

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Загустайская средняя общеобразовательная школа



«Утверждаю»
/М.Н.Бальчинова/

Программа внеурочной деятельности

«Профориентация»

10 класс

Разработчик:

Малярова Э.К., социальный педагог

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Профориентация» для 10 класса составлена в соответствии с требованиями Федерального, государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО).

Рабочая программа по предмету «Профориентация» разработана в соответствии со следующими документами:

- Федеральный Закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Закон Республики Бурятия от 13.12.2013г. № 240 –V «Об образовании в Республике Бурятия»;
- Приказ Минпросвещения РФ от 17.05.2012г. №413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»;
- Приказ Минпросвещения РФ от 12.08.2022г №732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012г №413»;
- Приказ Минпросвещения РФ от 18.05.2023г №371 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования»;
- Приказ Минпросвещения РФ от 23.03.2021 г.№115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам- образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Приказ Минпросвещения России от 21.09.2022 N 858 "Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников"
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно- эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания";
- Устав МБОУ Загустайская СОШ.

Проблема выбора профессии стара как мир. С изменением экономической, политической, социально-культурной ситуации в стране необходимо и новое понимание его содержания.

Неопределенность ценностных представлений о самой профессии смещает ориентиры на

выбор образа жизни с помощью профессии. Профессия уже выступает как средство для достижения желаемого образа жизни. Все это приводит к трудностям в помощи педагогов, психологов, родителей, пытающихся оказать помощь старшеклассникам, которые находятся в состоянии неопределенности, либо сделать сомнительный и примитивный профессиональный выбор, попадая под влияние средств массовой информации и общественных стереотипов. При этом подростки считают, что располагают достаточным количеством информации о той или иной профессии для выбора профиля дальнейшего обучения.

ЦЕЛИ КУРСА:

- Актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся за счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессионального труда, их соотнесения в процессе профессиональных проб;
- Развить у учащихся способности к профессиональной адаптации в современных социально-экономических условиях.

ЗАДАЧИ КУРСА:

- Повысить уровень психологической компетенции учащихся за счет вооружения их соответствующими знаниями и умениями, расширения границ самовоспитания, пробуждения потребности в самосовершенствовании;
- Сформировать положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;
- Ознакомить со спецификой профессиональной деятельности и новыми формами организации труда в условиях рыночных отношений и конкуренции кадров;
- Обеспечить возможность соотносить свои склонности и способности с требованиями профессиональной деятельности с помощью включения их в систему специально организованных профессиональных проб.

Место предмета в учебном плане

На изучение курса «Профориентация» в 10-11 классах согласно плану внеурочной деятельности МБОУ Загустайская СОШ в 2023-2024 учебном году отводится 1 час в неделю, в в 10 классе 34 часа за учебный год.

Общая характеристика внеурочного курса.

Предложенный внеурочный курс «Твоя профессиональная карьера» может быть полезен каждому при выборе профессии. Выбор профессии определяет жизненный путь на долгое время, учитывая личные склонности к тому или иному виду деятельности. Для этого в курс включены деловые игры, тестирования.

Чем раньше учащиеся смогут поставить перед собой конкретную цель, тем короче будет путь ее достижения. Чем больше они сообразуют свой выбор с ситуацией на городском рынке труда, тем успешнее будет дальнейший жизненный путь.

Очень важно для учащихся правильно спланировать свое профессиональное будущее, выбрать профессию, которая станет любимым делом.

Изучая этот курс, учащиеся познакомятся:

1. С анализом положения в ведущих отраслях хозяйства.
2. С работой самых успешных фирм города.
3. С примерами кадровой политики конкретных организаций Омска.
4. Познакомят учащихся и с системой высшего, начального и среднего профессионального образования.

Изучив курс, учащиеся смогут найти ответы на вопросы:

1. Где применить себя?
2. Что такое совместное предприятие?
3. Как правильно выбрать будущую профессию?
4. Какие права и обязанности есть у выпускников школ?
5. Какие специалисты особенно нужны на современном рынке труда?
6. Как правильно искать работу и от чего зависит возможность трудоустройства?

Разрабатывая планы профессионального будущего, следует учесть профессиональные интересы и предпочтения, способности к тому или иному виду деятельности,

востребованность профессии на рынке труда. Это помогает им соотнести свои индивидуальные особенности с требованиями, которые предъявляет интересующая их профессия, в непосредственной профессиональной деятельности. Только тогда, когда все это будет принято во внимание, можно рассчитывать на удачу.

