

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение города Новосибирска
"Средняя общеобразовательная школа № 218"

«Рассмотрено»
На заседании
Руководитель ППС
_____/ Н.В.Гетман
Протокол
№ ____ от « ____ » ____ 2023 г.

«Согласовано»
Заместитель директора по
ВР
_____/Е.В. Коробкина
от « ____ ». 2023 г.

«Утверждено»
Директор МОУ СОШ № 218
_____/ Трунова И.Е.
Приказ
№ ____ от « ____ » ____ 2023 г.

**Рабочая программа
социально-развивающего курса для обучающихся с ОВЗ**

«Мои способности и успех»

основное средне общее образование,

(уровень общего образования)

10-11 классы

(параллели, где реализуются программа)



Программа составлена в соответствии с ФГОС СОО
Составитель\разработчик:

Кочетова Марина Анатольевна
социальный педагог МАОУ СОШ № 218

Утверждена
на заседании педагогического совета
Протокол
№ ____ от « ____ » ____ 2023 г.

г. Новосибирск, 2023г.

Пояснительная записка

Программа «Мои способности и успех» призвана помочь старшим подросткам определить свои жизненные и профессиональные планы в соответствии с интересами, способностями, возможностями, ценностными установками личности.

Помощь обучающимся в правильном выборе профессии предполагает необходимость специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе (образ «Я») и о мире профессионального труда с последующим соотношением знаний о себе со знаниями о профессиональной деятельности. Эти компоненты являются основными составляющими данной программы.

Программа «Мои способности и успех» для обучающихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений» разработана на основании следующих нормативно – правовых документов:

1. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20 ноября 1989 г.) (вступила в силу для СССР 15 сентября 1990 г., ратифицирована Постановлением Верховного Совета СССР от 13 июня 1990 г. № 1559-1)
2. Конституция Российской Федерации.
3. Семейный кодекс Российской Федерации.
4. Федеральный закон от 24 ноября 1995 г. № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации».
5. Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
6. Федеральный закон от 29 декабря 2006 г. № 256-ФЗ «О дополнительных мерах государственной поддержки семей, имеющих детей».
7. Федеральный закон от 30 июня 2007 г. № 120-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты РФ по вопросу о гражданах с ограниченными возможностями здоровья».
8. Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».
9. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
10. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 25 августа 2014 года № 1618-р «Об утверждении Концепции государственной семейной политики в Российской Федерации на период до 2025 года».
11. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 18 декабря 2021 г. № 3711-р «Об утверждении Концепции развития в Российской Федерации системы комплексной реабилитации и абилитации инвалидов, в том числе детей-инвалидов, на период до 2025 года»

Цель программы – сформировать готовность обучающихся к обоснованному выбору профессии с учетом своих склонностей, способностей, состояния здоровья и потребностей рынка труда.

Основные задачи:

1. Информированность учащихся о мире профессий и их особенностях.
2. Выявление интересов, склонностей учащихся, направленности личности, первичных профессиональных намерений и их динамики.
3. Определение выраженности и структуры способностей.
4. Определение уровня развития различных сторон личности.
5. Формирование готовности к самоанализу и самооценке, реальному уровню притязания.
6. Обучение умению делать обоснованный профессиональный выбор.

Программа предназначена для работы с обучающимися 10-11-го класса рассчитана на два года ;

Количество занятий – 36 (72 ч.); продолжительность каждого занятия 40 минут (1 урок).

Частота занятий – один раз в неделю. Возраст участников занятий – 16-18 лет \10-11 класс.

В основе данной программы по профориентации лежат идеи авторского коллектива под руководством Митиной Л. М.

Обзор разделов программы

Раздел 1. Внутренний мир человека и система представлений о себе.

Данный раздел Программы ориентирован на решение следующих основных задач: формирование и развитие интереса подростков к себе и к другому человеку как личности; развитие самосознания и самооценки; развитие и укрепление чувства взрослости, навыков личностного общения в группе сверстников, способов взаимопонимания; развитие моральных качеств, форм сочувствия и сопереживания другим людям.

В качестве одного из методических средств выступает развивающая социально-психологическая диагностика. Такая диагностика предполагает использование в работе с учащимися комплекса психологических методик, обеспечивающих:

- возможность получения каждым учащимся информации о своих индивидуальных психологических качествах и степени их соответствия требованиям той или иной профессии (диагностические методики),
- возможность развития этих психологических качеств (развивающие методики в виде элементов социально – психологического тренинга, сюжетно – ролевых и деловых игр).

