

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №10» г. Хилок.

Принята на заседании
методического (педагогического) совета
от «31» августа 2020г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ
Ушакова Т.П.
« 31 » августа 2020 г.

ПРОГРАММА элективного курса

**«В мире профессий»
9 класс**

Возраст обучающихся: 15-16лет

Срок реализации: 2 года

Разработала: педагог - психолог Карбушева Л.Д.

Данная программа разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 373 от 06 октября 2009 г.
- Основной образовательной программы основного общего образования. М.: Просвещение, 2012 г.
- Учебного плана МБОУ СОШ № 10 г. Хилок» на 2020- 21 учебный год.
- Данный элективный курс разработан на основе программы элективного курса «Путь к профессии», автор - составитель Т.А. Разгуляева.
- Программа «В мире профессий» рассчитана на 34 часов.

Хилок 2020 г.

Пояснительная записка.

Рабочая программа элективного курса для 9 класса составлена в соответствии с объемом учебного времени, отводимого на изучение предмета «В мире профессий» по учебному плану образовательного учреждения - 34 часов в год, 1 час в неделю.

Цель данного курса:

- достижение выпускниками планируемых результатов: знаний, умений, навыков, компетенций и компетентностей, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями обучающегося среднего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья;

- становление и развитие личности обучающегося в ее самобытности, уникальности, неповторимости.

Для реализации поставленных целей предусматривается решение следующих основных задач:

- обеспечение соответствия основной образовательной программы требованиям Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО);

- обеспечение доступности получения качественного основного общего образования, достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования всеми обучающимися, в том числе детьми-инвалидами и детьми с ОВЗ;

- установление требований к воспитанию и социализации обучающихся как части образовательной программы и соответствующему усилению воспитательного потенциала школы, обеспечению индивидуализированного психолого-педагогического сопровождения каждого обучающегося, формированию образовательного базиса, основанного не только на знаниях, но и на соответствующем культурном уровне развития личности, созданию необходимых условий для ее самореализации;

- обеспечение эффективного сочетания урочных и внеурочных форм организации учебных занятий, взаимодействия всех участников образовательных отношений;

- взаимодействие образовательной организации при реализации основной образовательной программы с социальными партнерами;

- организацию интеллектуальных и творческих соревнований, научно - технического творчества, проектной и учебно-исследовательской деятельности;

- включение обучающихся в процессы познания и преобразования внешкольной социальной среды (населенного пункта, района, города) для приобретения опыта реального управления и действия;

- социальное и учебно-исследовательское проектирование, профессиональная ориентация обучающихся при поддержке педагогов, психологов, социальных педагогов, сотрудничество с базовыми предприятиями, учреждениями профессионального образования, центрами профессиональной работы;

- сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, обеспечение их безопасности.

Для реализации данных целей используется учебно-методический комплект.

Рабочая программа составлена с учётом индивидуальных особенностей обучающихся 9 классов и специфики классного коллектива.

При определении варианта проведения занятия учитель ориентируется на широкий спектр форм и способов раскрытия содержания урока:

- лекция;
- семинарское занятие с привлечением дополнительных материалов и других источников;
- уроки-практикумы;
- работа с иллюстрированным материалом, который, как правило, носит дидактический характер;
- объяснение учителя и беседа с учащимися;
- самостоятельная работа школьников, в том числе групповые задания;
- заслушивание сообщений учащихся с последующим обсуждением.

Планируемые результаты обучения и усвоение содержания курса.

Требования к результатам обучения и освоения содержания курса предполагают реализацию деятельностного, компетентностного и личностно-ориентированного подходов в процессе усвоения программы.

Результатами образования являются компетентности, заключающиеся в сочетании знаний и умений, видов деятельности, приобретённых в процессе усвоения учебного содержания, а также способностей, личностных качеств и свойств учащихся.

Познавательные УУД

1. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. Обучающийся сможет:

- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
- вербализовать эмоциональное впечатление, оказанное на него источником.

2. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- создавать вербальные, вещественные и информационные модели с выделением существенных характеристик объекта для определения способа решения задачи в соответствии с ситуацией;

3. Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации. Обучающийся сможет:

- прогнозировать изменения ситуации при смене действия одного фактора на действие другого фактора;
- распространять экологические знания и участвовать в практических делах по защите окружающей среды.

4. Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем. Обучающийся сможет:

- осуществлять взаимодействие с электронными поисковыми системами, словарями;
- формировать множественную выборку из поисковых источников для

объективизации результатов поиска;

- соотносить полученные результаты поиска со своей деятельностью.

Коммуникативные УУД

1. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение. Обучающийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;
- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);
- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;
- выделять общую точку зрения в дискуссии;
- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
- устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

2. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью. Обучающийся сможет:

- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

3. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее - ИКТ). Обучающийся сможет:

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;
- выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;
- выделять информационный аспект задачи, оперировать данными, использовать

модель решения задачи;

- использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программно-аппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: вычисление, написание писем, сочинений, докладов, рефератов, создание презентаций и др.;

- использовать информацию с учетом этических и правовых норм;

Предметные результаты:

Обладать знаниями и информацией:

- о правилах выбора будущей профессии;
- о профессионально важных качествах;
- о положении современного рынка труда;
- о требованиях, особенностях и специфике наиболее популярных профессий.

Учебно-методическое обеспечение.

1. Разгуляева Т.А. Путь к профессии.
2. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии. Программа предпрофильной подготовки. - М. "Генезис", 2006.
3. Резапкина Г.В. Я и моя профессия. Программа профессионального самоопределения для подростков. Учебно-методическое пособие для школьников, психологов и педагогов. - М.: Генезис, 2000.
4. Рогов Е.И. Выбор профессии: становление профессионала. - М. 2003.
5. Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации. - М.: Владос-пресс, 2001.
6. Резапкина Г. Методический кабинет. - Режим доступа: <http://metodkabi.net.ru/index.php?id=glavn#ur>
7. Психология: описания психологических тестов, тестирование он-лайн, тренинги, упражнения, статьи, советы психологов. - Режим доступа: <http://azps.ru/training/2/trn158.html>

Содержание учебного предмета

I. Введение.

Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана.

II. Мир профессий.

Понятие профессии, специальности, специализации, квалификации. Характеристика труда: характер, процесс, условия труда.

Классификация профессий, формула профессий. Понятие профессиограммы. Типы профессий. Матрица выбора профессий. Характеристика профессий типа «человек - человек», «человек - техника», «человек - знаковая система»; «человек - природа»; «человек - художественный образ». Профессионально важные качества (ПВК).

III. Познавательные процессы и способности личности.

Память. Внимание. Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение. Мышление. Особенности интеллектуальной сферы. Типы интеллекта. Способности. Виды способностей: общие, специальные. Условия развития способностей.

IV. Психология личности.

Типы нервной системы. Типы темперамента. Характер. Самооценка. Самоопределение. Профессиональное самоопределение. Смысл и цель жизни человека.

Мотивационная сфера личности. Потребности, их виды. Общение. Деловое общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы решения конфликтов.

V. Профессиональное самоопределение.

Склонности, интересы и мотивы в профессиональном выборе («хочу».)
Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»). Специальные способности. Профпригодность. Понятие компенсации способностей. Рынок труда. Потребность рынка труда в кадрах («надо»). «Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки и анализе составляющих «хочу» - «могу» - «надо». Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии.

VI. Подготовка к будущей карьере.

Понятие карьеры. Виды карьеры. Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должности. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования. Построение личного профессионального плана.

VII. Обобщение.

Построение личного профессионального плана. Зачет.

