

<p>Согласовано:</p> <p>Председатель МО</p> <p><i>Л. Байсалова</i></p> <p>Ф.И.О</p> <p>Протокол № <u>1</u></p> <p>от <u>31.08.22</u></p>	<p>Согласовано:</p> <p>Заместитель директора по УВР</p> <p><i>Л. Федорова</i></p> <p>Ф.И.О.</p> <p>« <u>30</u> » <u>08</u> 20<u>22</u></p>	<p>Утверждаю:</p> <p>Директор школы:</p> <p><i>Л.И. Назарев</i></p> <p>Приказ № <u>03-03-1007</u></p> <p><u>31.08.2022</u></p> 
---	--	---

Рабочая программа  
по предмету внеурочной деятельности Шаг к профессии  
класс 10-11

Составитель:  
Учитель Фёдорова Л.И.

с.Большая Ничка 2022 г.

## Пояснительная записка

Выбор профессии. Огромным смыслом наполнено привычное словосочетание, в нем скрыто много эмоций, тревог, ожиданий, проблем! Это не просто удачно или неудачно принятое в юности решение, это жизненный путь: активная, творческая, жизнь или пассивное, равнодушное существование; это одно из важнейших слагаемых и условий человеческого счастья. Какую выбрать профессию? Этот вопрос задает каждый школьник.

Профессиональная ориентация – это целенаправленная деятельность, по подготовке подростков к обоснованному выбору профессии в соответствии с личными склонностями, интересами, способностями с общественными потребностями в кадрах определенных профессий и разного уровня квалификации. Это система мероприятий помогающих человеку, вступающему в жизнь, научно обоснованно выбрать профессию с целью самоопределения. Термин «самоопределение» состоит из двух слов «сам» и «определяю». Идея самоопределения состоит в возможности выбора.

Система профориентации на современном этапе ее развития призвана обеспечить координацию действий государственных органов, школы, семьи, органов профессионально-технического, среднего специального, высшего образования и других социальных институтов, участвующих в ее осуществлении. Непрерывное и своевременное решение научных и организационных вопросов, связанных с профориентацией с учетом социально-экономического прогноза, позволяют решить проблему самоопределения школьников.

Подготовка к выбору профессии важна, она является неотъемлемой частью всестороннего развития личности, рассматривается в единстве и взаимодействии с нравственным, трудовым, интеллектуальным, политическим, эстетическим и физическим совершенствованием личности, то есть во всей системе учебно-воспитательного процесса. Профориентация является важным моментом в развитии каждого человека и в функционировании общества в целом.

Профориентация молодежи является не только проблемой педагогической, но и социальной. Для ее решения усилий педагогов школ явно недостаточно.

С целью формирования целостного представления о мире профессий и готовности подростков к осознанному выбору профессионального пути разработана программа внеурочной деятельности по профессиональной ориентации школьников «Шаг к профессии».

**Актуальность** данной программы заключается в том, что она способствует профессиональному самоопределению и формированию активной жизненной позиции подростка.

### **Задачи:**

- ознакомление с многообразием мира профессий и историей их возникновения;
- формирование представлений о специфике профессий в городе Минусинске, Красноярске и Абакане;
- способствование выбору профессии согласно личным склонностям, интересам и способностям;
- создание условий для развития личностных качеств.

Формы работы разнообразны: рассказ, беседа, практика, ролевая игра, тренинг, тестирование, анкетирование, экскурсии, участие в ярмарках рабочих мест, встречи с людьми интересных профессий, использование конструктивной обратной связи.

**Срок реализации** программы внеурочной деятельности «Шаг к профессии» 1 год. Программа рассчитана на обучающихся 15 - 17 лет. Содержание программы составлено с учетом психофизиологических особенностей подростков. Данный возраст считается сложным. Это этап формирования самосознания и собственного мировоззрения, принятия ответственных решений, когда ценности дружбы, любви, близости могут быть первостепенными.

## **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Шаг к профессии»**

### **I. Личностные:**

- потребность повышать свой культурный уровень, само реализовываться в разных видах деятельности;
- в качестве личностных результатов освоения обучающимися этой части программы выступают готовность и способность к осознанному выбору профессии и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования;
- принятие моральных норм и правил нравственного поведения с представителями разных поколений (ветераны, инвалиды, дети младшего возраста), носителей разных убеждений и представителей различных социальных групп нашего города;
- способность анализировать нравственную сторону своих поступков и поступков своих сверстников;
- умение взаимодействовать со сверстниками в коллективе клуба и в школе, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами;
- формирование бережного отношения к традициям своей семьи, школы;
- об этике и эстетике повседневной жизни человека в обществе;
- о принятых в обществе нормах поведения и общения;
- об основах здорового образа жизни;
- развитие ценностного отношения подростков к труду.

