

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №125 с углубленным изучением отдельных предметов»

ПРИНЯТ
Педагогическим советом
Протокол № 13
от «24» августа 2022г.



УТВЕРЖДЕН
Директор МБОУ «СОШ № 125»
А.А. Лисин
Приказ от 24.08.2022 г. № ОД - 283

Рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Мир моих возможностей»
для 10–ых классов
на 2022-2023 учебный год

Барнаул 2022

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «Мир моих возможностей» разработана для обучающихся 10 классов в соответствии с требованиями ФГОС ООО. Внеурочная деятельность является составной частью учебно-воспитательного процесса и одной из форм организации свободного времени обучающихся.

Актуальность курса определяется значимостью формирования у школьников профессионального самосознания и осознанного профессионального намерения, осознанию интереса к будущей профессии. Мир профессий огромен. Найти свое место в нем, обрести уверенность в себе, стать профессионалом – процесс длительный. Проблема профессиональной ориентации с учётом личностных факторов становится в наши дни, как никогда актуальна. Данной программой определяется, что обучающиеся понимают роль и место психологической компетентности в построении правильно жизненной стратегии и успешного достижения поставленных целей. Успешность профессионального самоопределения тесно связана с общим развитием личности, показателем психического развития, способностью к самоанализу, уровнем мотивации. Правильно сделанный выбор – это начало пути к успеху, к самореализации, к психологическому и материальному благополучию в будущем. Профессиональное самоопределение является начальным звеном профессионального развития личности. Данный курс позволяет обучающимся осознать многообразие мира профессий, ответственность каждого за построение своего профессионального пути, возможности развития человека в профессиональной деятельности.

Цель изучения курса «Мир моих возможностей»: формирование у обучающихся готовности к осознанному социальному и профессиональному самоопределению.

Задачи программы:

помочь обучающимся раскрыть психологические особенности своей личности;

подготовить к осознанному выбору будущей профессии;

расширить знания обучающихся о мире профессий, познакомив их с классификацией, типами и подтипами профессий, возможностями подготовки к ним, дать представление о профпригодности и компенсации способностей;

обучить выявлению соответствия требований выбранной профессии способностям и возможностям обучающихся;

формировать качества творческой, активной и легко адаптирующейся личности, способной реализовать себя в будущей профессии в современных социально-экономических условиях;

обучить планированию профессиональной карьеры.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты освоения учебного предмета:

соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;

иметь адекватное представление о себе и о своем профессиональном соответствии;

составлять личный профессиональный план и уметь изменять его;

использовать приёмы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;

обладать способностью к передаче новой информации о социальных явлениях партнерам по взаимодействию;

анализировать информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка;

пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования;

готовность и способность к осознанному выбору профессии и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования;

уважительное отношение к труду, участие в социально значимом труде;

управлять своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия.

Метапредметные результаты освоения учебного предмета:

ставить цель своей деятельности на основе имеющихся возможностей;

оценивать свою деятельность, аргументируя при этом причины достижения или отсутствия планируемого результата;

находить достаточные средства для решения своих учебных задач;

высказывать своё предположение (версию), работать по плану;

оценивать собственные возможности, способствовать овладению обучающимися умениями получать из разнообразных источников и критически осмысливать социальную информацию;

систематизировать, анализировать полученные данные;

освоить способы познавательной, коммуникативной, практической деятельности, необходимых для участия в жизни гражданского общества и правового государства.

Предметные результаты освоения учебного предмета:

осознавать уровень развития своих профессионально важных качеств;

наличие положительно ориентированных жизненных планов и профессиональных намерений;

осознать свои личные особенности, интересы и склонности;

уметь выбирать профессию согласно своим психофизическим возможностям;

уметь использовать информацию об учебных заведениях и различных профессиях;

называть сферы трудовой деятельности;

иметь представление о профессиях и профессиональной деятельности;
уметь предоставлять свои возможности потенциальному работодателю.

Содержание программы

Введение

Основные теоретические сведения. Профессиональная деятельность как способ самореализации личности. Обсуждение правил работы на занятиях.

Раздел является вводным в учебный курс и предполагает использование познавательной беседы, а также практической работы с анкетой на определение основных мотивов выбора профессии.

Мир профессий

Раздел посвящен изучению основных теоретических сведений и включает в себя ознакомление с понятием «профессиограмма», «профессия», «специальность», «специализация», «квалификация». Классификация профессий по Е.А. Климову. Профессии типа человек-человек, человек-природа, человек - знаковая система, человек- техника, человек художественный образ. Знакомство с гностическими, преобразующими, изыскательскими профессиями. Основные подходы к индивидуальному выбору профессии. Типы темперамента. Анализ различных типов нервной системы и темперамента. Определение типа темперамента. Темперамент и выбор профессии. Интересы, склонности и выбор профессии. Определение своего профессионального типа личности. Понятие о профессиональной пригодности. Профессионально важные качества личности.

Формы проведения занятий:

- урок-лекция;
- работа в малых группах;
- групповые дискуссии;
- ролевые игры;

- тренинги;
- беседы.

