

Управление образования администрации
Вейделевского района Белгородской области

Муниципальное общеобразовательное учреждение
"Малакеевская средняя общеобразовательная школа Вейделевского района
Белгородской области»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МОУ «Малакеевская СОШ»

/В.Е. Федурин/

« 15 »



2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности
Социальное направление
«Профессиональная ориентация обучающихся»

Возраст обучающихся 13-15 лет (8-9 классы)

Учитель:



Деркунская Надежда Леонидовна

Малакеево, 2022

Программа внеурочной деятельности: «Профессиональная ориентация обучающихся», социальное направление

Автор программы: Деркунская Надежда Леонидовна

Программа рассмотрена и утверждена на заседании педагогического совета от «25» августа 2022 г., протокол № 1

Председатель  
подпись Ф.И.О.

Пояснительная записка

В жизни каждого человека появляется момент, когда он вынужден задуматься о своем будущем. И вопрос о поиске, выборе профессии является одним из центральных и в этом смысле судьбоносным, так как задает «тон» всему дальнейшему профессиональному пути. За краткостью слов «выбор профессии» стоит планирование, обдумывание профессионального жизненного пути. И речь идет о самом его начале – «профессиональном старте».

Подростковый возраст – зачастую последний период обучения большинства детей в школе. Вот почему вопросы, касающиеся личностной и социальной зрелости старших подростков, анализ их субъективных представлений о своей будущей профессии имеют первостепенное значение. Процесс профессионального самоопределения – чрезвычайно значимый в этом возрасте момент личностного развития. При правильном выборе индивидуальные особенности подростка совпадут с требованиями профессии. Помочь ребенку правильно решить проблему профессионального выбора помогает профориентация.

Участие в профориентации и помощь в обоснованном выборе профессии – одна из важнейших задач работы педагога-психолога. Профессиональный путь – длинная дорога. Начинается она в детстве и заканчивается в пожилом возрасте. Поэтому сопровождающих профессиональное становление человека много: это родители, учителя, коллеги, руководители и др. Однако компетентное и продуктивное психологическое сопровождение должен осуществлять специально подготовленный человек – психолог-профконсультант. Оказывая человеку помощь и поддержку в выборе траектории профессионального развития, психолог не навязывает ему свое мнение, а помогает наметить ориентиры, сформировать адекватное представление учащихся о своем профессиональном потенциале, получить знания о мире профессий, ознакомиться со спецификой современного рынка труда, правилами выбора и способами получения профессии.

Технология выбора профиля в настоящее время отсутствует. Обучающиеся совершают его часто интуитивно. Под влиянием случайных факторов. Поэтому обучающихся необходимо заранее готовить к осознанному выбору профиля обучения, соотносясь с их возрастными особенностями. Особую актуальность такая подготовка приобретает в 9-х классе. Если обучающийся после 9-го класса не продолжает обучение в школе, то он вынужден сделать свой профессиональный выбор: пойти учиться в учебное заведение начального или среднего профессионального образования.

Согласно Федеральным образовательным стандартам основного общего образования обучающийся 9 класса должен быть готов к осознанному выбору профессии и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений.

Таким образом, обучающимся 9-х класса в любом случае необходимо быть готовым к профессиональному самоопределению. Профессиональное самоопределение, выбор профессии во многом определяют весь жизненный путь

человека, поэтому вопрос о научном понимании процесса выбора профессии приобретает все большее значение и актуальность.

Методологические основы программы

Проблемы выбора профессии, профессионального самоопределения и становления затрагивались во множестве теоретических и практических исследований (В.Е. Гаврилов, Л.А. Головей, А.Е. Голомшток, М.А. Дмитриева, Н.Н. Захаров, Л.А. Йовайша, Р.Д. Каверина, Е.А. Климов, Е.П. Кораблина, А.К. Маркова, Н.С. Пряжников, Ю.П. Поваренков, В.И. Тютюнник, В.В. Чебышева, С.Н. Чистякова, Э.С. Чугунова, В.Д. Шадриков, Л.Ф. Шеховцова, В.Н. Шубкин и др.), ведь от правильного выбора профессии во многом зависит успешность и продуктивность профессиональной деятельности в дальнейшем, реализация личностных потенциалов и, в результате, удовлетворенность человека своей жизнью.

Понятие "самоопределение" вполне соотносится с такими модными ныне понятиями, как самоактуализация, самореализация, самоосуществление, самотрансценденция, самосознание. При этом многие мыслители связывают самореализацию, самоактуализацию и т.п. именно с трудовой деятельностью, с работой. Например, А. Маслоу считает, что самоактуализация проявляет себя "через увлеченность значимой работой"; К.Ясперс связывает самореализацию с "делом", которое делает человек. И.С. Кон говорит, что самореализация проявляется через труд, работу и общение. П.Г. Щедровицкий отмечает, что "смысл самоопределения - в способности человека строить самого себя, свою индивидуальную историю, в умении постоянно переосмысливать собственную сущность" (цит. по: Пряжников, 1997. С. 78-79).

Е.А. Климов выделяет два уровня профессионального самоопределения: 1) гностический (перестройка сознания и самосознания); 2) практический уровень (реальные изменения социального статуса человека) (Климов, 1983. С.62-63). Самоопределение предполагает не только "самореализацию", но и расширение своих изначальных возможностей - "самотрансценденцию" (по В. Франклу): "...полноценность человеческой жизни определяется через его трансцендентность, т.е. способность "выходить за рамки самого себя", а главное - в умении человека находить новые смыслы в конкретном деле и во всей своей жизни". Таким образом, именно смысл определяет сущность самоопределения, самоосуществления.

Курс «Профессиональная ориентация обучающихся» позволяет обучающимся изучить свои возможности и потребности и соотнести их с требованиями, которые предъявляет интересующая их профессия, сделать обоснованный выбор профиля в старшей школе, подготовиться к будущей трудовой профессиональной деятельности и в дальнейшем успешно выстроить профессиональную карьеру, адаптируясь к социальным условиям и требованиям рынка труда.

Цель программы - формирование у учащихся готовности к осознанному социальному и профессиональному самоопределению.

Цель осуществляется посредством выполнения следующих **задач**:

- помочь обучающимся раскрыть психологические особенности своей личности;
- подготовить школьников к осознанному выбору профиля обучения в старшей школе и в перспективе – будущей профессии;
- расширить знания обучающихся о мире профессий, о рынке труда;
- обучить обучающихся выявлению соответствия требований выбранной профессии их способностям и возможностям;
- обучить планированию профессиональной карьеры.

Программа рассчитана на 34 часа в 8 классе и 34 часа в 9 классе, т. е. 1 час в неделю по 45 минут.

Ожидаемые результаты программы:

В результате выполнения данной программы обучающиеся должны знать сущность и содержание следующих понятий:

- психологические особенности личности;
- самоопределение;
- профессиональные интересы и склонности, способности;
- классификация, типы и подтипы профессий;
- профессиограмма;
- профессиональная пригодность;
- проектирование профессионального жизненного пути;
- карьера, виды карьеры;
- личный профессиональный план;
- общение;
- самооценка;
- профпригодность;
- компенсация способностей;
- рынок труда;
- престижные и востребованные профессии на рынке труда.

