

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3  
ИМЕНИ З.А. КОСМОДЕМЬЯНСКОЙ ГОРОДА НОВОКУЙБЫШЕВСКА  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА НОВОКУЙБЫШЕВСК САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ  
(ГБОУ СОШ № 3 г. НОВОКУЙБЫШЕВСКА)

ПРИНЯТО  
на Педагогическом совете  
протокол № 1  
от «30» августа 2024г.  
Председатель ПС  
\_\_\_\_\_ Т.В. Амосова

СОГЛАСОВАНО  
на Управляющем совете  
протокол № 1  
от «30» августа 2024 г.  
Председатель УС  
\_\_\_\_\_ Е.В. Завалишина

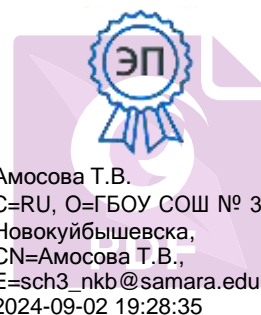
УТВЕРЖДЕНО  
Приказом № 154- од  
от «02» сентября 2024 г.  
Директор ГБОУ СОШ № 3  
г. Новокуйбышевска  
\_\_\_\_\_ Т.В. Амосова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**«Моя будущая профессия»**

10-11 класс

Количество часов: 34 часа



г. Новокуйбышевск

2024-2025 год

## Пояснительная записка

Стремительный переход российского общества к новым формам хозяйственной деятельности привел к возрастанию потребности общества в инициативных, предприимчивых, компетентных и ответственных специалистах. В подготовке таких специалистов важная роль принадлежит общеобразовательной школе, поэтому профессиональное самоопределение обучающихся — социально-значимый раздел обучения.

Характерной чертой подростков 10,11 классов является формирование жизненных планов, связанных с выбором профессии. Старшеклассники чаще всего хотят определить свой будущий жизненный путь и трудовую деятельность без вмешательства взрослых, что порождает дополнительные трудности в процессе принятия ими соответствующих решений. С одной стороны, они еще не знают, что такое профессиональный труд и чем конкретно придется заниматься человеку, избравшему для себя ту или иную профессию. С другой стороны, не могут полностью представить себе, как адаптироваться к условиям будущей профессии. И здесь, как правило, они создают идеал собственного будущего, которое оторвано от реальности. Большинство юношей и девушек выбирают профессию, руководствуясь именно этим идеалом, в дальнейшем у них возникают разочарование и желание попробовать себя в другой сфере; таким образом, выбор профессии осуществляется методом “проб и ошибок”.

Актуальность программы 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.

В психологическом плане самоопределившаяся личность — это субъект,

осознавший,

- что он хочет (цели, жизненные планы, склонности),
- что он есть (интеллект, личностные и физические свойства),
- что он может (возможности и способности),
- что от него хочет общество, и что он ждет от общества.

Обучающимся для принятия решения, выбора «старта в профессию» нужно хорошо знать мир профессий, их требования к человеку и рейтинг на рынке труда, он должен правильно и реально оценивать свои возможности, способности и интересы. По сути дела, он стоит перед решением сложной творческой задачи со многими неизвестными, а подготовить его к успешному решению этой задачи должна система профориентации в образовательном учреждении

### **Цель программы:**

- Сформировать психологическую готовность к совершению осознанного профессионального выбора с учётом индивидуальных особенностей и повысить компетентность обучающихся в области планирования карьеры;

### **Задачи программы:**

#### **Образовательные задачи:**

1. Формирование актуального для подростков “информационного поля” мира профессий, ознакомление с основными принципами выбора профессии, планирования карьеры;
2. Формирование знаний о системе учреждений начального, среднего и высшего профессионального образования, их требованиях к выпускникам школы.
3. Знакомство с «азбукой» трудоустройства и основами трудового права.
4. Повышение уровня психологической компетентности обучающихся за счет получения соответствующих знаний и умений. Расширения границ самовосприятия, пробуждения потребностей в самосовершенствовании;

#### **Воспитательные задачи:**

1. Определение степени соответствия “профиля личности” и профессиональных требований, внесение корректив в профнамерения обучающихся;
2. Приобретение практического опыта, соответствующего интересам,

склонностям личности обучающегося;

3. Формирование готовности выпускников школы к непрерывному образованию и труду с учетом потребностей нашего города, его развития и благополучия;

4. Развитие способности адаптироваться в реальных социально-экономических условиях.

