Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа
с. Песчаноозёрка имени Евгения Байлова»

Рассмотрено и рекомендовано МО «29» августа 2022 года _____Березенцева Е.В.	Рассмотрено и рекомендовано педагогическим советом «29» августа 2022 года _____Бондарь В.В.	Утверждено приказом №100 «1» сентября 2022 года _____Левшина В.В.

Рабочая программа

Внеурочной деятельности

«Мой выбор»

для 11 классов

на 2022-2023 учебный год

Учитель: Климович Анна Юзефовна

Песчаноозёрка 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативными документами для составления рабочей программы являются:

- Федеральный компонент государственного стандарта общего образования, утвержденный МО РФ от 05.03.2004 №1089;

- Базисный учебный план общеобразовательных учреждений Российской Федерации, утвержденный приказом Минобразования РФ №1312 от 09. 03. 2004;

Актуальность курса определяется значимостью формирования у обучающихся профессионального самосознания и осознанного профессионального намерения, осознанию интереса к будущей профессии. За краткостью слов «выбор профессии» стоит планирование, проектирование, обдумывание профессионального жизненного пути, «профессионального старта». Правильно сделанный выбор – это начало пути к успеху, к самореализации, к психологическому и материальному благополучию в будущем. Профессиональное самоопределение является начальным звеном профессионального развития личности.

Цели и задачи предмета

Изучение курса «**Профессиональное самоопределение. Мой выбор**» на базовом уровне в старшей школе направлено на достижение следующих **целей:**

- подготовка учащихся к осознанному выбору профиля обучения, составлению первичного профессионального плана;

- овладение умениями: использовать различные источники для получения и анализа необходимой информации по проекту; ставить цель и добиваться ее достижения; анализировать ситуацию и прогнозировать ее развитие, планировать как собственную, так и коллективную деятельность;

- развитие познавательных интересов, интеллектуальных и творческих способностей в процессе знакомства с профессиями в различных областях

современной жизни и практической реализации профессионального самоопределения;

- воспитание личностных характеристик: целеустремленности, самостоятельности, уверенности в своих возможностях, социальной активности и ответственности за принятые решения и совершенные действия;

- открытие перед учениками перспектив в дальнейшем личностном росте;

- овладение способами конструктивного взаимодействия с людьми для успешной социальной и профессиональной адаптации;

- сформировать психологическую готовность к совершению осознанного профессионального выбора с учётом индивидуальных особенностей и возможностей обучающихся.

Реализация указанных целей достигается в результате решения следующих **задач**:

- формирование актуального для подростков “информационного поля” мира профессий, ознакомление с основными принципами выбора профессии;

- расширение системы представлений учащихся о мире профессий, их содержании и востребованности в настоящее время;

- выявление интересов, склонностей обучающихся, направленности личности, первичных профнамерений;

- определение степени соответствия «профиля личности» и профессиональных требований, внесение корректив в профнамерения обучающихся;

- изучение профессиональной направленности учащихся;

- совершенствование знаний подростков о себе, своих интересах, склонностях, потребностях, способностях и других психологических особенностях;

- овладение умениями использовать различные источники для получения и анализа необходимой информации по проекту; ставить цель и добиваться ее достижения; анализировать ситуацию и прогнозировать ее развитие, планировать как собственную, так и коллективную деятельность;

- развитие потребности в трудовой деятельности, самовоспитании, саморазвитии и самореализации;

- воспитание целеустремленности, самостоятельности, уверенности; приобретение опыта проектной деятельности: разработки проекта, его реализации, презентации итогов и оценки его результата.

- повышение уровня психологической компетентности обучающихся за счет получения соответствующих знаний и умений, расширения границ самовосприятия, пробуждения потребностей в самосовершенствовании;

- формирование готовности к самоанализу и адекватной самооценке, реальному уровню притязаний.

Организация, формы и методы работы:

В соответствии с Примерным учебным планом для образовательных учреждений учебный предмет «Основы проектирования», изучаемый в 11 классах, представлен в области «Региональный компонент», рассчитан на 34 часа (из расчета 1 час в неделю), в том числе на самостоятельную проектную деятельность отводится 13 часов. Данная рабочая программа рассчитана на 21 час и посвящена теоретической части курса.

Продолжительность занятия 40 минут. Программа предполагает как теоретические, так и практические занятия.

В процессе обучения предусматриваются следующие формы учебных занятий: урок-лекция (изучение нового материала), комбинированный урок (сочетающий в себе повторение пройденного, изучение нового материала и практическое упражнение под руководством педагога по закреплению определенных навыков), дискуссия, ролевые игры, переживание профессиональных ситуаций («профессиональные пробы»), моделирование мира человека конкретной профессии, диагностику личностных качеств и интересов человека, соотнесение их с требованиями профессии, групповые занятия с элементами тренинга, самостоятельная проектная деятельность учащихся (мини-проект), урок контроля и оценки знаний (практическая, контрольная работа, доклад).

