Рекомендации по развитию мышления. | Беседа. Решение задач. |
| 7. | Интеллект. Определение коэффициента интеллекта. | Практическая работа. |
| 8. | Особенности памяти. Упражнения на определение особенности памяти. | Практическая работа. |
| 9. | Виды памяти. Рекомендации по развитию памяти. | Комбинированный |
| 10. | Особенности внимания. Рекомендации по развитию внимания. | Комбинированный |
| 11. | Эмоциональное состояние. Связь между мыслями, эмоциями и поступками. | Беседа. |
| 12. | Тест эмоций. Оценка характерных эмоций. | Практич. работа. |
| 13. | Склонности и интересы в выборе профессии. Проблемы выбора профессии. | Беседа |
| 14. | Профессиональный выбор «хочу».  Как управлять склонностями и интересами. | Диагностика «Карта интересов» |
| 15. | Общая характеристика изучения интересов и склонностей. Анализ. | Практическая работа. |
| 16. | Мир профессий. Понятие о профессии и специальности. Классификация профессий. | Беседа |
| 17. | Типы профессий. Игра «Аукцион». | Комбинированный |
| 18. | Профессиограмма. Характеристика профессий. | Практич. работа. |
| 19. | Составление профессиограмм. | Практич. работа. |
| 20. | Презентация «Защита профессий» | Практич. работа. |
| 21. | Тест Дж. Холланда. Обработка. | Практикум. |
| 22. | Формула выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. | Комбинированный |
| 23. | Игра «Оптимисты и скептики» | Пр. работа. |
| 24. | Способности и профессиональная пригодность. | Беседа |
| 25. | «Матрица выбора профессий» | Пр. работа. |
| 26. | Что я узнал о мире профессий. Личный профессиональный план. | Беседа |
| 27. | Самопрезентация. Понятие «резюме». | Пр. работа. |
| 28. | Правила поведения на собеседовании. Интервью. | Беседа |
| 29. | Самоопределение. | Беседа. |
| 30. | Пути получения профессии. | Презентация |
| 31/34 | Экскурсии в образовательные организации и на предприятия города Ярославля. |  |

**Список используемой литературы:**

1. Прощицкая Е.Н. Выбирайте профессию. Учебное пособие для учащихся старших классов. – М., 1991.
2. Анастази А. Психологическое тестирование: в 2 т. М., 2002
3. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. Ростов н/Д,1996
4. Куляпин А.С. Выбор профессионального маршрута. Программа для

учащихся общеобразовательных школ / Под ред. Н.Н.Захарова. Пермь, 2004

1. Куляпин А.С. Выбор профессионального маршрута. Рабочая тетрадь для

Профессионального самоопределения учащихся /Под ред. Н.Н.Захарова. Пермь, 2004

1. Микляева А.В. Я - подросток. Встречи с самим собой. Программа уроков

психологии (8 класс). – СПб., 2003

1. Ребус Б.М. Психологические основы делового общения: Учебное пособие. – М.: 2002
2. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники

(8-11 классы). – М., 2005

1. Савченко М.Ю. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам

(9-11 класс). Практическое руководство – М., 2005

1. Садилова О.Л., Шевченко Ю.А. Психология делового общения. Пермь, 2004
2. Чистякова С.Н. Слагаемые выбора профиля обучения и траектории дальнейшего образования: Элективный ориентационный курс (9 класс):

Учебное пособие /С.Н. Чистякова, Н.Ф.Родичев, Е.О.Черкашин. – 2-е изд.,стер. – М.: Образовательно-издательский центр «Академия»; 2005

1. Чистякова С.Н. Слагаемые выбора профиля обучения и траектории дальнейшего образования: Элективный ориентационный курс (9 класс): Программа курса. Методическое пособие для учителя /С.Н. Чистякова,
2. Н.Ф.Родичев, Е.О.Черкашин. – 2-е изд., стер. – М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2005.