****

**Пояснительная записка**

Адаптированная рабочая программа «Технология. Предпрофессиональная подготовка (массаж)» для учащихся 10 класса составленная на основе Программы адаптивного курса «Твоя профессиональная карьера 8-9 кл./под редакцией Чистяковой С. Н. - М.: Просвещение, 2007 г., рекомендованной Департаментом общего среднего образования Министерства образования Российской Федерации и на основе рекомендуемой программы элективного курса прикладного вида «Программы предпрофильной подготовки для 9-11 класса «Я и профессия» автора-составителя И.П.Басовой – педагога-психолога ГБОУ № 537 Московского района Санкт-Петербурга, утвержденной президиумом ЭНМС СПбАППО 25.06.2014 года и рекомендованной для работы в рамках предмета «Технология. Профориентационная работа».

Рабочая программа разработана в соответствии с:

* Федеральным законом от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
* приказом Минобрнауки РФ от 19.12.2014 № 1598 «Об утверждении Федерального государственного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
* приказом Минобрнауки РФ от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении
* письмом Минобрнауки России от 28.10.2015 № 08-1786 «О рабочих программах учебных предметов».

 Программа рассчитана на 1 год.

**Цель**: актуализация процесса профессионального самоопределения учащихся и адаптации в современных социально- экономических условиях.

Достижение цели предполагает **решение ряда задач:**

- формировать у учащихся представления о профессии массажиста

- развивать устойчивый интерес к данной профессии;

- решать вопросы коррекции профессионального намерения учащихся, выявлять ценностных ориентиры, социологические установки;

- познакомить с историей развития массажа, анатомо-физиологическими и

гигиеническими основами массажа, показаниями и противопоказаниями к

массажу, формами и методами массажа, виды массажа;

- освоить простейшие основы техники и приемы различных видов

классического массажа, техники и методики массажа отдельных частей тела,

физиологическое влияние на системы, ткани, органы и организм человека в

целом;

- познакомить с историей Ульяновского медицинского колледжа,

Кисловодского медицинского колледжа, Тольяттинского медицинского коледжа (филиала в с. Кинель-Черкассы).

***Общая характеристика учебного предмета.***

Адаптированная рабочая программа разработана с учетом специфики образовательного учреждения – обучение детей с ограниченными возможностями здоровья (слепых и слабовидящих).

Материал скорректирован по содержанию, по разделам, по темам и носит

ознакомительный характер с профессиональной деятельностью инвалидов по зрению (одна из них - массажист), востребованность этой профессии в социуме, ее коммерческая составляющая, кроме того в программе отводится большое количество часов для практической работы и обучения основам лечебного массажа.

Программа для учащихся 10 класса состоит из двух частей — теоретической и практической.

Теоретическая часть направлена:

- на приобретение учащимися основных сведений о профессии массажист, ее

особенности: обучение, условия работы, трудовое законодательство;

- на ознакомление с историей развития массажа, видами массажа, с анатомо-физиологическими и гигиеническими основами массажа, показаниями и

противопоказаниями к массажу, формами и методами массажа;

- диагностическая работа, выявление профессионально важных качеств личности.

Учащиеся получают информацию о профессии, психофизиологических и

интеллектуальных качествах, необходимые для овладения этой профессией,

Практическая часть представляет собой профессиональные пробы по овладению простейшим приемам массажа. В процессе выполнения профессиональных проб учениками преподаватель изучает, наблюдает их работу, оценивает самостоятельность, активность, стремление достичь определенных профессиональных результатов. Как правило, наблюдения следует сочетать с рекомендацией по выбору профессии, совершенствованию знаний, умений в данной сфере деятельности, корректировке их профессиональных планов с учетом индивидуальных особенностей каждого.

 Знакомясь с приемами самопознания и самоанализа, учащиеся соотносят свои склонности и возможности с требованиями, предъявляемыми к человеку данной профессии (массажист), намечают планы реализации профессиональных намерений.

Изучение теоретического материала и подтверждение его на практике дают возможность углубить и расширить знания и умения в области медицины и лечебного массажа. Школьники приобретают практический опыт работы по профессии и на основании этого определяют дальнейший путь профессионального обучения.

