****

**Пояснительная записка**

Первая серьёзная жизненная проблема, с которой сталкиваются девятиклассники, – выбор будущей профессии.

Вопрос профессионального самоопределения начинает осознаваться учащимися уже в 14-15 лет. Согласно исследованиям лишь 10-15% учащихся имеют твёрдые профессиональные намерения. Примерно столько же вообще не задумываются о своих профессиональных планах. Около 70% не имеют чёткой позиции, сомневаются в выборе. Кроме того, статистика насчитывает около 50 тысяч профессий. Самостоятельно довольно трудно сориентироваться в таком огромном мире профессий. Тем более что чуть ли не каждый год появляются новые и исчезают старые, стираются границы между многими из них, а некоторые постоянно делятся, дробятся.

Программа предпрофильного курса  «Я в мире профессий» поможет старшекласснику сориентироваться и сделать правильный выбор, соответствующий способностям, возможностям, ценностным установкам и требованиям, которые предъявляют профессии к личности.

Данная программа основывается на программе предпрофильной подготовки  Г.В. Резапкиной «Психология и выбор профессии».

**Цель программы***:* актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся за счёт специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе и о мире профессионального труда.

**Задачи:**

1. Расширить представления учащихся о современном «рынке профессий».
2. Сформировать умение соотносить свои интересы и способности с требованиями, выдвигаемыми выбранной профессией.
3. Сформировать положительное отношение к себе, осознание своей индивидуальности применительно к реализации себя в будущей профессии.
4. Ознакомить учащихся с правилами и способами получения профессии.

Предпрофильный курс «Я в мире профессий» состоит из теоретической и практической части. Теоретическая включает изучение образа «Я», мира труда и профессий. Практическая часть представлена в виде тестирования, практических занятий по курсу с использованием надёжных методик, деловых и ролевых игр, проблемно-поисковых задач, элементов исследовательской и проектной деятельности.

**Формы организации** деятельности: программа ориентирована на учащихся 9-х классов; реализовывается в течение всего учебного года. Регулярность занятий: 1 час 1 раз в неделю или  2 часа 1 раз в 2 недели (по результатам входящего анкетирования родителей,  учащихся и по запросу всех участников образовательного процесса).

**Общее количество часов** – 34.

**Ожидаемые результаты**:

1. Формирование знаний учащихся о специфике современного рынка труда и его развитии;
2. Формирование у учащихся адекватных представлений о себе и своём профессиональном соответствии;
3. Принятие учащимися осознанного решения о профессиональном выборе направления дальнейшего обучения;
4. Создание условий для повышения готовности подростков к социально-профессиональному самоопределению.

**Основные принципы работы:**

1. Принцип активности участников группы: в ходе занятий учащиеся постоянно вовлекаются в различные действия – обсуждение ситуаций, выполнение специальных устных и письменных упражнений и т.д.
2. Принцип исследовательской позиции.
3. Принцип сотрудничества, понимаемый как включённость каждого участника группы в совместную работу по выполнению того или иного задания.
4. Принцип возрастного соответствия применяемых приёмов и процедур.

**Содержание курса**

**1. Что я знаю о своих возможностях (9 часов)**

Ведение в программу. Входящее анкетирование.

Самооценка и уровень притязаний. Исследование самооценки по Дембо-Рубинштейн.

Темперамент и профессия. Определение темперамента (модификация Личностного опросника Г.Айзенка).

Чувства и эмоции. Тест эмоций (модификация теста Басса-Дарки). Истоки негативных эмоций.

Стресс и тревожность. Методика «Определение уровня тревожности» (Кондаш).

Определение типа мышления. Методика «Определение типа мышления».

Внимание и память. Игровой марафон по тренировке внимания и памяти.

Уровень внутренней свободы. Определение уровня свободы (модификация методики УСК)

Обобщающий. Мой психологический портрет.

**2. Что я знаю о мире профессий (8 часов)**

Классификация профессий. Признаки профессии. Методика ОПГ.

Определение типа будущей профессии (методика Е.А. Климова).

 Профессия, специальность, должность. Формула профессии (модификация методики Н.С. Пряжникова).

 Интересы и склонности в выборе профессии. Методика «Профиль» (модификация методики «Карта интересов» А. Голомштока).

 Определение профессионального типа личности. Методика «Определение профессионального типа личности» (модификация методики Дж.Голланда).

Профессионально важные качества. Составление карты типов профессий.

Профессия и здоровье. Методика «Мое здоровье»

Обобщающий. Моя будущая профессия.

**3. Способности и профессиональная пригодность (8 часов)**

Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности. Определение технических способностей.

Способности к интеллектуальным видам деятельности.

Способности к профессиям социального типа.

Способности к офисным видам деятельности.

Способности к предпринимательской деятельности.

Артистические способности.

Уровни профессиональной пригодности.

**4. Планирование профессиональной карьеры (9 часов)**

Мотивы и потребности. Определение мотивации (методика Е.Головахи).

Ошибки в выборе профессии. Игра «Оптимисты и скептики».

 Современный рынок труда. Игра «Мышеловки».

