

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**МО Оренбургский район**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**"Ленинская средняя общеобразовательная школа Оренбургского  
района Оренбургской области"**

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

—

Акульшина С.А.  
Протокол № 1  
от «28» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора  
по УВР

Науменко И.В.  
Протокол № 1  
от «28» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Баскакова С.В.  
Приказ № 98  
от «28» августа 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Проектория профессионального самоопределения»**

для обучающихся 10-11 классов

**п.Ленина 2024**

## **Пояснительная записка.**

В жизни каждого молодого человека рано или поздно всегда возникает вопрос: кем стать и куда пойти для этого учиться? Еще не повзрослев и не став самостоятельными, не имея ни достаточного жизненного опыта, ни опыта принятия решений, молодые люди должны определиться в столь важном вопросе.

Выбор профессии часто в дальнейшем определяет весь жизненный путь человека. Поэтому очень важно предостеречь его в этот момент от возможных ошибок, оказать помощь в выборе дела по душе.

Программа курса внеурочной деятельности «Проектория профессионального самоопределения» для 10-11-х классов

рассчитана на 2 года и предназначена для учащихся 10-11-х классов: 10 класс — 34 часа, 11 класс — 34 часа (по 1 часу в неделю) .

Главной **целью** данного курса является: оказание психологической помощи старшеклассникам в личностном и профессиональном самоопределении.

### **Задачи:**

- определить интеллектуальные и коммуникативные способности; свойства темперамента; характерологические особенности личности; интересы, близкие тому или иному виду деятельности и необходимые для конкретной профессии;
- сформировать учебно-познавательные мотивы, развить их интеллектуальные и творческие возможности в системе образовательной подготовки к будущей профессии.
- познакомить с основами выбора профессии.
- расширить представления школьников о мире профессий.

### **Формы, методы работы:**

- индивидуальные и групповые беседы,
- анкетирование,
- диагностические процедуры,
- ролевые и профориентационные игры,
- тренинги
- экскурсии;
- онлайн уроки,

- консультирование (групповое, индивидуальное).

## **I. Планируемые предметные результаты изучения курса**

Учащиеся должны знать:

- значение профессионального самоопределения;
- правила выбора профессии;
- понятие о профессиях и профессиональной деятельности;
- понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;
- понятие о темпераменте, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения;
- значение творческого потенциала человека, карьеры. Учащиеся должны уметь:
- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
- анализировать информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка;
- преодолевать барьеры общения, стереотипы поведения;
- ставить перспективные цели и планировать способы их достижения;
- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

## **II. Содержание курса**

### **10 класс**

#### **Профессиональное самоопределение (12 часов)**

Система и виды образования

Особенности современного высшего образования

Развитие личности и профессиональное самоопределение

Профессиональное самоопределение. Смысл и цель жизни человека. Ценностные ориентации. Мет. «Якоря карьеры» В. Чикер

Роль эмоционально-волевой сферы личности в профессиональной деятельности, эмоциональные состояния, воля, желание, волевые усилия.

Роль воли в процессе принятия профессиональных решений. Активная роль личности при выборе профессии.

## Профессия и специализация

Особенности профессионального самоопределения молодежи на современном этапе.

Предрасположенность к определенной профессии. Сбор информации об инте

### **Начало профессиональной жизни (22 часа)**

Виды общения. Лидерство. Харизма. Психологический климат в трудовом коллективе. Проблемы общения в трудовом коллективе. Психологическая совместимость людей. Трудовой коллектив и проблемы вхождения в него, аффилиация, ее составляющие: стремление к принятию и страх отвержения. Формирование жизненной позиции в профессиональной деятельности, профессиональные особенности личности: профессиональное самосознание, самооценка в проф.деятельности, ответственность, мобильность, обучаемость.

Приемы расположения к себе. Знаки внимания. Compliments. Похвала и поддержка. Самопрезентация: фактор превосходства, самоподача привлекательности и демонстрация отношения.

Изменения личности в профессии. Зачитывание и обсуждение притчи

«Скулящая собака». Личность и межличностные отношения в группе

Алгоритм профессионального выбора. Личный профессиональный план. Требования к уровню образования. Зачитывание и обсуждение притчи

«Трещина в алмазе». Профорientационная игра «Человек-профессия». Тренинг-игра «Выбор». Экскурсии на предприятия г.Ершова.

## **11 класс**

### **Что я знаю о рынке труда? (12 часов)**

Знакомство учащихся с приемами, позволяющими более успешно адаптироваться на современном рынке труда.

Что такое рынок труда? Современный рынок труда и его требования к профессионалу.

Системы управления на современном рынке труда, резюме и требования к его построению и составлению, правила поведения на собеседовании. Факторы, влияющие на рынок труда. Проблема трудоустройства. Наиболее востребованные профессии в современном обществе. Конкурентоспособность на рынке труда.