**Развивающие задачи:**

1. Развитие потребности в трудовой деятельности, самовоспитании, саморазвитии и самореализации;

2. Выявление интересов, склонностей обучающихся, направленности личности, первичных профнамерений и их динамики;

3. Формирование готовности к самоанализу и самооценке, реальному уровню притязаний;

4. Создание условий для развития прикладных умений (способность действовать в ситуации выбора, строить перспективные планы на будущее, решать практические проблемы в экспериментальной ситуации, корректировать выбор, презентовать себя);

5. Формирование положительного отношения к себе, уверенности в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;

6. Формирование навыков коммуникативной и управленческой деятельности в процессе коллективной работы.

Организация занятий по программе “Мой выбор” опирается на использование следующих важных принципов:

- свободного выражения своего мнения;
- взаимоуважения;
- доверительности;
- обратной связи;
- безоценочности

Продолжительность курса: 34 часов (9 класс)

Периодичность занятий: 1 час в неделю в течение учебного года.

Принципы и подходы, лежащие в основе программы:

Программа реализует личностно-ориентированный подход в обучении и воспитании обучающихся, интеграцию научных знаний и образовательных технологий.

Кроме того ей присуща практическая направленность, а также принципы доступности и гуманизации.

### **Требования к уровню подготовки обучающихся:**

По результатам курса старшеклассники должны овладеть:

- знаниями о значении профессионального самоопределения, о требованиях к составлению личного профессионального плана;
- правилами выбора профессии;
- знаниями об определении профессии и профессиональной деятельности;
- понятиями об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;
- понятиями темперамента, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сферы, интеллектуальных способностей, стилей общения;
- значение творческого потенциала человека, карьеры;
- требования современного общества к профессиональной деятельности человека;
- понятие рынка профессионального труда и образовательных услуг;

### **Обучающиеся 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;
- использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
- анализировать профессиограммы, 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.

Методы и средства организации и осуществления учебно-познавательной деятельности обучающихся:

1. Словесные, наглядные, практические, использование метода проектов (По источнику изложения учебного материала).

Репродуктивные объяснительно-иллюстративные, поисковые, исследовательские, проблемные и др. (по характеру учебно-познавательной деятельности).

Индуктивные и дедуктивные (по логике изложения и восприятия учебного материала);

2. Методы контроля за эффективностью учебно-познавательной деятельности: Устные, письменные проверки и самопроверки результативности овладения знаниями, умениями и навыками. Контрольные письменные работы применяются для проверки знаний всего класса по крупным разделам программы, а также в конце четверти и учебного полугодия.

Контрольные письменные работы выполняются в форме тестирования. Тестовый материал составляется на основе изученных тем каждого раздела. Также контрольная работа может состоять из кратких описаний определений терминологии по предмету.

3. Методы стимулирования учебно-познавательной деятельности: Определённые поощрения в формировании мотивации, чувства ответственности, обязательств, интересов в овладении знаниями, умениями и навыками.

4. Интерактивные методы:

- Творческие задания;
- Работа в малых группах;
- Обучающие игры (ролевые игры, имитации, деловые игры и образовательные игры);
- Использование общественных ресурсов (приглашение специалиста, экскурсии);

- Социальные проекты и другие внеаудиторные методы обучения (социальные проекты, соревнования, радио и газеты, фильмы, спектакли, выставки, представления, песни и сказки);

- Разминки;

- Изучение и закрепление нового материала (интерактивная лекция, работа с наглядными пособиями, видео- и аудиоматериалами, «ученик в роли учителя», «каждый учит каждого», мозаика (ажурная пила), использование вопросов, Сократический диалог);

Средства, с помощью которых осуществляется изучения курса психологии: электронные таблицы, тесты, мультимедийные презентации, развивающие задания и упражнения на ПК, научные и обучающие фильмы, релаксационные упражнения и музыка.