Таблица 1

Тематическое планирование по элективному курсу «В мире профессий»

9 класс (34 часов)

| п/п | Наименование тем | Количество часов |
|------|--|------------------|
| I | Введение. Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана | 1 |
| II | Мир профессий | 10 |
| 2.1. | Понятие профессии, специальности, специализации, квалификации. Характеристика труда: характер, процесс и | 2 |
| 2.2. | Классификация профессий. Формула профессий. Понятие профессиограммы | 2 |
| 2.3. | Типы профессий. Матрица выбора профессии | 1 |
| 2.4. | Характеристика профессий типа «человек-человек» | 1 |
| 2.5. | Характеристика профессий типа «человек-техника» | 1 |
| 2.6. | Характеристика профессий типа «человек-знаковая система» | 1 |
| 2.7. | Характеристика профессий типа «человек-природа» | 1 |
| 2.8. | Характеристика профессий типа «человек-художественный образ» | 1 |
| III | Познавательные процессы и способности личности | 6 |
| 3.1. | Память. Внимание | 2 |
| 3.2. | Ощущения. Восприятие. Представление. Воображение | 2 |
| 3.3. | Мышление. Особенности интеллектуальной сферы. Типы интеллекта | 2 |
| IV | Психология личности | 6 |
| 4.1. | Типы нервной системы. Типы темперамента. Характер. Самооценка | 2 |
| 4.2. | Самоопределение. Профессиональное самоопределение. Смысл и цель жизни человека. Мотивационная сфера личности. Потребности, их виды | 2 |
| 4.3. | Общение. Деловое общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов | 2 |
| V | Профессиональное самоопределение | 7 |
| 5.1. | Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу») | 2 |
| 5.2. | Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»). Специальные способности. Профпригодность. Понятие компенсации способностей | 2 |
| 5.3. | Рынок труда. Потребности рынка труда («надо») | 1 |
| 5.4. | «Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки и анализа составляющих «хочу» - «могу» - «надо» | 1 |
| 5.5. | Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии | 1 |
| VI | Подготовка к будущей карьере | 2 |
| 6.1. | Понятие карьеры. Виды карьеры. Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должности. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования | 2 |
| VII | Обобщение | 2 |
| 7.1. | Построение личного профессионального плана. Зачет | 2 |
| | ИТОГО: | 34 |

Методическая разработка урока профессионального самоопределения

Педагоги МБОУ СОШ г. Хилок ставят перед собой задачу воспитание человека, умеющего ставить перед собой реальные цели, выбирать оптимальный путь их достижения, анализировать результаты деятельности, извлекать уроки и брать на себя ответственность за свои поступки

Решение этой задачи требует осознанной и слаженной работы всех участников образовательного процесса, хороших программ, компетентных специалистов в области профориентационной деятельности. Среди традиционных форм - уроки, темы которых направлены на изучение школьниками своих личных особенностей в целях формирования реалистичной самооценки, знакомство с миром профессий, правилами выбора профессии и планирования карьеры. Представленные уроки апробировала на практике педагог-психолог данной школы.

Урок «Профессиограммы»

Продолжительность урока: 45 минут.

Особенность урока: интеграция в уроке профессионального самоопределения по теме «Профессиограммы» тем о классах профессий, об условиях труда, профессиональных компетенциях, об оптимальных моделях взаимодействия с окружающими людьми наряду с повышением психологической культуры.

Интеграция возможна на основе применения различных способов организации деятельности обучающихся через применение лично ориентированной технологии И.С. Якиманкой как эффективного способа развития способностей, обучающихся выполнять алгоритмированные тестовые материалы.

Лейтмотив урока: *«Все хотят, чтобы что-нибудь произошло, и все боятся, как бы чего-нибудь не случилось».*

Б. Окуджава

Личностно-ориентированная технология:

Познавательный стиль ученика и обучающий стиль ребенка согласованы в процессе обучения.

Разно уровневый подход - ориентация на разный уровень сложности программного материала, доступного ученику.

Личностно-ориентированная технология - это механизм перехода к новому техно - промышленному и социо - культурному укладу и способом формирования резервных систем развития.

