

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА курса «Профессиональное самоопределение»

для 9 класса

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса.

В результате изучения курса учащиеся должны

знать / понимать:

- психологические особенности, способности и возможности своей личности;
- информацию о возможных путях продолжения образования;
- востребованность различных видов профессионального труда в регионе.

уметь:

- совершить первичное профессиональное самоопределение;
- проводить самодиагностику личностных качеств;
- управлять своим поведением и развивать активную позицию в выборе профиля обучения и дальнейшего профессионального самоопределения;
- проявлять чувство ответственности и уверенности в себе в ситуациях выбора.

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: правильного выбора своей будущей профессии.

2. Содержание учебного предмета, курса.

Раздел 1. Что я знаю о своих возможностях.

Самооценка и уровень притязаний. Выбор профессии. Кратко о программе «Психология и выбор профессии». Самопрезентация. Самооценка. Формула самооценки. Успех.

Темперамент и профессия. Темперамент. Типы темперамента по Гиппократу. Определение темперамента.

Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций. Чувства и эмоции.

Определение типа эмоций. Профессия и эмоции.

Стресс и тревожность. Стресс и тревожность. Определение уровня тревожности. Пессимист и оптимист.

Определение типа мышления. Продуктивность. Оригинальность. Любознательность. Мужество. Типы мышления: предметно-действенное, абстрактно-символическое, словесно-логическое, наглядно-образное и креативное. Определение типа мышления.

Внимание и память. Внимание. Память. Функции памяти. Продуктивность памяти. Типы памяти: слуховая, зрительная, эмоциональная и логическая. Как тренировать память.

Уровень внутренней свободы. Уровень внутренней свободы. Определение уровня внутренней свободы.

Раздел 2. Что я знаю о мире профессий.

Классификация профессий. Признаки профессии. Четырехуровневая классификация профессий по Е.А.Климову. 1 уровень – предмет труда (техника, человек, природа, знак, художественный образ); 2 уровень – цель труда (гностические профессии, преобразующие профессии, изыскательские); 3 уровень – орудие труда или средства труда. Вещественные орудия труда: ручные скальпель, кисть и т.д.), механические (швейная машина, автомобиль и т.д.), автоматические (автоматические линии и т.д.). Функциональные орудия – глазомер плотника, вдохновение музыканта и т.д. Условия труда: обычный, бытовой микроклимат (лаборант, продавец и т.д); открытый воздух (агроном инспектор ГИБДД и т.д.); необычные условия (шахтер, космонавт и т.д.); повышенная моральная ответственность (учитель, врач и т.д).

Определение типа будущей профессии. Определение типа будущей профессии с помощью методики Е.А.Климова.

Профессия, специальность, должность. Формула профессии. Определение профессии. Получение формулы своей будущей профессии.

Интересы и склонности в выборе профессии. Определение своих интересов с помощью модификации методики «Карта интересов» А.Голомштака.

Определение профессионального типа личности. Шкала приспособленности различных типов личности к шести профессиональным областям американского психолога Дж. Голланда. Определение профессионального типа личности с помощью модификации методики Дж. Голланда.

Профессионально важные качества. Профессионально важные качества конкретного типа профессий.

Профессия и здоровье. Предъявляемые требования (условно разбитые на 4 группы) к здоровью человека в зависимости от рода профессии. Оценка состояния своего здоровья. Девять шагов уверенности в себе.

Раздел 3. Способности и профессиональная пригодность.

Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности. Способности. Общие и специальные возможности. Способный человек. Способности к практическим видам деятельности. Развитие способностей. Уровень развития технических способностей.

Способности к интеллектуальным видам деятельности. Способности к интеллектуальным видам деятельности: учитель, врач, юрист, психолог и т.д. Подростковый возраст. Определение уровня умственного развития.

Способности к профессиям социального типа. Конфликтология. Определение

особенностей своего поведения в конфликтных ситуациях с помощью теста Томаса.

Способности к офисным видам деятельности. Способности к предпринимательской деятельности.

Артистические способности. Способности к изобразительному искусству. Одаренный человек. Функциональная асимметрия.

Уровни профессиональной пригодности. Степени профессиональной пригодности: профессиональная непригодность к конкретной профессии; профессиональная пригодность к конкретной профессии или группе профессий (относительная, абсолютная профпригодность); соответствие конкретной профессиональной деятельности; призвание - высший уровень профессиональной пригодности. Классификация людей (отношение человека к труду) немецкого психолога Э.Фромм:

- Рецептивный.
- Эксплуататорский.
- Стяжательский.
- Рыночный.
- Творческий.

Раздел 4. Планирование профессиональной карьеры.

Мотивы и потребности. Мотив. Мотив поведения. Мотивация. Определение мотивации с помощью методики Е.Головахи. Потребности. Типы потребностей: физиологические, потребность в защищенности, социальные, потребности в уважении и самоуважении, потребность в самореализации.

Ошибки в выборе профессии. Ошибки: выбор из соображений «престижа», выбор профессии «за компанию», отождествив интерес к преподавателю и его предмету со своей будущей профессией.

Современный рынок труда. Рынок труда (рынок рабочей силы). Трудовое соглашение (контракт). Заработная плата. Современный рынок труда.

Пути получения профессии. Определение профессионального выбора с помощью Матрицы. Государственный образовательный стандарт РФ (две системы высшего профессионального образования). Дистанционная форма обучения и экстернат. Среднее специальное образование. Высшее образование.

Навыки самопрезентации. Правило тридцати секунд. Важные моменты самопрезентации. Безупречный внешний вид. Грамотная речь. Резюме.

Стратегия выбора профессии.