**АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

 **«МОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ»**

**основного общего образования**

*(из части, формируемой участниками образовательных отношений)*

 **является частью раздела 2.2 АООП ООО обучающихся с ЗПР**

 Составитель:

 Шумская К.В.,

учитель истории

 и обществознания

Новосибирск, 2020

1. **Пояснительная записка**

1.Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Мое профессиональное самоопределение» на уровень основного общего образования составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 г. N 1897 (в редакции от 31.12.2015) с учетом адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования обучающихся с задержкой психического развития МАОУ СОШ № 212.

Цель реализации АООП обучающихся с ЗПР в основной школе — обучение детей с ЗПР с учетом особенностей их психофизического и речевого развития, индивидуальных возможностей, обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Рабочая программа является адаптированной программой и предназначена для работы в классах, в которых наряду с обучающими без отклонений в здоровье обучаются дети с задержкой психического развития.

Программа составлена в соответствии с примерной программой Резапкиной Г. В. «Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки», пособия Бондарева В. П., Кропивянской С. О. «Успешный выбор профессии. 8-11 классы», пособия Пряжникова Н. С. «Профориентация в школе и колледже: игры, упражнения, опросники: 8-11 классы, ПТУ и колледж».

Предмет «Мое профессиональное самоопределение» изучается 0,5 часа в неделю в

 9 классах по очной и очно-заочной форме обучения, за весь период обучения:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Год обучения | Количество часов в неделю | Количество учебных недель | Всего за учебный год |
| 9 класс | 0,5 | 34 | 17 |
|  |  | Всего за курс | 17 |

**Цель** изучения предмета - формирование психологической готовности подростка к профессиональной карьере.

Основные **задачи** предмета:

* воспитание психологической культуры учащихся школы;
* формирование адекватного представления учащихся о своем профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий;

- ознакомление со спецификой современного рынка труда, правилами выбора и способами получения профессии;

* формирование практических психологических умений;
* формирование личностной рефлексии ребенка: умения осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы;
* развитие умения сделать выбор, готовность нести за него ответственность;
* формирование потребности в самоизменении и личностном росте;
* формирование личностного самоопределения: наличие внутренней позиции взрослого человека, которая проявляется в осознании себя как члена общества и в понимании необходимости самому принимать решения относительно своего будущего.

#  Психолого-педагогическая характеристика детей с *ЗПР*

# Для обучающихся с ЗПР, осваивающих АООП ООО, характерны следующие специфические образовательные потребности:

* Адаптация основной общеобразовательной программы основного общего образования с учетом необходимости коррекции психофизического развития.
* Обеспечение особой пространственной и временной организации образовательной среды с учетом функционального состояния центральной нервной системы (ЦНС) и нейродинамики психических процессов, обучающихся с ЗПР (быстрой истощаемости, низкой работоспособности, пониженного общего тонуса и др.).
* Комплексное сопровождение, гарантирующее получение необходимого лечения, направленного на улучшение деятельности ЦНС и на коррекцию поведения, а также специальной психокоррекционной помощи, направленной на компенсацию.
* Дефицитов эмоционального развития, формирование осознанной саморегуляции познавательной деятельности и поведения.
* Организация процесса обучения с учетом специфики усвоения знаний, умений и навыков обучающимися с ЗПР с учетом темпа учебной работы («пошаговом» предъявлении материала, дозированной помощи взрослого, использовании специальных методов, приемов и средств, способствующих как общему развитию обучающегося, так и компенсации индивидуальных недостатков развития).
* Учет актуальных и потенциальных познавательных возможностей, обеспечение индивидуального темпа обучения и продвижения в образовательном пространстве для разных категорий, обучающихся с ЗПР;
* Профилактика и коррекция социокультурной и школьной дезадаптации.
* Постоянный (пошаговый) мониторинг результативности образования и сформированности социальной компетенции обучающихся, уровня и динамики психофизического развития.
* Обеспечение непрерывного контроля за становлением учебно- познавательной деятельности обучающегося с ЗПР, продолжающегося до достижения уровня, позволяющего справляться с учебными заданиями самостоятельно.
* Постоянное стимулирование познавательной активности, побуждение интереса к себе, окружающему предметному и социальному миру.
* Постоянная помощь в осмыслении и расширении контекста усваиваемых знаний, в закреплении и совершенствовании освоенных умений.
* Специальное обучение «переносу» сформированных знаний и умений в новые ситуации взаимодействия с действительностью.
* Постоянная актуализация знаний, умений и одобряемых обществом норм поведения.
* Использование преимущественно позитивных средств стимуляции деятельности и поведения.
* Развитие и отработка средств коммуникации, приемов конструктивного общения и взаимодействия (с членами семьи, со сверстниками, с взрослыми), формирование навыков социально одобряемого поведения.
* Специальная психокоррекционная помощь, направленная на формирование способности к самостоятельной организации собственной деятельности и осознанию возникающих трудностей, формированиеумения запрашивать и использовать помощь взрослого.
* Обеспечение взаимодействия семьи и образовательной организации (сотрудничество с родителями, активизация ресурсов семьи для формирования социально активной позиции, нравственных и общекультурных ценностей).