***Описание места предмета в учебном плане.***

Уровень адаптированной программы базовый.

Для изучения данного предмета, направленного на предпрофессиональную подготовку учащихся 10 класса, учебным планом отводится 2 ч в неделю –

34 часа в год.

***Тематическое планирование предмета «Технология. Предпрофессиональная подготовка (массаж)»***

I Введение. Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека.

II Познавательные процессы и способности личности. Психология личности Типы нервной системы. Типы темперамента. Характер. Самооценка.

III Мир профессий Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации. Классификация и характеристика профессий.

IV Профессиональное самоопределение

V Сведения о массаже. Виды массажа.

5.1 История развития массажа.

5.2 Анатомо-физиологическое обоснование массажа

5.3 Гигиенические основы массажа

5.4 Системы, методы и формы массажа

5.5 Классификация видов массажа

5.6 Классификация приемов классического массажа, физиологическое влияние на ткани, органы и системы человека. Техника и методика выполнения приемов.

5.7 Самомассаж (ручной, аппаратный, комбинированный).

VI. Практическая деятельность

***Содержание программы «Технология. Предпрофессиональная подготовка. (массаж)»***

1.Введение

Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека.

Учащиеся должны знать:

- определение понятия «личный профессиональный план»;

- роль профессионального самоопределения в жизни человека.

Учащиеся должны уметь:

- обосновывать важность выбора профессии в жизни человека;

- называть основные элементы структуры личного профессионального плана;

- называть основные проблемы, возникающие при выборе профессии;

- составлять личный профессиональный план.

Учащиеся должны иметь представление:

- о смысле и значении труда в жизни человека и общества.

II. Познавательные процессы и способности личности.

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

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 разрешения конфликтов.

Учащиеся должны знать:

- определения понятий «память», «внимание»;

- виды памяти и внимания;

- качества внимания;

- определения понятий «ощущение», «восприятие», «представление»,

«воображение»;

- определения понятий «мышление», «интеллектуальная сфера», «интеллект»;

- виды мышления;

- формы логического мышления: понятие, суждение, умозаключение;

- основные операции мышления;

- основные качества мышления;

- определение понятия «способности»;

- основные виды способностей;

- особенности интеллектуальной сферы;

- типы интеллекта.

Учащиеся должны уметь:

- называть основные процессы памяти;

- перечислять основные виды памяти;

- указывать отличительные особенности различных видов памяти;

- определять особенности своей памяти;

- перечислять основные приемы и методы запоминания;

- перечислять основные качества и виды внимания;

- объяснять, чем различные виды внимания отличаются друг от друга;

- определять особенности своего внимания;

- объяснять, как происходит познание окружающего мира;

- перечислять формы чувственного познания;

- перечислять типы мышления;

- определять свой преобладающий тип мышления;

- называть формы логического мышления и определять их сущность;

- перечислять основные мыслительные операции и качества мышления;

- определять тип своего интеллекта;

- объяснять необходимость наличия определенных условий для развития

способностей.

Учащиеся должны знать:

- типы нервной системы;

- типы темперамента;

- виды потребностей;

- особенности делового общения;

- определение понятия «конфликт»;

- пути предотвращения и разрешения конфликтов;

- особенности своей личности;

- определения понятий «самоопределение», «профессиональное самоопределение», «мотив», «мотивация», «потребность».

Учащиеся должны уметь:

- называть типы нервной системы и их различия;

- определять свой тип нервной системы;

- выявлять свой ведущий тип темперамента;

- определять наиболее типичные черты своего характера;

- исследовать формы проявления характера;

- выявлять уровень самооценки;

- называть отличительные признаки видов мотивации;

- использовать приёмы делового общения, способы решения конфликтов;

- проектировать индивидуальные модели поведения в конфликтных ситуациях;

- называть различные виды потребностей;

- указывать основные признаки делового общения;

- перечислять способы разрешения конфликтов;

- определять свой уровень конфликтности;

- объяснять особенности различных способов разрешения конфликтов

III.Мир профессий

Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации. Характеристика труда: характер, процесс и условия труда. Классификация профессий. Типы профессий. Характеристика профессий типа «человек – человек», «человек – техника», «человек –знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ».

