

Цель курса внеурочной деятельности «В мире профессий»: формирование профориентационной компетентности подростков, путем включения в процесс активного планирования своего профессионального будущего, чтобы этот процесс был интересным и значимым для него.

Задачи:

1. Активизация внутренних психологических ресурсов обучающихся для формирования умения составлять и корректировать свою профессиональную перспективу
2. Осознание целей выбора будущей профессии;
3. Развитие навыков конструктивного взаимодействия;
4. Формирование класса как команды, выработка общедоступных и принимаемых всем коллективом ценностей и ориентиров для возможности дальнейшего функционирования класса как единого целого с учетом личностных особенностей всех учеников, создание благоприятных условий для групповой работы;
5. Развитие навыков рефлексии.

При проведении занятий курса используются следующие формы и методы работы:

- профориентационные игры;
- игровые профессиональные упражнения;
- самоописание;
- групповая дискуссия;
- использование конструктивной обратной связи.

В основе программы курса внеурочной деятельности «Будущая профессия» лежат ценностные ориентиры, достижение которых определяется воспитательными результатами. **2. Место курса в учебном плане:**

На изучение курса по внеурочной деятельности «Моя будущая профессия» в 5-7-х классах отводится:

– количество часов в год – 17ч.;

– количество часов в неделю – 0,5 ч.

Формы занятий – рассказ, беседа, практика, ролевая игра, тренинг, тестирование, анкетирование.

Планируемые результаты

I. Личностные:

- потребность повышать свой культурный уровень, самореализовываться в разных видах деятельности;
- в качестве личностных результатов освоения обучающимися этой части программы выступают готовность и способность к осознанному выбору профессии и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования;
- принятие моральных норм и правил нравственного поведения с представителями разных поколений (ветераны, инвалиды, дети младшего возраста), носителей разных убеждений и представителей различных социальных групп нашего города;
- способность анализировать нравственную сторону своих поступков и поступков своих сверстников;
- умение взаимодействовать со сверстниками в коллективе и в школе, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами; формирование бережного отношения к традициям своей семьи, школы.

II. Метапредметные: Регулятивные:

- умение ставить цель своей деятельности на основе имеющихся возможностей;

- умение оценивать свою деятельность, аргументируя при этом причины достижения или отсутствия планируемого результата (участие в конкурсах);
- формирование умения находить достаточные средства для решения своих учебных задач;
- демонстрация приёмов саморегуляции в процессе подготовки мероприятий разного уровня, участие в них, в том числе и в качестве конкурсанта.

Познавательные:

- навык делать выводы, устанавливать причинно-следственные связи на основе полученной информации о профессиях
- анализ и принятие опыта разработки и реализации проекта исследования разной сложности;
- умение находить в тексте требуемую информацию, ориентироваться в тексте, устанавливать взаимосвязи между описываемыми событиями и явлениями;
- критическое оценивание содержания и форм современных текстов;
- овладение культурой активного использования словарей и других поисковых систем.

Коммуникативные:

- умение организовать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками в клубе;
- приобретение навыков работы индивидуально и в коллективе для решения поставленной задачи;
- умение находить общее решение и разрешать конфликты;
- соблюдение норм публичной речи в процессе выступления.

III. Предметные (на конец освоения курса):

Обучающиеся научатся:

- владеть приёмами исследовательской деятельности, навыками поиска необходимой информации;
- использовать полученные знания и навыки по подготовке и проведению социально- значимых мероприятий.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- готовить исследовательские работы

IV. Воспитательные результаты:

Результаты (приобретение социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни):

приобретение знаний

- об этике и эстетике повседневной жизни человека в обществе;
- о принятых в обществе нормах поведения и общения;
- развитие ценностного отношения подростков к труду
- об основах здорового образа жизни;
- о правилах конструктивной групповой работы;
- об основах разработки социальных проектов и организации коллективной творческой деятельности;
- о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации; о правилах проведения исследования.
- получение первоначального опыта самореализации.

