

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Самарской области средняя общеобразовательная школа № 1 «Образовательный центр» имени Героя  
Советского Союза Ганюшина П.М. с.Сергиевск муниципального района Сергиевский Самарской области

Согласовано  
на М/О классных руководителей  
руководитель М/О

\_\_\_\_\_/Крыпаева Л.Ю./  
«15» июня 2023 г.

Проверил  
Зам. директора по ВР

\_\_\_\_\_/Крыпаева Л.Ю./  
«15» июня 2023 г.

Утверждаю.  
Директор

\_\_\_\_\_/О.А. Веселова/  
«15» июня 2023 г.

## ***Программа учебного курса внеурочной деятельности***

### **«Профессиональное самоопределение»**

**Направление внеурочной деятельности: ВД, направленная на развитие личности, профориентацию, предпрофильную подготовку**

**Возраст детей, на которых программа рассчитана: 11 класс**

**Срок реализации программы: 1 учебный год**

**Классные руководители**

**Сергиевск, 2023 г**

## ***I. Пояснительная записка.***

Курс внеурочной деятельности «Профессиональное самоопределение» направлен на развитие личности и приобретение в процессе освоения основных общеобразовательных программ знаний, умений, навыков и формирование компетенций, необходимых для жизни человека в обществе, осознание выбора подходящей для себя профессии. Курс также направлен на развитие склонностей, интересов и мотивов в профессиональном выборе - «хочу», возможностей личности в профессиональной деятельности - «могу», потребностей рынка труда в кадрах - «надо», «выбираю» - выбор профессии на основе самооценки и анализа составляющих «хочу» – «могу» – «надо».

Программа курса ВД «Профессиональное самоопределение» разработана в соответствии с:

- Основной образовательной программой основного общего образования - 2022 г. (ООО ООО);
- Примерной рабочей программой воспитания для ОО, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 23 июня 2022 г. № 3/22),
- Рабочей программой воспитания ГБОУ СОШ № 1 «Образовательный центр» с. Сергиевск.

**Направленность курса ВД:** направленная на развитие личности, профориентацию, предпрофильную подготовку

**Форма организации курса:** часы общения

## ***II. Планируемые результаты освоения программы курса***

Образовательная деятельность объединения ВД «Профессиональное самоопределение» направлена на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы ФГОС СОО.

*Личностные результаты:*

- самостоятельность и личная ответственность за выбор дальнейшей профессии;
- установка на здоровый образ жизни;
- осознание ответственности человека за выбор своей профессии;
- этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально - нравственная отзывчивость;
- положительная мотивация и познавательный интерес к занятиям по программе «Профессиональное самоопределение»;
- способность к самооценке;
- начальные навыки сотрудничества в разных ситуациях.

*Метапредметные:*

- навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- умение ставить и формулировать проблемы;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера;
- установление причинно-следственных связей;

*Регулятивные:*

- использование речи для регуляции своего действия;
- адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
- умение выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно;
  - умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи.

*Коммуникативные:* В процессе обучения подростки продолжают учиться:

- работать в группе;

- учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
- ставить вопросы, слушать собеседника, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения;
- предлагать помощь и сотрудничество; договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Данный курс ВД направлен на реализацию индивидуальных потребностей через систему занятий, направленных на развитие детей.

Курс ВД позволит расширить содержание учебных предметов, таких как обществознание, право, экономика, психология.

*Цель программы ВД* - формирование у учащихся готовности к осознанному социальному и профессиональному самоопределению.

Основными задачами курса являются:

- создание условий для индивидуального развития ребенка в избранной сфере внеурочной деятельности;
- развитие опыта творческой деятельности, творческих способностей;
- создание условий для реализации приобретенных знаний, умений и навыков;
- развитие опыта неформального общения, взаимодействия, сотрудничества;
- расширение рамок взаимодействия с социумом;
- подготовке школьников к осознанному выбору будущей профессии;
- расширению знаний учащихся о мире профессий, о рынке труда;
- обучение учащихся выявлению соответствия требований выбранной профессии их способностям и возможностям;

Данная программа внеурочной деятельности соответствует Программе воспитания и социализации, Программам развития УУД.

*Актуальность изучаемой деятельности заключается в следующем:*

Ранняя юность — единственная пора социально-законенного, общественно необходимого выбора растущим человеком своего собственного будущего. Ведущий вид деятельности учащихся данного возраста — учебно-профессиональный. Характерной чертой его является формирование жизненных планов, связанных с выбором профессии. К выбору профессии не многие молодые люди подходят основательно, так как это требует длительного времени и большой мыслительной аналитической деятельности.

