Управление образования администрации города Кемерово

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования

«Центр дополнительного образования детей им. В. Волошиной»

»

|  |  |
| --- | --- |
| Принята на заседании  методического совета  от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г.  Протокол №\_\_\_\_\_\_\_ | Утверждаю:  Директор МБОУ ДО  «ЦДОД им. В. Волошиной»  И.П. Чередова\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г. |

**Дополнительная общеразвивающая программа**

**социально-педагогической направленности**

**«Я и моя профессия»**

(срок реализации программы:1 год)

возраст учащихся: 15-17 лет

|  |
| --- |
| Автор разработчик:  Хорева Наталья Евгеньевна,  педагог дополнительного образования |

г. Кемерово, 2020

**Содержание**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы** |  |
| 1. | Пояснительная записка…………………………………………….. | 3 |
| 2. | Учебный план первого модуля обучения…………………………… | 6 |
| 3. | Содержание первого модуля обучения……………………………… | 7 |
| 4. | Учебный план второго модуля обучения……………………………. | 9 |
| 5. | Содержание второго модуля обучения……………………………… | 10 |
| 6. | Планируемые результаты освоения программы…………………. | 11 |
|  | **Комплекс организационно-педагогических условий** |  |
| 7. | Оценочные материалы …………………………………………….. | 13 |
| 8. | Методические материалы первого модуля обучения………………. | 14 |
| 9. | Методические материалы второго модуля обучения………………. | 16 |
| 10. | Список литературы для педагогов………………………………… | 17 |
| 12. | Список литературы для учащихся…………………………………. | 18 |

**Комплекс основных характеристик программы**

**Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Я и моя профессия» имеет социально – педагогическую направленность.

Программа разработана с учетом нормативно-правовой базы:

-Законом Российской Федерации «Об образовании» (Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ);

- Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

-Приказом Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

-Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);

-Письма Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);

-Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

-Устава МБОУДО «ЦДОД им. В. Волошиной»;

-Положения о дополнительной общеразвивающей программы МБОУ ДО «Центр дополнительного образования детей им. В. Волошиной» (Протокол №2 от 30.05.2016 Педагогического совета).

**В Федеральном законе "Об образовании в Российской Федерации" N 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года подчеркивается, что д**ополнительное образование детей обеспечивает адаптацию учащихся к жизни в обществе, их профессиональную ориентацию. Однако в нынешней ситуации, как отмечают современные исследования [4; 7; 9; 11], большинство подростков не имеют представления о том, кем они будут работать, каждый второй после окончания вуза работает не по специальности. В Концепции развития дополнительного образования 2014 года отводится стратегическая роль дополнительного образования, как открытого вариативного образования, обеспечивающего право детей на личностное и профессиональное определение. Поэтому реализация дополнительной общеразвивающей программы «Я и моя профессия» актуальна для современной практики образования и профессионального самоопределения современных подростков.

Отличительные особенности программы. Программа разработана на основе программы Г. В. Резапкиной «Психология и выбор профессии». Отличительные особенности дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы заключаются в том, что основной акцент первого модуля обучения сделан на самодиагностику психологических особенностей и возможностей учащихся, а второго модуля обучения на знакомство с особенностями выбора профессии (классификацией профессий, определение профессионального типа личности, формулой профессии и т.д.). Форма организации учебных занятий ориентирована на развитие и использование интернет ресурсов, так как получение основной информации по профессиональному самоопределению происходит в режиме онлайн тестирования. Обучение по программе может быть как в офлайн, так и онлайн формате. При разработке программы была использована онлайн-платформа Google classroom. <https://classroom.google.com/h>

Адресат программы. Программа предназначена для учащихся в возрасте 15-17 лет. Для подросткового возраста характерно поиск своего места в жизни, реализация интеллектуального, личностного потенциала, стремление к самореализации, интенсивная социализация, стремление проектировать себя в будущей профессии, что стимулирует учащихся к развитию, они легче включаются в процесс самовоспитания, усиливается значимость собственных ценностей. У учащихся постепенно формируется готовность к самоанализу основных склонностей и способностей. Именно это может стать основой для формирования готовности к профессиональному самоопределению.

