




муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
« Лицей «Созвездие» № 131» городского округа Самара

Рассмотрено

Председатель методического
объединения учителей естественно-
научного цикла, физкультуры и ОБЖ
 Шацких Н.В.

Протокол № 1 от
«15» 08 2022 г.

Проверено

Заместитель директора по УВР
МБОУ Лицей «Созвездие» № 131

 Покатаева Г.В.
2022 г.

Утверждаю

Директор
МБОУ Лицей «Созвездие» № 131



«15» 08 2022 г.
Басис Л.Б.
Приказ № 2022 г.

Программа

курса внеурочной деятельности для учащихся 10-11 классов
«Основы профессионального выбора»

Форма организации: кружок

Направление: социальное

Срок реализации: 2 года

Программа составлена Давыдовым Д.К., педагогом-психологом



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ
ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 6CD917FB00000001E42C
Владелец: Басис Людмила Борисовна
Действителен: с 28.12.2021 до 28.12.2022

Основы профессионального выбора

Пояснительная записка

Программа профориентационного курса ориентирована на учащихся старших классов. Программа рассчитана на 34 часа и предусматривает изучение основ выбора профессий, формирование профессиональных планов в выбранной деятельности, самоподготовку к ней и развитие профессионально важных качеств.

Цель курса:

Содействовать самоопределению учащихся относительно избираемых ими направлений будущего обучения.

Задачи курса:

Способствовать профессиональному самоопределению учащихся в процессе получения знаний о мире профессионального труда, о себе и их соотношения с профессионально важными качествами;

Помочь учащимся оценить свои склонности и способности с точки зрения образовательной перспективы;

Сформировать положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;

Ознакомление со специальной профессиональной деятельностью и новыми формами организации труда в условиях безработицы и конкуренции на рынке труда.

Изучение курса предполагает активное участие школьников в подготовке и проведении занятий, насыщение уроков различными упражнениями и заданиями для самостоятельной работы, раздаточным дидактическим материалом.

Планируемые результаты.

Личностные :

- 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;
- готовность и способность обучающихся к отстаиванию личного

достоинства, собственного мнения, готовность и способность вырабатывать собственную позицию;

– готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самовоспитанию в соответствии с общечеловеческими ценностями мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;

– нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей, толерантного сознания и поведения в поликультурном мире, готовности и способности вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;

- принятие гуманистических ценностей, осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению;

– 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 :

– 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.

– критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия 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 предмета 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.

– 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.

Основное содержание

Раздел I. Образ «Я» и выбор профессии - 13 часов.

1.1 Внутренний мир человека и система представлений о себе ~ 3 часа. Понятие о личности. Уникальность личности каждого человека. Многообразие личностных особенностей, методы изучения личности. Образ «Я» как система представлений о себе. Структура образа «Я» (знание о себе, оценка себя, умение управлять собой). Влияние представлений о себе на правильный выбор профессии.

1.2 Секреты выбора профессии - 6 ч.

Правила выбора профессии «хочу» - «могу» - «надо». Типичные ошибки при выборе профессии. Общие понятия о профессии, специальности, должности. Склонности и интересы в профессиональном выборе. Потребности и мотивы как условие активности личности. Индивидуальные интересы. Профессиональные намерения. Возможности личности в профессиональной деятельности. Активная роль личности при выборе профессии.

1.3 Учёт психических особенностей в профессиональном становлении личности -2ч.

Свойства нервной системы в профессиональной деятельности. Темперамент в профессиональном становлении личности. Эмоции и чувства, их функции в профессиональной деятельности. Волевые качества личности.

1.4 Интеллектуальные способности и успешность профессионального труда - 2ч.

Способность к запоминанию. Общее представление о памяти. Виды памяти, условия развития памяти. Способность быть внимательным. Общее представление о внимании. Виды внимания. Основные свойства внимания (объём, устойчивость, распределение, избирательность). Мышление. Мыслительные способности в профессиональной деятельности.

Раздел II. Мир профессий и труда - 21час.

2.1 Профессиональная пригодность - 2ч.

Профессиональные и жизненные планы, их взаимосвязь и взаимообусловленность. Профессиональная деятельность и карьера. Профессиональная пригодность. Тесты Холланда.

2.2 Здоровье и выбор профессии - 2 ч.

Здоровье как условие высокоэффективной профессиональной деятельности. Взаимосвязь и взаимообусловленность здоровья и выбора профессии, карьеры. Важнейшие характеристики здоровья человека.

2.3 Многообразие мира профессий - 4ч.

Труд как потребность человеческой жизни. Разнообразие профессий. Развитие личности и профессиональное самоопределение. Социальные проблемы труда. Разделение труда. Содержание и характер труда. Социально-профессиональная мобильность – качество современного работника.