Принципы и подходы, лежащие в основе программы:

Обучение основывается на следующих педагогических **принципах**:

- личностно ориентированного подхода (обращение к субъектному опыту обучающегося, то есть к опыту его собственной жизнедеятельности; признание самобытности и уникальности каждого ученика);

- природосообразности (учитывается возраст обучающегося, а также уровень его интеллектуальной подготовки, предполагающий выполнение заданий различной степени сложности);

- свободы выбора решений и самостоятельности в их реализации;

- сотрудничества и ответственности;

- сознательного усвоения учащимися учебного материала;

- систематичности, последовательности и наглядности обучения.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

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:

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:

По окончании программы старшеклассники должны овладеть:

- знаниями о профессиональном самоопределении, о требованиях к составлению личного профессионального плана;

- правилами выбора профессии и сведениями о путях получения профессионального образования;

- понятиями об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;

- понятиями темперамента, черт характера, самооценки, эмоционально-волевой сферы, типов нервной системы;

- знаниями о рынке профессионального труда и образовательных услуг;

- способами выхода из конфликтных и проблемных ситуаций, связанной с выбором профиля и пути продолжения образования;

- способностью объективно оценивать свои индивидуальные возможности в соответствии с избираемой деятельностью;

- умениями ставить цели и планировать действия для их достижения, самосовершенствоваться в учебной и трудовой деятельности;

- способностью анализировать профессиограммы, информацию о профессиях (по общим признакам профессиональной деятельности), а также о ситуации на рынке профессионального труда в городе, районе, области, стране.

Курс внеурочной деятельности связан с такими предметами как Технология, обществознание.

Содержание курса

Программа курса даёт многостороннее освещение профессиональной деятельности человека. Она составлена таким образом, что обучающиеся могут изучить проблему многосторонне: часть учебного материала обучающиеся получают в форме теоретических знаний, другая часть материала направлена на практические работы в форме дискуссий, диагностических процедур, сочинений, развивающих процедур, тестовых методик. Программа курса предполагает выполнение реферативных, проектных и исследовательских работ по отдельным темам курса. Зачетная работа –проект «Моя возможная профессия» и защита на гимназической конференции.

Тема 1. Что я знаю о своих возможностях (6 часов). Содержание занятий. Профессиональная деятельность как способ самореализации личности. Темперамент и выбор профессии. Интересы и выбор профессии. Склонности и профессиональная направленность. *Диагностические методики*: опросник Айзенка, «Тип мышления», «Тест интеллектуального потенциала», опросник Басса-Дарки. *Развивающие процедуры*: обсуждение результатов диагностических тестов.

Тема 2. Что я знаю о профессиях (6 часов). Знакомство с понятием “профессия”, профессиограмма. Классификация профессий по Е.А. Климову: типы профессий, требования профессии к человеку, орудия труда, условия труда. Формирование теоретических представлений и понятий, связанных с миром профессий. *Практическая работа:* составление формул профессий. *Развивающие процедуры:* Просмотр информационных роликов. *Диагностические методики*: ДДО, «Профессиональная пригодность и здоровье», «Профиль».

Тема 3. Способности и профессиональная пригодность (6 часов). Свойства нервной системы, их взаимосвязь с индивидуальными особенностями поведения личности, значение нервной системы в профессиональной деятельности. Понятие «неблагоприятные производственные факторы». Работоспособность. Условия и режим работы. Определение своего профессио-

нального типа личности. *Диагностические методики:* «Профессиональный тип личности» Дж. Голланда, «Социальный интеллект». *Развивающие процедуры*: обсуждение результатов диагностических тестов.

Тема 4. Планирование профессиональной карьеры (6 часа). Система профессионального образования в РФ и возможности приобретения профессии в Амурской области. Профессии, которые востребованы на современном рынке труда. Ошибки, которые наиболее часто допускаются при выборе профессии. *Практическая работа:* работа с анкетой на определение основных мотивов выбора профессии; упражнение «Резюме». *Развивающие процедуры:* Просмотр информационных роликов.

Тема 5. Практическая часть. (10часов)

Работа над проектом «Моя будущая профессия». Консультации

Заключительный урок-конференция «Моя будущая профессия».

Календарно-тематическое планирование.