### **II. Метапредметные:**

#### **Регулятивные:**

- умение ставить цель своей деятельности на основе имеющихся возможностей;
- умение оценивать свою деятельность, аргументируя при этом причины достижения или отсутствия планируемого результата (участие в конкурсах);
- формирование умения находить достаточные средства для решения своих учебных задач;
- демонстрация приёмов саморегуляции в процессе подготовки мероприятий разного уровня, участие в них, в том числе и в качестве конкурсанта.

#### **Познавательные:**

- навык делать выводы, устанавливать причинно-следственные связи на основе полученной информации о профессиях
- анализ и принятие опыта разработки и реализации проекта исследования разной сложности;
- умение находить в тексте требуемую информацию, ориентироваться в тексте, устанавливать взаимосвязи между описываемыми событиями и явлениями;
- критическое оценивание содержания и форм современных текстов;
- овладение культурой активного использования словарей и других поисковых систем.

#### **Коммуникативные:**

- умение организовать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками в клубе;
- приобретение навыков работы индивидуально и в коллективе для решения поставленной задачи;
- умение находить общее решение и разрешать конфликты;
- о правилах конструктивной групповой работы;
- опыт публичного выступления;
- опыт самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности;
- соблюдение норм публичной речи в процессе выступления.

### **III. Предметные**

#### **Обучающиеся научатся:**

- владеть приёмами исследовательской деятельности, навыками поиска необходимой информации;
- использовать полученные знания и навыки по подготовке и проведению социально-значимых мероприятий.
- об основах разработки социальных проектов и организации коллективной творческой деятельности;
- приобретение опыта исследовательской деятельности;

Обучающиеся получают возможность научиться:

- участвовать в исследовательских работах;
- знать о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации;
- иметь представление о правилах проведения исследования;
- получение первоначального опыта самореализации.

**Формы контроля:**

1. Рефлексия по каждому занятию в форме вербального проговаривания, письменного выражения своего отношения к теме.
2. По итогам курса обучающиеся выполняют самостоятельную работу – творческое эссе по теме: «Кем и каким я хочу стать».

## Содержание программы

### **Тема 1. «Что изучает профориентация». (1 час)**

Дать представление о понятиях «профориентация», «профессия» и сопутствующих понятиях «специалист», «должность», «карьера», «квалификация». Учить пользоваться понятийным аппаратом на уроках и повседневной жизни. Воспитывать интерес к теме выбора профессии.

### **Тема 2. «Рынок образовательных услуг и рынок труда в Красноярском крае и республике Хакасия». (1 час)**

Знакомятся с понятием «образовательная карта». Узнают о средне профессиональных и среднетехнических училищах, высших учебных заведениях. Основные понятия о рынке труда и учебных мест.

### **Тема 3. «Образовательная карта Красноярского края. (1 час)**

Наиболее востребованные профессии в нашем городе. Перечень учебных заведений.

### **Тема 4. «Кто Я или что Я думаю о себе». (1 час)**

Научить подростков выделять важные вопросы, необходимые для выбора будущей профессии (Кто я? Чего хочу?Что могу?). Развивать способность адекватно оценивать свои сильные и слабые стороны.

### **Тема 5. «Классификация профессий». (1 час)**

Классификация профессий по предмету труда, по целям труда, по орудиям труда, по условиям труда. Профессиограмма. Зарубежная классификация профессий по Дж.Холланду.

### **Тема 6. «Формула профессии. Анализ профессии». (1 час)**

Понятие «профессия» и сопутствующих понятиях «специалист», «должность», «карьера», «квалификация». Понятийный аппарат на уроках и повседневной жизни.

### **Тема 7. «Практическая работа по анализу профессии». (1 час)**

Условия труда, требования к работнику.

### **Тема 8. «Здоровье и выбор профессии». (1 час)**

Особенности своего здоровья и требований, предъявляемых профессией.

### **Тема 9. «Роль темперамента в выборе профессии». (1 час)**

Беседа о типах темперамента. Карточки с описанием типов ВНД по Кречмеру. Карточки с описанием типов по И.П. Павлову. Классификация профессий К.М. Гуревича по признаку их абсолютной или относительной профпригодности. Игра «Угадай профессию».

### **Тема 10. «Характер и моя будущая карьера». (1 час)**

Упражнение «Что я испытываю, выбирая профессию?» Упражнение «Знакомьтесь, Профессия...». Беседа о формировании характера и его влиянии на выбор профессии.