**3. Планируемые результаты освоения учебного предмета**

*Личностными результатами* для обучающихся изучения предмета по выбору «МПС» являются:

* воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
* формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению

дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

* формирование целостного мировоззрения;
* формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению;
* формирование коммуникативной компетентности в общении и

сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно- исследовательской, творческой и других видов деятельности;

* расширение сферы социально-нравственных представлений, включающих в себя освоение социальной роли ученика, понимание образования как личностной ценности;
* способность к адекватной самооценке с опорой на знание основных моральных норм, требующих для своего выполнения развития этических

чувств, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки в мире природы и социуме;

* формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
* уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

*Метапредметными результатами* обучающихся изучения предмета по выбору «МПС» являются:

* умение ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности под руководством учителя; развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
* умение планировать пути достижения целей под руководством учителя
* умение соотносить свои действия с планируемыми результатами,
* умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
* владение основами самоконтроля, самооценки; классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое

рассуждение, делать выводы;

* умение создавать модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
* умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе;
* владение устной и письменной речью;
* умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирование и регуляция своей деятельности; владение устной и

письменной речью, монологической контекстной речью.

 Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ – компетенции);

* освоение правил и норм социокультурного взаимодействия со

взрослыми и сверстниками в сообществах разного типа (класс, школа, семья, учреждения культуры в городе (селе) и др.).

*Предметными результатами* обучающихся изучения предмета по выбору «МПС» являются:

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

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

* владение базовым понятийным аппаратом, необходимым для получения дальнейшего образования в области естественно-научных и социально-гуманитарных дисциплин;
* владение навыками устанавливать и выявлять причинно- следственные связи в окружающем мире природы и социума;
* овладение основами экологической грамотности, элементарными правилами нравственного поведения в мире природы и людей, нормами здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде.

# 4. СОДЕРЖАНИЕ предмета по выбору

# класс (34 часа)

**Введение. Вводные понятия (2ч)**

Потребность в трудовых знаниях и профессиональных взаимоотношениях людей в настоящее время. Индивидуальные особенности личности как работника. Характеристика профессиональной деятельности.

Основные понятия становления профессионализма. Характеристика

деятельности в качестве социально-психологической проблемы. Интеграция развивающегося индивида в действующую систему деятельности.

Психологическая готовность к деятельности.

# Раздел 1 Психология профессиональной работоспособности и функциональных состояний.

**Тема Основные понятия работоспособности.** Динамика работоспособности человека в труде. Виды функциональных состояний. Профессиональное

утомление и переутомление. Состояние монотонии и психического

пресыщения в труде. Понятие стресса в труде. Показатели психического здоровья и самочувствия в условиях стресса. Управление и контроль

стрессовых состояний. Режим труда и отдыха. Активный отдых.

Температурные воздействия. Фармакотерапия и воздействие на вкусовые рецепторы. Использование светоцветовых воздействий в промышленности. Функциональная музыка. Методы нервно-мышечной релаксации,

самогипноз и внушение. Желательные и неблагоприятные функциональные состояния человека в труде. Основные концепции исследования стресса.

Пути оптимизации функциональных состояний человека в труде.