Программа имеет модульную структуру. Каждый из трех модулей заканчивается практикой работой учащихся. Это дает возможность индивидуализировать процесс изучения материалов.

Планируемые результаты изучения учебного предмета.

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;
- источники получения дополнительной информации об интересующих их профессиях и способах получения желаемого профессионального образования;
- образовательные учреждения, которые дают желаемый уровень профессионального образования и требования к абитуриентам;
- варианты более полного выявления и развития задатков, способностей по определенным видам профессиональной деятельности.

Учащиеся должны иметь представления: 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.

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 профессиограммы, информацию по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка;
- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.
- обосновывать важность выбора профессии в жизни человека;
- приводить пример, указывать отличия в характере, процессе и условиях труда различных типов профессий;
- выявлять тип своей будущей профессии;
- определять свои профессиональные предпочтения;

- определять цели своей собственной карьеры;
- 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 (надо);
- анализировать результаты получения специальных знаний в рамках профессионального образования, выявляя степень соответствия имеющихся задатки способностей требованиям конкретных профессий;
- обоснованно анализировать потребности рынка труда города и области;
- обоснованно выбирать соответствующие желаниям и возможностям обучающегося, его семьи тип профессионального образования, место и форму его получения;
- организовывать качественную подготовку к поступлению в конкретное учебное заведение.

Межпредметные связи.

В процессе преподавания курса могут использоваться разнообразные формы организации занятий и методы обучения: комбинированный урок, конференция, «круглый стол», пресс- конференция, индивидуальные и групповые беседы. Изучение курса предполагает активное участие школьников в подготовке и проведения занятий, насыщение уроков и домашних заданий различными упражнениями для самостоятельной работы, раздаточным дидактическим материалом.

Содержание рабочей программы курса «Профориентация» 10 класс

№	Тема урока	Основные виды учебной деятельности	Планируемые предметные результаты освоения материала
«Океан профессий.»(23 ч.)			Знать:
1-3	Профессия и человек. Что такое профессия	Общее понятие о профессии, специальности, должности. Личный профессиональный план.	- роль профессионального самоопределения в жизни человека;
4	Место диагностики в образовательном процессе.	Практическая работа: составление индивидуальной программы самовоспитания Информация об уровнях и видах учебных заведений. Работа с опросником ЛПП. Профориентационная игра «Эпитафия» и «Звездный час», позволяющая соотнести свое представление о счастье с определенной профессиональной	основные разделы программы курса; понятие личного профессионального плана; основные структуры личного профессионального плана; Уметь:

		<p>деятельностью. Осознание основных личностных смыслов. Анализ индивидуальной анкетированная. Профессиограммы.</p>	<p>обосновывать важность выбора профессии в жизни человека;</p> <p>называть основные проблемы, возникающие при выборе профессии;</p> <p>составлять личный профессиональный план</p>
5-8	Профессия и время.	<p>Значение выбора профессии для человека и общества. Ситуация и факторы выбора профессии. Ситуация выбора профессии профессиональная пригодность; проектирование профессионального жизненного пути; определять соответствие выбранной профессии своим способностям, личностным особенностям и запросам рынка труда;</p>	
9	Потребность и причины смены профессии	<p>Отношение к деятельности, к людям, к самому себе, к предметно</p> <p>Занятость населения, безработица.</p> <p>Построение личного профессионального маршрута.</p>	
10-14	Какие бывают профессии	<p>«Хочу» – склонности, интерес.</p> <p>«Могу» – возможности человека.</p> <p>«Надо» – потребности рынка труда. Понятие о профессии, специальности и должности.</p> <p>Профессиональная пригодность; проектирование профессионального жизненного пути;</p>	
15	Проблема готовности к профессии	<p>Творческое отношение к собственной жизни.</p> <p>Целеустремлённость в преодолении жизненных трудностей при устройстве своей профессиональной судьбы .</p> <p>Уточнение образа наиболее привлекательной профессии.</p> <p>Работа с дифференциально-диагностическим опросником.</p> <p>Составление схемы «Оптимальный выбор профессии», обзор типичных ошибок, совершаемых при выборе профессии.</p>	

