

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 56»**

Программа рассмотрена на заседании
методического объединения
учителей гуманитарного цикла
Протокол № 1 от 23.08.21г.

Программа принята педагогическим
советом
Протокол № 1 от 23.08.21г.

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ№56»
_____ Ю.А.Ремезова
Приказ №199 от 23.08.21г.

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Профориентация и самоопределение»
для 10-11 классов
(направление социальное)**

Разработчики программы:
Фролова Наталья Анатольевна

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- 1) российская гражданская идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);
- 2) гражданская позиция как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
- 3) готовность к служению Отечеству, его защите;
- 4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- 5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- 6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;
- 7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- 8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- 9) 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;
- 10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;

- 11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- 12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;
- 13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- 14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
- 15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

Метапредметные результаты:

- 1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- 2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- 3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- 4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;
- 5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
- 6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;

- 7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;
- 8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;
- 9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Профессия и специальность: происхождение и сущность. Многообразие мира профессий

Предмет и задачи курса. Происхождение труда. Разделение труда. Мануфактура. Крупная машинная индустрия. Постиндустриальное общество. Современные формы разделения труда: международное, отраслевое, технологическое, функциональное, профессиональное, специальное. Сущность понятий «профессия», «специальность», «специализация», «квалификация», «должность». Основные характеристики профессий. Важность выбора профессии в жизни человека.

Классификация профессий по Е.А. Климову: типы профессий, требования профессии к человеку. Характеристика труда: содержание, характер, процесс и условия труда. Функции человека в процессе труда. Готовность к труду. Предмет труда. Средство труда. Продукты трудовой деятельности. Сферы, отрасли и секторы экономики. Сферы материального и нематериального производства. Отрасль труда. Предпринимательство как сфера трудовой деятельности. Цель, значение, формы предпринимательства. Формирование теоретических представлений и понятий, связанных с миром профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы. Типы профессиограмм.

Характеристика профессий типа «Человек – человек» Характеристика профессий типа «человек-человек». Подтипы профессий типа «человек-человек». Понятие «профессионально важные качества» (ПВК). ПВК профессий типа «человек-человек». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек-человек».

Характеристика профессий типа «Человек – техника» Характеристика профессий типа «человек-техника» ПВК профессий типа «человек-техника». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек-техника».

Характеристика профессий типа «Человек – знаковая система» Характеристика профессий типа «человек – знаковая система» ПВК профессий типа «человек - знаковая система». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек - знаковая система».

Характеристика профессий типа «Человек – природа» Характеристика профессий типа «человек-природа» ПВК профессий типа «человек-природа». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек-природа».

Характеристика профессий типа «Человек – художественный образ» Характеристика профессий типа «человек - художественный образ» ПВК профессий типа «человек – художественный образ». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек - художественный образ».

Экскурсии на предприятия г. Новокузнецка. Знакомство с профессиями. Экскурсия в магазин «Пятёрочка» - знакомство с профессиями «продавец», «менеджер». Экскурсия в детский сад – знакомство с профессией «воспитатель». Экскурсия в больницу – знакомство с профессиями «медсестра», «врач». Экскурсия в Дом культуры, знакомство с профессиями «хореограф», «педагог по вокалу». Посещение бухгалтерии – знакомство с профессиями «бухгалтер», «делопроизводитель».

Профессиональное самоопределение.

Основные подходы к индивидуальному выбору профессии Проблема выбора профессии. Дискуссия «Факторы, влияющие на выбор профессии в современных условиях». Мозговой штурм «Какой должна быть профессия?». Соотношение «хочу», «могу» и «надо». Целеполагание при выборе профессии. Матрица выбора профессии. «хочу» - «могу» - «надо» - «выбираю». Склонности, интересы и мотивы в профессиональном выборе («хочу»). Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»). Специальные способности. Профпригодность. Частичная профпригодность. Понятие компенсации. Социальные проблемы труда, потребности рынка труда в кадрах («надо»). «Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки и анализа составляющих «хочу» — «могу»— «надо».

Здоровье и выбор профессии 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.

Влияние темперамента на выбор профессии. Определение типа темперамента Темперамент. Типы темперамента. Анализ различных типов нервной системы и темперамента.

Практическая работа «Профессиональный тип личности» Определение своего профессионального типа личности. Ошибки, которые наиболее часто допускаются при выборе профессии.

Деловая игра «Кадровый вопрос» Актуализация осознанного самостоятельного выбора (самоопределения) обучающимися 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).

Современный рынок труда. Топ-30 профессий Кемеровской области. Профессии будущего. Информационное сообщение об изменениях, происходящих в обществе в последние десятилетия, и их отражение в мире профессионального труда. Исчезновение одних профессий и появление других. Современный рынок труда. Многообразие профессий. Человек как субъект выбора. Формула выбора профессии.

Пути получения профессионального образования. Государственные образовательные стандарты Структура учреждений профессионального образования. Государственные образовательные стандарты профессионального образования. Университеты, институты, академии, техникумы, колледжи Ярославской области, соседних регионов. Что необходимо знать при выборе учебного заведения.