Участники урока: учащиеся 9 класса

Цель урока: моделирование поведения учащихся в тренинге в соответствии с персонализированной профессиограммой.

Для развития проективно-профессиональных компетенций в тренинге создание ситуации, при которой учащиеся на практике будут использовать полученные на уроках навыки.

Задачи предметные:

1. Образовательная:

- создать условия для обогащения представления старшеклассников профессий;

- познакомить обучающихся с ресурсом личной профиограммы;
- проверить с помощью упражнений знания о составляющих профессионального успеха.

2. Воспитательная:

- прививать интерес к карьерному росту человека в его деятельности;
- воспитывать чувство ответственности, коллективизма, коммуникабельности через работу в группе.

3. Развивающая:

- развивать навыки устной монологической, диалогической речи;
- развитие артистических способностей и творческого мышления;
- пополнить личный опыт участников тренинга в результате ролевого проигрывания;
- развивать творческое мышление при выполнении нестандартных заданий;
- развивать навыки тестирования;
- развивать приемы и навыки рефлексивной практики.

4. Здоровье сберегающая:

- соблюдать правила и нормы САНПиН;
- выполнять в системе комплекс физических упражнений, в том числе психогимнастику и гимнастику для глаз;
- контролировать временные рамки работы и чередования разных видов (разного рода) активности.

Оборудование урока:

- учебники «Профессиональное самоопределение школьников Москвы» (учебное пособие для учащихся 9-11 классов)
- Оборудование для тренинга: мяч, колокольчики, диск с музыкальными фразами (Аккордеон, французские напевы)
- презентации детей,
- игровые задания на электронном и бумажном носителях,
- текстовые файлы с заданиями,
- материалы Интернета
- маркеры
- игрушка-символ
- бумага
- цветные карандаши
- пастель

Технические средства обучения:

- ноутбуки “Aquarius”;
- ОС Windows XP;
- MicrosoftOffice 2007;

Ход урока:

Игротренинг.

| Время | Организационный момент | Содержание деятельности | Примечание |
|----------------------------|--|---|------------|
| 1 мин | Приветствие учащихся. Разминка Упражнение «Имя и профессия» | Все участники представляются по имени и называют профессию, которая начинается с их имени | |
| 3 мин | Игра «Самая-самая» | Предлагается каждому участнику по очереди выйти в центр круга и изобразить с помощью мимики и жестов те профессии, которые соответствовали бы следующим характеристикам: <ul style="list-style-type: none"> • Самая сладкая профессия; • Самая денежная профессия; • Самая волосатая профессия; • Самая неприличная профессия; • Самая смешная профессия; • Самая зеленая профессия; • Самая детская профессия; • Самая серьезная профессия | |
| Основной этап урока | | | |
| 7 мин | Ролевая игра «Находчивость» | <p>Успех связан с нашей деятельностью, желанием реализовать себя в том или ином деле. В профессиональной деятельности бывают проколы и случайности. Специалист должен уметь выбраться из критической ситуации. Мы попробуем сейчас в игре выйти из разных ситуаций.</p> <p>Вся группа делится на подгруппы по 5 человек, и каждая подгруппа получает задание:</p> <ul style="list-style-type: none"> • У адвоката пропадает голос, а его слово сейчас решающее; • У певицы во время концерта каблук попадает в щель, и она падает; • У электрика во время работы вдруг исчезает изолянт; • У продавца при сдаче денег вдруг оказывается лишней огромная сумма денег; • Во время спектакля у артиста отпадает приклеенный нос; • Менеджер спешит на важную деловую встречу, из-за угла на полном ходу пролетает джип и обливает его грязью с ног до головы. Затем - представление каждой подгруппой своего решения | |
| 1 мин | Введение правил тренинга (звучит музыка инструментальная) | <p>Представление правил тренинга:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Доверительный стиль общения. • Общение по принципу «Здесь и сейчас» • Высказываться от собственного имени. | |