На основе полученных знаний обучающиеся должны уметь:

- раскрывать психологические особенности своей личности;
- выявлять свои способности и профессиональные интересы;
- определять соответствие выбранной профессии своим способностям, личностным особенностям и запросам рынка труда;
- работать с профессиограммами;
- ориентироваться в типах и подтипах профессий;
- составлять личный профессиональный план;
- проектировать свою профессиональную карьеру.

Формы проведения занятий:

- работа в малых группах;
- групповые дискуссии;
- проектная деятельность обучающихся;
- встречи с представителями различных профессий;
- ролевые игры;

- тренинги;
- беседы.

Данные формы работы позволяют наиболее эффективно решать поставленные задачи курса. Для реализации содержания обучения по данной программе основные теоретические положения сопровождаются выполнением практических работ, которые помогают обучающимся применять изученные понятия на практике, в конкретных жизненных ситуациях. На каждом занятии предусматривается практическая деятельность, включающая в себя работу с диагностическими методиками, участие в профориентационных и ролевых играх, выполнение упражнений. Предполагается также использование таких активных методов обучения, как эвристическая беседа, эвристический семинар, проблемное изложение учебного материала. Все результаты психодиагностики вносятся в индивидуальные профориентационные карты учащихся. В течение реализации программы проводятся родительские собрания, на которых освещается проблема проф.самоопределения, освещаются ошибки выбора профессии, дается информация о рынке труда, престижных и востребованных профессиях нашего края, дается информация о результатах диагностики.

В процессе обучения используется различный дидактический материал: презентации по темам курса, плакаты, схемы, видеоматериалы.

При оценке результатов обучения по данной программе целесообразно использовать зачетную систему оценивания в объеме курса.

Курс заканчивается выполнением итоговой творческой работы (мини-проекта, реферата, творческого исследования по одной из тем программы).

Используемый диагностический инструментарий:

- опросник профессиональных склонностей Л.А. Йовайши (модификация Г.В. Резапкиной);
- опросник тип мышления (сокращенный вариант);
- тест Айзенка (определение типа темперамента);
- диагностические методики изучения познавательных процессов (мышления, памяти);
- методика «корректирующая проба»;
- опросник Климова (по выявлению типа профессии по предмету труда);
- анкета КОС (по выявлению коммуникативных и организаторских способностей);
- тест Дж. Голланда (Дж. Холланда) на определение проф. типа (модификация Г.В. Резапкиной) и др.

Содержание курса «Профессиональная ориентация обучающихся» 8 класс

I. Введение

Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана.

Обучающиеся должны знать:

- определение понятия «личный профессиональный план»;
- роль профессионального самоопределения в жизни человека.

Обучающиеся должны уметь:

- обосновывать важность выбора профессии в жизни человека;
- называть основные элементы структуры личного профессионального плана;
- называть основные проблемы, возникающие при выборе профессии;
- перечислять основные разделы программы курса;
- составлять личный профессиональный план.

Обучающиеся должны иметь представление:

- о смысле и значении труда в жизни человека и общества.

II. Познавательные процессы и способности личности

Память. Внимание. Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение. Мышление. Особенности интеллектуальной сферы. Типы интеллекта. Способности. Виды способностей: общие и специальные. Условия развития способностей.

Обучающиеся должны знать:

- определения понятий «память», «внимание»;
- виды памяти и внимания;
- качества внимания;
- определения понятий «ощущение», «восприятие», «представление», «воображение»;
- определения понятий «мышление», «интеллектуальная сфера», «интеллект»;
- виды мышления;
- формы логического мышления: понятие, суждение, умозаключение;
- основные операции мышления;
- основные качества мышления;
- определение понятия «способности»;
- основные виды способностей;
- особенности интеллектуальной сферы;
- типы интеллекта.

Обучающиеся должны уметь:

- называть основные процессы памяти;
- перечислять основные виды памяти;
- указывать отличительные особенности различных видов памяти;
- определять особенности своей памяти;

- перечислять основные приемы и методы запоминания;
- перечислять основные качества и виды внимания;
- объяснять, чем различные виды внимания отличаются друг от друга;
- определять особенности своего внимания;
- объяснять, как происходит познание окружающего мира;
- перечислять формы чувственного познания;
- перечислять типы мышления;
- определять свой преобладающий тип мышления;
- называть формы логического мышления и определять их сущность;
- перечислять основные мыслительные операции и качества мышления;
- определять тип своего интеллекта;
- объяснять необходимость наличия определенных условий для развития способностей.

III. Психология личности

Типы нервной системы. Типы темперамента. Характер. Самооценка. Самоопределение. Профессиональное самоопределение. Смысл и цель жизни человека. Мотивационная сфера личности. Потребности, их виды. Общение. Деловое общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов.

Обучающиеся должны знать:

- определения понятий «тип нервной системы», «темперамент», «характер», «самооценка»;
- типы нервной системы;
- типы темперамента;
- определение понятия «потребности»;
- виды потребностей;
- особенности делового общения;
- определение понятия «конфликт»;
- пути предотвращения и разрешения конфликтов;
- особенности своей личности;
- определения понятий «самоопределение», «профессиональное самоопределение», «мотив», «мотивация», «потребность».

Обучающиеся должны уметь:

- называть типы нервной системы и их различия;
- определять свой тип нервной системы;
- выявлять свой ведущий тип темперамента;
- определять наиболее типичные черты своего характера;
- исследовать формы проявления характера;
- выявлять уровень самооценки;
- называть отличительные признаки видов мотивации;
- использовать приёмы делового общения, способы решения конфликтов;
- проектировать индивидуальные модели поведения в конфликтных ситуациях;
- называть различные виды потребностей;

- указывать основные признаки делового общения;
- перечислять способы разрешения конфликтов;
- определять свой уровень конфликтности;
- объяснять особенности различных способов разрешения конфликтов.

IV. Мир профессий

Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации.

Характеристика труда: характер, процесс и условия труда.

Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы.

Типы профессий. Матрица выбора профессии.

Характеристика профессий типа «человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ». Профессионально важные качества (ПВК).

Обучающиеся должны знать:

- определения понятий «профессия», «специальность», «специализация», «квалификация», «характеристика труда», «классификация профессий», «цели труда», «орудия труда», «формула профессии», «профессиограмма», «тип профессии», «тип личности», «подтипы профессий», «профессионально важные качества»;
- подтипы профессий в сфере «человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ»; основные характеристики содержания деятельности данных подтипов; требования, предъявляемые к работающему в данной сфере.

Обучающиеся должны уметь:

- называть этапы профессионального самоопределения и соотносить их со своим уровнем готовности к выбору профессии;
- приводить примеры и указывать отличия в характере, процессе и условиях труда различных типов профессий («человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ»);
- выявлять тип своей будущей профессии;
- определять свои профессиональные предпочтения;
- выделять подтипы профессий рассматриваемого типа («человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ»);
- называть ПВК профессий рассматриваемого типа («человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ»);
- формулировать наиболее привлекательные характеристики своей будущей профессии.

V. Профессиональное самоопределение

Склонности, интересы и мотивы в профессиональном выборе («хочу»).

Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»).

Специальные способности. Профпригодность. Понятие компенсации способностей. Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах («надо»). «Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки и анализа составляющих «хочу» – «могу» – «надо». Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии.

Обучающиеся должны знать:

- определения понятий «интересы», «склонности», «способности», «специальные способности», «профпригодность», «компенсация способностей», «рынок труда», «работодатель», «работник», «социальный заказ», «мотив», «мотивация»;
- виды профпригодности;
- компоненты и субъекты рынка труда.

