

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 78»**

ул. Алеши Тимошенкова, дом 82, Красноярск, Красноярский край, Россия, 660052

Контактные телефоны: приемная 213-39-92, 222-99-02, 269-62-00

e-mail: sch78@mailkrsk.ru

ИНН 2464036360, КПП 246401001, ОГРН 1022402298401

РАССМОТРЕНО на ШМО

Протокол № 1 от
«30» 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

«30» 08 2023 г.

Лавкина ЕВ



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СШ № 78

В.В. Балтаков

30.08.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Мой выбор»

ДЛЯ 10-11 КЛАССА

«Мой выбор»

Составители:
Методическое объединение
Классных руководителей

г. Красноярск, 2023 год

«Мой выбор». 10-11 класс

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Мой выбор» разработана на основе авторской программы Г. В. Резапкиной «Психология и выбор профессии», М.: Генезис, 2005, (Серия «Профессиональная ориентация»).

Рабочая программа рассчитана на 34 часов, 1 час в неделю.

По содержательной направленности программа имеет социальное направление.

Данная программа направлена на подготовку подрастающего поколения к созидательному труду на благо общества, т.к. это важнейшая задача всей образовательной системы государства. Ее успешное осуществление связано с постоянным поиском наиболее совершенных путей трудового воспитания и профессиональной ориентации. Передовой педагогический опыт, результаты научных исследований показывают, что только комплексный подход к решению вопросов трудового самоопределения молодежи способствует успеху профориентационной деятельности.

Цель реализации программы: формирование у учащихся профессионального самоопределения, соответствующего индивидуальным способностям каждой личности и запросам общества в кадрах, его требованиям к современному труженику.

Программа позволяет реализовать культурно-исторический системно-деятельностный подход, который отражен в **следующих задачах:**

- оказание профориентационной поддержки учащимся в процессе выбора профиля обучения и сферы будущей профессиональной деятельности;
- выработка у учащихся сознательного отношения к труду, профессиональное самоопределение в условиях свободы выбора сферы деятельности в соответствии со своими возможностями, способностями и с учетом требований рынка труда;
- актуализировать процесс профессионального самоопределения школьников за счет активизации их психологических ресурсов;
- обеспечить системой сведений о мире современных профессий;
- развить способности адаптироваться в реальных социально-экономических условиях.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Планируемый уровень подготовки

Учащиеся должны знать:

- значение профессионального самоопределения и его роли в самореализации личности;
- определение профессии и профессиональной деятельности;
- понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;
- понятие темперамента, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сферы, интеллектуальных способностей, стилей общения;
- возможности получения образования по избранному профилю;
- перспективы, психологические основы принятия решения в целом и выбора профиля обучения в частности.

Учащиеся должны уметь:

- находить выход из проблемной ситуации, связанной с выбором профиля и пути продолжения образования;
- объективно оценивать свои индивидуальные возможности в соответствии с избираемой деятельностью;
- ставить цели и планировать действия для их достижения;
- выполнять пробы выбора профиля обучения, позволяющие приобрести соответствующий практический опыт;

- 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.

Данная программа внеурочной деятельности способствует формированию у обучающихся личностных, регулятивных, познавательных и коммуникативных учебных действий.

Личностные результаты освоения курса:

- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
- составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его;
- использовать приёмы 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.

Метапредметные результаты освоения курса:

- развить самостоятельность;
- оценить собственные возможности, способствует овладению учащимися умениями получать из разнообразных источников и критически осмысливать социальную информацию;
- систематизировать, анализировать полученные данные;
- освоить способы познавательной, коммуникативной, практической деятельности, необходимых для участия в жизни гражданского общества и правового государства.

Предметные результаты освоения курса:

- значение профессионального самоопределения, требования к составлению личного профессионального плана;
- правила выбора профессии;
- понятие о профессиях и о профессиональной деятельности;
- понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а так же 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;
- о смысле и значении труда в жизни человека и общества;
- о современных формах и методах организации труда;
- о сущности хозяйственного механизма в условиях рыночных отношений;
- о предпринимательстве;
- о рынке труда.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Тема 1. Выбор профессионального пути – начало жизненного успеха (2 часа).

Раздел является вводным в учебный курс и посвящен изучению причин возникновения профориентации, истории по созданию бюро по подбору профессий в России и за рубежом, особенностям профессионального самоопределения молодежи на современном этапе.

Тема 2. Мир профессий и его многообразие (3 часа).

Раздел посвящен изучению следующих терминов: «профессия», «должность», «профессиограмма». Раздел включает в себя ознакомление с требованиями к индивидуальным особенностям специалистов, с требованиями к профессиональной подготовке, медицинскими противопоказаниями и т.д. Раздел посвящен изучению классификации профессий, а также предлагает практические занятия с использованием психологических тестов.

