

Приложение № 22
к основной образовательной программе
среднего общего образования

Рабочая программа
учебного курса внеурочной деятельности

«Твоя профессиональная карьера»
направление: социальное

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа предназначена для содействия социально-психологической адаптации подростков в области профориентации. Данный курс ставит своей целью помочь подросткам правильно оценить свои возможности и способности при выборе профессии. Научить разбираться в мире профессий и самостоятельно анализировать профессии. Составить представление о том, как функционирует рынок труда и какие особенности существуют на региональном рынке труда, и в результате сформировать информационную готовность молодежи к профессиональному выбору.

Выбор профессии подростком происходит под влиянием многих факторов, в том числе психологических, социальных и экономических. На этот выбор влияют особенности личности, интересы, склонности, способности подростка, состояние здоровья, а также, что особенно важно, и уровень информированности учащегося о современном рынке образования и труда.

Ведущие роли в профессиональном определении старшеклассников принадлежит семье, школе, ближайшему социальному окружению.

Цель: создать условие для осознанного профессионального самоопределения учащихся в соответствии со способностями, склонностями, личностными особенностями, с потребностями общества, региона в кадрах.

Задачи:

- Сформировать способности к социально-профессиональной адаптации в обществе.
- Расширить представления учащихся о современном «Рынке профессий».
- Сформировать умение соотносить свои интересы и способности с требованиями, выдвигаемыми выбранной профессией.
- Сформировать положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности применительно к реализации себя в будущей профессии.
- Способствовать проектированию подростками своих жизненных и профессиональных планов, идеалов будущей профессии и возможных моделей достижения высокой квалификации в ней.

Основные принципы реализации программы:

1. Принцип сознательности в стремлении удовлетворить своим выбором не только личностные потребности в трудовой деятельности, но и принести как можно больше пользы обществу.

2. Принцип соответствия выбираемой профессии по интересам, склонностям, способностям личности и одновременно потребностям общества в целом. Нельзя выбирать профессию, исходя только из собственных интересов и не считаясь с интересами общества.

3. Принцип активности в выборе профессии характеризует тип деятельности личности в процессе профессионального самоопределения. Профессию надо активно искать самому. В этом большую роль призваны сыграть: советы родителей и их профессиональный опыт, поиск и чтение по интересующей профессии литературы, участие в работе специальных курсов.

4. Принцип развития отражает идею выбора такой профессии, которая дала бы личности возможность повышения квалификации, увеличения заработка по мере роста и профессионального мастерства, возможность активно участвовать в общественной работе, удовлетворять культурные потребности, потребности в отдыхе.

Содержательная часть занятий ориентирована на подростков 16 – 17 лет, без требований к начальному уровню знаний и умений.

Курс реализуется в течение всего учебного года. Регулярность занятий – один раз в неделю. Курс рассчитан на 34 часа для 10 класса и 34 часа для 11 класса.

Формы проведения занятий: беседы, дискуссии, мастер-классы, экскурсии на производство, решения кейсов, встречи с представителями разных профессий, профессиональные пробы, коммуникативные и деловые игры, консультации педагога и психолога, проектная и исследовательская деятельность.

Промежуточная аттестация проводится в форме творческого задания, основывается на встроенном педагогическом наблюдении по системе оценки «Зачёт/незачёт». По итогам промежуточной аттестации классным руководителем оформляется ведомость.

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В соответствии с Федеральным государственным стандартом среднего общего образования содержание данного курса определяет достижение личностных и метапредметных результатов освоения основной образовательной программы.