Комплексная профориентационная диагностика Комплексная оценка статуса профессиональной идентичности, мотивационной и личностной сферы обучающихся: 1. Методика изучения статусов профессиональной идентичности (А.А. Азбель, А.Г. Грецов) 2. Карта интересов (А. Е. Голомшток) 3. Изучение мотивов профессиональной деятельности учащегося (Л. А. Головей) 4. Изучения мотивации достижения (А. Мехрабиан) 5. Исследование самооценки (Дембо, Рубинштейн) 6. Диагностика работоспособности (теппинг-тест Е.П. Ильина) 7. Исследование межличностных отношений (Т. Лири) 8. Изучение мотивации обучения в ВУЗе (Т. И. Ильина) 9. Конструктивный рисунок человека (А.А. Карелина)

Проект: Профессии моей семьи. Профессиональные династии

Профессиональная деятельность.

Этапы построения карьеры Профессиональная деятельность: функции, цели, задачи, средства и предметы труда, результаты. Требования рынка труда к профессионалу. Профессиональная компетентность, профессиональное мастерство. Показатели профессионального мастерства. Профессиональный рост (построение карьеры по вертикали и горизонтали). Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования. Понятие штатного расписания и должности. Профессиональная карьера, ее формы. Этапы построения карьеры. Структура плана профессиональной карьеры. *Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятии. Заполнение таблицы:

Личный профессиональный план Знакомство с ЛПП, его параметрами и значением в проектировании профессионального пути, умение составлять ЛПП для выбранной и прогнозировать правильности выбора будущей

профессии. Составление ЛПП. *Форма организации занятий*: мини-лекция, практическое занятие, работа со схемой ЛПП по Е.А. Климову и опросником ЛПП Н.С. Пряжниковой.

Имидж, портфолио, резюме. Способы поиска работы Составляющие имиджа. «По одежке встречают, а по уму провожают». Особенности резюме. Основные требования к составлению резюме. На что обратить внимание при составлении резюме, чтобы получить хорошую работу. Что должно содержать портфолио. На что влияет содержимое портфолио. Непосредственное обращение гражданина к работодателю. Обращение в государственную службу занятости. Использование негосударственных посреднических фирм. Анализ объявлений о вакансиях, размещенных в печатных изданиях, на радио и телевидении, на улицах и др. Рассылка резюме. Использование сети Интернет для поиска и размещения информации. Сравнительная характеристика различных способов поиска работы.

Практикум «Молодой специалист ищет работу» Проблемы трудоустройства молодых специалистов. Стратегии поиска работы. Упражнения «Объявление в газете», работа с интернет-ресурсами.

Деловое общение Общение. Способность различных людей к общению. Деловое общение. Основные признаки делового общения. Стили общения. Конфликты. Стратегии поведения в конфликте. Разрешение конфликтов Конфликты. Способы выхода из ситуаций. Упражнения «Подарок», «Паровой каток», «Разгневанный ребенок», «Жалобщик», «Молчун», «Сверхподатливый», «Разговор по телефону», «Достойный ответ».

Я – босс: лидерство и принятие решений Качества и позиция лидера. Типы лидерства. Лидерские роли. Современный руководитель: какой он? Упражнения «Многоликий лидер», «Руководитель», «Портрет лидера», Ситуация-проба «Теремок».

Практическая работа «Лестница успеха» Планирование и целеполагание. «Карта желаний», упражнения «Каким я вижу себя в 35 лет», «Ошибки и удачи в моей профессиональной карьере».

Рынок труда. Трудовые правоотношения Понятие и сущность рынка труда. Факторы формирования спроса и предложения на рынке труда. Проблемы и трудности современного рынка труда России, региона. Пути их преодоления. Безработица: причины возникновения, виды, способы борьбы с безработицей. Формы оплаты труда.

Творческий проект «Мой выбор»: разработка и оформление Цели и задачи творческих проектов «Мой выбор». Компоненты проекта «Мой выбор». Требования к оформлению проекта. Порядок проведения защиты проекта. Критерии оценивания проекта. *Практическая работа*. Запись в тетрадь опорных понятий. Ознакомление с примерами творческих проектов «Мой выбор», выполненными учениками предыдущих классов. Выполнение и оформление проекта.

Защита творческих проектов «Мой выбор» Критерии оценки их выполнения и защиты. Представление жюри. Порядок проведения защиты творческих проектов. Представление учащимися пояснительной записки и результатов профпроб, ответы на вопросы. Оценивание защиты, подведение итогов.

Форма организации: дискуссионный клуб.

Виды деятельности: лекция, дискуссия, работа в малых группах, мозговой штурм, встречи с людьми востребованных рабочих профессий, работа с интернет-ресурсами, работа в интернете с официальными сайтами профессиональных образовательных учреждений, диагностика и обсуждение результатов, диалог, игровые и тренинговые упражнения.

