

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя  
общеобразовательная школа № 29 города Сызрани городского округа Сызрань  
Самарской области  
(ГБОУ СОШ № 29 г. Сызрани)**

Рассмотрена на  
заседании МО  
учителей  
гуманитарного цикла  
Протокол № 1  
от 29.08.2022

Проверена  
Заместителем директора  
по УВР  
\_\_\_\_\_ О.Н. Конюхова  
30.08.2022

Утверждена  
Директором ГБОУ СОШ  
№29 г. Сызрани  
\_\_\_\_\_ М.А.  
Шапошникова  
Приказ от 31.08.22 № 16

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Моя будущая профессия**

Курс «Моя будущая профессия» предназначен для учащихся 10-11 класса, на изучение курса выделяются 17 часов в каждом классе.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные:

- понимать социальную и личностную значимость правильного профессионального самоопределения;
- ориентироваться в ситуации выбора профессии;
- осознавать возможные ошибки и затруднения при выборе профессии;
- принимать правила выбора профессии;
- сформировать понятие о профессиях, специальностях, должностях; • понимать сущность и этапы выполнения профессиональных проб; • выполнять требования к выполнению и оформлению творческого проекта «Мой профессиональный выбор».

Предметные:

- знать способы классификации профессий, понятие о психофизиологических особенностях личности, связанных с выбором профессии
- ;• ориентироваться в отраслях экономики;

Метапредметные:

- уметь пользоваться источниками информации о профессиях, профессиональных учебных заведениях и рынке труда;• определять формулу профессии;
- проводить общий анализ профессиональной деятельности, анализировать требования профессий к человеку;• выявлять свои профессионально важные качества;
- соотносить свои возможности с требованиями будущей профессии;• выполнять профессиональные пробы;
- пользоваться профессиограммами и психограммами;
- выбирать способ приобретения будущей профессии;• получать профессиональную консультацию;
- заполнять карту самоконтроля своей готовности к профессиональному самоопределению;
- выполнять, оформлять и защищать творческий проект «Мой профессиональный выбор» с электронной презентацией

## Содержание курса

### *Раздел 1 «Основы профессионального и жизненного самоопределения» (3 ч)*

#### **1. Введение в курс «Моя будущая профессия» - 1 час.**

Цели и задачи курса. Содержание и специфика занятий. Структура, порядок выполнения и защиты творческого проекта «Мой профессиональный выбор». Литература по курсу.

*Практическая работа.* Составление словаря к уроку.

#### **2. Основы жизненного и профессионального самоопределения. — 1 час.**

Сущность и виды самоопределения человека. Жизненное и профессиональное самоопределение, их сущность и взаимосвязь. Смысл и цель жизни человека. Личностный и социальный аспекты выбора профессии. Определение понятий «наличное Я», «желаемое Я». Роль осознанного смысла жизни в выборе профессии.

*Практическая работа.* Выписать в тетрадь опорные понятия. Сформулировать и записать в тетрадь смысл и цель своей жизни. Проведение дидактической игры «Эпитафия».

### **3. Сущность и структура процесса профессионального самоопределения и развития — 1 час.**

Компоненты процесса профессионального самоопределения: трудолюбие, интерес к работе, потребность в профессиональном самоопределении, профессиональный интерес, склонность, профессиональный идеал, мотивы выбора профессии, профессиональное самопознание, профессиональное призвание. Показатели профессионального самоопределения: мечта о профессии, профессиональное намерение, профессиональное стремление.

Этапы профессионального самоопределения и саморазвития личности.

*Практическая работа.* Выписать в тетрадь опорные понятия. Выписать в тетрадь и осмыслить высказывание Г. К. Жукова: «Далеко в жизни уходит тот, кто идёт твёрдо к избранной цели. Найди в молодости свою профессию, определи жизненную дорогу и иди по ней упорно к намеченной уели — тогда удастся у тебя жизнь».

### **4. Значение, ситуация и правила выбора профессии — 1 час.**

Значение выбора профессии для человека и общества. Ситуация и факторы выбора профессии. Ситуация выбора профессии: «Хочу-Могу-Надо». Требования к выбору профессии. Условия оптимального (правильного) выбора профессии. Правила выбора профессии. Пути приобретения профессии.

*Практическая работа.* Записать в тетрадь опорные понятия и правила выбора профессии. Проведение диспута «Кем быть?». Выявление профессиональных интересов по методике «Карта интересов».

Раздел 2. Мир труда и профессий (6ч)

#### **1. Классификация профессий. Формула профессии — 1 час.**

Способы классификации профессии, их достоинства и недостатки. Классификационные признаки. Классификация профессии Е.А. Климова по предмету, цели, орудиям и условиям труда. Классы профессии. Отделы профессий. Группа профессии. Формула профессий и ее роль в процессе подготовки учащихся к профессиональному самоопределению.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь основных понятии. Дидактическая игра «Классификация профессии». Определение школьниками формулы своей будущей профессии.

