

**Частное общеобразовательное учреждение
«ОНЛАЙН ГИМНАЗИЯ № 1»**

ПРИНЯТА
на Педагогическом совете
Протокол 26.08.2021_№ 1

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора ЧОУ
«ОНЛАЙН ГИМНАЗИЯ № 1»
от 27.08.2021 г. № 8-ОД

Рабочая программа

курса «Личностное и профессиональное самоопределение»

уровень: среднее общее образование

для обучающихся 10-11 классов

Количество часов: всего 51 ч.,
10 класс - 35 часов, 1 час в неделю
11 класс – 16 часа, 1 час в неделю, первое полугодие.

Составитель:
Блохина Е.В., заместитель директора по НМР

Новосибирск

Пояснительная записка

Курс «Личностное и профессиональное самоопределение» разработан на основе:

1. Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в действующей редакции.

2. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413, в действующей редакции.

3. Примерная основная образовательная программа среднего общего образования, одобренная решением от 12 мая 2016 года. Протокол №2/16.

4. Устав ЧОУ «ОНЛАЙН ГИМНАЗИЯ №1» и локальные акты, регламентирующие организацию образовательной деятельности.

Курс «Личностное и профессиональное самоопределение» является факультативным курсом. Он предназначен для учащихся 10-11 класса, на изучение курса выделяются 51 часа. Изучения курса завершается выполнением и защитой творческого проекта «Мое профессиональное будущее»

Цели курса: формирование у учащихся готовности (мотивационной, теоретической, практической) к осознанному личностному и профессиональному самоопределению

Задачи курса:

1. Вооружение учащихся научными основами профессионального самоопределения. Подготовить школьников к осознанному выбору профиля обучения в старшей школе и в перспективе – будущей профессии

2. Повышение профессиональной грамотности учащихся, расширить знания учащихся о мире профессий

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

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

5. Формирование потребности в профессиональном самосовершенствовании.

Помочь учащимся раскрыть психологические особенности своей личности. Обучить учащихся выявлению соответствия требований выбранной профессии их способностям и возможностям.

6. Сформировать у школьников качества творческой, активной и легко адаптирующейся личности, способной реализовать себя в будущей профессии в современных социально-экономических условиях.

Значительная часть практических занятий отводится на *развивающую профдиагностику*, которая предполагает использование комплекса психологических методик, обеспечивающих, с одной стороны, диагностирование профессионально важных качеств учащихся, и их развитие, с другой стороны.

Программа развивающей профдиагностики охватывает следующие сферы личности:

- мотивационную (интересы, склонности, мотивы выбора профессии);
- психологическую (особенности психических процессов);
- типологическую (темперамент, характер, тип личности);
- когнитивную (знание мира профессий, своих профессиональных способностей и возможностей, основ жизненного и профессионального самоопределения);
- эмоционально-волевую (чувства, эмоции, воля).

В процессе изучения курса используются следующие профдиагностические методики:

- опросник для выявления уровня готовности школьников к профессиональному самоопределению;

- карта интересов;
- опросник профессиональной готовности (ОПГ);
- анкета мотивов выбора профессии;
- шкала потребностей в достижении;
- опросник темперамента;
- методика «Мой характер»;
- методика определения склонностей;
- тест Дж. Холланда «Тип личности»;
- карта здоровья;
- тест «Уровень самооценки»;
- карта самоконтроля готовности к профессиональному самоопределению

В ходе изучения курса широко применяются мнемосхемы. Применение *мнемосхем* дает возможность не только оперативно развивать память учащихся, но и другие психические процессы, такие, как мышление, восприятие, наблюдательность. Мнемосхемы возбуждают мыслительную деятельность школьников, обеспечивают переход информации из кратковременной памяти в долговременную и обратно, а также развивают мыслительные процессы, последовательность и логику мышления. Они выполняют опорную функцию мышления. Мнемосхемы позволяют также более целенаправленно организовать самостоятельную работу учащихся.