Тема 3. Секреты выбора профессии (2 часа).

Раздел нацелен на изучение мотивов, внешних и внутренних социальных факторов выбора профессии. Также раздел посвящен рассмотрению типичных ошибок при выборе будущей профессии.

Тема 4. На пути к самопознанию (7 часов).

Раздел направлен на изучение внутриличностных особенностей учащихся с помощью теоретического материала и практических работ в виде психологических тестов. Данный раздел включает изучение роли нервной системы и темперамента в профессиональной деятельности, а также роли эмоционально-волевых качеств личности, самооценки.

Тема 5. Интересы, склонности и способности в профессиональном выборе (7 часов).

Раздел посвящен изучению собственных интересов учащихся с помощью методики «карта интересов», а также рассмотрению понятия «склонности». Раздел предполагает рассмотрение общих и специальных способностей, научение учащихся разбираться в своих способностях с помощью опросника профессиональных предпочтений. Данный раздел предусматривает отдельное рассмотрение таких тем, как интеллектуальные способности, способности к офисным видам деятельности, предпринимательству и социальной работе.

Тема 6. Профессиональная пригодность (4 часа).

Раздел нацелен на анализ взаимосвязи здоровья и выбора профессии, а также на изучение понятий «профессионально важные качества» и «профессиональная пригодность». Раздел включает рассмотрение специфических профессионально важных качеств для разных типов профессий. Также рассматривается вопрос об ограничениях профессиональной пригодности при различных заболеваниях.

Тема 7. Современный рынок труда и его требования к профессионалу (4 часа).

Раздел посвящен определению рынка труда, его особенностям и модели. Спрос и предложение на рынке труда. Также к рассмотрению предлагаются темы самопрезентации, грамотному составлению резюме, успешному прохождению интервью (правила поведения на собеседовании).

Тема 8. Возможности получения профессионального образования в России (4 часа).

В разделе акцентируется внимание на видах профессионального образования в России, а также на учебных заведениях начального, среднего, высшего профессионального образования.

Тема 9. Личный профессиональный план (2 часа).

В разделе освящается вопрос о том, как составить профессиональный план по схеме Е.А. Климова, как получить хорошую работу и произвести приятное впечатление на работодателя. Также данный раздел включает итоговое занятие по профориентации.

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Дата		Тема
	план	факт	
Тема 1. Выбор профессионального пути – начало жизненного успеха (2 ч.)			
1			Введение в курс. Из истории профориентации.
2			Особенности профессионального самоопределения молодежи на современном этапе.
Тема 2. Мир профессий и его многообразие (3 ч.)			
3			Что такое профессия?
4			Ориентация в мире профессий – классификация профессий.
5			Диагностика типа профессии по методике академика Е.А. Климова.
Тема 3. Секреты выбора профессии (2 ч.)			
6			Мотивы и основные условия выбора профессии.
7			Типичные ошибки при выборе профессии.
Тема 4. На пути к самопознанию (7 ч.)			
8			Хорошо ли я себя знаю?
9			Свойства нервной системы и темперамента в профессиональной деятельности.
10			Определение типа личности и темперамента с помощью методики Айзенка.
11			Самооценка и уровень притязаний.
12			Эмоционально-волевые качества личности в профессиональной деятельности.
13			Диагностика свойств эмоциональной и волевой сфер.
14			Что такое стресс. Понятие «эмоциональное выгорание».
Тема 5. Интересы, склонности и способности в профессиональном выборе (7 ч.)			
15			Интересы и склонности в выборе профессии.
16			Карта интересов и склонностей. Психодиагностика.
17			Возможности человека в профессиональной деятельности, или как разобраться в своих способностях?

18			Интеллектуальные способности и успешность в профессиональной деятельности.
19			Способности к профессиям социального типа.
20			Способности к офисным видам деятельности.
21			Способности к предпринимательской деятельности.
Тема 6. Профессиональная пригодность (4 ч.)			
22			Здоровье и выбор профессии.
23			Что такое профессиональная пригодность?
24			Ограничение профессиональной пригодности при различных заболеваниях.
25			Специфические профессионально важные качества для разных типов профессий.
Тема 7. Современный рынок труда и его требования к профессионалу (4 ч.)			
26			Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах.
27			Имидж и этикет современного делового человека.
28			Самопрезентация. Правила поведения на собеседовании.
29			Резюме: структура и содержание.
Тема 8. Возможности получения профессионального образования в России (4 ч.)			
30			Виды профессионального образования в России.
31			Высшее профессиональное образование.
32			Получение среднего профессионального образования.
33			Получение образования в Республике Саха (Якутия).
Тема 9. Личный профессиональный план (2 ч.)			
34			Профессиональный план. Диагностика работоспособности. Итоговое занятие по курсу.