Обучающиеся должны уметь:

- выявлять собственные интересы и склонности в профессиональной сфере деятельности;
- делать вывод о необходимости соотносить свои желания («хочу») со своими способностями и возможностями («могу») и требованиями рынка труда («надо»);
- называть мотивационные факторы выбора профессии;
- называть ошибки, которые могут быть допущены при выборе профессии;
- перечислять основания, по которым предпочтительнее осуществлять выбор профессии.

Обучающиеся должны иметь представление:

- о важности решения проблемы выбора профессии.

VI. Подготовка к будущей карьере

Понятие карьеры. Виды карьеры. Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должности. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования. Построение личного профессионального плана.

Обучающиеся должны знать:

- определения понятий «карьера», «вертикальная карьера», «горизонтальная карьера», «должность», «внутренняя оценка карьеры», «внешняя оценка карьеры».

Обучающиеся должны уметь:

- указывать отличительные признаки различных видов карьеры;
- высказывать свое мнение по поводу влияния внутренней и внешней оценки карьеры на самооценку человека;
- определять цели собственной будущей карьеры.

Обучающиеся должны иметь представление:

- о необходимости постоянного самообразования и профессионального совершенствования.

VII. Обобщение

Построение личного профессионального плана. Зачет.

Обучающиеся должны знать:

- определение понятия «личный профессиональный план».

Обучающиеся должны уметь:

- провести сравнительный анализ ЛПП, составленного в начале и конце изучения курса «Профессиональная ориентация обучающихся».

Содержание курса «Профессиональная ориентация обучающихся» 9 класс

1. Рынок труда и современные требования к профессионалу: рынок и 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.

2. Профессиогенетический анализ профессий:

- основные признаки профессиональной деятельности /предмет труда, цели труда, средства труда,
- классификация профессий / способы классификации профессий,
- характеристика профессий по общим признакам профессиональной деятельности.

3. Профессиональная пригодность и планирование карьеры:

- проблемы формирования профессиональной пригодности специалистов,
- понятие о профессиональной карьере,
- критерии профессиональной компетентности,
- профессиональное прогнозирование и профессиональное самоопределение.

4. Здоровье и выбор профессии:

- учет состояния здоровья при выборе профессии,
- понятие о психофизиологическом и медицинском отборе,
- типы профессий по медицинским противопоказаниям, возможности получения психофизиологической и медицинской консультаций.

5. Склонности и интересы в профессиональном выборе /ХОЧУ/:

- индивидуальные интересы,
- профессиональные намерения,
- потребности и мотивы как условие активности личности,
- виды мотивов и жизненные ценности, актуализация потребностно-мотивационной сферы и профессиональных интересов.

6. Возможности личности в профессиональной деятельности /МОГУ/:

- психологические проблемы прогнозирования успешности профессионального обучения и деятельности,
- профессионально важные качества,
- активная роль личности в процессе выбора профессии.

7. Социальные проблемы труда /НАДО/

- 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.

Календарно-тематическое планирование курса «Профессиональная ориентация обучающихся» 8 класс

№ п/п	Наименование тем	Количество часов	Дата по плану	Дата факт
I. 1.	Введение. Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана	1		
II	Познавательные процессы и способности личности	6		
2.2.	Память. Внимание	2		
2.3.	Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение	1		
2.4.	Мышление. Особенности интеллектуальной сферы. Типы интеллекта	2		
2.5.	Способности. Виды способностей: общие и специальные. Условия развития способностей	1		
III	Психология личности	6		
3.6.	Типы нервной системы. Типы темперамента. Характер. Самооценка	2		
3.7.	Самоопределение. Профессиональное самоопределение. Смысл и цель жизни человека. Мотивационная сфера личности. Потребности, их виды	2		
3.8.	Общение. Деловое общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов	2		

IV	Мир профессий	10		
4.9.	Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации. Характеристика труда: характер, процесс и условия труда	2		
4.1 0.	Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы	2		
4.1 1.	Типы профессий по Климову	1		
4.1 2.	Характеристика профессий типа «человек – человек»	1		
4.1 3.	Характеристика профессий типа «человек – техника»	1		
4.1 4.	Характеристика профессий типа «человек – знаковая система»	1		
4.1 5.	Характеристика профессий типа «человек – природа»	1		
4.1 6.	Характеристика профессий типа «человек – художественный образ»	1		
V	Профессиональное самоопределение	7		
5.1 7.	Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу»)	2		
5.1 8.	Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»). Специальные способности. Профпригодность. Понятие компенсации способностей	2		
5.1 9.	Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах («надо»)	1		
5.2 0.	Престижные и востребованные профессии на рынке труда в Забайкальском крае	1		
5.2 1.	Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии	1		
VI	Подготовка к будущей карьере	2		
6.2 2.	Понятие карьеры. Виды карьеры. Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должности. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования	2		
VII	Обобщение	2		
7.2 3.	Повторение и систематизация изученного материала. Построение личного профессионального плана. Зачёт	2		
	ИТОГО:	34		

**Календарно-тематическое планирование курса
«Профессиональная ориентация обучающихся» 9 класс**

n/n	Наименование тем	Количество часов	Дата
1	<p>Рынок труда и современные требования к профессионалу:</p> <p>рынок и его структура.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. 	6	
2	<p>Профессиогенетический анализ профессий:</p> <ul style="list-style-type: none"> • основные признаки профессиональной деятельности /предмет труда, цели труда, средства труда/, • классификация профессий / способы классификации профессий, • характеристика профессий по общим признакам профессиональной деятельности/. 	5	
3	<p>Профессиональная пригодность и планирование карьеры:</p> <ul style="list-style-type: none"> • проблемы формирования профессиональной пригодности специалистов, • понятие о профессиональной карьере, • критерии профессиональной компетентности, • профессиональное прогнозирование и профессиональное • самоопределение. 	5	
4	<p>Здоровье и выбор профессии:</p> <ul style="list-style-type: none"> • учет состояния здоровья при выборе профессии, 	4	

	<ul style="list-style-type: none"> • понятие о психофизиологическом и медицинском отборе, • типы профессий по медицинским противопоказаниям, • возможности получения психофизиологической и медицинской консультаций. 		
5	Склонности и интересы в профессиональном выборе /ХОЧУ/: <ul style="list-style-type: none"> • индивидуальные интересы, • профессиональные намерения, • потребности и мотивы как условие активности личности, • виды мотивов и жизненные ценности, • актуализация потребностно-мотивационной сферы и профессиональных интересов. 	4	
6	Возможности личности в профессиональной деятельности /МОГУ/: <ul style="list-style-type: none"> • психологические проблемы прогнозирования успешности профессионального обучения и деятельности, • профессионально важные качества, • активная роль личности в процессе выбора профессии. 	3	
7	Социальные проблемы труда /НАДО/ <ul style="list-style-type: none"> • 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, <p>условия труда, специализация, квалификация, культура труда, спрос на рынке труда и престижность профессий</p>	4	
8	Экскурсии на предприятия	3	
	Итого	34	

Критерии оценки достижения планируемых результатов программы

1. Мотивационно-потребностный критерий, включает такие показатели: наличие мотивов выбора профессии: положительное отношение к ситуации выбора профессии; активная позиция ученика в осуществлении процесса принятия решения о выборе профессии: наличие запасных вариантов профессионального выбора.