| | | | |
|--------|--|---|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> • Конфиденциальность всего происходящего. • Недопустимость оценок в адрес другого. • Активное участие во всех упражнениях. • Принцип активного слушания (уважение к говорящему) | |
| 10 мин | Игра «Нужные люди» | <p>Сегодня наш разговор о людях успешных, о нас с вами, как мы понимаем, что такое «успех» и как это понятие связано с профессиональной деятельностью. Предлагается классу рассчитаться на 1-5.</p> <p>Затем все одинаковые номера объединяются в группы. Каждая группа получает задание: составить список профессий в какой-то сфере деятельности.</p> <ul style="list-style-type: none"> - список профессий для фирмы, занимающейся производством хлебобулочных изделий; - список профессий для фирмы, занимающейся строительством жилых домов; - список профессий для фирмы, занимающейся созданием телепередач; - список профессий для фирмы, занимающейся охраной частной собственности; - список профессий для фирмы, занимающейся перевозкой грузов и пассажиров; - список профессий для фирмы, занимающейся полиграфической деятельностью. <p>По окончании работы выходит от каждой подгруппы один представитель и зачитывает список тех профессий, которые были составлены ими</p> | |
| 10 мин | Упражнение «Символ моего дела» | <p>Ведущий предлагает объединиться в группы по три человека и создать символ своего будущего профессионального дела, как если бы они были владельцами компании. Для начала необходимо выбрать геометрическую фигуру(круг, квадрат, треугольник, прямоугольник или многоугольник), в ней и будет красоваться символ. Цветовая гамма не ограничена. Но есть одно условие: символ должен отражать содержательную сторону деятельности фирмы, то есть отвечать на вопрос, какие услуги предоставляет фирма. Затем символы фирм собираются, перемешиваются и каждому участнику предлагается высказать свои предположения относительно того, что производит фирма и чья это фирма</p> | |
| 7 мин | Мини-практикум: трудоустройство сказочных героев | <p>На карточках у Вас персонажи сказок (Баба Яга, Карлсон, Змей Горынович, Алеша Попович, царевна Несмеяна, домовенок Кузя, Водяной) Ваша задача убедить всех, что этот персонаж хорошо выполнит работу в конкрет-</p> | |

| | | | |
|-------------------------|-----------|---|--|
| | | ном агентстве и в качестве кого | |
| Подведение итогов урока | | | |
| 2 мин 4мин | Рефлексия | Участники высказывают свои мысли, возникшие во время тренинга | |
| | | Участники тренинга передают по кругу горящую свечу и высказывают пожелания друг другу | |
| 45 мин | | | |

Тема урока: Профессия и здоровье

Задачи урока:

1. Показать взаимосвязь между выбором профессии и здоровьем человека.
2. Соотнести свое состояние здоровья с требованиями конкретной профессии.
3. Учить пользоваться материалом, дающим сведения о путях и условиях получения профессии.
4. Закрепить представление о смысле и значении труда в жизни человека и общества.

Ход урока.

Добрый день. Я рада нашей встрече и надеюсь на то, что сегодня с занятия вы уйдёте, пополнив свой запас новыми знаниями.

Прежде чем перейти непосредственно к теме урока, послушайте, пожалуйста, притчу.

После смерти души нескольких людей попали в Рай. В этом месте все их желания мгновенно исполнялись. Стоило им о чем-нибудь подумать, чего-то захотеть - и в тот же миг желаемое появлялось перед ними. Вот это жизнь!!! То, на что многие люди на земле тратили годы, а некоторые даже всю жизнь - здесь случалось в мгновение ока. Стоило только захотеть. Они чувствовали себя Богами и были безмерно счастливы.