Модель способностей человека. Лист рефлексии.

### **Тема 11. «Практическая работа по самоанализу своих способностей». (1 час)**

Структура выбора профессии.

Результаты исследований учащегося.

### **Тема 12. «Я – концепция или «теория самого себя». (1 час)**

Упражнение «Комплимент». Беседа о Я – концепции человека. О том, как формируется «теория самого себя» и как она влияет на выбор профессии. Модель самооценки человека

Методика «Самооценка» Л.И. Маленковой (*Человековедение, М. ТОО «Интел Тех», 1993*). Методика исследования самооценки Я.Л.Коломинского, А.А.Реана . Упражнение «Ты лучший!»

### **Тема 13. Практическая диагностика «Ошибки в выборе профессии». (1 час)**

Анкета. Перечень типичных ошибок. Карточки с примерами ошибок в выборе профессии.

### **Тема 14. «Интересы и выбор профессии». (1 час)**

Структура мотивации по А.Маслоу. Понятийный аппарат.

### **Тема 15. «Человеческие возможности при выборе профессии. Способность быть внимательным. Способности к запоминанию». (1 час)**

Сообщение о психологическом процессе «память». Профессиограммы с указанием требований к памяти. Сообщение о психологическом процессе «внимание»,. Профессиограммы с указанием требований к вниманию. Упражнения на развитие внимания. Упражнения на развитие памяти.

**Тема 16. «Человеческие возможности при выборе профессии. Способность оперировать пространственными представлениями». (1 час)**

Схема видов мышления человека. Перечень профессий, предъявляющий высокие требования к образному мышлению человека. Упражнения на развитие образного мышления.

**Тема 17. «Человеческие возможности при выборе профессии. Способность устанавливать связи между понятиями и измерять способы интеллектуальной деятельности». (1 час)**

Понятие «барьеры», «гибкость мышления». Упражнения на преодоление барьеров в познавательной деятельности.

**Тема 18. «Человек среди людей. Способность к коммуникации». (1 час)**

Материалы книги А. Пиза «Язык телодвижений».

**Тема 19. Диагностика коммуникативных и организаторских способностей. Методика КОС. (1 час)**

Тест «Изучение коммуникативных и организаторских способностей (КОС)».

**Тема 20. Деловая игра «Кадровый вопрос». (1 час)**

Сценарий игры «Кадровый вопрос».

**Тема 21. «Стратегия выбора профессии». (1 час)**

Упражнение «Стратегический жизненный анализ». Упражнение «Оперативный жизненный анализ». Упражнение «Тактический жизненный анализ». Упражнение «Письмо самому себе». Коробка счастья.

**Тема 22. Профессиограмма. (1 час).**

Дать определение понятиям “профессиограмма: цель труда, предмет труда, средства и условия организации труда”, “профессиональная пригодность”.

**Тема 23. «О предпочтениях в выборе будущей профессии». (1 час)**

Анкета на выявление предпочтений, учащихся в выборе профессии.

**Тема 24. Классификация профессий по Климову. (1 час).**

Опросник ДДО.

**Тема 25. Диагностика склонностей учащихся к определенным видам профессиональной деятельности. Анкета «Ориентация». (1 час)**

Анкета «Ориентация».

**Тема 26. Диагностика склонностей учащихся к определенным видам профессиональной деятельности. Методика «Карта интересов». (1 час)**

Тест «Карта интересов».

**Тема 27. 28. Диагностика склонностей учащихся к профессиональным и учебным видам деятельности. Тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра. (1 час)**

Тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра.

**Тема 29. «Лестница карьеры». (1 час)**

Беседа о понятии «карьера». Схема видов карьерного роста. Варианты плана карьеры.

**Тема 30. «Резюме». (1 час)**

Схема написания резюме. Варианты резюме.

**Тема 31. Практическая работа по написанию резюме. (1 час)**

Схема написания резюме. Варианты резюме.

**Тема 32. Тренинг «Перекресток». (1 час)**

**Тема 33. «О предпочтениях в выборе будущей профессии, профиля обучения». (1 час)**

Протоколы индивидуальной консультации.