Раздел предполагает проведение практических занятий с использованием психологических тестов, опросника Айзенка, «Карты интересов» Е.А. Климова, диагностических методик: «Теппинг-тест», «Профессиональная пригодность и здоровье», профессиональных проб.

Способности, интересы и профессиональная пригодность

Основные теоретические сведения. Способности. Виды способностей: общие и специальные. Разновидности специальных способностей: интеллектуальные способности, способности к офисным видам деятельности, предпринимательству и социальной работе. Условия развития способностей. Профпригодность. Уровни профпригодности.

Раздел предполагает проведение практических занятий с использованием психологических тестов, опросников по выявлению склонностей, опросника профессиональных предпочтений Дж. Холланда.

Формы проведения занятий:

- урок-лекция;
- работа в малых группах;
- групповые дискуссии;
- ролевые игры;
- тренинги;
- беседы.

Технологии основных сфер профессиональной деятельности.

Раздел посвящен знакомству с технологиями индустриального, агропромышленного производства. Профессиональной деятельностью в легкой и пищевой промышленности, торговле и общественном питании. Понятие «арттехнологии». Технологии искусства. Профессии в сфере арттехнологии. Понятие «перспективные технологии». Структура социальной сферы профессиональной деятельности. Профессии индустриального и

промышленного производства. Профессии в сфере лёгкой и пищевой промышленности, общественного питания. Профессии новых перспективных сфер.

Изучение данного раздела предполагает использование теоретического материала в виде лекций. Практические занятия предполагают использование профориентационных игр.

Формы проведения занятий:

- урок-лекция;
- работа в малых группах;
- групповые дискуссии;
- беседы.

Планирование профессиональной карьеры

Основные теоретические сведения. Должность. Внутренняя и внешняя оценка карьеры. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования. Современный рынок труда и его требования к профессионалу. Имидж, этикет современного делового человека. Понятие о дресс – коде. Индивидуальный профессиональный план как средство реализации программы личностного и профессионального роста человека. Профессиональное прогнозирование и самоопределение. Презентация и защита проектов.

Изучение данного раздела предполагает использование теоретического материала в виде лекций. Практические занятия предполагают использование профориентационных игр, дискуссий, проектной деятельности. Практические работы представлены составлением и анализом личного профессионального плана, составлением резюме, анализированием газет, объявлений, справочников, а также получением информации из компьютерных сетей.

Формы проведения занятий:

- урок-лекция;
- проект;

- работа в малых группах;
- групповые дискуссии;
- деловые игры;
- беседы.

Тематическое планирование

10 класс

Раздел	Кол-во часов
Введение	0.5
Мир профессий	5.5
Способности, интересы и профессиональная пригодность	2.5
Технологии основных сфер профессиональной деятельности.	4.5
Планирование профессиональной карьеры	4
Итого	17

Приложение 1

Календарно-тематическое планирование

10 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов
Введение		
1	Экскурс в профессию	0.5
Мир профессий		
2	Классификация профессий. Признаки профессии.	0.5
3	Профессия, специальность, должность. Формула	0.5

	профессии.	
4	Понятие профессиограммы.	0.5
5	Основные подходы к индивидуальному выбору профессии.	0.5
6	Основные подходы к индивидуальному выбору профессии.	0.5
7	Здоровье и выбор профессии.	0.5
8	Профессиональный тип личности.	0.5
9	Матрица выбора профессий.	0.5
10	Типология профессий.	0.5
11	Типология профессий.	0.5
12	Типология профессий.	0.5
Способности, интересы и профессиональная пригодность		
13	Интересы и склонности в профессиональном выборе (презентация для занятий)	0.5
14	Способности общие и специальные.	0.5
15	Специальные способности.	0.5
16	Специальные способности.	0.5
17	Профессиональная пригодность. Уровни профессиональной пригодности.	0.5
Технологии основных сфер профессиональной деятельности		
18	Технологии индустриального производства.	0.5
19	Технологии агропромышленного производства.	0.5
20	Профессиональная деятельность в легкой и пищевой промышленности.	0.5
21	Профессиональная деятельность в торговле и общественном питании.	0.5
22	Арттехнологии.	0.5
23	Универсальные перспективные технологии.	0.5
24	Профессиональная деятельность в социальной сфере.	0.5

25	Предпринимательство как сфера профессиональной деятельности.	0.5
26	Технологии управленческой деятельности.	0.5
Планирование профессиональной карьеры		
27	Понятие карьеры. Виды карьеры. Должность.	0.5
28	Современный рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах.	0.5
29	Что ожидает молодого специалиста на рынке труда? Имидж и этикет современного молодого человека.	0.5
30	Навыки самопрезентации. Правила поведения на собеседовании.	0.5
31	Резюме: структура и содержание. Составление резюме.	0.5
32	Пути получения профессии.	0.5
33	Построение личного профессионального плана.	0.5
34	Творческий проект «Моя будущая профессия» Защита проекта.	0.5