Результативность профессионального самоопределения учащихся определяется степенью согласованности их психологических возможностей с содержанием и требованиями профессиональной деятельности, а также сформированностью у учащихся способности адаптироваться к изменяющимся социально – экономическим условиям в связи с устройством своей профессиональной карьеры.

Форма обучения – очная или заочная. Форма организации образовательного процесса – групповые и индивидуальные . Виды занятий предусматривают практические занятия, самостоятельные работы. Занятия проводятся с учащимися группы одного возраста (15 человек) в соответствии с календарными учебными графиками. Состав групп учащихся постоянный.

При реализации программы может применяться электронное обучение и дистанционные образовательные технологии.

При электронном обучении с применением дистанционных технологий продолжительность непрерывной непосредственно образовательной деятельности составляет не более 30 минут. Во время онлайн-занятия проводится динамическая пауза, гимнастика для глаз.

Срок освоения программы 1 год. Занятия проводятся один раз в неделю по два академических часа, общее количество часов 72 часа.

Цель: формирование адекватного представления учащихся старших классов о своем профессиональном потенциале на основе самодиагностики готовности к личностному и профессиональному самоопределению.

Задачи программы:

1. Формировать элементы IT – компетенций. Ориентировать учащихся на профессиональный выбор с учетом их индивидуальных особенностей, способностей и возможностей.
2. Способствовать развитию готовности к личностному и профессиональному самоопределению; профессиональной мобильности.
3. Формировать психологическую готовность учащихся к выбору профессиональной деятельности.

**Содержание программы**

Учебный план первого модуля обучения «Мой психологический портрет»

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| п/н | Наименование раздела, темы | Количество часов | | | Формы контроля |
| всего | теория | практика |
|  | Введение «Важность выбора профессии в жизни человека». | 2 | 1 | 1 | Анкетирование |
|  | Раздел. Что я знаю о своих возможностях |  |  |  |  |
| 1**.** | Самооценка и уровень притязаний. | 2 | 1 | 1 | Тестирование «Самооценка и уровень притязаний». |
| 2. | Свойства нервной системы. Определение типа темперамента.  Темперамент и профессия. | 2 | 1 | 1 | Тестирование по методике Айзенка «Темперамент» |
| 3. | Особенности мышления. | 4 | 2 | 2 | Тестирование интеллектуального потенциала (ТИП). «Тип мышления» |
| 4. | Особенности памяти и внимания. | 4 | 2 | 2 | Контрольная работа на определение особенностей памяти и внимания |
| 5. | Эмоциональное состояние.  Приемы саморегуляции. | 4 | 2 | 2 | Тестирование «Тест эмоций) (Басса-Дарки). |
| 6**.** | Стресс и дистресс. | 2 | 1 | 1 | Тестирование «Оценка школьных ситуаций». |
| 7. | Характер и профессия. | 2 | 1 | 1 | Практическая работа по заполнению опросника по теме «Характер и профессия» |
| 8**.** | Уровень внутренней свободы. | 2 | 1 | 1 | Анкетирование «Определение уровня внутренней свободы» |
| 9**.** | Обобщающее занятие по теме: «Что я знаю о своих возможностях». | 2 | 1 | 1 | Контрольная работа по решению кроссворда по пройденным темам раздела. |
|  | Итого: | 36  часов |  | | |