приобретение опыта исследовательской деятельности

- опыт публичного выступления;
- опыт самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности.

С целью осуществления более эффективного управления профессиональным развитием обучающихся профориентационные задачи ставятся с учетом их условного деления на три уровня:

1. когнитивный (информирование о мире профессий, состоянии рынка труда, содержании той или иной трудовой деятельности, о профессиональных образовательных программах и учреждениях);
2. мотивационно-ценностный (формирование у школьников всей гаммы смыслообразующих и профессиональных ценностей);
3. деятельностно-практический (составление, уточнение, коррекция и реализация профессиональных планов).

Содержание курса внеурочной деятельности (5 класс, 17 часов)

Тема 1. Введение. Знакомство. Мир профессий (1 час) Типы профессий. Экскурсия по профессиям

Тема 2 Мои личные профессиональные планы. (1 час).

Представление о жизненном и личном профессиональном плане

Тема 3. Ценностные ориентации. (1 час) Основные ценности и их упорядочивание.

Тема 4. Самооценка и уровень притязаний. (1 час) Собственная оценка своих возможностей

Тема 5. Интересы и склонности в выборе профессии. (1 час) Признаки проявления интереса. Выявление особенностей своих интересов и склонностей

Тема 6-7. Классификация профессий по Климову. Отвечаем на вопросник Климова. (2 час) Основные пять типов профессий. Ч-Ч, Ч-Т, Ч-П, Ч-ХО, Ч-Э. Построение таблицы.

Тема 8. Правила выбора профессии. (1 час) Основные правила выбора профессии. Составление памятки. Создание буклета.

Тема 9. Ошибки и затруднения при выборе профессии. (1 час) Рас Просмотр видеоролика «Типичные ошибки». Аналитическая беседа с учащимися после просмотра. Составление памятки «Не допустим ошибок при выборе профессии!».

Тема 10. Кем работают мои родные. Кем работают мои родители? Профессии моего рода. (1 час) Что я знаю о профессиях моих родителей. Профессиональные династии.

Тема 11-12. Что такое профессиограмма? (2 час) Описание психологического портрета на данную индивидуальную специальность.

Тема 13. В каких учебных заведениях можно получить профессию? (1 час) Учебные заведения г. Костромы и Костромской области.

Тема 14. На работу устраиваемся по правилам. (1 час) Наглядная информация о правилах устройства на работу. Составляем резюме.

Тема 15 «Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо») (1 час) Формируем успешный выбор профессии.

Тема 16 «Быть нужным людям...» (1 час) Понятие профессионального выбора.

Тема 17 Сочинение – рассуждение «Самая нужная профессия» (1 час)

(6 класс, 17 часов) Содержание программы

Тема 1. Трудом славен человек (1 час) Знакомство с различными профессиями благодаря просмотру м/м презентации. Групповая работа учащихся по выбору понравившейся профессии. Сбор и предоставление расширенной информации о выбранной профессии благодаря дополнительным источникам

Тема 2. Человеческие возможности (1 час) Знакомство и просмотр фильма BBC «Человеческие возможности». Аналитическая беседа с учащимися по увиденному материалу.

Тема 3. Способности к запоминанию (1 час). Общее представление о памяти, ее видах, процессах. Роль памяти в различных видах профессиональной деятельности. Знакомство с приемами запоминания и возможностями развития памяти. Выполнение упражнений на развитие памяти, разучивание стихотворений и их воспроизводство на уроке (конкурс – «Кто лучше запоминает?»).

Тема 4. Способность быть внимательным (1 час). Представление о процессе внимания, его видах и свойствах. Значение наблюдательности как профессионально важного качества. Выполнение упражнений с учащимися на развитие внимания при помощи м/м презентации. Проведение игры «Выбери лишнее!».

Тема 5. Волевые качества личности (1 час). Волевые качества личности. Регулирующая функция воли. Опросник «Какая у меня воля?». Проведение дебатов: «Какими качествами должен обладать волевой человек?».