### **Требования к усвоению программного материала:**

1) Информационные:

- сформированность представления о мире профессий;
- знание места каждого их градообразующих предприятий в истории города;
- знание основных направлений производств города, особенностей технологий;
- знание о возможностях получения специального профессионального образования в городе.

2) Исследовательские:

- участие в проектной деятельности по изучению социальных, экономических и психологических сторон профессий;
- изучение путей овладения избранными профессиями.

3) Практические:

- сформированность ценностных ориентаций, стойких профессиональных интересов и мотивов выбора профессии;
- готовность к самоанализу своих основных способностей и склонностей;
- определение профессиональных планов и намерений обучающихся;
- развитие способностей через углубленное или расширенное изучение отдельных предметов;
- знание функций и задач городского центра занятости.



### **Формы контроля:**

- диагностика знаний, умений, навыков учащихся в виде рефлексии по каждому занятию в форме вербального проговаривания, письменного выражения своего отношения к теме;

- презентации проектов обучающихся;

- деловые игры;

- профориентационные игры;

- анкетирование;

- мультимедийные презентации;

- выполнение самостоятельных работ — написание творческих эссе по темам: «Мир профессий и мой выбор», «Мое профессиональное будущее» и др.

### **Содержание программы:**

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, профориентационных, деловых игр. Тестовых методик и диагностик. Существенное уплотнение информационной насыщенности учебного материала достигается путём самостоятельного изучения: составление карты интересов, анализ личного профессионального плана, получение информации из компьютерных сетей, составление собственного резюме. Для развития мотивации к изучению курса в содержании делается акцент на самоопределение.

По желанию обучающихся ими могут быть выполнены реферативные, проектные и исследовательские работы по отдельным темам курса.

Особенностью программы является использование в учебнопрактических целях электронного пособия «Мой выбор», разработанного с учётом поставленных целей и задач данной программы авторами курса и созданного в программе MicrosoftOfficePowerPoint 2007. Пособие построено по блочно-модульному принципу в виде отдельных элементов, образующих логическую структуру, что позволяет достаточно легко дифференцировать разделы и темы пособия. В текстах

установлены необходимые гипертекстовые связи, отражающие ключевые слова, термины, основные понятия, и т.п. Одной из важнейших особенностей электронного учебного пособия является возможность самостоятельного использования электронной базы профессиограмм, работа над которой еще продолжается (она включает в себя не только психологический анализ профессий, но и видеоматериалы). Использование электронного пособия «Я и моя профессия» определяется значимостью формирования у обучающихся профессионального самосознания, осознанного выбора профессии. Пособие может использоваться как материал для самостоятельного знакомства обучающихся с данным блоком, для сопровождения занятий учителем, в помощь организации профконсультирования. Использование пособия поможет дать обучающимся представление о способах и средствах профессионального самоопределения, развить интерес, выявить особенности будущей профессиональной деятельности.

### **Тема 1. Что такое профориентация (1 час)**

Содержание занятий. Профессиональная деятельность как способ самореализации личности. Обсуждение правил работы на занятиях. Сбор информации. *Практическая работа:* работа с анкетой на определение основных мотивов выбора профессии.

### **Тема 2. Рынок образовательных услуг и рынок труда в городе, республике, стране (1 час)**

Система профессионального образования в РФ и возможности приобретения профессии в РФ, в Свердловской области, а также городе Каменск Уральский. Государственные и коммерческие организации, оказывающие услуги по профориентации трудоустройству молодежи в регионе. Встреча с представителями Центра занятости.