Так продолжалось какое-то время, их желания становились все изощрённее, но тем не менее исполнялись с той же точностью и в то же мгновение. Они попробовали все, что можно было вообразить и даже, то, чего вообразить нельзя - все, даже самые смутные желания, мгновенно исполнялись. И вот настал день, когда их разум не смог придумать ничего нового. Ощущение пустоты, вселенской скуки поселилось внутри. И взмолились они: «О, Господи, покажи нам Землю». И раздвинулись облака и увидели они Землю. А на Земле миллиарды людей придумывали себе ничтожные и великие цели, чего-то желали, тратя на осуществление своих желаний всю свою короткую жизнь. Посмотрев на все это и от души, посмеявшись, они снова стали жить беззаботно и счастливо.

Но прошло всего три дня, и все это им ужасно наскучило. И взмолились они тогда: «О, Господи, мы хотим снова посмотреть на Землю». И вновь раздвинулись облака, и Земля предстала перед ними. Но на этот раз вид человеческого муравейника не помог, и они в ужасе подумали о Вечности, которая словно гигантская пропасть чернела впереди. Тогда взмолились они: «О, Господи, покажи нам Ад».

- Как вы думаете, в чем смысл данной притчи?

Потребность в труде для нормального человека так же естественна, как потребность в

питании и отдыхе. Непосильная работа или безделье так же вредны для человека, как избыток или дефицит сна и пищи.

Эпиграфом нашего урока сегодня будут слова Дж. Рескина (слайд № 2):

Чтобы люди находили счастье в своей работе, необходимо три условия: работа должна быть им по силам, она не должна быть изнуряющей, и ей должен сопутствовать успех.

- Подумайте и скажите, о чем пойдет разговор на нашей встрече?

Сейчас я вам предлагаю поиграть в игру. Все участники представляются по имени и называют профессию, которая начинается с их имени (Упражнение «Имя и профессия»).

Тема сегодняшнего урока «Профессия и здоровье»

В каких взаимосвязях могут находиться эти два понятия?

Начнем с первой: ***о влиянии профессии на здоровье человека.***

Несмотря на все достижения цивилизации, врачи отмечают рост числа психосоматических заболеваний у взрослого населения: расстройства сердечно-сосудистой системы, поражения желудочно-кишечного тракта, неврозы, психозы и т.д. Очень часто эти заболевания профессионально- обусловлены.

Практически все профессии предъявляют свои требования к здоровью человека. Условно эти требования можно разделить на группы (делаем *запись в тетрадь*):

- двигательные: координация движений, сила и мышечная выносливость;
- анализаторные: зрение слух, обоняние, осязание, вкус;
- нервно-психические: сила, подвижность, уравновешенность нервных процессов;
- интеллектуальные: свойства мышления, внимания и памяти.

Эти требования часто приводят к хроническим заболеваниям, которые, чаще всего усугубляются условиями труда, к которым относятся бытовые условия, тяжелые и вредные условия труда и одновременное воздействие нескольких неблагоприятных факторов.

Сейчас мы выполним *практическую работу*, в которой проверим свои знания об условиях работы некоторых профессий и соотнесем их с типами профессиональных заболеваний, которые можно приобрести в ходе профессиональной деятельности (детям раздаются бланки для выполнения работы).

Время на выполнение работы-5 минут.

Сейчас мы проведем анализ выполнения работы методом взаимопроверки. Поменяйтесь с соседом по парте своими листочками. С помощью подсказки **проверьте правильность выполнения работы. Неправильно вписанные профессии зачеркните.**

Оцените работу по критериям.

Верните работы. Поднимите руку, кто выполнил работу на «5», «4», «3»?

Проверка домашнего задания.

Вам нужно было из различных источников или собственного жизненного опыта привести примеры людей, которые добились профессионального успеха вопреки жизненным обстоятельствам, в том числе и какого-либо недуга или заболевания.

Если человек не может отказаться от своей мечты, то в его силах развить необходимые качества или компенсировать их отсутствие эффективными приемами организации труда.