Тема 6. «Узнаю, думаю, выбираю» (1 час) Практическая работа с методиками: «Визитка», «Тебе подходят профессии», «Узнай профессию».

Тема 7. Беседы о конкретных профессиях (1час) Приглашение и беседа с фельдшером и библиотекарем. Конструктивный диалог учащихся с приглашенными гостями, возможность более глубокого погружения в данные профессии учащимися, возможность задать интересующие детей вопросы и получить на них профессиональные ответы.

Тема 8. Классификация профессий (1 час). Парная работа учащихся по классификации профессий по предмету труда, по целям труда, по орудиям труда, по условиям труда. Знакомство с профессиограммами

Тема 9. Профессия и современность (2 час) Топ-10 современных профессий

Тема 10. Дороги, которые мы выбираем. Профессии твоих родителей (1час) Встречи с родителями. Интервью. Анкетирование

Тема 11. Все работы хороши, выбирай на вкус. Кем ты хочешь стать? (1 час) Проведение викторины на знание и выбор профессии. Составление синквейна учащимися на тему «Моя любимая профессия».

Тема 12. Интересы и выбор профессии. «Кто я и что я думаю о себе?» (1 часа) Что такое интерес? Составление и заполнение карты интересов.

Что такое склонности? Опросник Е. А. Климова. Составление совместно с учащимися примерной анкеты на выявление интересов школьников. Домашняя групповая работа учащихся – опрос другого 6-го класса на выявление интересов и предпочтения профессии.

Знакомство с новыми профессиями, такими как: промоутер, имиджмейкер, девелопер, мерчендайзер. Исследовательская работа учащихся по нахождению этих профессий в дополнительных источниках информации.

Тема 13. Темперамент и выбор профессии (1 час) От чего зависит выбор профессии? Что такое темперамент? Опросник. Знакомство с биографиями людей успешной карьеры: Гейтс Билл, Дисней Уолт, Шанель Коко, Федоров Святослав Николаевич. Выбор будущей профессиональной сферы. Известные люди региона.

Тема 14. Здоровье и выбор профессии (1 час) Факторы здоровья при выборе профессии. Медицинские противопоказания при выборе профессии. «Анкета здоровья».

Приглашение и беседа со школьной медицинской сестрой.

Тема 15. Дело твоей жизни (1 час) Определение профессиональной готовности.

Тема 16. Профессиональный тип личности (1 час) Определение своего профессионального типа личности. Тест «Профессиональный тип личности».

Тема 17. Ошибки при выборе профессии (1 час) Распространенные ошибки при выборе профессии и способы их решения. Составление буклета.

(7 класс, 17 часов)

Содержание программы

Тема 1. Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека. (1 час)

Тема 2. Пути получения профессии. (1 час)

Тема 3. Кто я, или что я думаю о себе. (1 час)

Внутренний мир человека и возможности его самопознания. Что такое психодиагностика, как она помогает в выборе профессии.

Тема 4. Свойства нервной системы и темперамент. (1 час)

История изучения темперамента: от Гиппократа до Павлова. Типы темперамента, их влияние на профессиональную деятельность. Теппинг тест – определение свойств нервной системы, работоспособности; опросник типа темперамента Г. Айзенка.

Тема 5. Память. (1 час)

Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации.

Мнемотехники. Определение объема кратковременной памяти и ведущего способа запоминания.

Тема 6. Внимание. (1 час)

Внимание и деятельность человека. Произвольное и непроизвольное внимание. Структура и характеристики внимания: объем, распределение, переключение, концентрация, устойчивость.

Профессии, предъявляющие повышенные требования к развитию внимания. Изучение индивидуальных особенностей внимания: —Тест Э.Ландольта. Приемы развития внимания.

Тема 7. Мышление. (1 час)

Функции, виды мышления. Мыслительные операции. Правополушарные и левополушарные мыслители. Диагностика структуры интеллекта по методике Р.Амтхауэра. Приемы развития.