*Развивающие процедуры:* Просмотр информационных роликов ССУЗов и ВУЗов города и республики, а также визитные карточки градообразующих предприятий.

### **Тема 3. Теоретические аспекты профориентации (1 час)**

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. Активизация умственной активности.

*Диагностические методики:* ДДО.

*Профориентационная игра:* “Ассоциации”.

*Развивающие процедуры:* обсуждение результатов диагностических тестов.

#### **Тема 4. Анализ профессий (1 час)**

Составление формулы профессии, анализ профессии. Формирование представлений учащихся об основных психологических признаках профессиональной деятельности как обобщенных качествах, характеризующих виды профессионального труда; выработка умения анализировать профессиональную деятельность на основе указанных признаков.

*Практическая работа:* составление формул профессий.

*Профориентационная игра:* «Угадай профессию».

#### **Тема 5. Понятие «профессия». Классификация профессий по предмету труда (1 час)**

Классификация профессий. Наиболее известной системой классификации профессий является система Е.А. Климова. Понять ее и рассмотреть

#### **Тема 6. Основные подходы к индивидуальному выбору профессии (3 часа)**

Темперамент и выбор профессии. Интересы и выбор профессии. Склонности и профессиональная направленность.

*Диагностические методики:* опросник Айзенка, «Карта интересов» Е.А. Климова.

*Развивающие процедуры:* обсуждение результатов диагностических тестов.

#### **Тема 7. Здоровье и выбор профессии (1 час)**

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.

*Практическая работа:* знакомство с нормативными документами по охране труда.

*Диагностические методики:* «Теппинг-тест», «Профессиональная пригодность и здоровье».

*Развивающие процедуры:* обсуждение результатов диагностических тестов.

#### **Тема 8. Профессионально-важные качества (1 час)**

## **Тема 9. Профессиональный тип личности (1 час)**

Определение своего профессионального типа личности. Ошибки, которые наиболее часто допускаются при выборе профессии.

*Диагностические методики:* «Профессиональный тип личности» Дж. Голланда.

*Развивающие процедуры:* обсуждение результатов диагностических тестов.

## **Тема 10. Влияние темперамента на выбор профессии (1 час)**

## **Тема 11. «Определение типа темперамента», методика Айзенка - диагностика (2 часа)**

*Диагностические методики:* опросник Айзенка, «Карта интересов» Е.А. Климова.

*Развивающие процедуры:* обсуждение результатов диагностических тестов.

## **Тема 12. Типология профессий (2 часа)**

## **Тема 13. Профессиональная перспектива (2 часа)**

Понятие о профессиональной пригодности. Профессионально важные качества личности. Призвание. Целеустремлённость.

*Развивающие процедуры:* дискуссия на тему «Мой выбор - моё призвание».

## **Тема 14. Деловая игра «Кадровый вопрос» (1 час)**

Актуализация осознанного самостоятельного выбора (самоопределения) учащимися профессионального пути. Знакомство с новыми профессиями. Развитие навыков целеполагания и планирования. Формирование информационного пространства.

*Практическая работа:* автономный игровой тренинг по развитию навыков целеполагания и планирования «Кадровый вопрос». обучающиеся знакомятся как с малоизвестными профессиями, так и с традиционными. Учащиеся соотносят требования, которые предъявляет профессия с возможностями человека (претендента).

*Развивающие процедуры:* дискуссия по результатам выполненных заданий.

## **Тема 15. Секреты выбора профессии (2 часа)**

Мотивы выбора профессии. Тактика осуществления «выбора»: «хочу» — «могу» — «надо». Профессиональные интересы. Активная роль личности при выборе профессии.

*Практическая работа:* конференция «Профессия, которую я выбираю» — подготовка и защита профориентационных проектов — презентация профессий (интеграция с уроком информатики).

*Развивающие процедуры:* дискуссия на тему: «Профессия, которую я выбираю».