Раздел 2. Мир профессий. Человек и профессия.

Данный раздел Программы ориентирован на решение следующих основных задач:

- общая ориентировка учащихся в мире профессий, формирование у школьников способности к анализу профессиональной деятельности;
- определение уровня развития различных сторон личности, такие как:
 - психические и поведенческие проявления основных свойств нервной системы;
 - склонности и интересы, связанные с выбором профессии;
 - черты характера, проявляющиеся в системе ведущих отношений личности – к деятельности, другим людям, самому себе;
 - типичные эмоциональные состояния;
 - сформированность интеллектуальных способностей;
 - коммуникативные качества личности.

Раздел 3. Тренинг профессионального самоопределения «Слагаемые профессионального успеха».

Этот заключительный этап курса направлен на закрепление и развитие умений по принятию решений, планированию профессионального пути.

Формируемые знания и умения:

Учащиеся должны знать:

- уровень развития своих профессионально важных качеств;
- сферы трудовой деятельности;
- правила выбора профессии;
- значение правильного самоопределения для личности и общества;
- возможности человека в развитии различных профессионально важных качеств.

Учащиеся должны уметь:

- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
- составлять личный профессиональный план;
- использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

Предполагаемые результаты: личность, способная выбирать профессию, соответствующую ее интересам, возможностям, склонностям и запросам современного рынка труда.

Структура занятий:

вступительная часть;

- диагностический блок;

- информационный блок;
- развивающий блок

Формы и план работы

1. Индивидуальная работа. Данная форма работы над заданиями, упражнениями, тестами позволяет ученику глубже разобраться в себе, в своих чувствах, в отношениях с окружающими и т.д.

2. Работа в парах. Данная форма работы позволяет учащимся приобрести навыки и умения, связанные с ведением диалога, научиться слушать и слышать собеседника.

3. Работа в группах. Данная форма работы формирует навыки эффективного взаимодействия учащихся, позволяет лучше узнать друг друга.

4. Коллективная работа. Данная форма работы позволяет освоить приемы и способы взаимодействия с большим количеством людей, требует концентрации внимания, помогает развивать интуицию.

Приемы работы: сюжетно-ролевые и деловые игры, «мозговой штурм», развивающая психодиагностика, дискуссия, упражнения, диалог

Активизирующие профориентационные методики:

- профориентационные игры и упражнения;
- карточные методики;
- профориентационные и ценностно-смысловые опросники;
- бланковые игры.

Основные диагностические методики:

1. Тест Голланда по определению типа личности;
2. Дифференциально-диагностический опросник Климова Е. А.;
3. Методика КОС (оценка коммуникативных и организаторских склонностей);
4. Методика «Мотивы выбора профессии»;
5. Тест «Карта интересов» (исследование познавательных интересов);
6. Опросник Айзенка (диагностика темперамента);
7. Диагностика самооценки;
8. Тест структуры интеллекта Амтхауера или ШТУР.

Тематический план курса «Профессия Успеха»

Тема занятия	Количество часов
1. Вводное занятие.	2
Раздел 1 Внутренний мир человека и система представлений о себе (10 ч.).	
1. Образ «Я» или что я думаю о себе.	4
2. Мои сильные и слабые стороны.	2
3. Жизнь по собственному выбору.	2
4. Звездная карта моей жизни.	2

<p>Раздел 2 Мир профессий. Человек и профессия (44 ч.).</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дороги, которые мы выбираем. 2 2. Многообразие мира профессий. 2 3. Обзорная психологическая классификация профессий по Е. А. Климову. 4 4. Пути получения профессии. 2 5. «Секреты» выбора профессии («хочу» - «могу» - «надо»). 4 6. Профессиональные интересы и склонности. 4 7. Палитра наших способностей. 4 8. В «круге Айзенка». Природные свойства нервной системы. 6 9. Психологические процессы и их роль в выборе профессии. 4 10. Мотивы, ценностные ориентации и их роль в выборе профессии. 2 11. Стратегия профессионального выбора. 2 12. Профессиональная пригодность. 2 13. Здоровье и выбор профессии. 4 <p>Характеристика профессии – профессиограмма.</p>	
<p>Раздел 3 Тренинг. Слагаемые профессионального успеха (16 ч.).</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Конструирование цели жизни. 2 2. «Состязание мотивов». 2 3. Поговорим о жизненных ценностях. 2 4. «Робинзонада». 2 5. «Дорожная карта». 2 6. «Контрольные списки». 2 7. Факторы, влияющие на выбор профессии. 2 8. Пожелайте мне доброго пути! 	
Всего:	72

Содержание программы

1. Вводное занятие – 2 ч.