2. Критерий когнитивный (информированности) предполагает наличие сферы профессиональных интересов и включает показатели: представление об индивидуальных особенностях; полнота и дифференцированность знаний о мире профессий; знания о своих профессиональных важных качествах и склонностях; соотнесение требований профессии с индивидуальными характеристикам человека.

3. Деятельностно-практический критерий содержит следующие показатели: умение ставить цель выбора профессии и составлять программу действий для ее достижения; самоанализ имеющихся вариантов выбора профессии; самоконтроль и коррекция профессиональных планов; самоактуализация потенциальных возможностей, направленных на формирование готовности к принятию решения о выборе профессии.

Литература

1. Климов Е.А. Психолого-педагогические проблемы профессиональной консультации. М.: Знание. Сер. "Педагогика и психология", 1983. №2. 95 с
2. Климов Е.А. Как выбирать профессию. М.: Просвещение, 1990. 159 с.
3. Пряжников Н.С. Психологический смысл труда. М.: Изд-во "Институт практической психологии"; Воронеж: НПО "МОДЭК", 1997. 352 с.
4. Пряжников Н.С. Профориентационные игры: Проблемные ситуации, задачи, карточные методики. М.: Изд-во МГУ, 1991. 87 с.
5. Пряжников Н.С. Игровой метод профориентации /Под ред. Климова Е.А.. – Пермь, 1989.

6. Симоненко В.Д. Профессиональное самоопределение школьников. – Брянск, 1995.

7. Технология предпрофильной подготовки и отбора в профильные классы: Научно-методические рекомендации. – Брянск: Изд-во Брянского областного центра профессиональной ориентации молодежи и психологической поддержки молодежи, 2004.

8. Человек и профессия. Образовательный курс профориентационной направленности. Методическое пособие для учителя с электронным сопровождением курса + видеофильм о профессиях / авт.-сост.: Л. Н. Бобровская, О. Ю. Просихина, Е. А. Сапрыкина; под ред. Н. Н. Рождественской. – 2-е изд., доп. – М.: Глобус, 2008.

9. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990. 368 с.

ПОНЯТИЕ И ПОСТРОЕНИЕ ЛИЧНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПЛАНА



Ответив на предложенные вопросы, ты сможешь проверить: знаешь ли ты:

- понятие выбора профессии;
- понятие личного профессионального плана;
- этапы осуществления своей профессиональной мечты;

умеешь ли ты:

- формулировать проблему своего профессионального выбора.

ЗАДАНИЕ 1.1. Составление личного профессионального плана (по методике Н.С. Пряжникова)

Тебе необходимо ответить на вопросы опросника по построению личного профессионального плана — ЛПП

1. Стоит ли в наше время честно трудиться? Почему?

2. Зачем учиться после школы, ведь можно и так прекрасно устроиться?

3. Ради чего ты собираешься прожить свою жизнь (в чём ты видишь её смысл)?

4. Выбрал ли ты профессию, если да, то какую?

5. Выдели основные этапы на пути к твоей профессиональной мечте (что собираешься делать после школы)?

6. Что ты знаешь о своей будущей профессии?

• предмет, содержание и условия труда

• профессионально важные качества

• где можно получить эту профессию

• востребованность профессии на рынке труда

7. Что повлияло на твой выбор (обведи нужное):

• самостоятельно принял(а) решение;

• посоветовали родители;

• посоветовали друзья;

• влияние оказали занятия в МУК;

• что-то другое

8. Какие твои собственные недостатки могут помешать тебе на пути к профессиональной цели? Если можно, напиши что-то кроме лени, ведь многие, например, невнимательны, стеснительны, имеют проблемы со здоровьем и т.д.

9. Как ты собираешься работать над собой и готовиться к профессии?

10. Кто и что могут помешать тебе в реализации твоих профессиональных планов (какие люди и обстоятельства)?

11. Как ты собираешься преодолевать эти внешние препятствия?

12. Есть ли у тебя резервные варианты на случай неудачи по основному варианту?

13. Что ты уже сейчас делаешь для подготовки к избранной профессии и для поступления в соответствующее учебное заведение? Напиши, что ты делаешь кроме хорошей учёбы в школе?

14. Если ты ещё не выбрал будущую профессию или сомневаешься в своём выборе, то почему (обведи нужное):

- плохо знаю мир профессий;
 - плохо знаю свои возможности;
 - не могу выбрать из нескольких вариантов;
 - не знаю, как выбрать профессию;
- другой вариант

Запиши вывод о своей готовности к построению личного профессионального плана.

Родительское собрание.

Тема «Профессиональное самоопределение подростков».

Цель род. собрания : Формирование готовности обучающихся к профессиональному самоопределению на основе профессионального интереса.

Задачи:

1. Выявление профессиональных интересов и склонностей обучающихся.
2. Умение адекватно оценивать свои реальные способности.
3. Выявление внутренних ресурсов личности.
4. Ознакомление родителей с индивидуально-психологическими особенностями личности детей.
5. Научить родителей понимать запросы и особенности своего ребёнка.

Целевые группы: учащиеся классов и их родители.

Выбор профессии часто определяет в дальнейшем весь жизненный путь человека. Поэтому очень важно предостеречь в этот момент от возможных ошибок, оказать помощь в выборе дела по душе. Сделать свой выбор помогает профессиональная ориентация.

Профессиональная ориентация - это система мероприятий, направленная на ознакомление учащихся с его способностями и возможностями для того, чтобы помочь ему выбрать одну из наиболее подходящих для него профессий.

Цель профориентации - подвести учащихся к взвешенному, самостоятельному выбору профессиональной деятельности, сформировать психологическую готовность к профессиональному самоопределению.

Основным элементом этой системы является диагностика его профессиональных интересов и склонностей. Профессиональное самоопределение является начальным звеном профессионального развития личности. Выбор профессии - важный и ответственный шаг в жизни каждого молодого человека. Предлагаю для подростков ситуацию выбора профессии. При выборе профессии необходимо учитывать:

- желания, интересы и склонности личности - «хочу»;
- человеческие возможности: уровень знаний, способности, психологические особенности, состояние здоровья - «могу»;
- потребности рынка труда в кадрах - «надо».

Обращение психолога к родителям (возникает диалог): «Уважаемые родители, поднимите руки те, кто считает, что главное при выборе профессии – это совет родителей? А кто считает, что главное – личный интерес вашего ребёнка?»

Чтобы правильно выбрать будущее дело по душе и по плечу, нужно сознательно и самостоятельно встать на позицию равного уважения к разным видам труда.

Это совсем не просто. Даже многие взрослые, работающие люди, могут иметь предвзятое, пристрастное и несправедливое мнение о «других» видах деятельности. А дела людей могут быть подчас неожиданно разнообразны: есть люди, которые лучшее время жизни отдают изучению клюквы и озабочены

сохранением болот, другие видят смысл своего труда как раз в том, чтобы осушать, уничтожать болота. Нет «интересных» и «неинтересных» профессий.