16	Как классифицировали профессии за рубежом?	Система профессионального технического, среднего-спец. И высшего образования в Карелии и Северо-западном регионе России. Осознание необходимости учитывать личностные особенности и требования к профессии	
17-20	Наиболее распространенная отечественная классификация профессий.	Характеристика профессий типа «человек-человек», «человек-техника» «человек-знак», «человек-природа», «человек-художественный образ» Рынок, его функции, структура. Конкуренция, формирование рыночной инфраструктуры. Кадровое планирование. Банки данных о рабочей силе (спрос и предложение). Занятость населения, безработица. Построение личного профессионального маршрута.	
21	Житейские способы классификации профессий.	Характеристика профессий типа «человек-человек», «человек-техника» «человек-знак», «человек-природа», «человек-художественный образ» ориентироваться в типах и подтипах профессий; · составлять личный профессиональный план; · проектировать свою профессиональную карьеру	
22-23	Где и как можно приобрести профессию	Профессиональное образование. Государственный стандарт профессионального образования. Уровни профессионального образования: начальное, среднее, высшее, послевузовское. Профессиональное образовательное учреждение. Система профессиональной подготовки кадров: ученичество, профессиональные пробы, курсовая форма подготовки кадров, училища, техникумы,	

		<p>лицей, ССУЗы, институт, академия, университет, аспирантура, докторантура, ординатура и интернатура, институты повышения квалификации. Источники информации о профессиональных учебных заведениях.</p> <p>Обзор типичных ошибок, совершаемых при выборе профессии. Что должен знать абитуриент. Рейтинг профессий.</p> <p>Осознанный выбор.</p>	
Какие профессии вас привлекают(11 ч.)			Знать:
24-25	Сформированность профориентационно значимой компетенции.	<p>Компоненты процесса профессионального самоопределения: трудолюбие, интерес к работе, потребность в профессиональном самоопределении, профессиональный интерес, склонность, профессиональный идеал, мотивы выбора профессии, профессиональное самосознание, профессиональное призвание.</p> <p>Показатели профессионального самоопределения: мечта о профессии, профессиональное намерение, профессиональное стремление.</p> <p>Понятие о способах классификации профессий по различным признакам.</p> <p>Знакомство с типами , группами , отделами профессий.</p>	<p>определение понятий «характер» «самооценка»</p> <p>виды черт характера.</p> <p>определение понятия «самоопределение личности»;</p> <p>- виды самоопределения</p> <p>определение понятия «профессиональное самоопределение»</p> <p>Уметь:</p> <p>соотносить поведение человека с его чертами характера</p> <p>выявлять уровень собственной самооценки</p> <p>называть свои ценностные ориентации</p>
26-28	Профессиональный успех и здоровье.	<p>Понятие профпригодности.</p> <p>Знакомство с описаниями Составляющие профессиональной пригодности. Роль здоровья , образования, способностей , личностных качеств в профессиональном самоопределении. Служба занятости.</p>	
29-	Познай себя. Ваши	Тестирование. Психологическая	

30	интересы и склонности.	характеристика типа темперамента, особенности и: проявления в проф. Деятельности Практическое задание: выполнение опросника Айзенка.	
31	Выявление своей личности	«Образ «Я» как система представлений о себе. Структура «Образа «Я» (знание о себе, оценка себя, умение управлять собой). Развивающие процедуры. Методика «Произвольное самописание» (с учетом модификации «Я» в глазах другого); методика самооценки (соотношение «реального» и «идеального «Я»).	
32-33	Тестирование.	Тестирование «Познание своей личности». Соотнести свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии	
34-35	Что помогает нам познать мир.	Цель и задачи творческих проектов «Мой выбор». Компоненты проекта «Мой выбор». Требования к оформлению проекта. Порядок проведения защиты проекта. Критерии оценивания проект. Анализировать профиограммы, информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности; Пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования	

**Содержание рабочей программы
курса «Проориентация» 11 класс**

№	Тема урока	Основные виды учебной деятельности	Планируемые предметные результаты освоения материала
Познай себя (12 ч.)			