Профессионально важные качества (ПВК).

Учащиеся должны знать:

- определения понятий «профессия», «специальность», «специализация»,

«квалификация», «характеристика труда», «классификация профессий», «цели труда», «орудия труда», «формула профессии», «профессиограмма», «тип профессии», «тип личности», «подтипы профессий», «профессионально важные качества»;

- подтипы профессий в сфере «человек – человек», «человек – техника», «человек –знаковая система», «человек – природа», «человек-художественный образ»;

- основные характеристики содержания деятельности данных подтипов;

- требования, предъявляемые к работающему в данной сфере.

Учащиеся должны уметь:

- называть этапы профессионального самоопределения и соотносить их со своим уровнем готовности к выбору профессии;

- приводить примеры и указывать отличия в характере, процессе и условиях труда

различных типов профессий («человек – человек», «человек – техника», «человек –знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ»);

- выявлять тип своей будущей профессии;

- определять свои профессиональные предпочтения;

- называть ПВК профессий рассматриваемого типа («человек – человек», «человек –техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек –художественный образ»);

- формулировать наиболее привлекательные характеристики своей будущей

профессии.

IV. Профессиональное самоопределение

Склонности, интересы и мотивы в профессиональном выборе («хочу»). Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»). Специальные способности. Профпригодность. Понятие компенсации способностей. Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах («надо»). «Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки и анализа

составляющих «хочу» – «могу» – «надо». Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии.

Учащиеся должны знать:

- определения понятий «интересы», «склонности», «способности», «специальные способности», «профпригодность», «компенсация способностей», «рынок труда», «работодатель», «работник», «социальный заказ», «мотив», «мотивация»;

- виды профпригодности;

- компоненты и субъекты рынка труда.

Учащиеся должны уметь:

- выявлять собственные интересы и склонности в профессиональной сфере

деятельности;

- делать вывод о необходимости соотносить свои желания («хочу») со своими

способностями и возможностями («могу») и требованиями рынка труда («надо»);

- называть мотивационные факторы выбора профессии;

- называть ошибки, которые могут быть допущены при выборе профессии;

- перечислять основания, по которым предпочтительнее осуществлять выбор

профессии.

Учащиеся должны иметь представление:

- о важности решения проблемы выбора профессии.

V Сведения о массаже. Практическая работа

История развития массажа. Краткие исторические сведения о возникновении и развитии массажа в Индии, Египте, Китае, Древней Греции, Древнем Риме, Европе, на Востоке. История возникновения и развития массажа в России. Роль отечественных ученых в научном обосновании теории и методики массажа. Анатомо-физиологическое обоснование массажа.

Механизмы физиологического влияния массажа на организм. Влияние массажа на центральную и периферическую нервную системы, кожу, мышечную систему, костный и суставно-связочный аппарат,

кровеносную и лимфатическую системы и обмен веществ.

Гигиенические основы массажа. Гигиенические требования к помещению.

Режим работы массажиста. Смазывающие средства. Общие показания и

противопоказания к назначению массажа.

Системы, методы и формы массажа. Системы массажа: русская, финская и

шведская системы. Другие системы: сегментарный, точечный, периостальный и т.д.

Понятие об аппаратных методах массажа (вибрационном, пневматическом, гидромассаже и др.). Комбинированный метод массажа. Характеристика сеанса общего массажа (взаимомассажа, парного массажа, самомассажа). Краткая характеристика сеанса частного массажа.

Классификация массажа. Спортивный массаж. Тренировочный массаж. Предварительный массаж. Восстановительный массаж. Массаж при спортивных травмах и некоторых заболеваниях, связанных со спортом. Понятие о бане и ее использование в спортивной практике.

Гигиенический массаж. Характеристика гигиенического массажа. Гигиенический профилактический массаж (укрепляющий гигиенический массаж и гигиенический массаж, предупреждающий заболевания). Гигиенический восстановительный массаж (гигиенический производственный массаж, гигиенический бытовой массаж,

гигиенический физкультурно-спортивный массаж и гигиенический реабилитационно - оздоровительный массаж). Гигиенический массаж при различных эмоциональных состояниях (гигиенический тонизирующий массаж и гигиенический успокаивающий массаж).