Правила выбора профессии:

1. Изучить как можно больше профессий, выявить, какие профессии и специальности нужны в регионе, где вы живёте.
 2. С помощью учителей и других специалистов изучить ребёнка (интересы, склонности, способности, темперамент, черты характера, ощущение, восприятие, представление, память, внимание, мышление, здоровье, самооценка), помочь избрать наиболее привлекательную и подходящую профессию.
 3. Подробно изучить эту профессию, уточнить формулу профессии, выяснить содержание и условия труда, а также требования профессии к человеку, изучить возможности приобретения профессии и перспективы профессионального роста.
 4. Дать возможность практически попробовать ребёнку свои силы в этой профессии.
 5. Сравнить полученные знания о профессии с его профессиональными возможностями, посоветоваться с другими родителями, учителями, врачами, при возможности получить квалифицированную профконсультацию.
 6. При соответствии своих профессиональных возможностей требованиям предпочитаемой профессии помочь ребёнку осуществлять самоконтроль готовности к профессиональному самоопределению.
 7. При отсутствии такого соответствия изучить запасной профессиональный вариант.
 8. Выбрав для себя будущую профессию, одобрять настойчивость в реализации профессионального намерения и овладении профессией в совершенстве.
- Выбор профессии - это оптимальное (лучшее в данных условиях) решение задачи, причём задачи со многими неизвестными, а иногда - приближёнными, неверными данными. Поэтому не исключен ошибка. Но чем серьёзнее вы относитесь к задаче, тем меньше будет вероятность ошибки, тем скорее вы достигнете цели.

Ошибки при выборе профессии.

Ваш выбор: могу + хочу + надо. В таком выборе должны соединиться и ужиться три базовых фактора: Я - хочу, Я - могу, Я - надо. «Хочу» - это желания, интересы, склонности личности. «Могу» - это человеческие возможности (физиологические и психологические, образовательные ресурсы личности). «Надо» - это потребности рынка труда, обязанности человека перед обществом, людьми, семьёй и т.д.

Первое, что надо решить, - это какой путь избрать после 9 класса: продолжать общее образование в старшей школе или в профессиональных учреждениях (техникум, профессионально-техническое училище, суворовское или нахимовское училище, курсы на производстве). В этой части выбора больше всего действует фактор «надо». В сегодняшних социально-экономических условиях первостепенное значение имеют:

- социальный заказ, положение на рынке труда;
- уровень материального обеспечения семьи;
- возможности получения помощи в обучении;

- условия оплаты труда в данной сфере;
- местная инфраструктура профессионального образования (местная конъюнктура учебных заведений).

Вторая часть задачи - выбрать ту профессию и специальность, которую хочет ребёнок, определить её тип, класс, отдел («Я - хочу»). Следует ознакомиться с выбранной специальностью, изучить требования, которые она предъявляет к человеку.

И третья часть выбора - учесть возможности ребёнка («Я - могу»):

- интересы, склонности;
- успехи в учёбе и потенциальные способности;
- свои сильные и слабые стороны;
- состояние здоровья.

Задача заключается в сознательном ограничении, ущемлении своего «Я - хочу»: оно должно быть адекватно «Я - могу» и учитывать требования социальной среды «Я - надо». Рисунок иллюстрирует ситуацию: оптимальный выбор должен быть заключён в площади перекрытия всех трёх факторов.

Итак, сознательный выбор профессии (специальности) основывается:

- на знаниях о мире профессий;
- знаниях о выбираемой конкретной профессии;
- изучении своих интересов;
- изучении своих способностей;
- знании своих сильных и слабых качеств;
- состоянии своего здоровья;
- учёте материальных условий семьи;
- учёте ситуации на рынке труда.

Профессиональное самоопределение - сложный и длительный процесс. Вашему профессиональному самоопределению помогают изучение основ наук, внеурочная деятельность, трудовое и производственное обучение. Но окончательное решение предстоит принять вам самим.

Ошибки при выборе профессии:

- увлечение внешней или частной стороной профессии;
- незнание мира профессий, выбор «за компанию»;
- неумение разбираться в своих способностях.

Цикл занятий с учащимися по профессиональному самоопределению.

На этих занятиях проводилась комплексная диагностика, и давались конкретные рекомендации по выбору профессии учащимся.

Были проведены следующие тесты: Кос, тест Голланда по определению типа личности, дифференциальный диагностический опросник Климова и др.. Сейчас остановимся на них по подробнее, а Вы сможете параллельно сопоставлять с результатами своего ребёнка.

Дифференциальный диагностический опросник.

Цель: выявить склонность учащихся к различным видам профессиональной деятельности. В основу опросника положена идея о делении всех существующих

профессий на 5 типов по признаку предмета или объекта, с которым взаимодействует человек в процессе труда.

1 группа – тип человек – знаковая система. Объектами являются условные знаки, шифры, коды, таблицы. В этой области работают корректоры, программисты, машинистки, статистики, экономисты.

2 группа – тип человек – техника. Объект труда – технические системы, машины, аппараты и установки, материалы и энергия. Профессии: радиомеханик, токарь, слесарь, шофёр, тракторист, инженер.

3 группа – тип человек – природа. Объект труда – живые организмы, растения, животные и биологические процессы, явления природы, полезные ископаемые, вещества. Сюда входят такие профессии, как: агроном, зоотехник, ветеринар, садовод, лесник, археолог, химик, металлург.

4 группа – тип человек – художественный образ. Объект труда – художественные образы, их роли, элементы и особенности. Специальности: ювелир, фотограф, музыкант, художник, искусствовед, писатель, артист.

5 группа – тип человек – человек. Объект труда – люди, группы, коллективы. Специальности: сфера обслуживания, медицина, педагогика, юриспруденция и т.д.

КОС - тест коммуникативных и организаторских способностей учащихся.

Это умение легко входить в контакт с другими людьми, стремление быть лидером, быстрота ориентировки в различных ситуациях. Умения выслушать мнение других, прежде чем принимать решение. Все эти качества можно считать необходимыми для работы в сфере профессии «Человек - Человек», а также в других сферах, где работа связана с руководством и общением.

Характеристика испытуемых по шкальной оценке.

№ 1. Характеризуются низким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей (далее - КОС).

№ 2. КОС присущи на уровне ниже среднего. Они не стремятся к общению, чувствуют себя скованно в новой компании, коллективе, предпочитают проводить время наедине с собой, ограничивают свои знакомства, испытывают трудности в установлении контактов с людьми и в выступлении перед аудиторией, плохо ориентируются в незнакомой ситуации, не отстаивают своё мнение, тяжело переживают обиды, проявление инициативы в общественной деятельности крайне занижено, во многих делах они предпочитают избегать принятия самостоятельных решений.

№ 3. Характерен средний уровень проявления КОС. Они стремятся к контактам с людьми, не ограничивают круг своих знакомств, отстаивают своё мнение, планируют свою работу, однако потенциал их склонностей не отличается высокой устойчивостью. Такие люди нуждаются в дальнейшей серьёзной и планомерной работе по формированию и развитию КОС.

№ 4. Относятся к группе с высоким уровнем проявления КОС. Они не теряются в новой обстановке, быстро находят друзей, постоянно стремятся расширить круг своих знакомых, занимаются общественной деятельностью, помогают

близким, друзьям, проявляют инициативу в общении, с удовольствием принимают участие в организации общественных мероприятий, способны принять самостоятельное решение в трудной ситуации. Всё это они делают не по принуждению, а согласно внутренним устремлениям.