Тема 8. Эмоциональное состояние личности. (1 час)

Эмоции в жизни человека. Формы и виды эмоциональных состояний, их влияние на профессиональную деятельность. Стресс и дистресс. Диагностика уровня личностной и реактивной тревожности по методике Ч.Д.Спилбергер —Шкала самооценки.

Тема 9. Саморегуляция. (1 час)

Умение контролировать свое поведение. Позитивное мышление и жизненные ценности. Как выпустить —лишний пар. Десять шагов уверенности в себе.

Тема 10. Коммуникабельность – составляющая успеха будущей карьеры. (1 час) Требования к работнику: профессионализм, ответственность, коммуникабельность. Умение конструктивно разрешать конфликты. Изучение коммуникативных и организаторских способностей по методике —КОС.

Тема 11. Первый шаг на пути к профессии. (1 час)

Способности, профессиональная пригодность, состояние физического здоровья, как основные составляющие правильного выбора. Формула успеха. Ошибки в выборе профессии.

Тема 12. Современный рынок труда и его требования. (1 час)

Социально-профессиональная мобильность – качество современного человека. Самостоятельность и ответственность в профессиональной деятельности. Коллективность трудового процесса.

Профессионализм и самосовершенствование.

Тема 13. Мотивы и основные условия выбора профессии. (1 час)

—Хочу – могу – надо! - необходимые условия правильного выбора. —Мышеловки! легких денег, или возможность попадания в финансовую зависимость.

Тема 14. Что требует профессия от меня? (1 час)

Понятие рынка профессий. Определение требований к соискателю (по газете, рубрика —работа для вас), —Центр занятости населения.

Тема 15. Перспективы профессионального старта. (1 час)

Навыки самопрезентации. Как правильно составить резюме. Правила поведения на собеседовании. Интервью при приеме на работу (ролевая игра).

Тема 16. Составление плана профессионального самоопределения. (1 час) Алгоритм принятия решения

Тема 17. Построение образа профессионального будущего. (1 час)

Планирование карьеры. Цепочка ближних и дальних целей. Пути и средства достижения целей. Внешние и внутренние условия достижения целей. Запасные варианты, пути их достижения. Как получить хорошую работу в современной России.

Список литературы

1. Бендюков М.А., Соломин И.Л., Ясюкова Л.А. Твой компас на рынке труда. - Санкт-Петербург, 2002.
2. Бачков И. В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники, учебное пособие. — М: Изд-во «Ось-89», 1999.
3. Григорьева Т.Г. Основы конструктивного общения: Практикум.-2-е изд., - Новосибирск: Изд-во Новосибирского ун-та, 1999.
4. Григорьева Т.Г. Основы конструктивного общения: Хрестоматия.-2-е изд., - Новосибирск: Изд-во Новосибирского ун-та, 1999.
5. Игры - обучение, тренинг, досуг... Под. ред. В.В.Петрусинского. - М: Новая школа, 1994.
6. Информационная подготовка. Образовательный курс профориентационной направленности. 8-9 классы: методическое пособие с электронным сопровождением/ автор – составитель: Л.Н. Бобровская, О.Ю.Просихина, Е.А.Сапрыкина. М.:Планета, 2011. – 64 с.
7. Климов Е.А. Развивающийся человек в мире профессий. — Обнинск: «Принтер», 1993.
8. Коэн Д. Язык жестов для лучшего взаимопонимания - М: Изд-во ЭКСМО. - Пресс, 2002.
9. Кривцова С.В., Мухаматулина Е.А. Тренинг: навыки конструктивного взаимодействия с подростками. 3-е изд., стер. - М: Генезис, 1999.
10. Куделин А.С. Как достичь намеченных целей. Краткий путеводитель от того что вы имеете, к тому, чего вы достойны./ Серия «Психологический практикум».-Ростов н/Д: Феникс, 2003.
11. Кэррел С. Групповая психотерапия подростков. -СПб: Питер, 2002.
12. ГЛитвак М.Е. Командовать или подчиняться? - Ростов н/Д: Изд-во «Феникс», 1997.
13. Микляева А.В. Я - подросток. Мир эмоций. Программа уроков психологии. -СПб: Издво «Речь», 2003.
14. И.Микляева А.В. Я - подросток. Я среди других людей. Программа уроков психологии. -СПб: Изд-во «Речь», 2003.
15. Н.Прошицкая Е.Н. Выбирайте профессию. - М: Просвещение, 1991.
16. Прутченков А.С. Тренинг коммуникативных умений. Методические разработки занятий. - М: Новая школа, 1993.
17. Пряжников Н.С. Игровые профориентационные упражнения. Методическое пособие. - М: Издательство «Институт практической психологии», Воронеж НПО: «МОДЭК», 1997.
18. Т.Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы). - М: ВАКО, 2005. (Педагогика, психология, управление).
19. Психогимнастика в тренинге. Под. ред. Н.Ю.Хрящевой. - СПб: «Ювента», 1999.
20. Психологическое сопровождение выбора профессии. Научно-методическое пособие. Пор. Ред. Л.М.Митиной).-: Московский психолого-социальный институт, «Флинта», 1998.
21. Резапкина Г.В. Отбор в профильные классы. - М: Генезис, 2005. (Серия «Психолог в школе»).
22. Рязанова Д.В. Тренинг с подростками: С чего начать? Пособие для психолога и педагога. М: Генезис, 2003.
23. Сидоренко Е.В. Мотивационный тренинг. -СПб: Речь, 2001.
24. Смид Р. Групповая работа с детьми и подростками. Пер. с англ., - М: Генезис, 1999.