Социологические исследования показали, что 20% старшеклассников московских

школ собрались избрать профессию, которая, как оказалась, совершенно не подходила им по состоянию здоровья. Лишь 7% опрошенных при выборе профессии принимали во внимание состояние своего здоровья. Между тем, наукой доказано, что только правильно подобранный труд, соответствующий возможностям организма, не нарушает нормального развития и состояния здоровья молодого человека, в то время, как профессия, не соответствующая физическому развитию и здоровью, может наносить существенный ущерб растущему организму.

Мини-практикум трудоустройство сказочных героев. Перед вами персонажи сказок Карлсон, Алеша Попович, царевна Несмеяна. Ваша задача убедить всех, что этот персонаж хорошо выполнит работу в конкретном агентстве и в качестве кого в зависимости от его физических возможностей.

Поэтому мы подошли ко второй составляющей нашего урока: *о влиянии здоровья на выбор профессии.*

На ваших столах лежат *буклеты с рекламой учебных заведений. Просмотрите их и найдите* соответствующую информацию, которая непосредственно относится к теме нашего урока. Сделайте вывод о значимости владения информацией при выборе учебного заведения в зависимости от состояния здоровья

Большинство учебных заведений в разделе «Перечень необходимых документов» указывает на необходимость предоставления справки о состоянии здоровья № 086У.

Некоторые профессии (особенно военные, учреждения МЧС, ФСБ, и других федеральных служб) требуют специального отбора.

Профотбор - *определение годности кандидата по состоянию здоровья на основе социально-психологического и психофизиологического изучения личности кандидата.*

Выбирая профессию, надо задуматься, как она повлияет на здоровье: не вызовет ли обострения имеющихся хронических заболеваний и возникновения новых.

О наличии и видах заболеваний в 9-а классе нам расскажет медсестра нашей школы (дает анализ заболеваний по итогам медицинского осмотра, отраженных в виде графика).

Итак, мы получили общую информацию, из которой видно, что уже сейчас у нас присутствует «букет» различных заболеваний. Правильный выбор профессии позволит нам выбрать профессиональную деятельность, которая не станет причиной появления хронических заболеваний.

Многие ученые отмечают связь между здоровьем человека и его эмоциями и характером. Зависть, гнев и раздражение уносят жизни больше, чем эпидемии. Остаток здоровья отнимают вредные привычки: алкоголизм, курение, лень и обжорство, свойственные людям слабым и безвольным. Привычки формируются в детстве, поэтому в старшем возрасте нужны значительные усилия, чтобы избавиться от тех, которые будут мешать всю жизнь, и сформировать те, которые помогут сохранить здоровье и достичь успеха.

Практическая работа.

Из перечня профессий выберите и впишите в бланк по две профессии по семи предложенным типам заболеваний, которые могут быть приобретены в ходе профессиональной деятельности.

Телемастер, токарь, шахтер, водитель, мастер литейного производства, учитель, официант, ткач, водолаз, аппаратчик химического производства, врач, монтажник-высотник, каменщик, летчик, сталевар, сборщик часов, продавец, парикмахер, ювелир,

горнорудный мастер, экскурсовод.

| Типы заболеваний | Примеры профессий |
|-----------------------------|-------------------|
| Органы дыхания | |
| Органы слуха | |
| Органы зрения | |
| Сердечно-сосудистая система | |
| Нервная система | |
| Опорно-двигательная система | |
| Органы пищеварения | |

Выбор профессии - важный шаг в жизни каждого человека.

В подростковом возрасте, как правило формируется готовность к выбору профессии. И чем раньше совпадут интерес и выбор профессии, тем больше возможностей сформировать устойчивый и осознанный интерес ребенка к выбранной профессиональной деятельности. Этому способствует профориентация и профессиональное самоопределение. В настоящее время Профориентационная деятельность приоритетное направление нашей страны. Профориентационная работа с обучающимися не может быть каким-то отдельным направлением, она проводится систематически и тесно связана со всем образовательным процессом

Профессиональная ориентация в образовательной организации представляет собой научно-обоснованную систему мер, способствующих профессиональному самоопределению личности и формированию будущего профессионала, умеющего с наибольшей пользой для себя и общества применить в профессиональной деятельности свои склонности и способности, свободно ориентироваться и быть конкурентоспособным на рынке труда.