1-3	Как добиться успеха в профессиональной карьере.	<p>Творческое отношение к собственной жизни.</p> <p>Целеустремлённость в преодолении жизненных трудностей при устройстве своей профессиональной судьбы .</p> <p>о смысле и значении труда в жизни человека и общества;</p>	
4-5	<p>Зачем нужно уметь контролировать свое поведение. Тест»</p> <p>Уровень субъективного контроля».</p>	<p>Практическая работа: составление индивидуальной программы самовоспитания. Свойства нервной системы. Ограничения при выборе профессии. Компенсаторные возможности за счет выработки индивидуального стиля деятельности.</p> <p>Темперамент в профессиональном становлении личности. Характерологические особенности личности.</p> <p>соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;</p>	
6-8	Ваши ценности в жизни.	<p>Сущность и виды самоопределения человека.</p> <p>Жизненное и профессиональное самоопределение, их сущность и взаимосвязь. Смысл и цель жизни человека. Личностный и социальный аспекты выбора профессии. Определение понятий «наличное Я», «желаемое Я». Роль осознанного смысла жизни в выборе профессии.</p>	<p>определять соответствие выбранной профессии своим способностям, личностным особенностям и запросам рынка труда;</p>
9-10	Как Ваши чувства влияют на Вашу жизнь	<p>Эмоции и чувства, их функции в профессиональной деятельности.</p> <p>Практическое задание: выполнение опросника «Беспокойство-тревога», методики "Незаконченные</p>	

		<p>предложения" определения понятий «тип нервной системы», «темперамент», «характер», «самооценка»;</p> <ul style="list-style-type: none"> · типы нервной системы; · типы темперамента; · определение понятия «потребности»; · виды потребностей; <p>особенности делового общения;</p> <p>определение понятия «конфликт»;</p>	
11	Психологический практикум. Творческое мышление.	<p>Сущность и виды познавательных процессов, их структура. Ощущение, восприятие, представление.</p> <p>Виды представлений.</p> <p>Внимание, свойства внимания.</p> <p>Память, ее виды. Мышление.</p> <p>Воображение. Эмоции, чувства, воля: сущность и функции.</p> <p>Виды эмоциональных состояний. Роль познавательных процессов, эмоций, чувств и воли в профессиональном самоопределении и профессиональной деятельности человека.</p>	<p>определения понятий «ощущение», «восприятие», «представление», «воображение»;</p> <ul style="list-style-type: none"> · определения понятий «мышление», «интеллектуальная сфера», «интеллект»; · виды мышления; <p>формы логического мышления: понятие, суждение, умозаключение;</p> <p>основные операции мышления;</p>
12	Общительны ли Вы?	<p>Сущность и типы темперамента, их психологическая характеристика, особенности проявления в учебной и профессиональной деятельности. положительные и отрицательные характеристики различных типов темперамента.</p> <p>Роль темперамента в профессиональной деятельности человека.</p>	<p>определение понятия «способности»;</p> <ul style="list-style-type: none"> · основные виды способностей; · особенности интеллектуальной сферы; <p>типы интеллекта.</p>
Погружение в практику - лучший способ принятия верного решения (21 ч.)			
13-14	Достижение успеха.	<p>Понятие о профессиональной карьере.</p> <p>Критерии профессиональной</p>	

		компетентности. о смысле и значении труда в жизни человека и общества	
15-19	Первые шаги в выборе профессии.	Система профессионально-технического образования. Подготовка рабочих на производстве. Средние специальные учебные заведения, их типы, условия приема и обучения. Типы высших учебных заведений. Источники получения информации о профессиях, учебных заведениях и вакансиях. Возможности компьютерных сетей для получения информации о профессиях и учебных заведениях.	анализировать профессиональную деятельность по основным признакам; составлять формулу профессии;
20-21	Можно ли выбрать профессию?	Практическая работа: состав, анализ личного профессионального плана составлять план подготовки к профессиональному самоопределению; анализировать профессиограммы и психограммы; выполнять профессиональные пробы	
22-23	Практические игровые упражнения	Практическое задание: выполнение "Диагностическо-дифференциального опросника Климова"	Уметь: - обосновывать наличие у себя специальных способностей, влияющих на профессиональный выбор
24-25	Знакомство со словарем профессий	Происхождение труда. Разделение труда. Мануфактура. Крупная машинная индустрия. Постиндустриальное общество. Современные формы разделения труда: международное, отраслевое, технологическое,	