Старшеклассники чаще всего хотят определить свой будущий жизненный путь и трудовую деятельность без вмешательства взрослых, что порождает дополнительные трудности в процессе принятия ими соответствующих решений. С одной стороны, они еще не знают, что такое профессиональный труд и чем конкретно придется заниматься человеку, избравшему для себя ту или иную профессию. С другой стороны, не могут полностью представить себе, как адаптироваться к условиям будущей профессии. И здесь, как правило, они создают идеал собственного будущего, которое оторвано от реальности. Большинство юношей и девушек выбирают профессию, руководствуясь именно этим идеалом, в дальнейшем у них возникают разочарование и желание попробовать себя в другой сфере; таким образом, выбор профессии осуществляется методом “проб и ошибок”.

Программа рассчитана на 34 часа в 11 классе;

1 час в неделю по 40 минут.

Места проведения занятий: кабинет 212, производственные помещения села.

Сроки реализации программы 2020-2021 год

Планируемые личностные результаты:

- ценностное отношение к труду;
- приобретение опыта участия в волонтерских практиках и социально – ориентированных проектах;
- приобретение опыта участия в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- формирование активной гражданской позиции, Российской идентичности;
- приобретение социально – культурного опыта учащихся.

### ***III. Содержание курса программы внеурочной деятельности***

Данный курс ВД развивает самостоятельность, позволяет оценить собственные возможности, способствует овладению учащимися умениями получать из разнообразных источников и критически осмысливать социальную информацию, систематизировать, анализировать полученные данные; освоению ими способов познавательной, коммуникативной, практической деятельности, необходимых для участия в жизни гражданского общества и правового государства.

*Используемые виды внеурочной деятельности:*

- познавательная деятельность,
- проблемно – ценностное общение, социальное творчество,
- трудовая деятельность
- спортивно-оздоровительная деятельность

В процессе преподавания курса могут использоваться разнообразные формы организации занятий:

- «круглый стол»,
- анализ,
- индивидуальные и групповые беседы;
- демонстрация аудио- и видеофильмов,
- описание профессий,
- встреча с представителями отдельных профессий,
- диспуты, анкетирование,
- составление и решение профориентационных кроссвордов,
- концерт,
- экскурсия
- проекты.

*Требования к уровню подготовки учащихся.*

Учащиеся должны знать:

- значение профессионального самоопределения,
- требования к составлению личного профессионального плана;
- правила выбора профессии;
- понятие о профессиях и профессиональной деятельности;
- понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;
- понятие о темпераменте, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения;
- значение творческого потенциала человека, карьеры.

Учащиеся должны иметь представление:

- о смысле и значении труда в жизни человека и общества;
- о современных формах и методах организации труда;
- о предпринимательстве;
- о рынке труда.

Учащиеся должны уметь:

- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
- составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его;
- использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
- анализировать информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка;
- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

## 11 класс

### **I.Раздел: Введение.**

#### **Тема 1. Введение. Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Роль профессионального самоопределения в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана.

### **II.Раздел: Познавательные процессы и способности личности (4 ч.)**

#### **Тема 2.1. Познавательные процессы и способности личности. Память. Внимание. (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Память. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение. Виды памяти. Приемы запоминания. Внимание. Качества внимания. Виды внимания. Выявления особенностей внимания личности.

#### **Тема 2.2. Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Формы чувственного познания окружающего мира: ощущение, восприятие, представление, воображение. Анализ ситуаций, связанных с чувственным познанием мира, при помощи определенных заданий.

#### **Тема 2.3. Мышление. Особенности интеллектуальной сферы. Типы интеллекта (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Понятие «мышление». Типы мышления. Формы логического мышления. Основные операции мышления: анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, конкретизация, обобщение. Основные качества мышления. Особенности интеллектуальной сферы.

Интеллект. Типы интеллекта.

*Практическая работа:*

- Диагностика уровня развития интеллекта (по Г.Айзенку)

#### **Тема 2.4. Способности. Виды способностей: общие и специальные. Условия развития способностей (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Способности. Виды способностей: общие и специальные. Разновидности специальных способностей. Условия развития специальных способностей.

### **III.Раздел: Психология личности (5 ч.)**

#### **Тема 3.1. Типы нервной системы. Типы темперамента. (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Нервная система человека. Типы нервной системы и их различия. Темперамент. Типы темперамента. Анализ различных типов нервной системы и темперамента.

#### **Тема 3.2. Характер и самооценка (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Характер. Виды черт характера. Самооценка. Анализ различных черт характера. Выявление уровня самооценки.