Цели и задачи курса. Содержание, специфика занятий по психологическим основам выбора профессий. Дневник выбора профессии как форма фиксации данных по курсу «Профессия Успеха».

Практическая работа. Методика «Моя линия жизни».

Раздел 1. Внутренний мир человека и система представлений о себе (10 ч.)

1. Образ «Я» или что я думаю о себе – 4 ч.

Понятие личности. Уникальность личности каждого человека. Многообразие личностных особенностей.

Сущность Я – концепции. Компоненты образа «Я». Формирование образа собственного «Я».

Самооценка и ее роль в профессиональном самоопределении личности.

Основные понятия: «Я – концепция», самооценка, виды самооценки: адекватная, неадекватная, заниженная, завышенная.

Диагностические методики: «Кто я?», методика определения уровня самооценки.

Развивающие методики: «Ласковое слово», методика самооценки личности.

Практическая работа. Составление «дерева» психологических качеств личности.

2. Мои сильные и слабые стороны – 2 ч. Образ «Я» как система представлений о себе.

Основные понятия: «Я – концепция», самооценка, самопознание. Диагностическая методика: тест на самоопределение.

Развивающая методика: «Принятие себя» (мои сильные и слабые стороны).

3. Жизнь по собственному выбору – 2 ч.

Перспективные цели и конкретные шаги для их осуществления. Преодоление препятствий на пути к достижению целей. Эффективное использование времени.

Основные понятия: я должен, я выбираю принуждение, автономия. Развивающие методики: «Должен или выбираю», «Круг нашей жизни»

Практическая работа. Составление программы действий на ближайшее будущее.

4. Звездная карта моей жизни – 2 ч.

Дальнейшее самораскрытие, самопознание. Заключение контракта с самим собой.

Основные понятия: самопознание, позитивное мышление.

Развивающие методики: «Моя вселенная», «Именно сегодня...», «Каков я на самом деле?»

Раздел 2. Мир профессий. Человек и профессия (44 ч.)

1. Дороги, которые мы выбираем... – 2 ч.

Изучение базовых понятий курса. Профессиональные намерения, интересы, склонности. Заполнение анкеты оптанта.

Основные понятия: профориентация, оптанта, профессия, специальность, квалификация, должность, вакансия, карьера, призвание.

Теория. Работа со словарем.

Диагностическая методика: анкета оптанта.

2. Многообразие мира профессий – 2 ч.

Труд в жизни человека и общества. Разнообразие профессий. Профессия и человек. Профессия и время. Новые требования к современному специалисту.

Профессиональная деятельность как способ самореализации и самоутверждения личности.

Основные понятия: сферы и отрасли профессиональной деятельности, самореализация.

Практическая работа. Составление словаря профессий.

3. Обзорная психологическая классификация профессий по Е. А. Климову – 4 ч. Способы квалификации профессий. Профессии типа «человек – человек», «человек – техника», «человек – природа», «человек – знаковая система», «человек – художественный образ». Характеристика профессий по общим признакам профессиональной деятельности.

Основные понятия: классификация, типы профессий, классы профессий, отделы профессий, группы профессий, формула профессии.

Теория. Изучение классификации Е. А. Климова.

Практическая работа. Составление формул профессий.

4. Пути получения профессии – 2 ч.

Система профессионально-технического образования. Типы профессиональных училищ, условия приема и обучения в них. Подготовка рабочих на производстве.

Средние специальные учебные заведения, их типы, условия приема и обучения. Типы высших учебных заведений, условия приема и обучения студентов.

Практическая работа. Письменная работа «Мой путь в профессию».

5. «Секреты» выбора профессии («хочу – могу – надо») – 2 ч.

«Хочу» - склонности, желания, интересы личности; «могу» - человеческие возможности (физиологические и психологические ресурсы личности); «надо» - потребности рынка труда в кадрах. Типичные ошибки при выборе профессии.