		<p>функциональное, профессиональное, специальное. Сущность понятий «профессия», «специальность», «квалификация», «должность». Основные характеристики профессии правила выбора профессии; понятие о профессиях, специальностях, должностях;</p>	
26-27	Где учиться и как искать работу.	<p>Сущность и виды труда. Процесс труда. Функции человека в процессе труда. Готовность к труду. Предмет труда. Средства труда. Продукты трудовой деятельности. Сферы, отрасли и секторы экономики. Сфера материального и нематериального производства. Отрасль труда. Предпринимательство как сфера трудовой деятельности. Цель, значение, формы предпринимательства.</p>	Ориентироваться в сфере образовательных услуг;
28-29	Рынок и его требования к профессионалу	<p>Сущность рынка труда и принципы его формирования. Безработица и причины ее появления. Статус безработного. Требования к современному профессионалу. Профессии в XXI веке. Рынок труда Омской области.</p>	Отбирать информацию о вакансиях рабочих мест города, региона, страны, зарубежья;
30	Выполнение профессиональной пробы человек - природа.	<p>Сущность понятия «способности», общие и специальные способности. Уровни развития способностей: неспособность, способность, талант, гениальность. Основные свойства специальных способностей. Задатки как предпосылка формирования и развития способностей. Способности и выбор профессии. Типы профессий и специальные способности.</p>	<p>выявлять тип своей будущей профессии; определять свои профессиональные предпочтения;</p>
31	Человек, среда,	Профессиональная	Составлять резюме в

	машины и автоматы	<p>деятельность: функции, цели, задачи, средства и предметы труда, результаты.</p> <p>Профессиональная компетентность, профессиональное мастерство. Показатели профессионального мастерства. Виды профессиональной этики.</p> <p>Профессиональная карьера, ее формы. Структура плана профессиональной карьеры.</p>	<p>период поступления на работу;</p> <p>Формировать личный имидж для построения карьеры.</p>
32	«За» и «Против».	<p>Сущность и типы темперамента, их психологическая характеристика, особенности проявления в учебной и профессиональной деятельности. положительные и отрицательные характеристики различных типов темперамента.</p> <p>Роль темперамента в профессиональной деятельности человека.</p>	<p>понятия об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;</p>
33-34	Проект «Профессиональная карьера».	<p>Защита профессий типа "человек-человек", "человек-техника" "человек-знак", "человек-природа", «человек-художественный объект» выявлять собственные интересы и склонности в профессиональной сфере деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> · делать вывод о необходимости соотносить свои желания («хочу») со своими способностями и возможностями («могу») и требованиями рынка труда («надо»); <p>называть мотивационные факторы выбора профессии;</p> <p>называть ошибки, которые могут быть допущены при выборе профессии;</p> <p>перечислять основания, по которым предпочтительнее</p>	<p>Планировать социально-профессиональное развитие карьеры</p>

осуществлять выбор профессии.

Содержание внеурочного курса

10класс (34 час)

№	Тема урока	Кол-во часов
1-3	Профессия и человек. Что такое профессия	3
4	Место диагностики в образовательном процессе.	1
5-8	Профессия и время.	4
9	Потребность и причины смены профессии	1
10-14	Какие бывают профессии	5
15	Проблема готовности к профессии	1
16	Как классифицировали профессии за рубежом?	1
17-20	Наиболее распространенная отечественная классификация профессий.	4
21	Житейские способы классификации профессий.	1
22-23	Где и как можно приобрести профессию	2
24-25	Сформированность профориентационно значимой компетенции.	2
26-28	Профессиональный успех и здоровье.	3
29-30	Познай себя. Ваши интересы и склонности.	2
31	Выявление своей личности	1
32-33	Тестирование.	2
34	Что помогает нам познать мир.	1

11 класс (34 час)

№	Тема урока	Кол-во часов
1-3	Как добиться успеха в профессиональной карьере.	3
4-5	Зачем нужно уметь контролировать свое поведение. Тест «Уровень субъективного контроля».	2
6-8	Ваши ценности в жизни.	3
9-10	Как Ваши чувства влияют на Вашу жизнь	2
11	Психологический практикум. Творческое мышление.	1
12	Общительны ли Вы?	1
13-14	Достижения успеха	2
15-	Первые шаги в выборе профессии.	5

19		
20- 21	Можно ли выбрать профессию?	2
22- 23	Практические игровые упражнения	2
24- 25	Знакомство со словарем профессий	2
26- 27	Где учиться и как искать работу.	2
28- 29	Рынок и его требования к профессионалу	2
30	Выполнение профессиональной пробы человек - природа.	1
31	Человек , среда, машины и автоматы	1
32	« За» и «Против».	1
33- 34	Проект « Профессиональная карьера».	2