 *Приложение 2.1.*

*Основной общеобразовательной программы –образовательной программы среднего общего образования МАОУ гимназии №18,*

*утвержденной приказом МАОУ гимназии № 18*

*от 11.01.2021. № 17*

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности**

**«Профессиональное и личностное самоопределение»**

**(10 класс)**

**Цель программы**: формирование у учащихся готовности к осознанному социальному и профессиональному самоопределению.

**Задачи:**

* помочь учащимся раскрыть психологические особенности своей личности;
* подготовить школьников к осознанному выбору профиля обучения в старшей школе и в перспективе – будущей профессии;
* расширить знания учащихся о мире профессий;
* обучить учащихся выявлению соответствия требований выбранной профессии их способностям и возможностям;
* сформировать у школьников качества творческой, активной и легко адаптирующейся личности, способной реализовать себя в будущей профессии в современных социально-экономических условиях.

**Планируемые результаты освоения курса**

**Предметные результаты:**

– усвоение первоначальных сведений о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений, характерных для природной и социальной действительности (в пределах изученного);

–сформированность целостного, социально-ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;

– владение базовым понятийным аппаратом, необходимым для получения дальнейшего образования в области естественно-научных и социально-гуманитарных дисциплин;

– владение навыками устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире природы и социума;

– овладение основами экологической грамотности, элементарными правилами нравственного поведения в мире природы и людей, нормами здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде.

**Метапредметные результаты:**

 Регулятивные УУД

      — высказывать своё предположение (версию),  работать по плану. Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

     — давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке. Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД

     — перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

     — преобразовывать информацию из одной формы в другую.

Коммуникативные УУД

     — доносить  свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи.

**Личностные результаты:**

 — непрерывное духовно-нравственное развитие, реализация творческого потенциала в социально ориентированной, общественно-полезной деятельности на основе традиционных нравственных установок и моральных норм, непрерывного образования, самовоспитания;

— воспитание уважительного отношение к труду, интерес к профессиям, желание овладеть какой-либо профессиональной деятельностью;

— формирование поведенческих навыков трудовой деятельности, ответственность, дисциплинированность, самостоятельность в труде.

**Содержание курса 10 класс**

***Раздел 1 «Основы профессионального и жизненного самоопределения» (5 ч)***

* + 1. **Введение в курс «Профессиональное самоопределение» - 1 час.**

Цели и задачи курса. Содержание и специфика занятий. Структура, порядок выполнения и защиты творческого проекта «Мой 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.

**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 тетерадь 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».

1. **Типичные ошибки при выборе профессии — 1 час.**

Типичные ошибки при выборе профессии. Незнание мира профессий. Незнание правил выбора профессий. Незнание себя.

*Практическая работа.* Решение ситуаций выбора профессий. Заполнить таблицу:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Незнание мира профессий** | **Незнание себя** | **Незнание правил выбора профессии** |
| 1. Устаревшие представления о характере труда и условиях труда в конкретных профессий. | 1. Необъективная оценка своих возможностей | 1. Отождествление учебного предмета с профессией |
| 2. Предубеждения в отношении престижности профессии | 2. Неумение соотнести свои способности с требованиями профессии | 2. Перенос отношения к человеку на профессию |
|  |  | 3. Выбор профессии «за компанию» |
|  |  | 4. Неумение определить пути приобретения профессии |

***Раздел 2. Мир труда и профессий (5 ч)***

**1.Профессия и специальность: происхождение и сущность — 1 час.**

Происхождение труда. Разделение труда. Мануфактура. Постиндустриальное общество. Современные формы разделения труда: международное, отраслевое, технологическое, функциональное, профессиональное, специальное. Сущность понятий «профессия», «специальность», «квалификация», «должность». Основные характеристики профессий.

Практическая работа. Запись в тетрадь основных опорных понятий. Проведение дидактической игры «Профессия, должность, специальность» и викторины «Кто больше знает профессий». Упражнение «Цепочка профессий».

**2. Многообразия мира труда — 1 час.**

Сущность и виды труда. Процесс 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.

*Практическая работа*. Записать основные понятия. Заполнить таблицу:

|  |  |
| --- | --- |
| Позиции | Содержание |
| Моя будущая профессия |  |
| Сфера экономики |  |
| Отрасль экономики |  |
| Сектор экономики |  |

**3.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. Атлас новых профессий.

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

**4.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:

|  |  |
| --- | --- |
| Позиции | Содержание |
| 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 |  |

**5.Рынок труда и его требования к профессионалу — 1 час.**

Сущность рынка труда и принципа его формирования. Безработица и причины ее появления. Статус безработного. Требования к современному профессионалу. Профессии в XXI веке. Рынок труда Свердловской области и Российской Федерации.

*Практическая работа.* Записать в тетрадь опорные понятия. Изложить в тетради сведения о личных и профессиональных качествах, профессионального идеала, которого можно считать образцом для подражания в будущей профессиональной деятельности.

***Раздел 3. Человек и профессия (13 ч)***

* 1. **Профессионально важные качества личности - 2 час.**

Сущность и структура профессионально важных качеств человека. Направленность личности, показатели профессиональной направленности. Ориентация на группу родственных профессий. Профессиональное призвание. Знания, умения, навыки. Типологические особенности человека. Общение, особенные и специфические профессионально важные качества личности.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Заполнить таблицу:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Профессиональные качества, необходимые для овладения выбранной мною профессией | | |
| общение | особенные | специфические |
|  |  |  |

**2.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).

**3.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».

**4.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 понятии. Определение особенностей познавательных психических процессов и эмоционально-волевой сферы школьников по различным методикам.