Место курса в учебном плане

10 класс – 35 часов, 1 час в неделю

11 класс – 16 часа, 1 час в неделю в первом полугодии

Планируемые результаты освоения учебного курса

Предметные результаты:

– усвоение первоначальных сведений о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений, характерных для природной и социальной действительности (в пределах изученного);

– сформированность целостного, социально-ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;

– владение базовым понятийным аппаратом, необходимым для получения дальнейшего образования;

– владение навыками устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире природы и социума;

– получит представление о своих индивидуальных особенностях, необходимых для будущей профессии;

- сформируется умения анализировать профессии и профессиональную деятельность и соотносить свои способности с требованиями профессии;

- сформируются потребности в самосовершенствовании;

- ознакомится с «технологией» поиска работы.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД

— высказывать своё предположение (версию), работать по плану. Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

— давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке. Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД

— перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

— преобразовывать информацию из одной формы в другую.

Коммуникативные УУД

— доносить свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи;

— формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Личностные результаты:

— непрерывное духовно-нравственное развитие, реализация творческого потенциала в социально ориентированной, общественно-полезной

деятельности на основе традиционных нравственных установок и моральных норм, непрерывного образования, самовоспитания;

— воспитание уважительного отношения к труду, интерес к профессиям, желание овладеть какой-либо профессиональной деятельностью;

— формирование поведенческих навыков трудовой деятельности, ответственность, дисциплинированность, самостоятельность в труде.

Учебно-методическая литература

«Я и моя профессия» Резапкина Г.В.,

«Я выбираю профессию» Махаева О.А., Григорьева Е.Е., программа – М.: УЦ «Перспектива»,

Самоопределение учащихся: учебное пособие для учащихся 10-11 классов, Меренков А.В. - М.,

Содержание курса

10 класс

Раздел 1 «Основы профессионального и жизненного самоопределения» (5 ч)

Введение в курс «Личностное и профессиональное самоопределение» - 1 час.

Цели и задачи курса. Содержание и специфика занятий. Структура, порядок выполнения и защиты творческого проекта «Мое профессиональное будущее». Литература по курсу.

Практическая работа. Составление словаря к уроку.

Основы жизненного и профессионального самоопределения. Сущность и виды самоопределения человека

Сущность и виды самоопределения человека. Личностное и профессиональное самоопределение, их сущность и взаимосвязь. Смысл и цель жизни человека. Личностный и социальный аспекты выбора профессии. Определение понятий «наличное Я», «желаемое Я». Роль осознанного смысла жизни в выборе профессии.

Практическая работа. Выписать в тетрадь опорные понятия. Сформулировать и записать в тетрадь смысл и цель своей жизни. Проведение дидактической игры «Эпитафия».

2. Сущность процесса профессионального самоопределения и развития. Компоненты процесса профессионального самоопределения — 1 час.

Профессиональное самоопределение. Компоненты процесса профессионального самоопределения: трудолюбие, интерес к работе, потребность в профессиональном самоопределении, профессиональный интерес, склонность, профессиональный идеал, мотивы выбора профессии, профессиональное самопознание, профессиональное призвание. Показатели профессионального самоопределения: мечта о профессии, профессиональное намерение, профессиональное стремление.

Этапы профессионального самоопределения и саморазвития личности.

Практическая работа. Выписать в тетрадь опорные понятия. Выписать в тетрадь и осмыслить высказывание Г. К. Жукова: «Далеко в жизни уходит тот, кто идёт твёрдо к избранной цели. Найди в молодости свою профессию, определи жизненную дорогу и иди по ней упорно к намеченной цели — тогда удастся у тебя жизнь».

3. Значение, ситуация и правила выбора профессии. Значение правильного выбора профессии для человека и общества — 1 час.

Значение выбора профессии для человека и общества. Ситуация и факторы выбора профессии. Ситуация выбора профессии: «Хочу-Могу-Надо». Требования к выбору профессии. Условия оптимального (правильного) выбора профессии. Правила выбора профессии. Пути приобретения профессии.

Практическая работа. Записать в тетрадь опорные понятия и правила выбора профессии. Проведение диспута «Кем быть?». Выявление профессиональных интересов по методике «Карта интересов».

4. Типичные ошибки при выборе профессии — 1 час.

Типичные ошибки при выборе профессии. Незнание мира профессий. Незнание правил выбора профессий. Незнание себя.

Практическая работа. Решение ситуаций выбора профессий. Заполнить таблицу:

Незнание мира профессий	Незнание себя	Незнание правил выбора профессии
1. Устаревшие представления о характере труда и условиях труда в конкретных профессий.	1. Необъективная оценка своих возможностей	1. Отождествление учебного предмета с профессией
2. Предубеждения в отношении престижности профессии	2. Неумение соотнести свои способности с требованиями профессии	2. Перенос отношения к человеку на профессию
		3. Выбор профессии «за компанию»
		4. Неумение определить пути приобретения профессии

Раздел 2. Человек и профессия (10 ч)

5. Профессионально важные качества личности - 1 час.