**Содержание курса внеурочной деятельности
(5 класс, 17 часов)**

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Введение. Знакомство. Мир профессий	1
2	Человеческие возможности.	1
3	Ценностные ориентации.	1
4	Самооценка и уровень притязаний.	1
5	Интересы и склонности в выборе профессии.	1
6-7	.Классификация профессий по Климову. Отвечаем на вопросник Климова.	2
8	.Правила выбора профессии.	1
9	Ошибки и затруднения при выборе профессии.	1
10	Кем работают мои родные. Кем работают мои родители? Профессии моего рода.	1
11-12	Что такое профессиограмма?	2
13	В каких учебных заведениях можно получить профессию?	1
14	На работу устраиваемся по правилам.	1
15	«Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо»)	1
16	«Быть нужным людям...»	1
17	Сочинение – рассуждение «Самая нужная профессия»	1
	Всего	17 часов

(6 класс, 17 часов)

Содержание программы

1	Трудом славен человек	1
2-3	Человеческие возможности	2
4-5	Способности к запоминанию	2
6-7	Способность быть внимательным	2
8-9	Волевые качества личности	2
10	«Узнаю, думаю, выбираю»	1
11-12	Беседы о конкретных профессиях	2
13	Классификация профессий	1
14-15	Профессия и современность	2
16-17	Дороги, которые мы выбираем. Профессии твоих родителей	2
	Всего	17 часов

(7 класс, 17 часов)
Содержание программы

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
1	Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека.	1
2	Мир профессий.	1
3	Кто я, или что я думаю о себе.	1
4	Свойства нервной системы и темперамент.	1
5	Память. Виды памяти. Нарушения памяти.	1
6	Внимание. Виды внимания. Нарушения внимания.	1
7	Мышление. Виды мышления. Нарушения мышления.	1
8	Эмоциональное состояние личности.	1
9	Саморегуляция.	1
10	Коммуникабельность – составляющая успеха .	1
11	Первый шаг на пути к профессии.	1
12	Современный рынок труда и его требования.	1
13	Мотивы и основные условия выбора профессии.	1
14	Что требует профессия от меня?	1
15	Перспективы профессионального старта.	1
16	Составление плана профессионального самоопределения.	1
17	Построение образа профессионального будущего.	1
	Всего	17 часов