Личностные результаты:

- ориентация обучающихся на достижение личного счастья, реализацию позитивных жизненных перспектив, инициативность, креативность, готовность и способность к личностному самоопределению, способность ставить цели и строить жизненные планы;
- готовность и способность обеспечить себе и своим близким достойную жизнь в процессе самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- формирование выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра, нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей и нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);
- развитие компетенций сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- осознанный выбор будущей профессии как путь и способ реализации собственных жизненных планов;
- готовность обучающихся к трудовой профессиональной деятельности как к возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- потребность трудиться, уважение к труду и людям труда, трудовым достижениям, добросовестное, ответственное и творческое отношение к разным видам трудовой деятельности

Метапредметные результаты

Регулятивные универсальные учебные действия

- самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;
- оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;
- выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты;
- организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;
- сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

Познавательные универсальные учебные действия

- искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи;
- критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;
- использовать различные модельно-схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках;
- находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;
- выходить за рамки учебного курса и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;
- выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;
- менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

Коммуникативные универсальные учебные действия

- осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;
- при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);
- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;

- развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;
- распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

Предметные результаты

Обучающийся будет знать:

- Значение профессионального самоопределения, требования к составлению личного профессионального плана.
- Правила выбора профиля обучения, выбора профессии.
- Понятие о профессиях и профессиональной деятельности.
- Понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических ресурсах личности в связи с выбором профессии.
- Понятие о темпераменте, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения.

Обучающийся будет иметь представление:

- 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.

Обучающийся будет уметь:

- 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 профессиограммы, информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка.
- Пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

10 класс

№	Тема урока	Основные виды учебной деятельности
«Океан профессий» (23 ч.)		
1-3	Профессия и человек. Что такое профессия	Общее понятие о профессии, специальности, должности. Личный профессиональный план.
4	Место диагностики в образовательном	Практическая работа: составление индивидуальной программы самовоспитания Информация об уровнях и

	процессе.	видах учебных заведений. Работа с опросником ЛПП. Профориентационная игра «Эпитафия» и «Звездный час», позволяющая соотнести свое представление о счастье с определенной профессиональной деятельностью. Осознание основных личностных смыслов. Анализ индивидуального анкетирования. Профессиограммы.
5-8	Профессия и время.	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;
9	Потребность и причины смены профессии	Отношение к деятельности, к людям, самому себе, к предмету Занятость населения, безработица. Построение личного профессионального маршрута.
10-14	Какие бывают профессии	"Хочу" - склонности, интерес. "Могу" - возможности человека. "Надо" - потребности рынка труда. Понятие о профессии, специальности и должности. Профессиональная пригодность; проектирование профессионального жизненного пути
15	Проблема готовности к профессии	Творческое отношение к собственной жизни. Целеустремленность в преодолении жизненных трудностей при устройстве своей профессиональной судьбы. Уточнение образа наиболее привлекательной профессии. Работа с дифференциально- диагностическим опросником. Составление схемы «Оптимальный выбор профессии», обзор типичных ошибок, совершаемых при выборе профессии.
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, лицеи, ССУЗы, институт, академия, университет, аспирантура, докторантура, ординатура и интернатура, институты повышения квалификации. Источники информации о профессиональных учебных заведениях. Обзор типичных ошибок, совершаемых при выборе профессии. Что должен знать абитуриент. Рейтинг профессий. Осознанный выбор.
Какие профессии вас привлекают (11 ч.)		
24-25	Сформированность профориентационно-значимой компетенции.	Компоненты процесса профессионального самоопределения: трудолюбие, интерес к работе, потребность в профессиональном самоопределении, профессиональный интерес, склонность, профессиональный идеал, мотивы выбора профессии, профессиональное самосознание, профессиональное призвание. Показатели профессионального самоопределения: мечта о профессии, профессиональное намерение, профессиональное стремление. Понятие о способах классификации профессий по различным признакам. Знакомство с типами , группами , отделами профессий.
26-28	Профессиональный успех и здоровье.	Понятие профпригодности. Знакомство с описаниями Составляющие профессиональной пригодности. Роль здоровья , образования, способностей , личностных качеств в профессиональном самоопределении. Служба занятости.
29-30	Познай себя. Ваши интересы и склонности.	Тестирование Психологическая хар-ка 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». Соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии
34	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 проекта. Анализировать профессиограммы, информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности; Пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования

11 класс

№ п/п	Тема урока	Основные виды учебной деятельности
Познай себя (12 ч.)		
1-3	Как добиться успеха в профессиональной карьере.	Творческое отношение к собственной жизни. Целеустремленность в преодолении жизненных трудностей при устройстве своей профессиональной судьбы. О смысле и значении труда в жизни человека и общества.
4-5	Зачем нужно уметь контролировать свое поведение.	Практическая работа: составление индивидуальной программы самовоспитания. Свойства нервной системы. Ограничения при выборе профессии. Компенсаторные возможности за счет выработки индивидуального стиля деятельности. Темперамент в профессиональном становлении личности. Характерологические особенности личности. Соотношение своих индивидуальных особенности с требованиями конкретной профессии;
6-8	Ваши ценности в жизни.	Сущность и виды самоопределения человека. 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.
9-10	Как Ваши чувства влияют на Вашу жизнь	Эмоции и чувства, их функции в профессиональной деятельности. Практическое задание: выполнение опросника «Беспокойство-тревога», методики "Незаконченные предложения" определения понятий «тип нервной системы», «темперамент», «характер», «самооценка»; типы нервной системы; типы темперамента; определение понятия «потребности»; виды потребностей; особенности делового общения; определение понятия «конфликт»;
11	Психологический практикум. Творческое мышление.	Сущность и виды познавательных процессов, их структура. Ощущение, восприятие, представление. Виды представлений. Внимание, свойства внимания. Память, ее виды. Мышление. Воображение. Эмоции, чувства, воля: сущность и функции. Виды эмоциональных состояний. Роль познавательных процессов, эмоций, чувств и воли в профессиональном самоопределении и профессиональной деятельности человека.
12	Общительны ли Вы?	Сущность и типы темперамента, их психологическая характеристика, особенности проявления в учебной и профессиональной деятельности. положительные и отрицательные характеристики различных типов темперамента. Роль темперамента в профессиональной деятельности человека.
Погружение в практику - лучший способ принятия верного решения (22 ч.)		
13-14	Достижение успеха.	Понятие о профессиональной карьере. Критерии профессиональной компетентности. Смысл и значение 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.
20-21	Можно ли выбрать профессию?	Практическая работа: состав, анализ личного профессионального плана, составление плана подготовки к профессиональному самоопределению; анализировать

		профессиограммы и психограммы; выполнять профессиональные пробы
22-23	Практические игровые упражнения	Практическое задание: выполнение заданий.
24-25	Знакомство со словарем профессий	Происхождение труда. Разделение труда. Мануфактура. Крупная машинная индустрия. Постиндустриальное общество. Современные формы разделения труда: международное, отраслевое, технологическое, функциональное, профессиональное, специальное. Сущность понятий «профессия», «специальность», «квалификация», «должность». Основные характеристики профессии правила выбора профессии; понятие о профессиях, специальностях, должностях;
26-27	Где учиться и как искать работу.	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.
28-29	Рынок и его требования к профессионалу	Сущность рынка труда и принципы его формирования. Безработица и причины ее появления. Статус безработного. Требования к современному профессионалу. Профессии в XXI веке. Рынок труда Нижегородской области.
30	Выполнение профессиональной пробы человек - природа.	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.
31	Человек, среда, машины и автоматы	Профессиональная деятельность: функции, цели, задачи, средства и предметы труда, результаты. Профессиональная компетентность, профессиональное мастерство. Показатели профессионального мастерства. Виды профессиональной этики. Профессиональная карьера, ее формы. Структура плана профессиональной карьеры.
32	«За» и «Против».	Сущность и типы темперамента, их психологическая

		характеристика, особенности проявления в учебной и профессиональной деятельности. положительные и отрицательные характеристики различных типов темперамента. Роль темперамента в профессиональной деятельности человека.
33-34	Проект «Профессиональная карьера».	Защита профессий типа "человек-человек", "человек-техника", "человек-знак", "человек-природа" Выявление собственных интересов и склонности в профессиональной сфере деятельности; вывод о необходимости соотносить свои желания («хочу») со своими способностями и возможностями («могу») и требованиями рынка труда («надо»); мотивационные факторы выбора профессии; ошибки, которые могут быть допущены при выборе профессии; основания, по которым предпочтительнее осуществлять выбор профессии.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10 класс