**Практическая работа №1.** Викторина «Путешествие по морям профессий».

**Практическая работа №2.** Презентация о профессиях в городе и на селе.

**Практическая работа №3.** Конкурс «Строители». Конкурс «Маляров».

**Практическая работа №4.** Выполнить задание. Сделать рекламу выбранного товара.

**Практическая работа №5.** Пресс-конференция «Профессии, которые мы выбираем».

# Раздел 2 Психология группового субъекта труда.

**Тема Признаки группового субъекта труда.** Групповые формы трудовой деятельности. Способы организации совместной деятельности, межличностные отношения и эффективность.Совместимость членов бригады.

**Практическая работа №6.** Выполнить упражнение Детектив».

**Практическая работа №7.** Организация и проведение встреч с людьми разных профессий «Мое место в государстве».

**Практическая работа №8.** Создание профориентационного стенда«Профессия – специальность».

**Тема Психология производственного травматизма и аварийности.** Правовые гарантии безопасности труда в промышленности. Личный (человеческий) фактор в происшествиях. Концепция безопасности

Д.Петерсона. Методы изучения происшествий. Типология «отказов» человека как звена эргатической системы и пути их преодоления.

**Практическая работа №9. З**ащита творческих работ. Оценка творческих работ включает содержание работы, техническое выполнение, а также эстетическую сторону. Подведение итогов.

# 5. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ с указанием количества часов, отводимых на освоение темы:

# ВАРИАНТ №1 – очная форма обучения

# ВАРИАНТ №2 – очно-заочная форма обучения

 **9 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Раздел, темы, раскрывающие основное****содержание****программы** | **Основное****содержание по темам** | **Кол-во часов** |
| **Введение.**Вводные понятия  | Потребность в трудовых знаниях ипрофессиональныхВзаимоотношениях людей в настоящее время | 1 |
| **Раздел I** |  |  |
| **Психология****профессиональной работоспособности** |  |  |
| **и** |  |  |
| **функциональных состояний (7 ч).** |  | 1 |
|  |  |  |
| Основные понятия работоспособности. |  |  |
|  | Динамика работоспособностичеловека в труде. |  |
|  |  |  |
| Профессиональный стресс | Понятие стресса в труде. | 1 |
|  |  |  |
| Пути оптимизации состояний работоспособности субъекта труда (2ч). | Желательные инеблагоприятные функциональныесостояниячеловека в труде | 1 |
|  |  |  |
| **Практическая работа №1**«Путешествие по морям профессий | Профессиональноважные качества визбранном виде труда. | 1 |
| **Практическая работа №2**«Профессии в городе и на селе | Устойчивыйпрофессиональный интерес к избраннойпрофессии. | 1 |
| **Практическая работа №3**«Сделать рекламувыбранного товара»  | Креативное мышление и практические навыки. | 1 |
| **Практическая работа №4**«Профессии, которые мывыбираем»  | Выбор профессии– это значит выбрать работу, которая будет нужна людям, обществу. | 1 |
| **Раздел II****Психология группового****субъекта труда. (6 ч)**Признаки групповогосубъекта труда  | Групповые формытрудовойдеятельности. | 1 |
|  |  |  |
| **Практическая работа №5****«**Детектив»  | Значимыеценности,устремления | 1 |
| **Практическая работа № 6** | Место в мире –это, прежде всего, профессия. | 1 |
| «Мое место вгосударстве»  |  |  |
| Психология производственного | Личный(человеческий) фактор в | 1 |
| травматизма и аварийности. | происшествиях. |  |
| Влияниесоциально-психологического климата на эффективностьгруппового труда. | Механизмывлияниясоциально-психологического климата навзаимоотношения в коллективе. | 1 |
|  |  |  |
| Правовые гарантии жизни и здоровьячеловека впрофессиональном | Значимость вжизни совре-менного общества правовогорегулированияохраны здоровья | 1 |
|  труде всовременной России  | граждан, в Российской Федерации. |  |
| **Практическая работа №7****З**ащита творческих работ. | Познавательныйопыт и интерес к профессиональной деятельности | 1 |
| Подведение итогов |  |  |
|  | ИТОГО | 34 |