Сущность и структура профессионально важных качеств человека. Направленность личности, показатели профессиональной направленности. Ориентация на группу родственных профессий. Профессиональное призвание. Знания, умения, навыки. Типологические особенности человека. Общение, особые и специфические профессионально важные качества личности.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Заполнить таблицу:

Профессиональные качества, необходимые для овладения выбранной мною профессией		
общение	особенные	специфические

6. Интересы и склонности. Мотивы выбора профессии -1 час.

Сущность понятий «интересы» и «склонности». Отличие интереса от склонности. Профессиональные интересы и склонности, их роль в процессе профессионального самоопределения. Способы формирования профессиональных интересов. Мотивы выбора профессии. Группы мотивов выбора профессии: социальные, моральные, эстетические, познавательные, творческие, материальные, престижные.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Определение склонностей школьников к сфере профессиональной деятельности (методика ОПГ) и мотивов выбора будущей профессии (анкета мотивов выбора профессии).

7. Ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении - 1 час.

Ценностная ориентация, как избирательное отношение человека к материальным и духовным ценностям, система его убеждений, установок и предпочтений. Система ценностных ориентации, виды ценностей.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Определение ценностей школьников с помощью методики «к чему стремятся люди в жизни».

8. Особенности психических процессов и выбор профессии. Роль познавательных процессов в профессиональном самоопределении и профессиональной деятельности человека -1 час.

Сущность и виды познавательных процессов, их структура. Ощущение, восприятие, представление. Виды представлений. Внимание, свойства внимания. Память, ее виды. Мышление. Воображение. Эмоции, чувства, воля: сущность и функции. Виды эмоциональных состояний. Роль познавательных процессов, эмоций, чувств и воли в профессиональном самоопределении и профессиональной деятельности человека.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Определение особенностей познавательных психических процессов и эмоционально-волевой сферы школьников по различным методикам.

9. Характер и выбор профессии – 1 час.

Определение понятия «характер». Черты и типы характера. Положительные и отрицательные черты характера в отношении человека к себе, другим людям, различным видам деятельности, общественной и личной собственности. Характер и выбор профессии. Общие требования типов профессии к характеру человека.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Определение особенностей характера по методике «Мой характер».

10. Роль способностей в профессиональной деятельности. Роль познавательных процессов в профессиональном самоопределении и профессиональной деятельности человека — 1 час.

Сущность понятия «способности», общие и специальные способности. Уровни развития способностей: неспособность, способность, талант, гениальность. Основные свойства специальных способностей. Задатки как предпосылка формирования и развитие способностей. Способности и выбор профессии. Типы профессии и специальные способности.

Практическая работа. Запись в тетради опорных понятий. Выявление склонностей и способностей учащихся при помощи методики «КОС» и «Определение склонностей».

11. Тип личности и выбор профессии — 2 час.

Понятие типизации. Социально-профессиональные типы людей: реалистические (практические), интеллектуальные, артистические, социальные, предприимчивые (предпринимательские), конвенциональный (упорядочивающий); предпочитаемые сферы деятельности. Взаимоотношения типов людей: схожие и противоположные типы. Тип личности и профессиональная деятельность.

Практическая работа. Запись в тетради опорных понятий. Выявления типов личности по методике Дж. Холланда.

12. Здоровье и выбор профессии. Учет состояния здоровья при выборе профессии — 1 час.

Понятие здоровья. Учет состояния здоровья при выборе профессии. Группы профессии по степени их выявления на здоровье человека. Дееспособность, трудоспособность, работоспособность. Медицинские показания и противопоказания. Ограничения профессиональной пригодности при различных заболеваниях. Укрепление здоровья в состоянии с требованиями профессии. Работоспособность. Роль режима дня и активного отдыха в сохранении и укреплении здоровья.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Выявление школьниками особенностей своего здоровья по методике «Карта здоровья».

13. Профессиональная пригодность и самооценка — 1 час.