№ 5. Обладают высоким уровнем проявления КОС. Они испытывают потребность в коммуникативной и организаторской деятельности и активно стремятся к ней, быстро ориентируются в трудных ситуациях, непринуждённо ведут себя в новом коллективе, инициативны, предпочитают в важном деле или в создавшейся сложной ситуации принимать самостоятельные решения, отстаивают своё мнение и добиваются, чтобы оно было принято товарищами, могут внести оживление в незнакомую компанию, любят организовывать всякие игры, мероприятия, настойчивы в деятельности, которая их привлекает. Они сами ищут такие дела, которые бы удовлетворяли их потребность в коммуникации и организаторской деятельности.

Тест по определению профессиональных типов личности Дж. Голланда.

Цель методики: оценка профессионального личностного типа.

Тест прост в проведении и обработке данных. Испытуемому предлагается инструкция, согласно которой из каждой пары профессий нужно указать одну, предпочитаемую. Всего 42 выбора.

Голланд, как представитель концепции индивидуальности, разработал методику для определения социальной направленности личности. Он выделил шесть типов:

1. Реалистический тип – несоциальный, ориентированный на настоящее, эмоционально стабильный, занимающийся конкретными объектами (вещами, инструментами, машинами), отдаёт предпочтение занятиям, требующим моторной ловкости, конкретности. Развита математические, невербальные способности. Рекомендуются профессии: механик, электрик, инженер, агроном и т.д.

2. Интеллектуальный тип – не социален, аналитичен, рационален, независим, оригинален. Преобладают теоретические ценности, любит решать задачи, требующие абстрактного мышления, интеллектуал. Гармонично развиты вербальные и невербальные способности. Рекомендуются профессии: ботаник, астроном, математик, физик.

3. Социальный тип – обладает социальными умениями, нуждается в контактах. Черты его характера: стремление поучать и воспитывать, психологический настрой на человека, гуманность, женственность. Представитель данного типа старается держаться в стороне от интеллектуальных проблем; активен, но часто зависим от мнения группы людей. Проблемы решает, опираясь на эмоции, чувства, умение общаться. Обладает хорошими вербальными способностями. Рекомендуемые занятия: обучение и лечение (учителя, врачи, психологи).

4. Конвенциональный тип – предпочитает чётко структурированную деятельность. Характер стереотипный, конкретный, практический. Не проявляет критичность, оригинальность, консервативен, зависим, ригиден (не любит смену деятельности). Слабо развиты организаторские способности, преобладают

математические способности. Рекомендуются профессии: связанные с канцелярией и расчётом.

5. Предприимчивый тип – избирает цели, которые позволяют проявить энергию, энтузиазм, импульсивность, любит приключения. Представитель данного типа доминантен, любит признание, любит руководить. Ему не нравится практический труд, а также занятия, требующие интеллектуальных усилий, усидчивости. Хорошо решает задачи, связанные с руководством, статусом и властью, агрессивен и предприимчив, обладает хорошими вербальными способностями. Рекомендуются профессии: артист, журналист, телеоператор, заведующий, директор, дипломат и т.п.

6. Артистический тип – опирается на эмоции, воображение, интуицию; имеет сложный взгляд на жизнь. Независим в решениях, оригинален. Высоко развиты моторные и вербальные способности. Для представителей данного типа характерен высокий жизненный идеал с утверждением своего «я». Он не социален в том смысле, что не придерживается условностей общества.

Предпочитает творческие занятия: музыку, рисование, литературное творчество и т.п.

В процессе диагностики были выявлены смешанные типы, т.е. выбор по нескольким типам одинаков по количеству. Рекомендуется через некоторое время провести повторное исследование (по желанию). По окончании родительского собрания можно предложить родителям памятки.

Рекомендации по выбору профессии детьми (для родителей):

- Каждый сам выбирает свою профессию и сам должен ошибаться и учиться на своих ошибках; советы нужно слушать, а решать и поступать по-своему.
- Осознайте ценность выбора вашего ребёнка (для себя и для общества), изучайте профессию и всё, что с ней связано.
- Сориентируйтесь в конкретной социально-экономической ситуации (потребность, престижность, зарплата и др.).
- Произнося «Я хочу», знайте, что вы можете и что надо в данных обстоятельствах.
- Выделите дальнюю профессиональную цель (мечту), соотнесите её с другими жизненными целями (личностными, семейными, досуговыми).
- Помогите ему построить для себя систему ближних и средних перспектив как этапов движения к дальней цели.
- Не бойтесь поиска, риска, смело исправляйте ошибки, возвращайтесь с неправильно избранного пути.
- Выбирать следует не только профессию, а и связанный с ней образ жизни и подходящий для вас вид деятельности.
- Будьте ответственны в решениях: жизнь не знает черновиков.
- Имейте резервный вариант на случай неудачи по основному направлению.
- Осознайте трудности (внешние и внутренние) на пути к намеченным целям.
- Наметьте (спланируйте) пути и средства преодоления трудностей.
- Для приближения мечты надо много работать, читать, думать.
- Родителям необходимо учитывать степень влияния сверстников на решение сына или дочери и, на сколько такое влияние оказывается положительным.

Многие выпускники школы мечтают об одной профессии, выбирают другую, а работают - в третьей. И это часто следствие ошибочных действий по профессиональному самоопределению.

Думаю, что сегодняшний разговор был для вас полезным и поможет каждому выпускнику определиться в будущей жизни. Желаю Вам успеха!

Итоговое тестирование по курсу «Человек и профессия»

Вариант 1

1. Должность - это:

- а) профессия;
- б) специальность;
- в) призвание;
- г) служебная обязанность.

2. Учитель начальных классов — это:

- а) профессия; б) специальность;
- в) должность;
- г) призвание.

3. Учащийся, который любит заниматься конкретными вещами, требующими ручных умений, ловкости, настойчивости, относится к:

- а) интеллектуальному типу;
- б) практическому типу;
- в) социальному типу;
- г) предприимчивому типу.

4. Учащемуся с интеллектуальным типом личности более подходит профессия:

- а) программиста;
- б) бухгалтера;
- в) коммерсанта;
- г) брокера.

5. Для усидчивого, исполнительного, дисциплинированного человека, отдающего предпочтение четко сформулированным действиям, наиболее подходящей будет профессия:

- а) художника;
- б) журналиста;
- в) парикмахера; г) корректора (специалиста, исправляющего ошибки в текстах).

6. Учащемуся, относящемуся к социальному типу личности, лучше заниматься:

- а) научной деятельностью;
- б) конкретным практическим трудом;
- в) воспитательной работой;
- г) работой, связанной с обработкой знаковой информации.

7. Для успешной работы у юриста более всего должны быть выражены:

- а) словесные способности;
- б) организаторские способности;
- в) счетные способности;
- г) способности к пространственному мышлению.

8. Пространственное мышление более необходимо в профессии:

- а) экскурсовода;
- б) музыканта;
- в) врача;
- г) конструктора.

9. Руководить людьми легче человеку, имеющему темперамент:

- а) сангвиника; б) холерика;
- в) флегматика; г) меланхолика.

10. Работу, требующую высокой чувствительности, легче выполнять:

- а) холерику; б) флегматику;
- в) сангвинику; г) меланхолику.

11. Работа, требующая подвижности, частой смены обстановки, меньше всего подходит:

- а) холерику;
- б) флегматику;
- в) сангвинику;
- г) меланхолику.