**Тема 34. Итоговый урок. Эссе «Мой выбор – моя судьба».**

### Календарно-тематическое планирование.

№ п/п	Тема	Количество часов	Дата проведения
1	Что изучает профориентация	1	
2	Рынок образовательных услуг и рынок труда в Красноярском крае и республике Хакасия.	1	
3	Образовательная карта Красноярского края.	1	
4	Кто Я или что Я думаю о себе.	1	
5	Классификация профессий.	1	
6	Формула профессии. Анализ профессии.	1	
7	Практическая работа по анализу профессии	1	
8	Здоровье и выбор профессии	1	
9	Роль темперамента в выборе профессии.	1	
10	Характер и моя будущая карьера.	1	
11	Практическая работа по самоанализу своих способностей.	1	
12	Я – концепция или «теория самого себя»	1	
13	Практическая диагностика «Ошибки в выборе профессии».	1	
14	Интересы и выбор профессии.	1	
15	Человеческие возможности при выборе профессии. Способность быть внимательным. Способности к запоминанию.	1	
16	Человеческие возможности при выборе профессии. Способность оперировать пространственными представлениями.	1	
17	Человеческие возможности при выборе профессии. Способность устанавливать связи между понятиями и измерять способы интеллектуальной деятельности.	1	
18	Человек среди людей. Способность к коммуникации.	1	
19	Диагностика коммуникативных и организаторских способностей. Методика КОС (коммуникативные и организаторские способности).	1	
20	Деловая игра «Кадровый вопрос».	1	
21	Стратегия выбора профессии.	1	
22	Профессиограмма.	1	
23	О предпочтениях в выборе будущей профессии.	1	
24	Классификация профессий по Климову.	1	
25	Диагностика склонностей учащихся к определенным видам профессиональной деятельности. Анкета «Ориентация».	1	
26	Диагностика склонностей учащихся к определенным видам профессиональной деятельности. Методика «Карта интересов».	1	
27	Диагностика склонностей учащихся к профессиональным и учебным видам деятельности. Тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра.	1	
28	Диагностика склонностей учащихся к профессиональным и учебным видам деятельности. Тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра.	1	
29	Лестница карьеры.	1	
30	Резюме.	1	
31	Практическая работа по написанию резюме.	1	
32	Занятие «Перекресток».	1	
33	Промежуточная аттестация. Эссе «Кем и каким я хочу стать»	1	

34	О предпочтениях и трудностях в выборе будущей профессии.	1	
	Итого 34 часа	34	

### Список литературы

1. Авторская педагогическая программа: от замысла до реализации: Методические рекомендации / сост.: Р.Х. Гильмеева, И.В. Сафронова.- Казань: ИП-КРО РТ, 2000
2. Альманах психологических тестов. – М.: «КСП», 1995.
3. Бедерханова В.П. Летний дом: концептуальный проект детской летней деревни и его методическое обеспечение. Краснодар: Изд-во Краснодарского экспериментального центра развития образования, 1993.
4. Берн Э. Трансакционный анализ и психотерапия. Пер. с англ. – СПб., издательство «Братство», 1992.
5. Битянова Н. Р. Психология личностного роста. Практическое пособие по проведению тренинга личностного роста психологов, педагогов, социальных работников. – М.: Международная педагогическая академия, 1995.
6. Вачков И.В. Психологические игры и упражнения (Для ведущего тренингов) // Школ. технологии – 2001 - №5 – 229-242, №6 - 183-190.
7. Винокурова Н.К. Развитие творческих способностей учащихся./ М.: Образовательный центр «Педагогический поиск», 1999.
8. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии: Информ. – метод. пособие к курсу «Психология человека». – М.: Педагогическое общество России, 2001.
9. Дружинин В.Е. Психология эмоций, чувств, воли. – М.: ТЦ Сфера, 2003.
10. Зеер Э.Ф. личностно-ориентированное профессиональное образование. – М.: Издательский центр АПО, 2002
11. Игры для интенсивного обучения / Под ред. В.В. Перусинского. М.: Прометей, 1991.
12. Игры – обучение, тренинг, досуг.../ Под ред. В.В. Перусинского. М.: Гуманитарный центр «Энроф», 1995.
13. Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года // официальные документы в образовании. – 2002 - № 4. – С. 3-33.
14. Кочетов А.И. Как заниматься самовоспитанием. – 3-е изд., доп. И перераб. – М.Н.: Выш. шк; 1991.
15. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Популярное пособие для родителей и педагогов / Художники Г.В. Соколов, В.Н. Куров. – Ярославль: «Академия развития», 1997.
16. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками: Учеб. Пособие для студ. высш. учеб. Заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001.
17. Матвеева О.А., Е.А. Львова Тренинг «Путешествие в поисках способностей» // Школ. Технологии – 2001 - № 4 – 214-221, № 5 – 243-250.
18. Митина Л.М. Психология труда и профессионального развития учителя: Учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Академия, 2004.
19. Оганесян Н.Т. Методы активного социально – психологического обучения: тренинги, дискуссии, игры. – М.: Издательство «Ось – 89», 2002.
20. Программа воспитательной работы. – Н. Новгород: Нижегородский гуманитарный центр, 1999.
21. Прутченков А.С. Тренинг личностного роста: методические разработки занятий социально – психологического тренинга. М.: НМО «Творческая Педагогика», МП «Новая Школа», 1993.
22. Пряжников Н.С., Пряжникова Е.Ю. Психология труда и человеческого достоинства: Учеб.пособ. для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Академия, 2001.
23. Пряжников Н.С. ПрофорIENTATION в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы). – М.: ВАКО, 2005.
24. Психология труда: Учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений / под ред. Проф. А.В. Карпова. – М.: ВЛАДОС- ПРЕСС, 2003.
25. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / Под ред. И.В. Дубровиной. – 5-е изд. – Екатеринбург: Деловая книга, 2000.