Основные понятия: интересы, желания, склонности; физиологические и психологические ресурсы личности; рынок труда.

Практическая работа. Распределение профессий, специальностей, должностей по соответствующим группам.

6. Профессиональные интересы и склонности – 4 ч.

Понятие «интерес». Индивидуальные интересы. Профессиональные намерения.

Основные понятия: интерес, профессиональный интерес, профессиональные склонности, виды интересов, этапы развития интересов; формула интересов и склонностей: «я хочу знать», «я хочу делать».

Диагностические методики: тест «Карта интересов», ДДО Климова.

Развивающая методика. Актуализация профессиональных интересов путем группового обсуждения соответствующей профессиональной сферы.

7. Палитра наших способностей – 4 ч.

Способности общие и специальные. Общая структура способностей. Динамичность и подвижность способностей. Изучение собственных способностей.

Основные понятия: способности, задатки, виды способностей: общие и специальные.

Диагностические методики: тест структуры интеллекта Амтхауера или ШТУР. Практическая работа. Построение графика структуры интеллекта.

8. В «круге Айзенка». Природные свойства нервной системы – 4 ч.

Общее представление о темпераменте. Психологическая характеристика основных типов темперамента, особенности их проявления в учебной и профессиональной деятельности. Изучение собственного темперамента.

Основные понятия: темперамент, характер, типы темперамента: холерический, сангвинический, флегматический, меланхолический; виды характера: определенный, сильный, цельный; свойства характера: отношение к другим людям, отношение к труду, отношение к самому себе.

Диагностическая методика: тест Айзенка.

Развивающие методики: методика независимых характеристик, Методика изучения темперамента путем анализа зарегистрированных фактов.

Практическая работа. Работа с «кругом» Айзенка (определение качеств, присущих каждому из типов темперамента)

9. Психологические процессы и их роль в выборе профессии – 6 ч.

Сущность психологических процессов «ощущение», «восприятие», «внимание», «память», «мышление». Роль психологических процессов в выборе профессии.

Основные понятия: ощущение, восприятие, виды восприятия: зрительное, слуховое, осязательное; память, виды памяти: произвольная, произвольная, словесно – логическая, наглядно – образная, оперативная, кратковременная, долговременная; внимание, виды внимания: произвольное, произвольное, послепроизвольное; качества внимания: объем, концентрация, устойчивость, переключение, распределение; мышление, виды мышления: предметно – действенное, наглядно – образное, словесно – логическое; мыслительные операции: сравнение, анализ, синтез, обобщение, абстрагирование.

Диагностические методики: исследование особенностей распределения внимания методом корректурной пробы; выявление уровня кратковременной наглядно – образной памяти; выявление особенностей мышления

Развивающие методики: Как развивать внимание; как улучшить память; как развивать мышление; как развивать воображение.

10. Мотивы, ценностные ориентации и их роль в выборе профессии – 4 ч.

Сущность понятий «мотивы», «ценностные ориентации». Классификация мотивов. Значение мотивов и ценностных ориентаций в выборе профессии.

Основные понятия: мотивы, ценностные ориентации, виды мотивов: социальные, моральные, эстетические, познавательные, творческие, материальные, престижные, утилитарные; типы ценностных ориентаций: непротиворечивый профессиональный, противоречивый, непротиворечивый внепрофессиональный.

Диагностическая методика: методика определения типа ценностных ориентаций; анкета мотивов выбора профессии.

11. Стратегия профессионального выбора – 2 ч.

Стратегия выбора профессии. Обучение стратегии выбора. Анализ возможных ошибок при выборе профессии. Планирование профессионального пути.

Развивающие методики: упражнение «Семь шагов к взвешенному решению», упражнение «Последовательность принятия решения».

12. Профессиональная пригодность – 2 ч.

Сущность понятий «план», «профессиональный план», «профессиональная пригодность»; схема профессионального планирования Е. А. Климова.

Факты, влияющие на формирование профессиональной пригодности.

Основные понятия: план, жизненный план, профессиональный план, карьера, профессиональная пригодность, ступени профпригодности, непригодность, соответствие, призвание, виды профпригодности: абсолютная, относительная.

Диагностическая методика: тест Голланда «Определение типа личности»

13. Здоровье и выбор профессии – 2 ч.