Содержание

первого модуля обучения <https://classroom.google.com/h>

|  |  |
| --- | --- |
|  | Введение в образовательную программу «Важность выбора профессии в жизни человека».  Установление контакта с группой; информирование о целях занятий; формирование положительной мотивации. |
|  | Раздел I. Что я знаю о своих возможностях |
| 1. | Теория. Самооценка и уровень притязаний.  Практика. Уровень притязаний. Успех. Самопрезентация. Самооценка. Задания: «Кто я?»; Какой я?»; «Самый-самый»;«Успех – это …».  Формы контроля: Тестирование «Самооценка и уровень притязаний». |
| 2. | Теория. Свойства нервной системы. Темперамент и профессия.  Определение свойств нервной системы, знакомство с понятием «темперамент», определение типа темперамента.  Практика. Работа по шкале Айзенка. Экстраверсия-интроверсия. Эмоциональная стабильность (нейротизм).  Форма контроля. Тестирование тест Айзенка «Темперамент. |
| 3. | Особенности мышления.  Теория. Представление о мышлении и его особенностях.  Практика: Упражнения - задания на определение образного, логического, практического и творческого мышления. Задания на тестирование интеллектуального потенциала.  Рекомендации по развитию мышления.  Форма контроля Тестирование интеллектуального потенциала (ТИП). «Тип мышления» |
| 4. | Особенности памяти и внимания.  Теория. Знакомство с понятием «память» и « внимание». Виды памяти.  Образная память: зрительные, слуховые, двигательные воспоминания. Логическая память. Знакомство с понятием «внимание». Свойства памяти: устойчивость, объем, распределение, концентрация. Произвольная и непроизвольная память.  Практика: Определение особенностей памяти и внимания. Рекомендации по тренировке памяти. Упражнение «Муха» на развитие концентрации и переключаемости внимания. Задание: «Найди цифры в последовательности от 1до 90» на переключаемость внимания. Рекомендации по развитию внимания. |
| 5. | Эмоциональное состояние. Приемы саморегуляции.  Теория. Представление о богатстве эмоциональных проявлений человека, о разрушительной силе негативных эмоций и ответственности за них. Знакомство с некоторыми приемами саморегуляции.  Практика: Игры: «Нарисуй эмоцию», «Угадай эмоцию»« Назови эмоцию».  Форма контроля: Тестирование «Тест эмоций» (Басса-Дарки). |
| 6. | Теория. Стресс и дистресс. Термин «стресс» (Ганс Селье).  Практика: Задание: определение уровня тревожности. Дистресс. Как управлять своими эмоциями.  Форма контроля: Тестирование «Оценка школьных ситуаций». |
| 7. | Теория. Что такое характер? Знакомство с понятием «характер», анализ способов формирования характера. Азбука характера.  Практика: Как формировать свой характер.  Форма контроля: Практическая работа по заполнению опросник по теме «Характер и профессия» |
| 8. | Теория. Уровень внутренней свободы.  Практика: Определение уровня внутренней свободы.  Форма контроля: Анкетирование «Определение уровня внутренней свободы» |
| 9. | Обобщающее занятие по теме: «Что я знаю о своих возможностях».  Формы контроля: Контрольная работа по решению кроссворда по пройденным темам раздела.. |

Учебный план второго модуля обучения

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| п/н | Наименование раздела, темы | Количество часов | | | Формы контроля |
| всего | теория | практика |
|  | Раздел. Что я знаю о мире профессий |  |  |  |  |
| 1. | Классификация профессий. | 2 | 1 | 1 | Контрольная работа по заполнению пирамиды Климова Е.А. |
| 2. | Формула профессии. Профессия, специальность, должность. | 2 | 1 | 1 | Контрольная работа по определению профессия,  специальность,  должность. |
| 3. | Определение типа будущей профессии | 2 | 1 | 1 | Тестирование: определение типа будущей профессии  (по методике Климова Е.А.) |
| 4. | Интересы и склонности в выборе профессии. | 4 | 2 | 2 | Заполнение карты интересов по методике Голомштока А. |
| 5. | Определение профессионального типа личности. | 4 | 2 | 2 | Тестирование по определению профессионально-  го типа личности по методике Дж.Голланда |
| 6. | Способности и профессиональная пригодность. Ошибки в выборе профессии. | 4 | 2 | 2 | Анкетирование по опроснику: причины возможных ошибок при выборе профессии. |
| 7. | Личный профессиональный план. Пути получения профессии. | 2 | 1 | 1 | Заполнение Матрицы выбора профессии |
| 8. | Основы самопрезентации. Стратегия выбора профессии | 2 | 1 | 1 | Составление резюме . |
| 9. | Обобщающее занятие « Я в мире профессий. | 2 | 1 | 1 | Публичная защита будущей профессии |
|  | Итого: | 36  часов |  | | |