26. Самоукина Н.В. Первые шаги школьного психолога. Психологический тренинг – Дубна: ООО «Феникс+», 2000.
27. Сизанов А.Н. Психологические игры: какие мы на работе и дома. – Мн.: Выш. шк., 1995.
28. Слостенин В.А., Каширин В.П. Психология и педагогика: Учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001.
29. Совместная работа школ и промышленных предприятий по профессиональной ориентации учащихся: пособие для учителя / Сост.: А.Е. Гольмшток, Н.Н. Захаров, И.Т. Сенченко. – М.: Просвещение, 1984.
30. Словарь-справочник по возрастной и педагогической психологии / Под редакцией Гамезо М.В. – М.: Педагогическое общество России, 2001.
31. Словарь практического психолога / Сост. С.Ю. Головин. – Минск: Харвест, 1997.
32. Сמיד Р. Групповая работа с детьми и подростками / Пер. с англ. 2-е изд., исправленное – М.: Генезис, 2000.
33. Смирнов В.И. Общая педагогика в тезисах, дефинициях, иллюстрациях. – М.: Педагогическое общество России, 2000.
34. Солдатова Г.У., Шайгерова Л.А. Жить в мире с собой и другими: Тренинг толерантности для подростков. 2-е изд., стер. М.: Генезис, 2001.
35. Тихомирова Л.Ф. Развитие интеллектуальных способностей школьника. Популярное пособие для родителей и педагогов / Художники Душин М., Куров В. – Ярославль: «Академия развития», 1997.
36. Фопель К. Психологические группы: Рабочие материалы для ведущего: практическое пособие / Пер. с нем. 3-е изд., стер. – М.: Генезис, 2001.
37. Фопель К. Создание команды. Психологические игры и упражнения / Пер. с нем. – М.: Генезис, 2002.
38. Хайкина М.В. Развитие навыков межличностного взаимодействия у детей (советы психолога) // Дополнительное образование – 2000 - № 9 - 41-43, № 11-57-58.
39. Шакуров Р.Х., Дырин С.П., Чичаева И.И. Ценностные ориентации студентов вузов (на примере управленческих специальностей). – Набережные Челны: издательство Института управления, 1998
40. Шмаков С. А. Безбородова Н.Е. От игры к самовоспитанию: Сборник игр – коррекций. – М.: Новая школа, 1993.
41. Center of character development, Lubbock Christian Univesity, Texas, USA, 1997.

#### **Список литературы, рекомендуемый учащимся**

1. Зюзько М.В. 5 шагов к себе: Кн. для учащихся. – М.: Просвещение, 1992.
2. Кочетов А.И. Как заниматься самовоспитанием. – 3-е изд., доп. И перераб. – М.Н.: Высш. шк; 1991.
3. Колотилкина М.Г. Давайте работать вместе. Сборник материалов для организаторов детского движения. Первые шаги создание команды. Городской центр детского творчества, - Набережные Челны, 2002.
4. Леви В.Л. Искусство быть собой. – Изд. обновл. – М.: Знание, 1991.
5. Маркуша А.М. Мозаика делового человека – М.: Педагогика – Пресс, 1992.
6. Тихомирова Л.Ф. Развитие интеллектуальных способностей школьника. Популярное пособие для родителей и педагогов / Художники Душин М., Куров В. – Ярославль: «Академия развития», 1997.
7. Игры для интенсивного обучения / Под ред. В.В. Перусинского. М.: Прометей, 1991.
8. Игры – обучение, тренинг, досуг... / Под ред. В.В. Перусинского. М.: Гуманитарный центр «Энроф», 1995.
9. Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации – М.: Изд-во ВЛАДОС – ПРЕСС, 2001.
10. Шмаков С. А. Безбородова Н.Е. От игры к самовоспитанию: Сборник игр – коррекций. – М.: Новая школа, 1993.