

Муниципальное общеобразовательное бюджетное
учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 4
имени Героя Советского Союза М.П.Хвастанцева»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ВНЕУРОЧНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

«Основы профессионального самоопределения»

10 Б класс

Составлена:
педагог-психолог Т. В. Горина

г. Минусинск, 2022

Пояснительная записка

Переход на массовое профильное обучение в настоящее время обусловлен рядом причин, одной из которых является необходимость формирования у старшеклассников готовности к осознанному выбору будущей профессиональной деятельности.

Курс «Основы профессионального самоопределения» позволяет учащимся изучить свои возможности и потребности и соотнести их с требованиями, которые предъявляет интересующая их профессия, сделать обоснованный выбор профиля в старшей школе, подготовиться к будущей трудовой профессиональной деятельности и в дальнейшем успешно выстроить профессиональную карьеру, адаптируясь к социальным условиям и требованиям рынка труда.

Цель курса:

формирование осознанности и способности к выбору обучающимися профессиональной траектории.

Задачи курса:

- ✓ помочь учащимся раскрыть психологические особенности своей личности;
- ✓ подготовить школьников к осознанному выбору профиля обучения в старшей школе и в перспективе – будущей профессии;
- ✓ расширить знания учащихся о мире профессий, познакомив их с классификацией, типами и подтипами профессий, возможностями подготовки к ним, дать представление о профпригодности и компенсации способностей;
- ✓ активное включение обучающихся в процесс самоопределения на основе неоднократных профессиональных проб, с применением массовых цифровых инструментов;
- ✓ накопление цифрового портфолио обучающегося и выработка рекомендаций по построению индивидуального учебного плана, в

соответствии с выбранными профессиональными компетенциями по итогам участия в проекте «Билет в будущее»

Перечень знаний и умений, формируемых у учащихся.

В результате выполнения данной программы учащиеся должны знать сущность и содержание следующих понятий:

- ✓ познавательные процессы и способности личности;
- ✓ психологические особенности личности;
- ✓ компенсация способностей;
- ✓ профессиональные интересы и склонности, способности;
- ✓ классификация, типы и подтипы профессий;
- ✓ профессиограмма;
- ✓ профессиональная пригодность;
- ✓ проектирование профессионального жизненного пути;
- ✓ карьера, виды карьеры;
- ✓ личный профессиональный план;
- ✓ профпригодность;
- ✓ рынок труда.

На основе полученных знаний учащиеся должны уметь:

- ✓ выявлять свои способности и профессиональные интересы;
- ✓ определять соответствие выбранной профессии своим способностям, личностным особенностям и запросам рынка труда;
- ✓ работать с профессиограммами;
- ✓ ориентироваться в типах и подтипах профессий;
- ✓ составлять личный профессиональный план;
- ✓ проектировать свою профессиональную карьеру.
- ✓ раскрывать психологические особенности своей личности;
- ✓ выявлять свои способности и профессиональные интересы;

Для реализации содержания обучения по данной программе основные теоретические положения сопровождаются экскурсионными уроками (учебные заведения, предприятия города), выполнением практических

работ, которые помогают учащимся применять изученные понятия на практике, в конкретных жизненных ситуациях. (Большая часть практических заданий представлена в «Дневнике профессионального самоопределения старшеклассника»). На каждом занятии предусматривается практическая деятельность, включающая в себя работу с диагностическими методиками, участие в профориентационных и ролевых играх, выполнение упражнений.

В процессе обучения используется различный дидактический материал: презентации по темам курса, плакаты, схемы, видеоматериалы, «Дневник профессионального самоопределения», Всероссийские уроки на портале «Проектория», платформа «Билет в будущее».

Курс заканчивается выполнением итоговой работы и выставлением зачетных оценок. Материал программы распределен во времени с учетом его достаточности для качественного изучения основных положений и получения запланированных результатов.

Содержание курса «Основы профессионального самоопределения»

I. Введение

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

Учащиеся должны знать:

- ✓ роль профессионального самоопределения в жизни человека.

Учащиеся должны уметь:

- ✓ обосновывать важность выбора профессии в жизни человека;
- ✓ называть элементы структуры личного профессионального плана;
- ✓ называть основные проблемы, возникающие при выборе профессии;
- ✓ перечислять основные разделы программы курса;
- ✓ составлять личный профессиональный план.

Учащиеся должны иметь представление:

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

II. Диагностика отбора в профильные классы.

Методики: «Профиль», "Тип мышления", "Эрудит", «Определение профессиональных склонностей». Тестирование на платформе «Билет в будущее».