12. Для меланхоликов в профессии врача неудачной будет специализация:

- а) терапевта;
- б) хирурга;
- в) окулиста (лечащего болезни глаз);
- г) фтизиатра (специалиста по туберкулезу).

13. Для учащегося, предпочитающего профессию типа «человек — техника», наиболее пригодна работа

- а) кассира;
- б) оператора ПК;
- в) механика;
- г) секретаря-машинистки.

14. Профессия «бухгалтер» относится к типу:

- а) «человек-человек»;
- б) «человек-художественный образ»;
- в) «человек-техника»;
- г) «человек-знаковая система».

15. К типу «человек-художественный образ» относится профессия:

- а) экскурсовода;
- б) цветовода;
- в) медсестры;
- г) дизайнера.

16. Специального профессионального отбора требует профессия:

- а) геолога;
- б) летчика;
- в) следователя;
- г) журналиста.

17. Для успешного выбора профессии необходимо:

- а) принять решение по совету родственников;

- б) получить ту же профессию, что и лучший друг;
- в) принять решение, зная требования профессии и учитывая свои особенности и возможности;
- г) ориентироваться на популярность профессии в обществе.

18. Для успеха в деятельности наиболее существенной причиной выбора профессии является:

- а) романтичность;
- б) высокая зарплата;
- в) хорошие условия труда;
- г) заинтересованность в деле.

Вариант 2

1. Профессия - это:

- а) род трудовой деятельности;
- б) вид занятия в рамках трудовой деятельности;
- в) служебная обязанность;
- г) наивысшая ступень соответствия конкретного человека и его деятельности.

2. Старший лаборант — это:

- а) профессия; б) специальность;
- в) должность;
- г) общественная деятельность.

3. Учащийся, любящий риск, находчивый, инициативный, стремящийся к лидерству, относится к:

- а) артистическому типу;
- б) практическому типу;
- в) социальному типу;
- г) предприимчивому типу.

4. Учащемуся со стандартным профессиональным типом личности более подходит профессия:

- а) военного; б) учителя;
- в) геолога;
- г) фотографа.

5. Для учащегося с развитым творческим воображением, словесными способностями, чувствительного наиболее подходящей будет:

- а) артистическая деятельность;
- б) административная;
- в) организаторская;
- г) коммерческая деятельность.

6. Предпочитаемым занятием для учащегося с социальным типом будет:

- а) создание конкретных изделий;
- б) обслуживание людей;
- в) научные разработки;
- г) обработка буквенной и цифровой информации.

7. Для успешной деятельности у инженера более всего должны быть выражены:

- а) словесные способности;
- б) способности к общению; в) счетные способности;

г) административные способности.

8. Счетные способности меньше необходимы в профессии:

а) экономиста;

б) модельера;

в) столяра;

г) критика.

9. Для холерика наиболее подходящей будет работа:

а) монотонного характера;

б) малоподвижная;

в) в изоляции от людей;

г) циклическая (чередующая нагрузки и спокойную деятельность).

10. С работой, требующей тонких ручных умений, высокой точности, легче справиться:

а) холерику;

б) флегматику;

в) сангвинику;

г) меланхолику.

11. Для сангвиника наименее подходящей будет профессия:

а) коммерсанта;

б) профессионального футболиста;

в) оператора ПК;

г) официанта.

12. Руководить людьми труднее человеку, имеющему темпераменте

а) сангвиника; б) холерика;

в) флегматика;

г) меланхолика.

13. Для учащегося, предпочитающего профессию типа «человек-природа», наиболее пригодна работа:

а) машиниста;

б) биолога;

в) кондитера;

г) адвоката.

14. Профессия «парикмахер» относится к типу:

а) «человек-человек»;

б) «человек-художественный образ»;

в) «человек-техника»;

г) «человек-знаковая система».

15. К типу «человек-художественный образ» относится профессия:

а) садовода;

б) связиста;

в) цветовода;

г) настройщика пианино.

16. Без профессионального отбора можно получить профессию:

а) гонщика;

б) летчика;

в) коммерсанта;

г) дегустатора.

17. Для успешного выбора профессии более всего необходимо:

а) учесть потребность общества в данной профессии;

б) принять решение по совету родственников;

в) ориентироваться на содержание будущей деятельности, соотнося ее со своими возможностями;

г) связать будущую деятельность с самым любимым школьным предметом.

18. Для успешной карьеры, кроме знания своего дела, наиболее существенным является:

а) умение устанавливать и поддерживать отношения с людьми;

б) наличие соответствующего темперамента;

в) хорошие бытовые условия;

г) внешние данные.

Конспекты занятий

Занятие 1 Тема Введение. Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана.

Цель: способствовать формированию у учащихся интереса к изучению данного курса, познакомить с понятием личного проф. плана, с его структурой, а также с трудностями выбора будущей профессии, познакомить с целями и задачами данного курса.

Основные понятия: личный проф. план

Ход занятия

I. Вводная беседа об актуальности изучения данного курса, знакомство с целями и задачами курса.

II. Основное содержание занятия. Знакомство со структурой ЛПП(личного профессионального плана), его определением, диагностика степени готовности учащихся к осознанному построению своего личного проф. плана.

«Вы, наверное, уже знаете, как сложен и многообразен мир профессий. Он постоянно изменяется: уходят в прошлое старые профессии, появляются новые. Чтобы не потеряться в сложном и многообразном мире, необходимо иметь знания о нем. Они помогут вам сделать более осознанный выбор профессии. Существует поговорка: «Человек счастлив, когда утром он с радостью идет на работу, а вечером с радостью возвращается домой». Очевидно, что работа в жизни человека занимает очень важное место. Человек большую часть времени проводит на работе. Именно поэтому важно правильно выбрать свою будущую профессию.

Определить степень вашей готовности поможет личный проф. план.

1. Знакомство с определением, структурой ЛПП.

ЛПП- это обоснованное представление об избираемой области трудовой деятельности, о способах овладения своей будущей профессией и перспективах профессионального роста.

Структура ЛПП:

- главная цель;
- ближайшие задачи;
- более отдаленные цели;
- пути и средства достижения ближайших целей;
- внешние сопротивления на пути достижения цели;
- внутренние условия достижения цели;
- запасные варианты.

Диагностика степени готовности учащихся к осознанному построению своего личного проф. плана.

Беседа с учащимися по вопросам:

- Вы уже выбрали свою будущую профессию?
 - Если нет, что мешает вам сделать выбор?
 - Если да, что повлияло на ваш выбор?
 - Что, по вашему мнению, необходимо учитывать при выборе профессии?
 - Какие требования предъявляет та или иная профессия к человеку?
 - Хорошо ли вы знаете себя, свои личные качества?
 - Какую роль, по вашему мнению, играет выбор профессии в жизни человека?
- Почему?

2. Формулирование основных проблем выбора профессии:

- недостаток знаний о мире профессий;
- недостаток знаний о содержании деятельности различных типов профессий;
- недостаток знаний о рынке труда;
- неумение адекватно оценивать свои склонности и возможности;
- неумение соотносить свои возможности с требованиями, которые предъявляет профессия.

III. Проведение профориентационных упражнений.

Упражнение «Цепочка профессий»

Цель: развитие умения выделять общее в различных видах трудовой деятельности.

Данное умение полезно, когда человек, ориентируясь на конкретные характеристики труда, сильно ограничивает себя в выборе.