Сущность и степени профессиональной пригодности. Признаки профессиональной пригодности, профессионального соответствия, профессионального призвания. «Образ — Я», как система представлений о себе. Структура «Образ — Я»: знание о себе, оценка себя, умение управлять собой. Реальное «Я», идеальное «Я», «Я» - глазами других людей. «Я — концепция», как динамическая система представлений человека о самом себе. Самооценка как компонент «Я — концепций». Сущность и уровни самооценки. Характеристики заниженной, завышенной и адекватной самооценки.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Выявление по различным методикам профессиональной пригодности школьников к предполагаемым видам деятельности. Выявление уровня самооценки школьников при помощи методики «Уровень самооценки».

Раздел . Учет возможностей человека при выборе профессии (8 ч)

1. Учет возможностей человека при выборе профессии - 1 час.

Структура образа «Я». Виды самооценки (заниженная, адекватная, завышенная). Роль адекватной самооценки при выборе профессии и в последующей профессиональной деятельности. Источник формирования самооценки. Уровень притязания (завышенный, заниженный). Формирования уровня притязания. Методика самооценки. Знакомство учащихся с приемами работы над формированием адекватной самооценки.

2. Темперамент и профессия. Определение типа темперамента – 1 час.

Психологическая характеристика основных типов темперамента, особенности их проявления в учебной и профессиональной деятельности. Перечень профессий в соответствии с типом темперамента.

3. Чувства и эмоции. Истоки негативных эмоций – 4 час.

Эмоции и чувства, их функции в профессиональной деятельности. Основные формы эмоциональных переживаний (настроения, аффекты, фрустрация).

4. Что такое стресс – 4 час.

Понятие «стресс», стрессовые состояния. Умение находить правильный выход из стрессовых состояний. Работа с опросником

«Беспокойство - тревога», методикой «Незаконченные предложения». Профилактика стресса. Эмоциональная подготовка к экзаменам, собеседования

5. Определение типа мышления – 1 час.

Понятие «мышления», определить типы мышления учащихся. Роль типов мышления в профессиональной деятельности. Рекомендации по развитию мышления. Практическая работа по определению типов мышления.

6. Внимание и память – 2 час.

Общее представление о памяти. Основные процессы памяти (запоминание, сохранение, забывание, узнавание и воспроизведение).

Общее представление о внимании (объем, устойчивость, распределение, избирательность). Условия развития памяти и внимания. Упражнения на развитие внимания и памяти.

7. Уровень внутренней свободы – 1 час.

Творческое отношение к собственной жизни. Психологические механизмы компенсации. Целеустремленность в преодолении жизненных сложностей при устройстве своей профессиональной судьбы.

8. Принятие решений о профессиональном выборе с учетом своих возможностей и востребованности на рынке труда. – 1 час.

Принятие решения о профессиональном выборе с учетом своих возможностей и востребованности на рынке труда

9. Куда пойти учиться

Анализ профессиональных образовательных организаций, где можно обучиться и получить выбранную профессию. Перечень вступительных экзаменов.

11 класс

Раздел . Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении 5ч.

1. Анализ профессиональной деятельности. Источники информации о профессиях — 1 час.

Источники информации о профессиях. Сущность, назначение и структура профессиограммы. Психограмма как составная часть профессиограммы. Роль профессиограмм и психограмм в подготовке учащихся к профессиональному самоопределению.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Ознакомление с профессиограммами. Разработка профессиограммы предполагаемой профессии.

2. Профессиональные пробы и творческие проекты — 1 час.

Сущность и функции профессиональной пробы в профессиональном самоопределении. Содержание профпроб по типам профессий. Этапы выполнения и уровни сложности профпроб. Аспекты профпроб: технологический, ситуативный, функциональный. Индивидуальные и групповые профпробы. Анализ и оценка выполненных профпроб.

Сущность и классификация творческих проектов. Требования к творческим проектам. Этапы выполнения творческих проектов.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Дидактическая игра «Человек — профессия». Игровые упражнения «Кто есть кто», «Спящий город».

Практическая работа. Запись в тетради опорных понятий.

3. Профессиональное образование. Пути получения профессионального образования – 1 час.