#### **Тема 3.3. Самоопределение. Профессиональное самоопределение (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Самоопределение личности. Виды самоопределения. Профессиональное самоопределение.

### **Тема 3.4. Смысл и цель жизни человека. Мотивационная сфера личности.**

#### **Потребности, их виды (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Смысл и цель жизни человека. Мотивационная сфера личности. Потребности, их виды.

### **Тема 3.5. Общение. Деловое общение (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Общение. Способность различных людей к общению. Деловое общение. Основные признаки делового общения.

## **IV. Раздел: Мир профессий (7 ч.)**

### **Тема 4.1. Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Классификация профессий. Цели труда. Орудия труда. Классификация профессий по Е.А.Климову. Формула профессии. Работа с таблицей Е.А.Климова. Профессиограмма.

### **Тема 4.2. Типы профессий. Матрица выбора профессий (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Типы профессий. Ведущий предмет труда каждого типа профессий. Матрица выбора профессий. Выявление профессиональных предпочтений учащихся.

### **Тема 4.3. Характеристика профессий типа «Человек – человек» (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Характеристика профессий типа «человек-человек». Подтипы профессий типа «человек-человек». Понятие «профессионально важные качества» (ПВК). ПВК профессий типа «человек-человек». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек-человек».

### **Тема 4.4. Характеристика профессий типа «Человек – техника» (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Характеристика профессий типа «человек-техника» ПВК профессий типа «человек-техника». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек-техника».

### **Тема 4.5. Характеристика профессий типа «Человек – знаковая система» (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Характеристика профессий типа «человек – знаковая система» ПВК профессий типа «человек - знаковая система». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек -знаковая система».

### **Тема 4.6. Характеристика профессий типа «Человек – природа» (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Характеристика профессий типа «человек-природа» ПВК профессий типа «человек-природа». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек-природа».

### **Тема 4.7. Характеристика профессий типа «Человек – художественный образ» (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Характеристика профессий типа «человек - художественный образ» ПВК профессий типа «человек – художественный образ ». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек- художественный образ».

## **V. Раздел: Профессиональное самоопределение (5 ч.)**

### **Тема 5.1. Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу») (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Понятия «склонности», «интересы». Выявление собственных интересов и склонностей в профессиональной сфере.

### **Тема 5.2. Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»).**

#### **Специальные способности. Профпригодность. Понятие компенсации способностей (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Понятия «специальные способности», «профессиональная пригодность», «компенсация способностей». Виды профессиональной пригодности, их сущность.

### **Тема 5.3. Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах («надо») (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Понятия «рынок труда», «работодатель», «работник», «социальный заказ». Потребности рынка труда в кадрах («надо»). Компоненты и субъекты рынка труда. Анализ регионального рынка труда. Выявление наиболее востребованных профессий.

### **Тема 5.4. «Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки и анализа составляющих «хочу» – «могу» – «надо» (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Взаимосвязь содержания «хочу» - «могу» - «надо» и их роль в оптимальном выборе профессии. Необходимость соотнесения своих желаний («хочу») со своими способностями и возможностями («могу») и требованиями рынка труда («надо»).

### **Тема 5.5. Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии.

## **VI. Раздел: Подготовка к будущей карьере (9 ч.)**

### **Тема 6.1. Понятие карьеры. Виды карьеры. (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должности. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования. Построение и обоснование учащимися вариантов будущей карьеры.

### **Тема 6.2. Профессиональный рост. (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Должность. Внутренняя и внешняя оценка карьеры. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования. Цели собственной будущей карьеры. Планирование самообразования, необходимого для успешного профессионального роста.

### **Тема 6.3. Самооценка, ее роль в жизни. (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Сформировать у учащихся представления о самооценке, ее важности в различных сферах жизни человека (общение, здоровье, профессиональный выбор).

### **Тема 6.4. «Современный рынок труда и его требования к профессионалу» (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Перспективы изменения мира профессий в связи с НТП.

Развивающие процедуры. Деловая игра «Малое предприятие».

Практическая работа. Определение изменений состава профессий на одном из предприятий за последние пять лет.

### **Тема 6.5. Имидж и этикет современного делового человека (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Имидж, этикет современного делового человека. Понятие о дресс – коде.

### **Тема 6.6. Профорientационная игра «Вакансия». (1 ч.)**

### **Тема 6.7-6.8. Встречи с людьми востребованных рабочих профессий. (2 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Встречи с людьми востребованных рабочих профессий. Диалог. Вопросы и ответы.