Содержание

второго модуля обучения «Матрица профессий» <https://classroom.google.com/h>

|  |  |
| --- | --- |
|  | Раздел I.Что я знаю о мире профессий |
| 1. | Теория. Классификация профессий. Признаки профессий.  Классификация профессий: по предмету труда (типы), по целям труда(классы), по орудиям труда (отделы), по условиям труда (группы).  Практика. Выполнение задания «Назови профессии».  Форма контроля: Контрольная работа по заполнению пирамиды Климова Е.А. |
| 2. | Теория. Профессия, специальность, должность. Формула профессии:  «Хочу», «могу», «надо».  Практика. Составление формулы профессии.  Форма контроля: Контрольная работа по определению профессия, специальность, должность. |
| 3. | Теория. Тип будущей профессии  Практика: Выполнение заданий по определению типа профессии.  Форма контроля: Тестирование: определение типа будущей профессии  (по методике Климова Е.А.) |
| 4. | Интересы и склонности в выборе профессии.  Теория: Понятия «интересы» и склонности». Побуждение, способности, выбор, желание, хобби. Способы управления интересами и склонностями.  Практика. Психодиагностика интересов и склонностей учащихся.  Форма контроля :Заполнение карты интересов по методике Голомштока А. |
| 5. | Определение профессионального типа личности.  Теория. Шкала Дж. Голланда. Шесть профессиональных типов личности.  Практика. Работа со шкалой Д.Ж.Голланда на определение профессионального типа личности.  Форма контроля :Тестирование по определению профессионального типа личности по методике Дж.Голланда |
| 6. | Теория. Способности и профессиональная пригодность. Ошибки в выборе профессии.  Понятие «способность» и «профессиональная пригодность»  Просмотр фильма «Ошибки в выборе профессии». Практика. Обсуждение. Причины ошибок выбора профессии.  Практика. Игра «Оптимисты и скептики».  Формы контроля: Анкетирование по опроснику: причины возможных ошибок при выборе профессии. |
| 7. | Теория. Личный профессиональный план. Пути получения профессии.  Практика: Правила составления личного профессионального плана.  Просмотр фильма «Пути получения профессии» Обсуждение.  Формы контроля: Заполнение Матрицы выбора профессии. |
| 8. | Теория: Основы самопрезентации. Стратегия выбора профессии.  Составление резюме. Правила поведения на собеседовании.  Практика. Творческое задание: «Интервью с работодателем».  Просмотр фильма «Стратегия выбора профессии»  Форма контроля: Составление резюме. :Самопрезентация. |
| 9. | Обобщающее занятие.  Форма контроля: Публичная защита будущей профессии. |

**Планируемые результаты освоения программы**

Личностные результаты:

* готовность к личностному и профессиональному самоопределению; профессиональной мобильности;
* осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов.

Метапредметные результаты:

Регулятивные универсальные учебные действия:

* умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности;
* умение самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность;
* учащиеся будут иметь сформированные элементы IT –компетенции.

Познавательные универсальные действия:

* готовность и способность к самостоятельной информационно–познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников.

Коммуникативные универсальные учебные действия*:*

* умение слушать и вступать в диалог;
* умение участвовать в коллективном обсуждении проблем.

Предметные результаты:

Учащиеся будут знать:

Свойства нервной системы: темперамент; особенности мышления; понятия эмоции и чувства; понятия память и внимание; понятия стресс и дистресс; характер.

Учащиеся будут уметь: оценивать себя и уровень своих притязаний; определять свои индивидуальные особенности, которые необходимо учитывать при выборе профессии; применять приемы саморегуляции; реально оценивать свои возможности, способности, интересы.

Учащиеся будут знать: классификацию, типы профессий; стратегию выбора профессии; основы самопрезентации; пути получения профессии, требования, предъявляемые разными профессиями к человеку; личный профессиональный план; требования, предъявляемые разными профессиями к человеку; источники получения сведений об учебных заведениях, рынке труда.

