

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение гимназия № 26 г. Томска

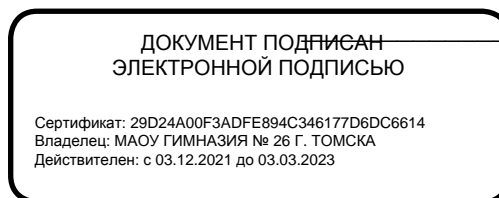
СОГЛАСОВАНО

на заседании научно-методического совета МАОУ
гимназии № 26 г. Томска
Протокол № 1 от «30» августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МАОУ гимназии № 26 г. Томска
Приказ № 440-о от «31» августа 2022 г.

_____ О. В. Соколова



Ю. А. Уралова

Рабочая программа внеурочной деятельности

«Путь к себе»

(наименование)

2 года

(срок реализации программы)

основное общее образование (5-6 класс)

(уровень образования, класс)

Автор-составитель:
Меркушева Олеся Викторовна

Томск 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа предназначена для содействия социально-психологической адаптации подростков. Курс «Путь к себе» предназначен для учащихся 9 класса, на изучение курса выделяется 17 часов.

В настоящее время социально-экономическое состояние общества обуславливает развитие рыночных отношений не только в сфере экономики, но и в сфере труда и занятости. Предприятия трудоустраивают молодежь осторожно, и часто молодые люди оказываются невостребованными на рынке труда. Для того чтобы не оказаться в подобной ситуации молодой человек должен ориентироваться в ситуации на рынке труда, быть конкурентоспособным и гибким в принятии разного рода решений, уметь представить себя в более выгодном свете для работодателя, а для этого необходимо адекватно оценивать свои личные особенности, способности, возможности и потребности, а также иметь четкое представление о своих профессиональных и жизненных планах.

Таким образом, в современных условиях профессиональное самоопределение предполагает четко продуманный выбор карьеры, сферы приложения и саморазвития личностных возможностей, а также формирование осознанного отношения личности к социокультурным и профессионально-производственным условиям.

Современные социально-экономические условия определяют принципиально новые требования к процессу социализации молодого поколения. Сегодня на первый план выдвигается идеал Успешного Человека, обладающего большим потенциалом знаний, умений и навыков, которые он превращает в «рабочий капитал».

Курс позволяет учащимся ориентироваться в профессиях и специальностях, поможет в выборе деятельности, которая приведет к удовлетворению своих потребностей и поможет реализоваться применительно к способностям, склонностям, характеру, темпераменту конкретной личности, поможет оценить свои возможности, уменьшить вероятность ошибок при выборе профессии.

Отличительные особенности

Несмотря на наличие плана работы, нельзя свести способ ведения занятий с подростками к четко запрограммированному; в намеченный замысел всегда могут быть внесены изменения.

Описываемые занятия по форме, содержанию и способу организации учебной деятельности, по принципам взаимодействия психолога с учащимися во многом отличаются от традиционных уроков в школе, поскольку основаны, прежде всего, на диалогичности общения, рефлексивной позиции ведущего, безоценочном принятии учащихся.

Психолог, ведущий занятия, выступает в роли психолога, и педагога. Как учитель, он дает теоретические знания, организует и направляет учебную деятельность старшеклассников. Как психолог — профессионально осуществляет все диагностические процедуры, проводя их анализ и интерпретацию таким образом, чтобы это служило как целям обучения, так и формированию мотивации достижения у подростков, укреплению у них веры в свои силы и возможности, способствовало групповой рефлексии и благоприятному эмоциональному климату в классном коллективе.

При получении обратной связи от подростков и интерпретации данных недопустимо использовать негативные оценочные характеристики. В то же время можно открыто выражать свои чувства и использовать положительное стимулирование для осуществления обратной связи.

Курс делает попытку реализовать задачу формирования успешности подростков, подготовить их к взрослой жизни, научить решать личные и профессиональные проблемы, возникающие в жизни.

Актуальность

Социально-экономическое состояние общества

- обуславливает развитие рыночных отношений в сфере труда и занятости;

- предопределяет принципиально новые требования к процессу социализации молодого поколения;

Приводит к тому, что молодые люди оказываются невостребованными на рынке труда. Современной молодежи в новых социально-экономических условиях необходимо:

- хорошо ориентироваться в ситуации на рынке труда,
- быть конкурентоспособным и гибким в принятии разного рода решений,
- уметь представить себя в более выгодном для работодателя свете,
- адекватно оценивать свои личные особенности, способности, возможности и потребности,
- иметь четкое представление о своих профессиональных и жизненных планах.

Востребованность

Обусловлена частыми обращениями подростков к психологу по поводу проблем в профессиональном самоопределении. Школьники часто просят провести у них какой-либо тренинг или игру, направленные на самопознание и самоопределение. Программа позволяет систематизировать подобные занятия, выстроить их в логической последовательности, что будет более эффективно, чем точечные мероприятия.