Тематическое планирование

№ занятия	Тема	Часы теории	Часы практики
10 класс			
Модуль 1. Профессия и специальность: происхождение и сущность. Многообразие мира профессий (16 часов)			
1	Профессия и специальность: происхождение и сущность.	1	
2.	Многообразие мира профессий. Характеристика труда.	1	
3	Понятие профессиограммы. Типы профессиограмм.	1	
4	Характеристика профессий типа «Человек – человек».	1	
5	Экскурсия в детский сад – знакомство с профессией «воспитатель».		1
6	«День самоуправления в школе», профессия – учитель.		1
7	Экскурсия в больницу – знакомство с профессиями «медсестра», «врач».		1

8	Экскурсия в магазин «Пятёрочка» - знакомство с профессиями «продавец», «менеджер».		1
9	Характеристика профессий типа «Человек – техника»	1	
10	Экскурсия на предприятие - знакомство с профессиями «швея», «закройщик», «сварщик шовных изделий»		1
11	Характеристика профессий типа «Человек – природа»	1	
12	Экскурсия в ОАО Русал		1
13	Характеристика профессий типа «Человек – художественный образ»	1	
14	Экскурсия в сельский Дом культуры, знакомство с профессиями «хореограф», «педагог по вокалу».		1
15	Характеристика профессий типа «Человек – знаковая система»	1	
16	Посещение бухгалтерии школы – знакомство с профессиями «бухгалтер», «делопроизводитель».		1
Модуль 1. Профессиональное самоопределение. (11 часов)			
17	Профессиональное самоопределение.	1	
18	Основные подходы к индивидуальному выбору профессии		1
19	Здоровье и выбор профессии	1	
20	Влияние темперамента на выбор профессии.		1

21	Практическая работа «Определение типа темперамента»		1
22	Практическая работа «Профессиональный тип личности»		1
23	Деловая игра «Кадровый вопрос»		1
24	Современный рынок труда. Топ-30 профессий Кемеровской области. Профессии будущего	1	
25	Пути получения профессионального образования. Государственные образовательные стандарты	1	
26	Практическая работа «Выбор учреждения профессионального образования»		1
27	Комплексная профориентационная диагностика		1
28	Комплексная профориентационная диагностика		1
29	Комплексная профориентационная диагностика		1
30	Проект: «Профессии моей семьи. Профессиональные династии» (разработка и оформление)		1
31	Проект: «Профессии моей семьи. Профессиональные династии» (разработка и оформление)		1
32	Защита проектов: «Профессии моей семьи. Профессиональные династии»		1
33	Консультирование обучающихся и их родителей (законных		1

	представителей) по результатам практических занятий и диагностик.		
34	Консультирование обучающихся и их родителей (законных представителей) по результатам практических занятий и диагностик.		1
11 класс			
Модуль 3. Профессиональная деятельность. (34 часа)			
1	Профессиональная деятельность. Этапы построения карьеры.	1	
2	Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении.	1	
3	Личный профессиональный план.		1
4	Практическая работа «Построение личного профессионального плана»		1
5	Имидж, портфолио, резюме. Способы поиска работы	1	
6	Практическая работа «Составление резюме»		1
7	Практическая работа «Анализ объявлений о вакансиях, размещенных в СМИ, сети Интернет»		1
8	Практикум «Молодой специалист ищет работу»		1
9	Деловое общение. Профессиональная этика	1	
10	Проект «Самопрезентация на рынке труда»		1

11	Конфликты. Стратегии поведения в конфликте.	1	
12	Практикум «Разрешение конфликтов»		1
13	Я – босс: лидерство и принятие решений	1	
14	Деловая игра «Лидер»		1
15	Профессиональные пробы и мастер-классы по типу профессий «Человек-человек»		1
16	Профессиональные пробы и мастер-классы по типу профессий «Человек-техника»		1
17	Профессиональные пробы и мастер-классы по типу профессий «Человек-природа»		1
18	Профессиональные пробы и мастер-классы по типу профессий «Человек-знаковая система»		1
19	Профессиональные пробы и мастер-классы по типу профессий «Человек-художественный образ»		1
20	Практическая работа «Лестница успеха»		1
21	Единый день профориентации: встреча с представителями учебных заведений города, области.		1
22	Проблемы и трудности современного рынка труда России, региона и пути их решения.	1	

23	Факторы формирования предложения и спроса на рынке труда.	1	
24	Рынок труда и распределение доходов.	1	
25	Безработица: виды и причины возникновения.	1	
26	Практическая работа «Меры по борьбе с безработицей»		1
27	Служба Занятости. Встреча с сотрудниками ЦСЗН		1
28	Заработная плата. Формы и системы оплаты труда.		1
28	Заработная плата. Формы и системы оплаты труда.		1
29	Законодательство РФ о трудовых правоотношениях	1	
30	Законодательство РФ о трудовых правоотношениях		1
31	Практическая работа «Трудовые правоотношения»		1
32	Творческий проект «Мой выбор» (разработка и оформление)		1
33	Творческий проект «Мой выбор» (разработка и оформление)		1
34	Защита творческих проектов «Мой выбор»		1