III. 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.

Учащиеся должны знать:

- ✓ определения понятий «память», «внимание»;
- ✓ виды памяти и 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 и виды 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;
- ✓ объяснять необходимость наличия определенных условий для 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 разрешения конфликтов.

Учащиеся должны знать:

- ✓ определения понятий «тип нервной системы», «темперамент», «характер», «самооценка»;
- ✓ типы нервной системы, темперамента;
- ✓ определение понятия «потребности», 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.

V. Мир профессий

Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации.

Характеристика труда: характер, процесс и условия труда.

Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы.

Типы профессий. Матрица выбора профессии.

Характеристика профессий типа «человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ». Профессионально важные качества (ПВК).

Всероссийские профориентационные уроки на портале «Шоу профессий».

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;
- ✓ выделять подтипы профессий рассматриваемого типа («человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ»);
- ✓ называть ПВК профессий рассматриваемого типа («человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ»);
- ✓ формулировать наиболее привлекательные характеристики своей будущей профессии.

VI. 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»;

- ✓ 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.

VII. 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.

Учащиеся должны знать:

- ✓ определения понятий «карьера», «вертикальная карьера», «горизонтальная карьера», «должность», «внутренняя оценка карьеры», «внешняя оценка карьеры».

Учащиеся должны уметь:

- ✓ указывать отличительные признаки различных видов карьеры;
- ✓ высказывать свое мнение по поводу влияния внутренней и внешней оценки карьеры на самооценку человека;
- ✓ определять цели собственной будущей карьеры.

Учащиеся должны иметь представление:

- ✓ о необходимости постоянного самообразования и профессионального совершенствования.

VIII. Обобщение

Построение личного профессионального плана. Зачет.

Учащиеся должны знать:

- ✓ определение понятия «личный профессиональный план».

Учащиеся должны уметь:

- ✓ составлять личный профессиональный план;
- ✓ проектировать свою профессиональную карьеру.

**Тематическое планирование курса
«Основы профессионального самоопределения» 9 Б класс**

п/п	Наименование тем	Кол-во часов
I	Введение. Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека.	1
II	Диагностика отбора в профильные классы	4
2.1	Диагностика отбора в профильные классы. Тестирование на платформе «Билет в будущее».	4
III	Познавательные процессы и способности личности	7
3.1	Память. Внимание.	1
3.2	Формы чувственного познания	1
3.3	Мотивационная сфера	1
3.4	Мышление.	1
3.5	Интеллектуальная сфера. Типы интеллекта.	1
3.6	Способности. Виды способностей: общие и специальные. Условия развития способностей.	1
3.7	Всероссийский профориентационный урок «Шоу профессий»	1
IV	Психология личности	7
4.1	Типы нервной системы. Типы темперамента.	1
4.2	Чувства и эмоции	1
4.3	Характер.	1
4.4	Самооценка. Уровень внутренней свободы.	1
4.5	Общение. Деловое общение.	1
4.6	Конфликты. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов.	1
4.7	Всероссийский профориентационный урок «Шоу профессий»	1
V	Мир профессий	8
5.1	Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации. Характеристика труда: характер, процесс и условия	1

	труда.	
5.2	Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы.	1
5.3	Типы профессий. Матрица выбора профессий.	1
5.4	Характеристика профессий типа «человек – человек». Всероссийский профориентационный урок «Шоу профессий»	1
5.5	Характеристика профессий типа «человек – природа». Всероссийский профориентационный урок «Шоу профессий»	1
5.6	Характеристика профессий типа «человек – знаковая система» Всероссийский профориентационный урок «Шоу профессий»	1
5.7	Характеристика профессий типа «человек – художественный образ». Всероссийский профориентационный урок «Шоу профессий»	1
5.8	Характеристика профессий типа «человек – техника». Всероссийский профориентационный урок «Шоу профессий»	1
VI	Профессиональное самоопределение	5
6.1	Склонности и интересы в профессиональном выборе («хочу»).	1
6.2	Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»)..	1
6.3	Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах («надо»).	1
6.4	«Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки и анализа составляющих «хочу» – «могу» – «надо».	1
6.5	Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии.	1
VII	Подготовка к будущей карьере	1
7.1	Понятие карьеры. Виды карьеры. Профессиональный рост	1
VIII	Обобщение	1
8.1	Обобщение и систематизация знаний по курсу. Зачёт.	1
	ИТОГО:	34