Цель программы: подвести учащегося к взвешенному, самостоятельному выбору профессиональной деятельности, сформировать психологическую готовность к профессиональному самоопределению.

Задачи программы

Обучающие:

- Вооружение учащихся научными основами профессионального самоопределения.
- Повышение профессиональной грамотности учащихся.
- Выявление профессиональных склонностей и интересов учащихся;

Развивающие:

Формирование у учащихся профессиональной направленности, профессионального самосознания и призвания, положительного отношения к себе как субъекту будущей профессиональной деятельности.

Развитие у учащихся умения анализировать профессии и профессиональную деятельность и соотносить свои способности с требованиями профессии.

Формирование потребности в профессиональном самосовершенствовании.

Расширение представлений о мире профессий и их особенностях;

Формирование общей готовности к самоопределению, активизация проблемы выбора профессии;

Развитие способностей общения.

Стимулирование изучения и осознания собственных потребностей, мотивов, ценностей.

Воспитывающие:

Способствование нравственному самосовершенствованию учащегося, его готовности к социальному самоопределению и поиску жизненных ценностей.

Воспитание у учащихся эмоционально – ценностного отношения к человеку, развитию, активности, творчеству.

Воспитание коллективизма, уважения к людям.

Примерный перечень формируемых знаний и умений

Учащиеся должны знать:

- значение профессионального самоопределения, требования к составлению профессионального плана;
- правила выбора профессии;

- понятие о профессиях и профессиональной деятельности;
- понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;
- понятие о темпераменте, эмоционально-волевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения;
- значение творческого потенциала человека, карьеры.

Учащиеся должны уметь:

- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
- составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его;
- использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
- анализировать профессиограммы, информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка;
- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

Методы:

Лекции, дискуссии, ролевые игры, анализ конкретных ситуаций;
 Элементы тренинга;
 Ведение профессиональных карт;
 Разработки рекомендаций по созданию и выполнению программы самовоспитания профессионально важных качеств.

Форма проведения:

- комплекс психологических методик, направленных на изучение и анализ индивидуальных психологических качеств учащихся, на обеспечение их психологического развития
- комбинированный урок, конференция, «круглый стол», индивидуальные и групповые беседы, семинары, встречи с представителями отдельных профессий, диспут, конкурс, ролевые игры, творческие этюды, элементы психодрамы, метод конкретных ситуаций, тренинги, написание проектов

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Программа является практико – ориентированной. То есть большую часть времени занимают практические задания, игры, дискуссии на заданную тему. Упор на практическую форму работы связан с возрастными особенностями подростков: им легче усваивать то, что они испытывают на себе, во что эмоционально и физически вовлекаются, разыгрывают. В тоже время предусмотрены и мини – лекции, призванные объяснить детям различные психологические понятия. Мини – лекции экономичны по времени и тесно вплетены в практические задания.

Занятия по форме проведения – групповые, что позволяет удовлетворить одну из важнейших потребностей подростка – потребность в общении, в сравнении себя со сверстниками. Кроме того, у детей появляется возможность потренировать свои коммуникативные навыки.

Всего курс рассчитан на 17 часов.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН КУРСА

№ п/п	Содержание	Количество часов
1	Самооценка и уровень притязаний	1
2	Темперамент и профессия	1
3	Определения типа мышления	1
4	Классификации профессий. Признаки профессии	1
5	Формула профессии. Профессия, специальность, должность	1

6	Определение типа будущей профессии	1
7	Интересы и склонности в выборе профессии	1
8	Определение профессионального типа личности	1
9	Профессионально важные качества	1
10	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности	1
11	Уровни профессиональной пригодности	1
12	Мотивы и потребности	1
13	Ошибки в выборе профессии	1
14	Современный рынок труда	1
15	Пути получения профессии	1
16	Навыки самопрезентации	1
17	Стратегия выбора профессии	1

ПРОГРАММА КУРСА

1. Самооценка и уровень притязаний - 1 час

Цели и задачи курса. Содержание и специфика занятий. Понятия «самопрезентация», «самооценка». Диагностика самооценки. Понятие «уровень притязаний» (Джеймс), связь уровня притязаний с выбором профессии. Как поднять самооценку. Понятие «успех». Сочинение на тему: «Успех для меня – это...».

2. Темперамент и профессия – 1 час

Понятие темперамента (Гиппократ, Павлов). Диагностика темперамента. Связь темперамента и профессии.

3. Определения типа мышления – 1 час

Понятия продуктивности и оригинальности мышления. Диагностика типа мышления, связь типа мышления и профессии. Тренировка вербальной креативности.

4. Классификации профессий. Признаки профессии – 1 час

Классификация профессий (Климов). Профессионально важные качества для каждого типа профессий. Игра «Особенности карьеры».

