

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
от 30.08.2023

Протокол №1

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы

Кирилкина О. С.
Приказ № 77 от
«01».09.2023 г.

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Самоопределение личности»
10-11 классы**

Срок реализации 2 года

Пояснительная записка.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Самоопределение личности» предназначена для обучающихся 10-11 классов, проявляющих интерес к изучению своих возможностей и потребностей в дальнейшем выборе профессии.

Вопрос жизненного выбора, профессионального самоопределения выпускников был и остается одним из самых важных и сложных для образовательных учреждений, старшеклассников, их родителей. Профессиональное развитие – это непрерывная цепь профессиональных выборов. На каждом этапе профессионального выбора могут оказывать влияние факторы, которые исходят как от социальной среды, так и от самого человека.

Основной **целью** данной программы является - формирование у учащихся готовности к осознанному социальному и профессиональному самоопределению.

Цель осуществляется посредством выполнения следующих **задач**:

- подготовить школьников к осознанному выбору профиля обучения в старшей школе и в перспективе — будущей профессии;
- расширить знания учащихся о мире профессий, познакомив их с классификацией, типами и подтипами профессий, возможностями подготовки к ним, дать представление о профпригодности и компенсации;

- обучить учащихся выявлению соответствия требований выбранной профессии их способностям и возможностям;
- обучить планированию профессиональной карьеры; показать механизм выбора профессии; определить оптимальный вариант, при котором желания и возможности максимально приближены друг к другу;
- сформировать отношение старшеклассника к себе как субъекту будущей профессии;
- овладеть умением анализировать профессию; изучить требования профессии к человеку;
- получить опыт соотнесения требований профессии с собственными интересами и возможностями.

Программа рассчитана на 68 часов (34 часов – 10 класс, 34 часа – 11 класс), включает в себя теоретические и практические занятия, беседы для учащихся. Программа включает цикл бесед и практические занятия, призванные помочь старшеклассникам в анализе своих психологических особенностей и в профессиональном самоопределении.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Личностные результаты:

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

Содержание курса внеурочной деятельности

10 класс

Профессия и человек. Что такое профессия

Общее понятие о профессии, специальности, должности.

Личный профессиональный план.

Место диагностики в образовательном процессе.

Практическая работа: составление индивидуальной программы самовоспитания
Информация об уровнях и видах учебных заведений. Работа

опросником ЛПП. Осознание основных личностных смыслов. Анализ индивидуальной анкетированная. Профессиограммы.

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

Потребность и причины смены профессии

Отношение к деятельности, к людям, самому себе, к предметной занятости населения, безработица. Построение личного профессионального маршрута.

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.

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.

Как классифицировали профессии за рубежом?

Система профессионального технического, среднего-спец. И высшего образования за рубежом. Осознание необходимости учитывать личностные особенности и требования к профессии

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.

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

Где и как можно приобрести профессию

Профессиональное образование. Государственный стандарт профессионального образования. уровни профессионального образования. Профессиональное образовательное учреждение. Система профессиональной подготовки кадров. Источники информации о профессиональных учебных заведениях. Обзор типичных ошибок, совершаемых при выборе профессии. Что должен знать абитуриент. Рейтинг профессий. Осознанный выбор.

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.

Профессиональный успех и здоровье.

Понятие профпригодности. Знакомство с описаниями

Составляющие профессиональной пригодности. Роль здоровья, образования, способностей, личностных качеств в профессиональном самоопределении.

Служба занятости. **Познай себя. Ваши интересы и склонности.**

Психологическая характеристика типа темперамента, особенности и: проявления в проф. деятельности

Выявление своей личности

«Образ «Я» как система представлений о себе. Структура «Образа «Я» (знание о себе, оценка себя, умение управлять собой).

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.

11 КЛАСС

Как добиться успеха в профессиональной карьере.

Творческое отношение к собственной жизни. Целеустремлённость в преодолении жизненных трудностей при устройстве своей профессиональной судьбы. о смысле и значении труда в жизни человека и общества

Зачем нужно уметь контролировать свое поведение.

Ограничения при выборе профессии. Компенсаторные возможности за счет выработки индивидуального стиля деятельности. Темперамент в профессиональном становлении личности. Характерологические особенности личности.

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.

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»;

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.

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

Достижение успеха

Понятие о профессиональной карьере. Критерии профессиональной компетентности. о смысле и значении труда в жизни человека и общества

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

Можно ли выбрать профессию?

Практическая работа: состав, анализ личного профессионального плана составлять план подготовки к профессиональному самоопределению; анализировать профессиограммы и психограммы; выполнять профессиональные пробы

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

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.

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.

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.

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

«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

Проект «Профессиональная карьера».

Защита профессий типа "человек-человек", "человек- техника» "человек-знак", "человек-природа", «человек- художественный выявлять собственные интересы и склонности в профессиональной сфере деятельности.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ВНЕУРОЧНОГО КУРСА «Профессиональное самоопределение»

10 класс (34 часа)

№	Тема занятия	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 часа)

№	Тема занятия	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
15-19	Первые шаги в выборе профессии.	5
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».	1