Учащиеся будут уметь: ориентироваться в типах профессий; соотносить свой образ с различными профессиями; составлять личный профессиональный план; уметь презентовать свое резюме.

**Комплекс организационно-педагогических условий**

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение: компьютерный класс. Для реализации электронного обучения и дистанционных образовательных технологий необходимо наличие компьютерного оборудования с выходом в Интернет, соответствующего программного обеспечения.

Информационное обеспечение аудио-, видео-, интернет источники, сайт Методический кабинет Галины Владимировны Резапкина, <http://metodkabi.net.ru/>, <http://www.proftime.edu.ru/>, Агентство стратегических инициатив, Сколково. Атлас новых профессий <http://atlas100.ru> , <https://classroom.google.com/h>

**Формы контроля для определения результативности программы:** тестирование, анкетирование, контрольная работа, составление резюме, заполнение матрицы, публичная защита, практическая работа

**Оценочные материалы (пакет диагностических методик)**

1. Тест «Самооценка и уровень притязаний». Г.Резапкина.
2. Тест Айзенка «Темперамент».
3. Тест интеллектуального потенциала (ТИП). «Тип мышления».

Г.Резапкина.

1. Опросник Басса - Дарки, адаптированный Г.А.Цуккерман.(Тест эмоций).
2. Анкета «Профиль» (Модификация методики «Карта интересов» А.Голомштока.
3. Тест «Определение типа будущей профессии». Е.А. Климов.
4. Тест «Определение профессиональных склонностей».(Л. Йовайши в модификации Г. Резапкиной)
5. Тест «Определение профессионального типа личности». (Методика Дж. Холланда в модификации Г. Резапкиной)
6. Матрица профессионального выбора для поступающих в ВУЗ. Г. Резапкина.

Методические материалы

образовательной программы «Я и моя будущая профессия»

Форма обратной связи контроля: <https://classroom.google.com/h>

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование разделов и тем | Дидактические материалы | Формы контроля |
|  | Введение «Важность выбора профессии в жизни человека». | Анкета по выбору профессии.  Методика «Профиль» |  |
|  | Раздел I. Что я знаю о своих возможностях |  |  |
| 1. | Самооценка и уровень притязаний. | Тест «Самооценка » | Тестирование «Самооценка и уровень притязаний». |
| 2. | Свойства нервной системы. Определение типа темперамента.  Темперамент и профессия. | 1.Картинка Х.Бидструпа:»Типы темперамента».  2. Тест Айзенка. | Тестирование Айзенка «Темперамент» |
| 3. | Особенности мышления. | 1.Упражнения на определение типа мышления.  2.Тест интеллектуального потенциала.  3. Рекомендации по развитию мышления. | Тестирование интеллектуального потенциала (ТИП). «Тип мышления» |
| 4. | Особенности памяти и внимания. | 1.Задания по определению видов и объема памяти.  2. Рекомендации: Как тренировать память.  3.Упражнение «Муха» (на внимание).  4. Схема классификации видов памяти.  5. Схема классификации внимания.  6. Памятка : как тренировать внимание | Контрольная работа на определение особенностей памяти и внимания |
| 5. | Эмоциональное состояние.  Приемы саморегуляции. | 1. Бланк для ответов к опроснику Басса-Дарки.  2.Карточки с заданием «Мимика»  3.Рекомендации использованию приемов саморегуляции | Тестирование (Опросник Басса-Дарки «Тест эмоций»). |
| 6. | Стресс и дистресс. | Карточки с заданием «Конфликт» | Тестирование «Оценка школьных ситуаций». |
| 7. | Характер и профессия. | Опросник «Характер и выбор профессии»  Тематическая подборка к занятию по теме: «Акцентуация и выбор профессии» | Заполнение опросника: Характер и профессия. (Резапкина Г.В.) |
| 8. | Уровень внутренней свободы. | Таблица «Уровень внутренней свободы» | Тестирование по определению уровня внутренней свободы |
| 9. | Обобщающее занятие по теме: «Что я знаю о своих возможностях». | 1.Таблица «Мой психологический портрет».  2. Кроссворд. | Контрольная работа по пройденным темам раздела. |