5. Формула профессии. Профессия, специальность, должность – 1 час

Игра «Профессия на букву». Понятие «профессия», отличие профессии от специальности и должности. Игры «Отгадай профессию», «Оптимисты и скептики». «Формула профессии» (модификация методики Пряжникова).

6. Определение типа будущей профессии – 1 час

Определение типа будущей профессии (методика Климова). Игра «угадай профессию».

7. Интересы и склонности в выборе профессии – 1 час

Формула интереса. Игры «Цепочка профессий», «Один день из жизни», «Три судьбы».

8. Определение профессионального типа личности – 1 час

Понятие профессионального типа. Диагностика профессионального типа личности (Холланд). Игра «Подарок с намёком».

9. Профессионально важные качества – 1 час

Понятие профессионально важных качеств личности. Работа в микрогруппах по выделению профессионально важных качеств. Игра «Молчание – знак согласия». Дискуссия о профессионально важных качествах.

10. Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности – 1 час

Понятие общих и специальных способностей к определённым видам деятельности. Профориентационная игра «Суд над безработным».

11. Уровни профессиональной пригодности – 1 час

Понятие уровней профессиональной пригодности. Профессиональная непригодность. Призывание к определённой деятельности.

12. Мотивы и потребности - 1 час

Определение мотивов и потребностей. Задание «Преодоление». Диагностика мотивации (методика Головахи). Пирамида Маслоу. Понятие жизненных ценностей. Упражнение «Лучший мотив».

13. Ошибки в выборе профессии – 1 час

Виды ошибок при выборе профессии. Игры «Диалог о профессиях», «Поиск выгоды».

14. Современный рынок труда – 1 час

Состояние современного рынка труда. Требования к работникам. Актуальные профессии. «Мышеловки» для работника – как не стать обманутым работником. Профорientационная игра "Ловушки - капканчики".

15. Пути получения профессии - 1 час

Профессиональное образование – среднее, высшее. Упражнения «5 шагов», «План моего будущего».

16. Навыки самопрезентации

Средства самопрезентации: мимика, жесты, телодвижения. Как произвести хорошее впечатление на работодателя. Упражнение «Интервью». Игры: «Личное пространство», «Убеди предков».

17. Стратегия выбора профессии

Соотношение «хочу», «могу» и «надо» при выборе профессии. Постановка целей выбора профессии. Игры: «Машина времени», «За и против».

ПРОГНОЗИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Профессиональное самоопределение учащихся, составление плана индивидуальной карьеры.

ОТСЛЕЖИВАНИЕ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ

Отслеживание результативности освоения программного материала осуществляется на протяжении всего периода обучения. Существует несколько инструментов отслеживания результативности:

- внешний контроль: психодиагностика на входе и на выходе, которая проводится психологом.
- самоконтроль – самостоятельное оценивание своей работы учащимися, рефлексия своей работы, обработка пройденных тестов.
- взаимоконтроль – обсуждение работ в группах.

ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Материально- техническое

Школьный класс с партами, просторный, с возможностью организации свободного пространства в центре (для активных двигательных упражнений, ролевых игр, сценок). Желательны компьютер и проектор (для просмотра презентаций, наглядно иллюстрирующих различные темы курса).

Учебно - методическое

Раздаточные материалы для участников. Наглядные пособия (схемы, плакаты).

Фото- и видеоматериалы, иллюстрирующие курс. Методические разработки педагога (план – конспекты занятий, методические разработки к отдельным разделам образовательной программы).

Литература:

- 1) Бендюков М, Соломин И., Диалоги о выборе профессий. — СПб.: Рост, 2001.
- 2) Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. - Ростов н/д., 1996.
- 3) Кнебель Х. Правильно ли я веду себя при устройстве на работу? «Интерэксперт», М.,1996.
- 4) Курбатов В.И. Стратегия делового успеха. - Ростов н/д. - 1996.

- 5) Махаева О.А., Григорьева Е.Е. Я выбираю профессию: Комплексная программа активного профессионального самоопределения школьников. — М.: УЦ «Перспектива», 2002.
- 6) Пенкрат Л.В. Мотивы выбора профессии. - Минск, 1986 г.
- 7) Пиз А. Язык телодвижений. - Нижний Новгород, 1992.
- 8) Подготовка школьников к выбору профессии в условиях районной и городской служб профориентации (сб. науч. трудов) - под ред. С.Н.Чистяковой, М., 1991.
- 9) Поляков В.А. Технология карьеры. - М., 1995.
- 10) Пряжников Н.С. Активизирующие опросники профессионального и личностного самоопределения. - метод. Пособие 2. - Москва - Воронеж, 1997.
- 11) Пряжников Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. Москва Воронеж, 1996.
- 12) Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии: Научно-популярное издание, - М.: Генезис, 2002.
- 13) Твоя профессиональная карьера: Учеб. для 8-11 кл. общеобразоват. Учреждений / Под ред. С.Н.Чистяковой и Т.И. Шалавиной. — М., 2000.