Сущность понятия «здоровье»; взаимосвязь здоровья и выбора профессии. Важнейшие характеристики здоровья человека. Ограничение профессиональной пригодности при различных заболеваниях.

Основные понятия: здоровье, координация движений, глазомер, профессиональная пригодность.

Практическая работа. Выявление индексов здоровья. Выявление координации графических движений. Определение координации рабочих движений. Выявление и оценка пространственного и линейного глазомера.

14. Характеристика профессии – профессиограмма – 4 ч.

Профессиограмма: описание особенностей профессии, содержания и характера труда. Психограмма: описание требований, которые предъявляет профессия к психологическим качествам человека. Схема профессиограммы. Знакомство с профессиограммами отдельных профессий.

Основные понятия: профессиограмма, психограмма. Практическая работа. Описание выбранной профессии.

Раздел 3. Тренинг. Слагаемые профессионального успеха (16 ч.)

1. Конструирование цели жизни – 2 ч.

Цель жизни и «технология» превращения мечты в цель.

Практическая работа. Решение психологических задач. Составление инструкции.

2. «Состязание» мотивов – 2 ч.

Отработка умения осознанного выбора профессии. Практическая работа. Рейтинг мотивов.

3. Поговорим о жизненных ценностях – 2 ч. Осмысление своих жизненных ценностей.

Развивающая методика. Карточная игра «Туда – сюда»

4. «Робинзоада» – 2 ч.

Осознание потребности рынка труда в разных профессиях. Формирование представления о профессиональных компетенциях.

Развивающая методика. Сюжетно – ролевая игра «Робинзоада»

5. «Дорожная карта» – 2 ч.

Осознание промежуточных этапов и возможных путей достижения своей профессиональной цели.

Развивающая методика. Составление своей «дорожной карты» с промежуточными остановками.

6. «Контрольные списки» – 2 ч.

Осознание уровня своей информированности относительно избранных профессий.

Практическая работа. Самопроверка на предмет основательности профессионального выбора.

7. Факторы, влияющие на выбор профессии – 2 ч.

Анализ различных факторов, влияющих на выбор профессии. Развивающая методика. «Силовое поле выбора профессии».

8. Пожелайте мне доброго пути! – 2 ч.

Получение позитивной обратной связи для укрепления самооценки и актуализации личностных ресурсов участников занятий.

Развивающая методика. Упражнение «Сбор чемодана в дорогу».

Список литературы:

1. Березина, А. В. Дорожная карта : профориентационная работа с детьми и подростками в библиотеке / А. В. Березина, Н. Г. Малахова, С. С. Кукушкина // Школ. б-ка: сегодня и завтра. — 2021. — № 10. — С. 6 — 72.
2. Беспалова, Е. А. «ЕВРАЗ — класс» — энергия будущего» : (модель профессионального самоопределения старшеклассников в условиях сетевого взаимодействия) / Е. А. Беспалова // Управление современной школой. Завуч. — 2021. — № 7. — С. 49-69.
3. Бельтюкова, С. Л. Реализация мероприятий подпрограммы «Проба профессий» : (в рамках Программы развития школы на 2019–2021 годы в МАОУ «Холмогорская средняя школа имени М.В. Ломоносова») / С. Л. Бельтюкова // Сев. Двина : сетевой информационно-методический журнал. — 2020. — № 6. — С. 68-72.
4. Огановская Е.Ю. Организация профориентационной работы в школе в условиях перехода на ФГОС ООО. СПб., 2016.
5. Пряжников Н.С. Методы активизации профессионального и личностного самоопределения : учеб.-метод. пособие / Н. С. Пряжников. М. : МОДЭК, 2018. 392 с.
6. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии или путеводитель выпускника. М.: МИР, 2017.
7. Сергеев, И. С. Прогноз развития системы профессиональной ориентации в условиях цифровой трансформации / И. С. Сергеев, Д. А. Махотин, В. Н. Пронькин, Н. Ф. Родичев // Педагогика. — 2021. — № 7. — С. 5-19.
8. Тюшев Ю.В. Выбор профессии : тренинг для подростков / Ю.В.Тюшев. СПб. : Питер, 2017. 160 с.
9. Технология. Твоя профессиональная карьера. Дидактические материалы. Книга для учителя / С. Н. Чистякова, Н. Ф. Родичев, Н. С. Пряжников, И. А. Умовская. – М.: Просвещение, 2010. 159 с.