Методические материалы

образовательной программы «Я и моя будущая профессия»

второго модуля обучения <https://classroom.google.com/h>

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование разделов и тем | Дидактический материал | Формы контроля |
|  | Раздел I.Что я знаю о мире профессий |  |  |
| 1. | Классификация профессий. | Карточки: «Пирамида Климова» | Контрольная работа по заполнению пирамиды Климова Е.А. |
| 2. | Формула профессии. Профессия, специальность, должность. | 1. Карточки с заданием: Найди профессии. 2. Методика «Формула профессии» (Пряжников Н.С.) | Контрольная работа по определению профессия, специальность, должность . |
| 3. | Определение типа будущей профессии | Тест: **«**Определение типа будущей профессии» | Тестирование: определение типа будущей профессии  (по методике Климова Е.А.) |
| 4. | Интересы и склонности в выборе профессии. | Методика «Профиль» | Заполнение карты интересов по методике Голомштока А. |
| 5. | Определение профессионального типа личности. | 1.Бланки для ответов для определения профессионального типа личности.  2. Контрольные вопросы по теме:  «Определение профессионального типа личности» | Тестирование по определению профессионального типа личности по методике Дж.Голланда |
| 6. | Способности и профессиональная пригодность. Ошибки в выборе профессии. | Игра «Оптимисты и скептики».  Методика: «Матрица выбора профессии» | Анкетирование по опроснику:причины возможных ошибок при выборе профессии. |
| 7. | Личный профессиональный план. Пути получения профессии. | Образец составления личного профессионального плана | Заполнение Матрицы выбора профессии |
| 8. | Основы самопрезентации. Стратегия выбора профессии | Правила поведения на собеседовании. | Составление. Резюме Самопрезентация |
| 9. | Обобщающее занятие « Я в мире профессий. | 1.Таблица: «Моя будущая профессия».  2.Психологический кроссворд | Публичная защита будущей профессии |

Список литературы для педагогов

1. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения.– М.: Академия, 2010. – 304 с.
2. Пряжников Н.С. Профориентация в школе и колледже: игры, упражнения, опросники. 8 – 11 классы, ПТУ и колледж. – М.: ВАКО, 2008. – 288 с.
3. Пряжникова Е.Ю. Профориентация., Н.С. Пряжников. – М.: Академия, 2010. – 496 с.
4. Исследовательский центр Superjob. Социологические опросы. Образование [Электронный ресурс] // URL.: ……
5. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии. Рабочая тетрадь учащегося. – М.: Генезис, 2012. – 144 с.
6. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие. – 3-е изд. – М.: Генезис, 2009.
7. Кузнецова, О. В. Представления старшеклассников о профильной школе // Современная психология: теория и практика: Материалы 1 международной научно-практической конференции. 29 – 30 июня 2011 г. М.: Институт стратегических исследований. 2011. – С. 113 – 117.
8. Резапкина Г.В. Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов. – М.: Генезис, 2000.
9. Олекс, О. А. Профессиональная ориентация – важнейший элемент государственной кадровой политики / О.А. Олекс // Народная асвета. – 2007. – №9 – С.10– 13.
10. Савченко М.Ю. Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам: 9–11 класс / М.Ю. Савченко. – М.: Вако, 2008. – 240 с.
11. Ососоева, М. В. Критерии и показатели профессионального самоопределения старшеклассников / М. В. Ососоева // Образование и наука 2011г. – №2. – С. 128– 135.
12. Селевко Г.К. Методика изучения курса «Найди свой путь»: Технология оптимального самоопределения для предпрофильной подготовки – М.: ИМЦ Арсенал образования, 2008. – 288 с.
13. Советова Е.В. Предпрофильная подготовка в школе. – Ростов н/Д.: Феникс, 2008. – 288 с.
14. Чистякова С.Н. Педагогическое сопровождение самоопределения школьников. Методическое пособие для профильной и профессиональной ориентации и профильного обучения школьников. – М.: Академия, 2007. – 136 с.
15. <https://classroom.google.com/h>