Пути получения профессии. Матрица профессионального выбора.

Навыки самопрезентации. Составление  резюме.

Стратегия выбора профессии. Игра «Надо. Могу. Хочу»

Защита проекта «Моя будущая профессия».

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Календарно – тематическое планирование** | | | | | | |
| **№** | **дата** | | | | **Тема** | Примечание |
| **план** | | **факт** | |
|  |  | |  | | [**I четверть. Что я знаю о своих возможностях**](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=21) | |
| 1. |  | |  | | [Самооценка и уровень притязаний.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2101#ur) |  |
| 2. |  | |  | | [Темперамент и профессия. Определение темперамента.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2102#ur) |  |
| 3. |  | |  | | [Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2103#ur) |  |
| 4. |  | |  | | [Что такое стресс.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2104#ur) |  |
| 5. |  | |  | | [Определения типа мышления.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2105#ur) |  |
| 6. |  | |  | | [Внимание и память.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2106#ur) |  |
| 7. |  | |  | | [Уровень внутренней свободы.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2107#ur) |  |
| 8. |  | |  | | [Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях».](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2108#ur) |  |
| [**II четверть. Что я знаю о профессиях**](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=22) | | | | | | |
| 9. |  | | |  | [Классификации профессий. Признаки профессии.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2209#ur) |  |
| 10. |  | | |  | [Формула профессии. Профессия, специальность, должность.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2210#ur) |  |
| 11. |  | | |  | [Определение типа будущей профессии.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2211#ur) |  |
| 12. |  | | |  | [Интересы и склонности в выборе профессии.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2212#ur) |  |
| 13. |  | | |  | [Определение профессионального типа личности.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2213#ur) |  |
| 14. |  | | |  | [Профессионально важные качества.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2214#ur) |  |
| 15. |  | | |  | [Профессия и здоровье.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2215#ur) |  |
| 16. |  | | |  | [Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях».](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2216#ur) |  |
| [**III четверть. Способности и профессиональная пригодность.**](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=23) | | | | | | |
| 17. |  |  | | | [Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2317#ur) |  |
| 18. |  |  | | | [Способности к интеллектуальным видам деятельности.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2318#ur) |  |
| 19. |  |  | | | [Способности к профессиям социального типа.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2319#ur) |  |
| 20. |  |  | | | [Способности к офисным видам деятельности.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2320#ur) |  |
| 21. |  |  | | | [Способность к предпринимательской деятельности.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2321#ur) |  |
| 22. |  |  | | | [Эстетические способности.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2322#ur) |  |
| 23. |  |  | | | [Уровни профессиональной пригодности.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2323#ur) |  |
| 24. |  |  | | | [Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность».](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2324#ur) |  |
| [**IV четверть. Планирование профессиональной карьеры**](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=24) | | | | | | |
| 25. |  |  | | | [Мотивы и потребности.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2425#ur) |  |
| 26. |  |  | | | [Ошибки в выборе профессии.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2426#ur) |  |
| 27. |  |  | | | [Современный рынок труда.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2427#ur) |  |
| 28. |  |  | | | [Пути получения профессии.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2428#ur) |  |
| 29. |  |  | | | [Навыки самопрезентации.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2429#ur) |  |
| 30. |  |  | | | [Стратегия выбора профессии.](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2430#ur) |  |
| 31-32 |  |  | | | [Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры».](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2431#ur) |  |
| 33-34. |  |  | | | [Заключительный урок-конференция «Моя будущая профессия».](http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2432#ur) |  |

**Список использованных источников**.

1. Ахметова И., Иванова Т., Иоффе А. «Мой выбор» / под ред. И. Ахметова, Т. Иванова, А. Иоффе и др. Учебно-методическое пособие для учителей. Изд-ие пятое М.: Издательство «ИЖИЦА», 2004 г.
2. Бендюкова М. А. «Профессиональная ориентация на рынке труда. Образовательная программа» /Сост. Бендюков М.А. Александрова О.Е.
3. Бобровская Л.Н.. Просихина Е.А., Сапрыкина Е.А. Элективный курс профориентационной направленности «Информационная подготовка». М, 2007 г.
4. Бобровская Л.Н.. Просихина Е.А., Сапрыкина Е.А. Элективный курс профориентационной направленности «Человек и профессия». М, 2007
5. Климов Е.А. «Как выбирать профессию», М, 1984 г.
6. Кузнецова И. В.  «Методические рекомендации по проведению профоиентационной работы» \ Сост. И.В. Кузнецова – Ярославль, 1986
7. Макаева О.А. Григорьева Е.С. «Я выбираю профессию» М., 2002 г.
8. Овчарова Р.В. «Справочная книга школьного психолога» / Р.В Овчарова М., ВЛАДОС 2008 г.
9. Орлов Ю.А. «Самопознание и самовоспитание характера» / Ю. А Орлова  М., 2007 г.
10. Пряжников Н.С. «Методы активизации профессионального и личностного самоопределения. Комплект из 4 методических пособий». М.-Воронеж, 2005.
11. Резапкина Г.В. “Я и моя профессия» программа профессионального самоопределения для подростков”.М, 2000 г.