#### **1. Профессиональная деятельность и карьера человека — 1 час.**

Профессиональная деятельность: функции, цели, задачи, средства и предметы труда, результаты. Профессиональная компетентность, профессиональное мастерство. Показатели профессионального мастерства. Профессиональная карьера, ее формы. Структура плана профессиональной карьеры.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятии. Заполнение таблицы:

<b>Позиции</b>	<b>Содержание</b>
Моя будущая профессия	
Цель деятельности	
Задачи деятельности	
Предмет труда	
Средства труда	
Результаты труда	
Требуемый уровень образования	
Возможности профессионального роста (разряд, класс, категория, звание)	
Возможная заработная плата	

### ***Раздел 3. Человек и профессия (6 ч)***

#### **1. Интересы и склонности. Мотивы выбора профессии -1 час.**

Сущность понятий «интересы» и «склонности». Отличие интереса от склонности. Профессиональные интересы и склонности, их роль в процессе профессионального самоопределения. Способы формирования профессиональных интересов. Мотивы выбора профессии. Группы мотивов выбора профессии: социальные, моральные, эстетические, познавательные, творческие, материальные, престижные.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Определение склонностей школьников к сфере профессиональной деятельности (методика ОПГ) и мотивов выбора будущей профессии (анкета мотивов выбора профессии).

#### **1. Ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении - 1 час.**

Ценностная ориентация, как избирательное отношение человека к материальным и духовным ценностям, система его убеждений, установок и предпочтений. Система ценностных ориентации, виды ценностей.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Определение ценностей школьников с помощью методики «к чему стремятся люди в жизни».

### **1. Особенности психических процессов и выбор профессии -1 час.**

Сущность и виды познавательных процессов, их структура. Ощущение, восприятие, представление. Виды представлений. Внимание, свойства внимания. Память, ее виды. Мышление. Воображение. Эмоции, чувства, воля: сущность и функции. Виды эмоциональных состояний. Роль познавательных процессов, эмоций, чувств и воли в профессиональном самоопределении и профессиональной деятельности человека.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Определение особенностей познавательных психических процессов и эмоционально-волевой сферы школьников по различным методикам.

### **1. Темперамент и выбор профессии —1 час.**

Сущность и типы темперамента, их психологическая характеристика, особенности проявления в учебной и профессиональной деятельности человека

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Определение типа темперамента школьников по методике Айзенка.

### **1. Характер и выбор профессии - 2 час.**

Определение понятия «характер». Черты и типы характера. Положительные и отрицательные черты характера в отношении человека к себе, другим людям, различным видам деятельности, общественной и личной собственности. Характер и выбор профессии. Общие требования типов профессии к характеру человека.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Определение особенностей характера по методике «Мой характер».

## ***Раздел 4. Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении (6ч)***

### **1. Анализ профессиональной деятельности — 1 час.**

Источники информации о профессиях. Сущность, назначение и структура профессиограммы. Психограмма как составная часть профессиограммы. Роль профессиограмм и психограмм в подготовке учащихся к профессиональному самоопределению.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Ознакомление с профессиограммами. Разработка профессиограммы предполагаемой профессии.

### **1. Профессиональное саморазвитие и самовоспитание – 1 час.**

Человеческие ресурсы. Виды возможностей человека: интеллектуальные, физические, специальные. Профессиональное саморазвитие: сущность, способы и приемы саморазвития человеком своих профессионально важных качеств. Профессиональное самовоспитание. Методы профессионального самовоспитания: самоубеждение, самовнушение, самоприказ, самообразование, самоконтроль, самооценка.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Составление школьниками плана подготовки к приобретению профессии.

### 1. Готовность к профессиональному самоопределению – 1 час.

Готовность к профессиональному самоопределению. Показатель готовности к профессиональному самоопределению, ее уровни. Принятие решения о профессиональном выборе.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Заполнение карты готовности к профессиональному самоопределению.

### 1. Творческий проект «Мой профессиональный выбор»: разработка и оформление – 2 час.

Цели и задачи творческих проектов «Мой профессиональный выбор». Компоненты проекта «Мой профессиональный 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 профессиональный выбор», выполненными учениками предыдущих классов. Выполнение и оформление проекта.

### 1. Защита творческих проектов «Мой профессиональный выбор» – 1 час.

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.

## Календарно-тематическое планирование 10-11 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Учебно-практическое лабораторное оборудование и технические средства обучения	Дата проведения	
				план	факт
<b>Раздел 1 «Основы профессионального и жизненного самоопределения» (3ч)</b>					
1	Введение в курс	1	Компьютер, мультимедиа проектор, демонстрационный экран, презентация		
2	Основы жизненного и профессионального самоопределения. Смысл и цель жизни человека	1			
5	Типичные ошибки при выборе профессии	1			
<b>Раздел 2. Мир труда и профессий (2ч)</b>					
8	Классификация профессий. Формула профессии	1			
9	Профессиональная деятельность и карьера человека	1			
<b>Раздел 3. Человек и профессия (6 ч)</b>					
13	Интересы и склонности. Мотивы выбора профессии	1			

14	Ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении	1		
15	Особенности психических процессов и выбор профессии	1		
16-17	Темперамент и выбор профессии	1		
18-19	Характер и выбор профессии	2		
<b>Раздел 4. Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении (6 ч)</b>				
24	Анализ профессиональной деятельности	1	Компьютер, мультимедиа проектор, демонстрационный экран, презентация	
29	Профессиональное саморазвитие и самовоспитание	1		
30	Готовность к профессиональному самоопределению.	1		
31-33	Творческий проект «Мой профессиональный выбор»: разработка и оформление	2		
34	Защита творческих проектов «Мой профессиональный выбор»	1		