Профессиональное образование. Государственный стандарт профессионального обучения. Уровни профессионального образования: начальное, среднее, высшее, послевузовское. Профессиональные образовательные учреждения. Система профессиональной подготовки кадров: ученичество, профессиональные пробы, курсовая форма подготовки кадров, училища, техникумы, лицеи, ССУЗы, академия, университет, аспирантура, докторантура, ординатура и интернатура, институты повышения квалификации. Источники информации о профессиональных учебных заведениях.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий, видов учреждений начального, среднего и высшего профессионального образования, ознакомления с учебными заведениями Алтайского края.

Профессиональная консультация.

Сущность, цель, задачи профессиональной консультации. Виды и задачи профессиональной консультации. Формы проведения профессиональных консультаций. Подготовка учащихся к профессиональной консультации.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Составления перечня вопросов к профконсультантам. Дидактическая игра «Профессиональное консультирование».

5. Профессиональное саморазвитие и самовоспитание. Человеческие ресурсы. – 1 час.

Человеческие ресурсы. Виды возможностей человека: интеллектуальные, физические, специальные. Профессиональное саморазвитие: сущность, способы и приемы саморазвития человеком своих профессионально важных качеств. Профессиональное самовоспитание. Методы профессионального самовоспитания: самоубеждение, самовнушение, самоприказ, самообразование, самоконтроль, самооценка.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Составление школьниками плана подготовки к приобретению профессии.

6. Готовность к профессиональному самоопределению. Принятие решения о профессиональном выборе. – 1 час.

Готовность к профессиональному самоопределению. Показатель готовности к профсамоопределению, ее уровни. Принятие решения о профессиональном выборе.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Заполнение карты готовности к профессиональному самоопределению.

Раздел 4 Мир труда и профессий (5 ч)

1. Профессия и специальность: происхождение и сущность. Основные характеристики профессии. — 1 час.

Происхождение труда. Разделение труда. Мануфактура. Крупная машинная индустрия. Постиндустриальное общество. Современные формы разделения труда: международное, отраслевое, технологическое, функциональное, профессиональное, специальное. Сущность понятий «профессия», «специальность», «квалификация», «должность». Основные характеристики профессий.

Практическая работа. Запись в тетрадь основных опорных понятий. Проведение дидактической игры «Профессия, должность, специальность» и викторины «Кто больше знает профессий». Упражнение «Цепочка профессий».

2. Многообразие мира труда. Сущность и виды труда — 1 час.

Сущность и виды труда. Процесс труда. Функции человека в процессе труда. Готовность к труду. Предмет труда. Средство труда. Продукты трудовой деятельности. Сферы, отрасли и секторы экономики. Сферы материального и нематериального производства. Отрасль труда. Предпринимательство как сфера трудовой деятельности. Цель, значение, формы предпринимательства.

Практическая работа. Записать основные понятия. Заполнить таблицу:

Позиции	Содержание
Моя будущая профессия	
Сфера экономики	
Отрасль экономики	
Сектор экономики	

3. Классификация профессий. Формула профессии. Атлас профессий — 1 час.

Способы классификации профессии, их достоинства и недостатки. Классификационные признаки. Классификация профессии Е.А. Климова по предмету, цели, орудиям и условиям труда. Классы профессии. Отделы профессий. Группа профессии. Формула профессий и ее роль в процессе подготовки учащихся к профессиональному самоопределению.

Практическая работа. Запись в тетрадь основных понятии. Дидактическая игра «Классификация профессии». Определение школьниками формулы своей будущей профессии.

4. Профессиональная деятельность и карьера человека. Профессиональная компетентность, профессиональное мастерство. — 1 час.

Профессиональная деятельность: функции, цели, задачи, средства и предметы труда, результаты. Профессиональная компетентность, профессиональное мастерство. Показатели профессионального мастерства. Профессиональная карьера, ее формы. Структура плана профессиональной карьеры.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятии. Заполнение таблицы:

Позиции	Содержание
Моя будущая профессия	
Цель деятельности	
Задачи деятельности	
Предмет труда	
Средства труда	
Результаты труда	
Требуемый уровень образования	
Возможности профессионального роста (разряд, класс, категория, звание)	
Возможная заработная плата	

5. Рынок труда и его требования к профессионалу. Сущность рынка труда и принципа его формирования. Рынок труда Новосибирской области и регионовпроживания — 1 час.

Сущность рынка труда и принципа его формирования. Безработица и причины ее появления. Статус безработного. Требования к современному профессионалу. Профессии в XXI веке. Атлас профессий Рынок труда Новосибирской области, той области, где проживает обучающийся или собирается работать.