Лечебный массаж. Классификация лечебного массажа в зависимости от характера заболевания: массаж при заболеваниях центральной и периферической нервной системах, массаж при заболеваниях и травмы опорно-двигательного аппарата, массаж при заболеваниях сердечно-сосудистой системы и др.

Косметический массаж. Гигиенический косметический массаж. Профилактический косметический массаж. Лечебный и пластический косметический массаж. Классификация приемов классического массажа, физиологическое влияние на ткани, органы и системы человека. Техника и методика выполнения приемов. Физиологическое влияние, техника и методика выполнения приема поглаживание. Физиологическое влияние, техника и методика выполнения приема выжимание. Физиологическое влияние, техника и методика выполнения приема разминание. Физиологическое влияние, техника и методика выполнения приема

растирание. Физиологическое влияние, техника и методика выполнения сотрясающих приемов. Физиологическое влияние, техника и методика выполнения приема движение. Физиологическое влияние, техника и методика выполнения ударных приемов.

Самомассаж (ручной, аппаратный, комбинированный). Самомассаж при

занятиях физической культурой и спортом. Особенности самомассажа в режиме рабочего дня. Самомассаж при травмах и некоторых повреждениях, связанных со спортом и физической культурой.

Учащиеся должны знать:

* Краткие исторические сведения о возникновении и развитии массажа
* Механизмы физиологического влияния массажа на организм.
* Гигиенические основы массажа.
* Классификацию массажа.

Учащиеся должны уметь:

* Выполнять некоторые техники и методика массажа
* Выполнять самомассаж (ручной, аппаратный)

Ожидаемые результаты:

* Учащиеся должны знать: значение профессионального самоопределения, требования к составлению личного профессионального плана; правила выбора профессии; понятие о профессии и профессиональной деятельности; психофизиологические и психологические ресурсы личности в связи с выбором профессии; понятие о темпераменте, эмоциональноволевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения. Общие требования к
* массажу.
* Учащиеся должны иметь представления: о смысле и значении труда в жизни человека; о современных формах и методах организации труда; о предпринимательстве; о рынке труда.
* Учащиеся должны уметь: соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии (массажист); составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его; использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности; пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования. Выполнять некоторые техники и методики классического массажа

**Поурочное планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| n/n | Наименование тем | Кол-во часов |
| I | Введение |  |
|  | Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека | 1 |
| II | Психология личности |  |
| 1 | Память. Внимание | 2 |
| 2 | Ощущение. Восприятие. Представление. | 2 |
| 3 | Мышление. Типы интеллекта. Способности | 2 |
| 4 | Типы нервной системы. Типы темперамента. Характер. Самооценка. | 2 |
| 5 | Самоопределение. Мотивационная сфера личности. Потребности и их виды | 2 |
| 6 | Урок контроля | 1 |
| III | Мир профессий |  |
| 1 | Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации. | 2 |
| 2 | Характеристика труда: характер, процесс и условия труда | 2 |
| 3 | Классификация и характеристика профессий. Классификация и характеристика профессий. | 3 |
| 4 | Профессиональное самоопределение. Склонности и интересы в профессиональном выборе (хочу). | 3 |
| 5 | Возможности личности в профессиональной деятельности (могу). Специальные способности. Профпригодность. | 3 |
| 6 | Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах (надо) | 2 |
| 7 | Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии. | 3 |
| 8 | Возможности и пути получения профессии | 3 |
| 9 | Урок контроля | 1 |
| IV | Сведения о массаже. Виды массажа. Возможности. Применение в медицине |  |
| 1 | История развития массажа. | 3 |
| 2 | Анатомо-физиологическое обоснование массажа | 4 |
| 3 | Гигиенические основы массажа | 3 |
| 4 | Системы, методы и формы массажа | 4 |
| 5 | Классификация видов массаж | 4 |
| 6 | Классификация приемов классического массажа, физиологическое влияние на ткани, органы и системы человека.  | 4 |
| 7 | Техника и методика выполнения приемов. | 4 |
| 8 | Самомассаж (ручной, аппаратный, комбинированный). | 4 |
| 9 | Мини-проект о профессиональном самоопределении. | 4 |