Список литературы для учащихся

1. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии. Рабочая тетрадь учащегося. – М.: Генезис, 2012. – 144 с.
2. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие. – 3-е изд. – М.: Генезис, 2009.
3. Резапкина Г.В. Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов. – М.: Генезис, 2000.
4. Шевченко М.Ф. Тренинг «Профориентация для старшеклассников»– М.: Речь, 2007. – 168 с.
5. <https://classroom.google.com/h>

Календарный учебный график модуля обучения

по дополнительной общеразвивающей программе «Я и моя профессия»

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Месяц  Число | Время проведения занятия | Тема занятия | Кол-во  часов | Форма занятия | Место проведения | Форма контроля |
| 1. |  |  | Введение «Важность выбора профессии в жизни человека». | 2 | групповая |  |  |
| 2. |  |  | Раздел I. Что я знаю о своих возможностях |  | групповая |  |  |
| 3. |  |  | Самооценка и уровень притязаний. | 2 | групповая |  | Тестирование «Самооценка и уровень притязаний». |
| 4. |  |  | Свойства нервной системы. Определение типа темперамента.  Темперамент и профессия. | 2 | групповая |  | Тестирование Айзенка «Темперамент» |
| 5. |  |  | Особенности мышления. | 4 | групповая |  | Тестирование интеллектуального потенциала (ТИП). «Тип мышления» |
| 6. |  |  | Особенности памяти и внимания. | 4 | групповая |  | Выполнение контрольных упражнений на определение особенностей памяти и внимания |
| 7. |  |  | Эмоциональное состояние.  Приемы саморегуляции. | 4 | групповая |  | Тестирование эмоций ( Опросник Басса-Дарки). |
| 8. |  |  | Стресс и дистресс. | 2 | групповая |  | Тестирование «Оценка школьных ситуаций». |
| 9. |  |  | Характер и профессия. | 2 | групповая |  | Заполнение опросника: Характер и профессия. (Резапкина Г.В.) |
|  |  |  | Уровень внутренней свободы. | 2 | групповая |  | Тестирование по определению уровня внутренней свободы |
|  |  |  | Обобщающее занятие по теме: «Что я знаю о своих возможностях». | 2 | групповая |  | Выполнение кроссворда по пройденным темам раздела. |

Календарный учебный график второго модуля обучения

по дополнительной общеразвивающей программе «Я и моя профессия»

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Месяц  Число | Время проведения занятия | Тема занятия | Кол-во  часов | Форма занятия | Место проведения | Форма контроля |
| 1. |  |  | Раздел I.Что я знаю о мире профессий |  | групповая |  |  |
| 2. |  |  | Классификация профессий. | 2 | групповая |  | Контрольная работа по заполнению пирамиды Климова Е.А. |
| 3. |  |  | Формула профессии. Профессия, специальность, должность. | 2 | групповая |  | Выполнение заданий по определению профессия,специальность,должность |
| 4. |  |  | Определение типа будущей профессии | 2 | групповая |  | Тестирование: определение типа будущей профессии  (по методике Климова Е.А.) |
| 5. |  |  | Интересы и склонности в выборе профессии. | 4 | групповая |  | Заполнение карты интересов по методике Голомштока А. |
| 6. |  |  | Определение профессионального типа личности. | 4 | групповая |  | Тестирование по определению професссионального типа личности по методике Дж.Голланда |
| 7. |  |  | Способности и профессиональная пригодность. Ошибки в выборе профессии. | 4 | групповая |  | Анкетирование по опроснику:причины возможных ошибок при выборе профессии. |
| 8. |  |  | Личный профессиональный план. Пути получения профессии. | 2 | групповая |  | Заполнение Матрицы выбора профессии |
| 9. |  |  | Навыки самопрезентации. Стратегия выбора профессии. | 2 | групповая |  | Составление резюме Самопрезентация |
| 10 |  |  | Обобщающее занятие « Моя будущая профессия» | 2 | групповая |  | Публичная защита будущей профессии |