Опросник «Уровень профессиональной готовности» по мет. Л. Кабардовой в начале и в конце учебного года, тест «Лидерские способности» по мет. Е.Жариков, Е.Крушельницкий. Профорientационные игры: «Составление резюме», «Собеседование при приеме на работу».

### **Моя профессиональная карьера (22 часа)**

Профессиональная перспектива. Трудоустройство. Подготовка и оформление. Что такое профессиональная пригодность?

Специфика профессионально значимых качеств для разных типов профессий. Профессионально-важные качества: специфические, неспецифические, их роль для разных типов профессий. Смежные профессии. Деловая игра: «Свой бизнес». Мотивы и потребности. Экспресс-диагностика социальных ценностей личности. Качества успешного человека. Профессиональное самоопределение. Проектирование профессионального жизненного пути. Профессиональная

деятельность и самопрезентация. Источники получения информации о вакансиях. Подводные камни при поиске работы. Выбираем место работы. Составление плана карьерного роста. Профориентационный тренинг-игра «У меня все получится».

### **III. Тематическое планирование внеурочного курса «Проектория профессионального самоопределения»**

**10 класс**

<b>№ занятия</b>	<b>Тема занятия</b>
<b>Профессиональное самоопределение (12 часов)</b>	
1.	Система и виды образования
2.	Особенности современного высшего образования
3.	Развитие личности и профессиональное самоопределение
4.	Профессиональное самоопределение. Смысл и цель жизни человека.
5.	Ценностные ориентации. Мет. «Якоря карьеры» В. Чикер
6.	Роль воли в процессе принятия профессиональных решений
7.	Активная роль личности при выборе профессии
8.	Профессия и специализация
9.	Особенности профессионального самоопределения молодежи на современном этапе
10.	Предрасположенность к определенной профессии
11.	Анкета "Ориентация" (И.Л. Соломин)
12.	Многообразие мира профессий. Экскурсия в ГБПОУ СО "Ершовский агропромышленный лицей"
<b>Начало профессиональной жизни (22 часа)</b>	
13.	Виды общения
14.	Лидерство. Харизма.
15.	Приемы расположения к себе.
16.	Изменения личности в профессии
17.	Проблемы общения в трудовом коллективе.
18.	Зачитывание и обсуждение притчи «Скулящая собака»
19.	Психологическая совместимость людей
20.	Личность и межличностные отношения в группе

21.	Алгоритм профессионального выбора
22.	Личный профессиональный план
23.	Требования к уровню образования
24.	Профессиональная идентичность
25.	Профессиональная мобильность
26.	Профпригодность. Понятие компенсации способностей.
27.	Зачитывание и обсуждение притчи «Трещина в алмазе»
28.	Профориентационная игра «Человек-профессия»
29.	Тренинг-игра «Выбор»
30.	Многообразие мира профессий. Экскурсия на предприятие г.Ершова.
31- 34.	<b>Обобщение. Подготовка и защита профориентационных проектов</b>
	<b>«От профориентации к самоопределению»</b>

## 11 класс

№ занятия	Тема занятия
<b>Что я знаю о рынке труда? (12 часов)</b>	
1.	Что такое рынок труда?
2.	Проблема трудоустройства
3.	Наиболее востребованные профессии в современном обществе
4.	Опросник «Уровень профессиональной готовности» по мет. Л. Кабардовой
5.	Факторы, влияющие на рынок труда
6.	Современный рынок труда и его требования к профессионалу
7.	Тест «Лидерские способности» по мет. Е.Жариков, Е.Крушельницкий
8.	Конкурентоспособность на рынке труда
9.	Тренинговое занятие «Интервью при приеме на работу»
10.	Игровое упражнение «Составление резюме». Самопрезентация
11.	Собеседование при приеме на работу. Правила и нормы поведения.
12.	Деловая игра «Собеседование при приеме на работу»
<b>Моя профессиональная карьера (22 часа)</b>	
13.	Профессиональная перспектива. Трудоустройство. Подготовка и оформление
14.	Специфика профессионально значимых качеств для разных типов профессий
15.	Смежные профессии
16.	Деловая игра: «Свой бизнес»
17.	Мотивы и потребности.
18.	Экспресс-диагностика социальных ценностей личности

19.	Качества успешного человека
20.	Профессиональное самоопределение
21.	Проектирование профессионального жизненного пути.
22.	Профессиональная деятельность и самопрезентация
23.	Источники получения информации о вакансиях
24.	Подводные камни при поиске работы
25.	Выбираем место работы
26.	Составление плана карьерного роста
27.	Профориентационный тренинг-игра «У меня все получится»
28.	Многообразие мира профессий. Экскурсия в ГБПОУ СО "Ершовский агропромышленный лицей"
29.	Многообразие мира профессий. Экскурсия на предприятие г.Ершова.
30.	Опросник «Уровень профессиональной готовности» по мет. Л. Кабардовой
31- 34.	<b>Обобщение. Подготовка и защита профориентационных проектов «Моя будущая профессия - мой выбор»</b>