«Сейчас мы выстроим цепочку профессий. Я назову профессию, например, металлург, а следующий называет профессию, схожую с металлургом, например, повар (имеет дело с огнем, с печами, высокой температурой). Следующий называет профессию, схожую с профессией повара.»

- В чем сходство с данной профессией?

Иногда сходства могут носить юмористический характер.

Упражнение «Человек и профессия»

Цель: научиться соотносить человека с профессиями, повысить готовность различать проф. стереотипы.

Один учащийся выходит за дверь, он выбирается в качестве ведущего. А остальные загадывают человека. Затем все учащиеся говорят ведущему, с какими профессиями данный человек ассоциируется. Затем ведущий, выслушав все ассоциации, называет свои варианты отгадки.

Итог занятия. Рефлексия.

Занятие 2. Тема: Познавательные процессы и способности. Память.

Цель: сформировать понятие «память», познакомить с основными процессами и видами памяти, научить определять особенности своей памяти, познакомить с основными приемами и методами запоминания, учить соотносить свои особенности памяти с соответствующими требованиями профессий.

Ход занятия

Разминка. Упражнение «Что у нас общего»

Цель: создание доброжелательной атмосферы, сплочение коллектива.

Пусть встанут в классе те учащиеся, которые родились в январе, а теперь пусть встанут те, у кого есть братья, сестры, а теперь пусть встанут те, у кого одинаковые имена. Какие еще могут у людей быть общие качества?

Основное содержание. Знакомство с понятием память, характеристикой процессов памяти, видами памяти, определение уровня развития различных видов своей памяти.

Беседа учителя.

«Вспомните, пожалуйста, какие события происходили в вашей жизни вчера, пять лет назад в этот же день. Вспомните запах апельсина, фильм, просмотренный накануне.

- С какой функцией человеческого мозга связаны ваши воспоминания?

Память- процесс запоминания, сохранения, забывания, воспроизведения информации.

Процессы памяти: запоминание (запечатление, произвольное запоминание, заучивание-запоминание).

Виды памяти:

1. По объекту запоминания (образная, словесно-логическая, двигательная, эмоциональная).

2. По степени волевой регуляции (произвольная, произвольная).

3. По длительности сохранения в памяти информации (кратковременная, долговременная, оперативная).

4. По органам чувств (зрительная, слуховая, моторно-слуховая, зрительно-моторно-слуховая).

2. Проведение диагностических тестов на выявление слуховой, зрительно-моторно-слуховой, зрительной памяти

Приемы и методы запоминания

1. Группировка- разбиение материала на группы по каким-либо признакам (смыслу, ассоциациям).

2. Выделение опорных пунктов, слов(тезисы, заглавие, вопросы).
3. План- совокупность опорных пунктов.
4. Классификация- распределение предметов, явлений по классам, группам, разрядам на основе определенных общих признаков.

Итог занятия. Рефлексия.

Занятие 3Тема: Познавательные процессы. Внимание.

Цель: сформировать понятие внимания, познакомить с основными качествами и видами внимания, определить особенности своего внимания, соотнести развитие своего внимания с требованиями профессий..

Ход занятия

Разминка «Пишущая машинка»

Цель: развитие переключения внимания, сплочение коллектива, создание доброжелательной атмосферы.

Каждому ученику присваивается одна из букв алфавита (2-3 буквы).

Класс превращается в пишущую машинку. Учитель задает фразу, которую хочет напечатать. Учитель при этом называет буквы. Тот учащийся, у которого эта буква, делает хлопок в ладоши. Промежутки между словами отхлопывает в ладоши весь класс. Хорошая пишущая машинка работает быстро.

Основное содержание. Знакомство с определением, видами и качествами.

1.Упражнение «Опиши своего соседа»

Цель: развитие внимания, создание доброжелательной атмосферы.

Учащиеся разбиваются по парам. Каждый учащийся пары должен описать своего соседа, его внешность, повернувшись к нему спиной.

Все эти упражнения должны подвести учащихся к формулировке определения понятия «внимание».

Внимание- концентрация сознания на одном объекте при одновременном его отвлечении от других объектов.

Виды внимания: произвольное (с помощью волевых усилий), непроизвольное (осуществляемое без волевых усилий).

Качества внимания:

- 1.Концентрация- удержание внимания на чем-нибудь при отвлечении от всего основного.
2. Устойчивость- длительное удержание внимания на чем-нибудь.
3. Объем- количество объектов, воспринимаемых сознанием одновременно.
4. Распределение- концентрация сознания на двух или нескольких объектах в одно и то же время.
5. Переключение- быстрый переход внимания с одного объекта на другой.

2. Проведение диагностики на выявление особенностей внимания (МЕТОДИКА «ТАБЛИЦЫ ШУЛЬТЕ»)

Шкалы: устойчивость внимания, эффективность работы, степень вработываемости, психическая устойчивость

Цель: определение устойчивости внимания и динамики работоспособности.
Используется для обследования лиц разных возрастов.

Описание теста

Испытуемому поочередно предлагается пять таблиц на которых в произвольном порядке расположены числа от 1 до 25. Испытуемый отыскивает, показывает и называет числа в порядке их возрастания. Проба повторяется с пятью разными таблицами.

Инструкция к тесту

Испытуемому предъявляют первую таблицу: «На этой таблице числа от 1 до 25 расположены не по порядку». Затем таблицу закрывают и продолжают: «Покажи и назови все числа по порядку от 1 до 25. Постарайся делать это как можно быстрее и без ошибок».

ОБРАБОТКА И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ТЕСТА

Основной показатель – время выполнения, а так же количество ошибок отдельно по каждой таблице. По результатам выполнения каждой таблицы может быть построена "кривая истощаемости (утомляемости)", отражающая устойчивость внимания и работоспособность в динамике.

С помощью этого теста можно вычислить еще и такие показатели, как (по А.Ю.Козыревой):

- эффективность работы (ЭР),
- степень вработываемости (ВР),
- психическая устойчивость (ПУ).

Эффективность работы (ЭР) вычисляется по формуле:

$$\text{ЭР} = (T_1 + T_2 + T_3 + T_4 + T_5) / 5, \text{ где}$$

- T_i – время работы с i -той таблицей.

Оценка ЭР (в секундах) производится с учетом возраста испытуемого.

Возраст	5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
10 лет	45 и меньше	46-55	56-65	66-75	76 и больше
11 лет	35 и меньше	36-45	46-55	56-65	66 и больше
12 лет	30 и меньше	31-35	36-45	46-55	56 и больше

Степень вработываемости (ВР) вычисляется по формуле:

$$ВР = T1 / \text{ЭР}$$

Результат меньше 1,0 – показатель хорошей вработываемости, соответственно, чем выше 1,0 данный показатель, тем больше испытуемому требуется подготовка к основной работе.

Психическая устойчивость (выносливость) вычисляется по формуле:

$$ПУ = T4 / \text{ЭР}$$

Показатель результата меньше 1,0 говорит о хорошей психической устойчивости, соответственно, чем выше данный показатель, тем хуже психическая устойчивость испытуемого к выполнению заданий.

- Какие профессии требуют средний или высокий уровень развития внимания?

Итог занятия. Практически все профессии предъявляют повышенные требования к тем или иным качествам внимания. Их тоже можно развивать.
Заполнение таблицы.

«+» новая информация	«-» думал иначе	«!» интересно обсудить