№	Тема урока	Кол-во часов
«Океан профессий» - 23 часа		
1	Что такое профессия? Общее понятие о профессии, специальности, должности.	1
2	Профессия и человек.	1
3	Личный профессиональный план.	1
4	Место диагностики в образовательном процессе.	1
5	Профессия и время.	1
6	Значение выбора профессии для человека и общества.	1
7	Ситуация и факторы выбора профессии.	1
8	Определение соответствия выбранной профессии своим способностям.	1
9	Потребность и причины смены профессии	1
10	Какие бывают профессии.	1
11	Понятие о профессии, специальности и должности.	1
12	Профессиональная пригодность	1
13-14	Проектирование профессионального жизненного пути	2
15	Проблема готовности к профессии	1
16	Как классифицировали профессии за рубежом?	1
17	Наиболее распространенная отечественная классификация профессий.	1
18	Характеристика профессий. «Человек-человек»	1
19	Характеристика профессий. «Человек-техника»	1

20	Характеристика профессий. «Человек-знак», «Человек-природа»	1
21	Житейские способы классификации профессий.	1
22	Где и как можно приобрести профессию. Система профессиональной подготовки кадров.	1
23	Обзор типичных ошибок, совершаемых при выборе профессии.	1
Какие профессии вас привлекают? – 11 часов		
24	Сформированность профориентационно-значимой компетенции.	1
25	Знакомство с типами, группами, отделами профессий.	1
26	Профессиональный успех и здоровье. Понятие профпригодности.	1
27	Роль здоровья, способностей, личностных качеств в профессиональном самоопределении.	1
28	Служба занятости.	1
29	Познай себя. Ваши интересы и склонности.	1
30	Психологическая характеристика типа темперамента.	1
31	Выявление своей личности.	1
32	Что помогает нам познать мир. Тестирование.	1
33-34	Подготовка и защита проекта «Мой выбор»	2
		34 часа

11 класс

№	Тема урока	Кол-во часов
Познай себя – 12 часов		
1	Как добиться успеха в профессиональной карьере.	1
2	Творческое отношение к собственной жизни.	1
3	О смысле и значении труда в жизни человека и общества.	1
4	Зачем нужно уметь контролировать свое поведение.	1
5	Составление индивидуальной программы самовоспитания.	1
6	Ваши ценности в жизни.	1
7	Личностный и социальный аспекты выбора профессии.	1
8	Понятия «наличное Я», «желаемое Я».	1
9	Как Ваши чувства влияют на Вашу жизнь.	1
10	Практическое занятие.	1
11	Психологический практикум. Творческое мышление.	1
12	Общительны ли Вы?	1
Погружение в практику – лучший способ принятия верного решения – 22 часа		
13	Достижения успеха.	1
14	Понятие «карьера», «профессиональная компетентность».	1
15	Первые шаги в выборе профессии.	1
16	Система профессионально-технического образования.	1
17	Информация о профессиях, учебных заведениях.	1
18	Экскурсия по сайтам.	1

19	Источники получения информации о профессиях, учебных заведениях и вакансиях	1
20	Можно ли выбрать профессию?	1
21	Состав, анализ личного профессионального плана	1
22	Профессиональные пробы.	1
23	Профессиональные пробы.	1
24	Знакомство со словарем профессий.	1
25	Современные формы разделения труда.	1
26	Где учиться и как искать работу.	1
27	Сущность и виды труда.	1
28	Рынок и его требования к профессионалу.	1
29	Профессии 21 века.	1
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
		34 часа

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 305635189186826168010400438383193104950455390159
Владелец Сутырин Илья Игоревич
Действителен с 03.04.2024 по 03.04.2025