ЛИТЕРАТУРА

1. Беседы о самоопределении: книга для чтения в 5-7 классах. - М.: ОИЦ Академия, 2012.
2. Беседы о самоопределении: книга для чтения в 8-9 классах. - М.: ОИЦ Академия, 2012.
3. Будущее вашего ребенка: думать о будущей профессии можно уже с трех лет // Домашняя энциклопедия для Вас. - 2013. - № 8. - С. 35.
4. Выбор профессии: оценка готовности школьников: 9-11 классы: [16+] / авт.-сост. С.О. Кропивянская и др.; под ред. С.Н. Чистяковой. - М.: ВАКО, 2009. - 160 с.
5. Гермогенова, М.Д., Корнилова, А.Г., Мордовская, А.В. Теория и методика работы социального педагога: учеб. Пособие / М.Д. Гермогенова, А.Г. Корнилова, А.В. Морловская. - Якутск: Изд-во Якутского ун-та. - 19 с.
6. Зеер, Э.Ф., Павлова, А.М., Садовникова, Н.О. Основы профориентации: учеб. пособие для вузов / Э.Ф. Зеер, А.М. Павлова, Н.О. Садовникова. - М.: Высш. шк. - 20 с.
7. Иваньшина, И. Идем в производство! востребованные профессии на рынке труда / И. Иваньшина // День города. - 2014. - 9-15 апр. (№ 27). - С. 6.
8. Ипатова, О. Где лучше работать: в офисе или на заводе? / О. Ипатова // День города. - 2014. - 21-27 мая (№ 40). - С. 6.
9. Климов, Е.А. Как выбирать профессию: учеб. пособие для ст. кл. сред. Школы / Е.А. Климов. - М. - 19 с.
10. Казанцева, А. Издержки профессии: опасные факторы профессий / А. Казанцева // Вокруг света. - 2014. - № 3. - С. 130-134.
11. Методика формирования профессионального самоопределения школьников на различных возрастных этапах: кн. для учителя. - Кемерово, 1996. - 149 с.
12. Методика выявления готовности старшеклассников к выбору профиля обучения / под ред. С.Н. Чистяковой. - Тамбов: Изд-во ТГУ им. Г.Р. Державина. - 20 с.
13. Тренинги самоопределения для учащихся 5-9 классов: методическое пособие / авт.-сост. Е.А. Пояркова, В.А. Родионов и др. - М.: ОИЦ Академия, 2012.
14. Самоопределение учащихся 5-9 классов: психологическая подготовка педагогов и родителей: методическое пособие / авт.-сост. В.А. Родионов и др. - М.: ОИЦ Академия, 2012.
15. Мордовская, А.В., Птицына, О.Н. Выбор школьниками будущей профессии: учеб. пособие / А.В. Мордовская, О.Н. Птицына. - Якутск: Изд-во Якутского ун-та. - 19 с.
16. Муратова, С. Как выбрать свою будущую профессию: технологии самоопределения / С. Муратова // День города. - 2014. - 17-23 сент. (№ 72). - С. 12-13.
17. Панина, С.В. Теория и практика профориентации: учеб. -метод. пособие / С.В. Панина. - Якутск: ГУ «Ронпо». - 20 с.
18. Профориентация старшеклассников: сбор. учеб. -метод. материалов. - Волгоград: Учитель. - 20 с.
19. Прошицкая, Е.Н. Выбирайте профессию: учеб. пособие для ст. кл. ср. шк. / Е.Н. Прошицкая. - М., 1991. - 144 с.
20. Профориентационная работа в школе (практикум для педагогов и родителей) // Библиотека журнала «Директор школы». - 2011. - № 5.