Практическая работа. Записать в тетрадь опорные понятия. Изложить в тетради сведения о личных и профессиональных качествах, профессионального идеала, которого можно считать образцом для подражания в будущей профессиональной деятельности.

10 самых востребованных профессий в Новосибирской области.

Раздел 5. Творческий проект «Мое профессиональное будущее»: разработка и оформление —4 час.

Цели и задачи творческих проектов «Мое профессиональное будущее». Компоненты проекта «Мое профессиональное будущее». Требования к оформлению проекта. Порядок проведения защиты проекта. Критерии оценивания проекта.

Практическая работа. Запись в тетрадь опорных понятий. Ознакомление с примерами творческих проектов «Мое профессиональное будущее», выполненными учениками предыдущих классов. Выполнение и оформление проекта.

8. Экскурсии в образовательные организации среднего и высшего образования 4 час.

Защита творческих проектов «Мое профессиональное будущее»– 1 час.

Критерии оценки их выполнения и защиты. Представление жюри. Порядок проведения защиты творческих проектов. Представление учащимися пояснительной записки и результатов профпроб, ответы на вопросы. Оценивание защиты, подведение итогов.

Практическая работа. Представление и защита проектов.

Ожидаемые результаты

Ожидаемые результаты этого курса связаны с оптимизацией условий жизни и развития детей, повышением их социального и личностного статуса, формированием навыков деятельности и поведения, гармонизацией сенсорной, моторной, эмоциональной и познавательной сфер личности.

Эффективность работы зависит от многих факторов и предполагает поэтапную возрастную преемственность коррекционно – развивающих методов и программ.

Об успехе деятельности, о степени достижения ожидаемых результатов можно судить по системе показателей. К числу таких показателей относятся изменения в психоэмоциональном состоянии личности, системы навыков и индивидуально – психологических свойств личности, особенностях поведения и социальной ситуации развития. В число таких показателей входят количественные и качественные признаки, которые могут быть измерены и отслежены с помощью процедур диагностики, наблюдения, опроса, а также анализа по сравнению с контрольной группой.

Календарно-тематическое планирование 10 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания
Раздел 1 «Основы профессионального и жизненного самоопределения» (4 ч)			
1	Введение в курс «Личностное и профессиональное самоопределение» Основы жизненного и профессионального самоопределения. Смысл и цель жизни человека. Сущность и виды самоопределения человека. Проект “Мое профессиональное будущее”	1	Побуждать обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (обучающимися); Устанавливать доверительные отношения между учителем и обучающимися, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя; Инициировать обучающихся к обсуждению, высказыванию своего мнения, выработке своего отношения по поводу получаемой на уроке социально значимой информации.
2	Сущность процесса профессионального самоопределения и развития. Компоненты процесса профессионального самоопределения	1	
3	Значение, ситуация и правила выбора профессии. Значение правильного выбора профессии для человека и общества.	1	
4	Типичные ошибки при выборе профессии	1	
Раздел 2. Человек и профессия (10 ч.)			
5	Профессионально важные качества личности	1	Привлекать внимание обучающихся к обсуждаемой на уроке информации, активизации познавательной деятельности обучающихся;
6	Интересы и склонности в выборе профессии. Мотивы выбора профессии	1	

7	Ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении	1	Применять на уроке интерактивные формы работы с обучающимися: групповая работа или работа в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися; Инициировать и поддерживать исследовательскую деятельность обучающихся в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст обучающимся возможность приобрести навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.
8	Особенности психических процессов и выбор профессии. Роль познавательных процессов в профессиональном самоопределении и профессиональной деятельности человека	1	
9	Характер и выбор профессии	1	
10	Роль способностей в профессиональной деятельности. Роль познавательных процессов в профессиональном самоопределении и профессиональной деятельности человека. Основные свойства специальных способностей.	1	
11-12	Тип личности и выбор профессии	2	
13	Здоровье и выбор профессии. Учет состояния здоровья при выборе профессии	1	
14	Профессиональная пригодность и самооценка	1	
	Раздел 3. Учет возможностей человека при выборе профессии (10ч)		Привлекать внимание обучающихся к обсуждаемой на уроке информации, активизации познавательной деятельности обучающихся; Привлекать внимание обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроке явлений, понятий, приемов; Инициировать и поддерживать исследовательскую деятельность обучающихся в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст обучающимся возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения
15	Самооценка и уровень притязаний	1	
16	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций	1	
17-18	Что такое стресс. Умение находить правильный выход из стрессовых состояний	2	
19	Определение типа мышления	1	
20	Темперамент и выбор профессии	1	
21	Внимание и память	1	
22	Уровень внутренней свободы	1	
23	Принятие решения о профессиональном выборе с учетом своих возможностей и востребованности на рынке труда	1	
24-32	Анализ профессиональных образовательных организаций, где можно обучиться и получить выбранную профессию. Перечень вступительных экзаменов. Посещение профессионально-ориентированных экскурсий	8	
33-34	Проект "Мое профессиональное будущее"	2	
35	Промежуточная аттестация	1	
	Всего	35	
	11 класс		
	Раздел 1. Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении (5 ч)		Побуждать обучающихся соблюдать на уроке принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
1	Анализ профессиональной деятельности. Источники информации о профессиях	1	