### **Тема 16. Типичные ошибки при выборе профессии. Стратегии принятия решения при выборе профессии (1 час)**

### **Тема 17. Навыки самопрезентации. Основы технологической культуры (1 час)**

Резюме, правила составления. Навыки самопрезентации. Деловой этикет и его составляющие. Введение понятия “профессиональное взаимодействие”. Профессиональная этика и культура деловых взаимоотношений. Профессиональное становление.

*Практическая работа:* деловая игра «Интервью», упражнение «Резюме». Создание собственного резюме (интеграция с уроком информатики).

### **Тема 18. Учреждения профессионального образования. Государственные образовательные стандарты. (1 час)**

Структура учреждений профессионального образования. Государственные образовательные стандарты профессионального образования.

### **Тема 19. Информация, необходимая при выборе учебного заведения. (2 часа)**

Информация о выборе учебного заведения. Где ее получить и как с ней работать.

### **Тема 20. Основные понятия и определения. Региональный рынок труда (особенности и тенденции развития). (1 час)**

Состояние региональногорынка труда будет зависеть еще и от других факторов. На основе различных статистических данных, которыми занимаются специальные службы...

### **Тема 21. Личный профессиональный план . (1 час)**

Индивидуальный профессиональный план как средство реализации программы личностного и профессионального роста человека. Профессиональное прогнозирование и самоопределение.

*Практическая работа:* составление и анализ личного профессионального плана. Написание творческого эссе на одну из предложенных тем: «Мир профессий и мой выбор», «Мое профессиональное будущее» (интеграция с уроком развития речи «Написание сочинений на заданную тему»).

*Развивающие процедуры:* дискуссия по результатам выполненных заданий.

**Тема 22. "Определение профессиональных склонностей» - методика ДДО  
Климова - диагностика (1 час)**

**Тема 23. Встречи с людьми интересных профессий (2 часа)**

Встречи с людьми востребованных рабочих профессий. Диалог. Вопросы и ответы.

**Тема 24. Роль Городского Центра занятости в профориентационной и консультационной работе с обучающимися (1 час)**

**Тема 25. Итоговый урок по курсу. Защита проектов. (1 час)**

**Тема 26. Обобщающие уроки по курсу. (1 час)**

**Тематическое планирование (34 часа)**

<b>№</b>	<b>Наименование темы</b>	<b>Количество часов</b>
1.	Что такое профориентация.	1
2.	Рынок образовательных услуг и рынок труда в городе, области, стране.	1
3.	Теоретические аспекты профориентации.	1
4.	Анализ профессий.	1
5.	Понятие «профессия». Классификация профессий по предмету труда	1
6.	Основные подходы к индивидуальному выбору профессии. Учет свойств личности при планировании профессионального будущего.	3
7.	Здоровье и выбор профессии.	1
8.	Профессионально важные качества	1
9.	Профессиональный тип личности.	1
10.	Влияние темперамента на выбор профессии.	1
11.	«Определение типа темперамента», методика Айзенка-диагностика	1
12.	Типология профессий.	2
13.	Профессиональная перспектива.	2
14.	Деловая игра «Кадровый вопрос».	1

15.	Секреты выбора профессии.	2
16.	Типичные ошибки при выборе профессии. Стратегии принятия решения при выборе профессии	1
17.	Навыки самопрезентации. Основы технологической культуры.	1
18.	Учреждения профессионального образования. Государственные образовательные стандарты.	1
19.	Информация, необходимая при выборе учебного заведения.	2
20.	Основные понятия и определения. Региональный рынок труда (особенности и тенденции развития).	1
21.	Личный профессиональный план.	1
22.	«Определение профессиональных склонностей» - методика ДДО Климова - диагностика	1
23.	Встречи с людьми интересных профессий	2
24.	Встречи с людьми интересных профессий	1
25.	Роль Городского Центра занятости в профориентационной и консультационной работе с обучающимися	1
26.	Итоговый урок по курсу. Защита проектов.	1
27.	Обобщающие уроки по изученному курсу.	1
	Итого: 34 часа	