№ п\п	Раздел. Тема занятия.	Кол-во часов	Дата проведения		Примечание
			По плану	По факту	
Тема 1. Что я знаю о своих возможностях (6 часов).					
1	Вводное занятие.	1	209		
2	Самооценка и уровень притязаний. Темперамент и профессия.	1	9.09		
3	Чувства и эмоции. Стресс и тревожность.	1	16.09		
4	Определения типа мышления.	1	23.09		
5	Внимание и память. Уровень внутренней свободы	1	30.09		
6	Обобщение темы 1: Что я знаю о своих возможностях	1	14.10		
Тема 2. Что я знаю о профессиях (6 часов).					
7	Классификации профессий. Признаки профессии.	1	21.10		
8	Формула профессии. Профессия, специальность, должность.	1	28.10		

9	Определение типа будущей профессии.	1	11.11		
10	Интересы и склонности в выборе профессии. Определение профессионального типа личности.	1	18.11		
11	Профессионально важные качества. Профессия и здоровье.	1	2.12		
12	Обобщение темы 2. Что я знаю о профессиях.	1	9.12		
Тема 3. Способности и профессиональная пригодность (6 часов).					
13	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.	1	16.12		
14	Способности к интеллектуальным видам деятельности и профессиям социального типа.	1	23.12		
15	Способности к офисной и предпринимательской деятельности.	1	30.12		
16	Артистические и эстетические способности.	1	13.01		
17	Уровни профессиональной пригодности.	1	20.01		
18	Обобщение темы 3. Спо-	1	27.01		

	собности и профессиональная пригодность.				
Тема 4. Планирование профессиональной карьеры (6 часа).					
19	Мотивы и потребности.	1	3.02		
20	Ошибки в выборе профессии.	1	10.02		
21	Современный рынок труда. Пути получения профессии.	1	17.02		
22	Навыки самопрезентации.	1	3.03		
23	Стратегия выбора профессии.	1	10.03		
24	Обобщение темы 5. Планирование профессиональной карьеры.	1	17.03		
Тема 5. Практическая часть. (10часов)					
25-26	Определение темы проекта. Работа над проектом. Консультация.	2	24.03 31.03		
27-28	Оформление презентации**.** Консультация.	2	14.04 21.04		
29-30	Обсуждение и защита. Консультация.	2	28.04 5.05		
31-34	Урок-конференция «Моя будущая профессия» (защита проекта**).**	4	12.05 19.05 26.05		

.

Список литературы:

1. Абрамова Г.С. Ворастная психология. – М.: Владос, 1998.

2. Дубровина И.В. Рабочая книга школьного психолога. – М.: Просвещение, 1991

3. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. - Ростов н/Д,.: Феникс, 2008. - 512 с.

4. Резапкинна Г. В., Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов. – 2-е изд., исправл. – М.: Генезис, 2004. – 125 с.

5. Пряжников Н.С. “Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8–11 классы). — М.: ВАКО, 2005.

6. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учебное пособие.- М.: ВЛАДОС, 1996.

7. Савченко М.Ю. Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам (9–11 класс): Практическое руководство для классных руководителей и школьных психологов / Под науч. ред. Л.А. Обуховой.- М.: «Вако», 2008.

8. Соколов Я.В. Твой жизненный успех. Ты и средний класс: Книга для учащихся 9 классов школ Кировской области. – М.: НИЦ «Гражданин», 2012. – 64с.: ил. – (Я – гражданин России).

9. Школьный психолог. Еженедельная газета: Издательский дом «Первое сентября», 2002-2003 г.

Для обучающихся (дополнительно):

1. Резапкина, Г. В., Секреты выбора профессии, или путеводитель выпускника. – М.: Генезис, 2005.

2. Резапкина Г. В., Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: рабочая тетрадь учащегося. – М.: Генезис, 2005.

3. Резапкина, Г. В., Отбор в профильные классы. – М.: Генезис, 2005. – 124 с.

4. Резапкина Г. В., Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: рабочая тетрадь учащегося. – М.: Генезис, 2005. – 80с.

5. Твоя профессиональная карьера: учеб.для 8 – 9 кл. общеобразоват. учреждений / П. С. Лернер, Г. Ф. Михальченко, А. В. Прудило и др.; под ред. С. Н. Чистяковой. – 4-е изд. – М.: Просвещение, 2007. – 159 с.

Электронные ресурсы:

http://metodkabi.net.ru/index.php?id=1#ur Методический кабинет профориентации.

Электронные варианты тестов и тестовых методик по темам курса.

Презентации по профориентации:

PPt4WEB.ru —Вернисаж профессий»;

http://www.myshare—Профориентация. Как правильно выбрать профессию?»;

www.moeobrazovanie.ruПрофориентация школьников. Уроки по профориетации.

Prezentacii.com —Такие разные профессии»;

nsportai.ru; 5psy.ru; oooshka.clan.su; infourok.ru