2	Профессиональные пробы и творческие проекты	1	Использовать воспитательные возможности содержания учебного предмета через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе; Применять на уроке интерактивные формы работы с обучающимися: групповая работа или работа в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися.
3	Профессиональное образование. Пути получения профессионального образования. Профессиональная консультация	1	
4	Профессиональное саморазвитие и самовоспитание. Человеческие ресурсы.	1	
5	Готовность к профессиональному самоопределению. Принятие решения о профессиональном выборе.	1	
Раздел 2. Мир труда и профессий (5 ч)			
6	Профессия и специальность: происхождение и сущность. Основные характеристики профессии.	1	Использовать воспитательные возможности содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности; Применять на уроке интерактивные формы работы с обучающимися: включение в урок игровых процедур, которые помогают поддерживать мотивацию обучающихся к получению знаний; Инициировать и поддерживать исследовательскую деятельность обучающихся в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст обучающимся возможность приобрести навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.
7	Многообразие мира труда. Сущность и виды труда	1	
8	Классификация профессий. Классификационные признаки. Формула профессии. Атлас профессий	1	
9	Профессиональная деятельность и карьера человека. Профессиональная компетентность, профессиональное мастерство.	1	
10	Рынок труда и его требования к профессионалу. Сущность рынка труда и принципа его формирования. Рынок труда Новосибирской области и регионов проживания	1	
11-15	Экскурсии в образовательные организации среднего и высшего образования	4	
16	Защита творческих проектов «Мое профессиональное будущее»	1	

Список учебно-методической литературы и материально-технические условия

Для учителя:

1. Абрамова Г.С. Воврастная психология. – М.: Владос, 1998.
2. Голомшток А.Е. Профорориентационная работа в школе. – Калуга, 1968.
3. Дубровина И.В. Рабочая книга школьного психолога. – М.: Просвещение, 1991.
4. Ефремцева С.А. Тренинг общения для старшекласникиков. Киев, 1997.
5. Климов Е.А. Психолого-педагогические проблемы профессиональной консультации. – М., 1984.
6. Климов Е.А. Путь в профессию. – М., 1989.
7. Кривцова С.В., Мухаматулина Е.Л. Тренинг. Навыки конструктивного взаимодействия с подростками. М., 1997.
8. Основы профессиональной культуры./Под ред. В.Д.Симоненко.- Брянск: Изд-во БГТУ, 1997.
9. Прошицкая Е.Н. Выбирайте профессию. – М., Просвещение, 1991.