2.4 Анализ профессий - 6ч.

Предмет, цели и средства труда в профессиональной деятельности. Условия профессионального труда. Классификация профессий по Климову. Характеристика профессий по общим признакам профессиональной деятельности. Профессиограммы. Формула профессии.

2.5 Рынок труда и его требования к профессионалу - 2ч.

Структурная перестройка экономики. Менеджмент и маркетинг. Предпринимательство. Основные принципы формирования рынка труда. Безработица.

2.6 Основные стратегии выбора профессиональной карьеры с учётом типа и профиля учебных заведений –3 ч.

Пути получения профессии. Система профессионально - технического образования. Средние специальные учебные заведения, их типы, условия приёма и обучения. Типы высших учебных заведений, условия приёма и обучения студентов. Понятие о профессиональной карьере.

2.7 Профессиональная проба -2ч.

Роль профессиональных проб в профессиональном самоопределении. Уточнение профессиональных интересов с помощью опросника профессиональной готовности (ОПГ).

Тематическое планирование

№ п/п	Название темы	Кол-во часов	Теория	Практика
	I. Образ «Я» и выбор профессии	13	6	7
1-3	Секреты выбора профессии. Внутренний мир человека. Система представлений о себе	3	1	2
4-5	Правила выбора профессии. Ошибки при выборе профессии	2	1	1
6-7	Профессиональные интересы. Профессиональные склонности, способности	2	1	1
8-9	Профессиональные намерения. Самовоспитание и выбор профессии	2	1	1
10-11	Свойства нервной системы в профессиональной деятельности. Значение темперамента в профессиональном самоопределении.	2	1	1
12-13	Психические процессы и их роль в профессиональном самоопределении. Роль внимания и мышления в профессиональном самоопределении.	2	1	1
	II Мир профессий и труда	21	9	12
14-15	Профессиональный план. Профессиональная пригодность	2	1	1
16-17	Здоровье и профессия. Характеристики здоровья человека	2	1	1

18-19	Труд как потребность человеческой жизни. Социальные проблемы труда	2	1	1
20-21	Знакомство с профессиями района. Сознательность и самостоятельность выбора профессии	2	1	1
22-24	Общий обзор классификации. Типы профессий. Классы профессий.	3	1	2
25-27	Отделы и группы профессий. Профессиограмма профессий. Формула профессии.	3	1	2
28-29	Понятия «менеджмент» и «маркетинг». Рынок труда и безработица	2	1	1
30-32	Пути получения профессии. Знакомства с учебными заведениями Самары, Москвы, Санкт Петербурга. Навыки самопрезентации.	3	1	2
33-34	Профессиональная проба. Уточнение профессиональных интересов	2	1	1
	Итого	34	15	19

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Печатные пособия:

- анкеты, опросники.

Технические средства:

-компьютер, проектор.

Интернет-ресурсы:

<http://www.planetaedu.ru> – помощь школьникам в выборе образовательного учреждения профессионального образования.

<http://www.edunews.ru> – информация для школьников и абитуриентов по определению профессионального маршрута.

<http://www.gdeuchitsa.ru> – справочно-информационные материалы об учебных заведениях всех уровней образования.

<http://www.proforientator.ru> – профессиональная помощь в выборе и принятии жизненно важных решений (для школьников).

<http://www.proekt-pro.ru> – консультации, бизнес-игры, путешествия на предприятия и др. материалы по профессиональной ориентации школьников 13-16 лет.

Список литературы

1. Методика преподавания курса «Твоя профессиональная карьера» / Под ред. С. Н. Чистяковой и . — М., 2008
2. Путевка в жизнь. В.Н. Аверкин ,О.М. Зайченко. Учебно- справочное пособие общеобразовательных учреждений.М « Просвещение» 2005
3. Климов Е.А. Как выбрать профессию. – М., 1990
4. Пряжников Н.С. «Профориентация в школе и колледже» - М. «ВАКО», 2008
5. Павлова Т.В. «Профориентация старшеклассников» - М. «Сфера», 2005
6. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения. Опросники (8-11 классы) – М., 2005

Интернет-ресурсы:

<http://www.planetaedu.ru> – помощь школьникам в выборе образовательного учреждения профессионального образования.

<http://www.edunews.ru> – информация для школьников и абитуриентов по определению профессионального маршрута.

<http://www.gdeuchitsa.ru> – справочно-информационные материалы об учебных заведениях всех уровней образования.

<http://www.proforientator.ru> – профессиональная помощь в выборе и принятии жизненно важных решений (для школьников).

<http://www.proekt-pro.ru> – консультации, бизнес-игры, путешествия на предприятия и др. материалы по профессиональной ориентации школьников 13-16 лет.