### **Тема 6.9. Защита проекта «Моя будущая профессия». (1 ч.)**

*Основные теоретические сведения*

Итоговые занятия, защита проекта «Моя будущая профессия».

## **IV. Тематическое планирование.**





№	Наименование разделов, блоков, тем	Форма занятия (мероприятия)	Сроки проведения	Ресурсы	Всего часов	Количество часов	
						Практические	Теоретические
<b>Тема 1. Важность выбора профессии в жизни человека.1ч</b>							
1	Понятие и построение личного профессионального плана	Круглый стол	сентябрь	презентация	1		1
<b>Тема 2.Познавательные процессы и способности личности. 4ч</b>							
2	Память. Внимание.	Анкетирование	сентябрь	анкеты	4		1
3	Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение	Просмотр видеороликов	сентябрь	интернет			1
4	Мышление. Особенности интеллектуальной сферы. Типы интеллекта. Встреча с психологом	Диагностика уровня развития интеллекта по Г.Айзенку	сентябрь	психолог		1	
5	Способности. Виды способностей: общие и специальные. Условия развития способностей	беседа	октябрь				1
<b>Тема 3.Психология личности 5ч</b>							
6	Игра «Ассоциации».	игра	октябрь	Распечатка	5		1
7	Типы темперамента.	Составление характеристик	октябрь	Теоретический материал		1	
8	Характер и самооценка.	игра	октябрь	игра			1

	Профориентационная игра.		ь				
9	Самоопределение личности. Виды самоопределения. Профессиональное самоопределение.	беседа	октябрь			1	
10	Разновидности специальных способностей. Условия развития специальных способностей.	беседа	ноябрь	фильм		1	
<b>Тема 4. Типы темперамента и профессии. 5ч</b>							
11	Самооценка в индивидуальном выборе профессии.	видеофильм	ноябрь	фильм	5	1	
12	Анализ различных черт характера. Выявление уровня самооценки.	диспут	ноябрь	презентация		1	
13	Виды самоопределения. Профессиональное самоопределение.	анкетирование	ноябрь	анкеты			1
14	Смысл и цель жизни человека. Мотивационная сфера личности. Потребности, их виды.	беседа	декабрь			1	
15	Деловое общение. Основные признаки делового общения.	диспут	декабрь				1
<b>Тема 4.Классификация профессий.7ч</b>							
16	Формула профессии. Понятие профессиограммы	Работа с таблицей Е.А.Климова	декабрь	таблица	7	1	
17	Матрица выбора	беседа	декабрь	фильм			1

	профессии. Выявление профессиональных предпочтений учащихся.		ь				
18	Характеристика профессий типа «человек-человек». Подтипы профессий типа «человек-человек».	описание	декабрь	видео			1
19	Характеристика профессий различных подтипов типа «человек-техника».	Анализ	январь	видео		1	
20	Характеристика профессий типа «человек – знаковая система»	Описание, анализ	январь	видео		1	
21	Характеристика профессий типа «человек-природа»	анализ	январь	видео		1	
22	Характеристика профессий типа «Человек – художественный образ».	беседа	февраль	видео			
<b>Тема 5. Профессиональное самоопределение.5ч</b>							
23	Понятия «склонности», «интересы». Выявление собственных интересов и склонностей в профессиональной сфере	анкетирование	февраль		5		1
24	Понятия «специальные способности», «профессиональная пригодность», «компенсация способностей». Виды профессиональной пригодности, их	Круглый стол	февраль	бумага		1	

	сущность.						
25	Понятия «рынок труда», «работодатель», «работник», «социальный заказ».	анализ	февраль	бумага			1
26	Взаимосвязь содержания «хочу» - «могу» - «надо» и их роль в оптимальном выборе профессии.	видеофильм	март	видео		1	
27	Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии.	беседа	март			1	
<b>Тема 6. Подготовка к будущей карьере. 9 ч</b>							
28	Понятие должности. Построение и обоснование учащимися вариантов будущей карьеры.	Групповая беседа	март	интернет	9		1
29	Профессиональный рост. Цели собственной будущей карьеры.	Личный профессиональный план	апрель	бумага		1	
30	Самооценка, ее роль в жизни.	эссе	апрель	бумага			1
31	Перспективы изменения мира профессий в связи с НТП.	Деловая игра «Малое предприятие».	апрель				1
32	Имидж, этикет современного делового человека. Понятие о дресс – коде.	видео	апрель	интернет			1

33	Профориентационная игра «Вакансия».	игра	май			1	
34	Итоговое занятие, защита проекта «Моя будущая профессия».	проекты	май	проектор		1	