10. Прутченков А.С, Трудное восхождение к себе. М., 2001.
 11. Пряжников Н.С. Ценностно-нравственные активизирующие опросники профессионального и личностного самоопределения. Методическое пособие. М.: Изд-во «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЕК», 1997.
 12. Пряжников Н.С. Игровой метод профориентации /Под ред. Климова Е.А.. – Пермь, 1989.
 13. Резапкина Г.В. Я и моя профессия. Программа профессионального самоопределения для подростков.
 14. Симоненко В.Д. Профессиональное самоопределение школьников. – Брянск, 1995.
 15. 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.
 16. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. – М.: Педагогика, 1989.
 17. Школьный психолог. Еженедельная газета: Издательский дом «Первое сентября», 2002-2003 г.
- Для обучающихся
1. Арбузова Е.Н., Анисимов А.И., Шатровой О.В. Практикум по психологии общения.- СПб.: Речь, 2008.- 272с.
 2. Бороздина Г.В. Психология делового общения: учебное пособие. М.: ИНФРА-М,2000.-224с.
 3. Грецов А.Г. Тренинг общения для подростков.-СПб.: Питер, 2008.-160с.
 4. Моница Г.Б., Лютова-Робертс Е.К. Коммуникативный тренинг (педагог, психологи, родители).- СПб.: Речь, 2005.- 224с
 5. Махаева О.А., Григорьева Е.Е. Я выбираю профессию: Комплексная программа активного профессионального самоопределения школьников. – М.: УЦ «Перспектива», 2002г;
 6. Немов Р.С. Психология. Пособие для учащихся 10-11 классов.-М.: Просвещение, 1995.-239с.
 7. Психологический тренинг с подростками\ Л.Ф. Анн.-СПб.: Питер, 2003.-272с.
 8. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии, или Путеводитель выпускника.-М.: Генезис, 2007-140 с.
 9. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки.- М.: Генезис, 2006.-208 с.
 10. Резапкина Г.В. Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: Учебно-метод. пособие для школьных психологов и педагогов.- М.: Генезис, 2014.-154с.
 11. Самоопределение учащихся: учебное пособие для учащихся 10-11 классов, Меренков А.В. - М., 2015

Контрольно-измерительные материалы. Критерии оценивания. Шкалы оценивания.

Формы контроля знаний, умений и навыков:

Текущий контроль усвоения материала осуществляется путем выполнения тестовых работ.

Промежуточная аттестация проводится в виде тестовой работы с целью проверки уровня освоения программного материала по окончании учебного полугодия, года.

Итоговая аттестация обучающихся проводится в форме защиты проектной работы «Мое профессиональное будущее».

Система оценивания: зачет – незачет

Демоверсия тестовой работы

Тест по теме «Профессиональное самоопределение и карьера»

1. Как называется одна из форм повышения квалификации врачей?

- А) аспирантура
- Б) ординатура
- В) докторантура

2. Как называется одна из форм подготовки научных кадров в Вооруженных Силах РФ?

- А) докторантура
- Б) адъюнктура
- В) аспирантура

3. Как называется сфера формирования спроса и предложения на рабочую силу?

- А) рынок профессий
- Б) рынок труда
- В) рынок должностей

4. Активное достижение человеком успехов в профессиональной деятельности – это...

- А) профессиональный рост
- Б) профессиональная мобильность
- В) профессиональная карьера

5. Как называется способность быстро осваивать профессиональные новшества и новые специальности?

- А) профессиональная компетентность
- Б) профессиональная мобильность
- В) профессиональное становление

6. Как называется наивысший уровень овладения профессиональной деятельностью?

- А) профессиональное становление
- Б) профессиональная карьера
- В) профессиональная компетентность

7. Процесс накопления опыта практической деятельности – это...

- А) профессиональное творчество
- Б) профессиональная компетентность
- В) профессиональная карьера

8. Уровень мастерства, которого достигает человек на пути профессионального совершенствования – это...

- А) профессиональное творчество
- Б) профессиональное мастерство
- В) профессиональная компетентность

9. Как называется система подготовки квалифицированных рабочих кадров?

- А) профессиональное образование
- Б) профессиональная квалификация
- В) профессиональное достижение

10. Как называется краткая информация о себе как специалисте?

- А) резюме
- Б) анкета
- В) портфолио

11. Перечислите виды резюме?

- А) профессиональное
- Б) хронологическое
- В) функциональное
- Г) комбинированное

12. Перечислите виды самопрезентации?

- А) портфолио
- Б) резюме
- В) собеседование
- Г) реклама

13. Назовите этапы собеседования?

- А) подготовка
- Б) отправка резюме
- В) личная встреча

14. Назовите стороны профессиональной мобильности?

- А) объективная
- Б) субъективная
- В) характерологическая

15. Как называется род трудовой деятельности человека?

- А) профессия
- Б) квалификация
- В) призвание

Ответы: 1б, 2б, 3б, 4в, 5б, 6а, 7б, 8б, 9а, 10а, 11бвг, 12бв, 13ав, 14 абв, 15а

Система оценивания двухбалльная «зачет» и «незачет». Не менее 75% правильных ответов – зачет. Менее 75% - незачет.