**5.Темперамент и выбор профессии — 2 час.**

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

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

**6. 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 понятии. Определение особенностей характера по методике «Мой характер».

**7. Роль способностей в профессиональной деятельности — 1 час.**

Сущность понятия «способности», общие и специальные способности. Уровни развития способностей: неспособность, способность, талант, гениальность. Основные свойства специальных способностей. Задатки как предпосылка формирования и развитие способностей. Способности и выбор профессии. Типы профессии и специальные способности.

*Практическая работа*. Запись в тетради опорных понятии. Выявление склонностей и способностей учащихся при помощи методике «КОС» и «Определение склонностей».

**8.Тип личности и выбор профессии — 1 час.**

Понятие типизации. Социально-профессиональные типы людей: реалистические (практические), интеллектуальные, артистические, социальные, предприимчивые (предпринимательские), конвенциональный (упорядочивающий); предпочитаемые сферы деятельности. Взаимоотношения типов людей: схожие и противоположные типы. Тип личности и профессиональная деятельность.

*Практическая работа*. Запись в тетради опорных понятии. Выявления типов личности по методике Дж. Холланда.

**9. Здоровье и выбор профессии — 1 час.**

Понятие здоровья. Учет состояния здоровья при выборе профессии. Группы профессии по степени их выявления на здоровье человека. Дееспособность, трудоспособность, работоспособность. Медицинские показная и противопоказания. Ограничения профессиональной пригодности при различных заболеваниях. Укрепление здоровья в состоянии с требованиями профессии. Работоспособность. Роль режима дня и активного отдыха в сохранении и укреплении здоровья.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Выявление школьниками особенностей своего здоровья по методике «Карта здоровья».

**10.Профессиональная пригодность и самооценка — 1 час.**

Сущность и степени профессиональной пригодности. Признаки профессиональной пригодности, профессионального соответствия, профессионального призвания. «Образ — Я», как система представлений о себе. Структура «Образа — Я»: знание о себе, оценка себя, умение управлять собой. Реальное «Я», идеальное «Я», «Я» - глазами других людей. «Я — концепция», как динамическая система представлений человека о самом себе. Самооценка как компонент «Я — концепций». Сущность и уровни самооценки. Характеристики заниженной, завышенной и адекватной самооценки.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Выявление по различным методикам профессиональной пригодности школьников к предполагаемым видам деятельности. Выявление уровня самооценки школьников при помощи методики «Уровень самооценки».

***Раздел 4. Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении (11 ч)***

* + 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.

**2.Профессиональные пробы и творческие проекты — 1 час.**

Сущность и функции профессиональной пробы в профессиональном самоопределении. Содержание профпроб по типам профессий. Этапы выполнения и уровни сложности профпроб. Аспекты профпроб: технологический, ситуативный, функциональный. Индивидуальные и групповые профпробы. Анализ и оценка выполненных профпроб.

Сущность и классификация творческих проектов. Требования к творческим проектам. Этапы выполнения творческих проектов.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Дидактическая игра «Человек — профессия». Игровые упражнения «Кто есть кто», «Спящий город».

**3.Профильное обучение предпрофильная подготовка – 1 час.**

Цели, задачи и содержания профильного обучения старшеклассников. Структурное содержание профильного обучения: базовые предметы, профильные предметы, курсы по выбору. Профили обучения. Цели и задачи предпрофильной подготовки выпускников основной школы. Компоненты предпрофильного обучения: краткосрочные курсы по выбору, профессиональная информация, профессиональная консультация и диагностика.

*Практическая работа.* Запись в тетради опорных понятий.

**4.Пути получения профессионального образования – 1 час.**

Профессиональное образование. Государственный стандарт профессионального обучения. Уровни профессионального образования: начальное, среднее, высшее, послевузовское. Профессиональные образовательные учреждения. Система профессиональной подготовки кадров: ученичество, профессиональные пробы, курсовая форма подготовки кадров, техникум, академия, университет, аспирантура, магистратура, ординатура и интернатура, институты повышения квалификации. Источники информации о профессиональных учебных заведениях.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий, видов учреждений начального, среднего и высшего профессионального образования, ознакомления с учебными заведениями Свердловской области и Российской Федерации.

**5.Профессиональная консультация – 1 час.**

Сущность, цель, задачи профессиональной консультации. Виды и задачи профессиональной консультации. Формы проведения профессиональных консультаций. Подготовка учащихся к профессиональной консультации.

*Практическая работа.* Запись в тетрадь опорных понятий. Составления перечня вопросов к профконсультантам. Дидактическая игра «Профессиональное консультирование».

**6.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.

**7.Готовность к профессиональному самоопределению – 1 час.**

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

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

**8.Творческий проект «Мой выбор»: разработка и оформление –3 час.**

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.

**9.Защита творческих проектов «Мой 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.

*Практическая работа.* Представление и защита проектов.

**Тематическое планирование 10 кл.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п\п | Тема раздела | Кол-во часов |
| 1 | ***Раздел 1. «Основы профессионального и жизненного самоопределения»*** | 5 ч |
| 2 | ***Раздел 2. Мир труда и профессий (5 ч)*** | 5ч |
| 3 | ***Раздел 3. Человек и профессия (13 ч)*** | 13ч |
| 4 | ***Раздел 4. Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении (11 ч)*** | 11ч |
|  |  | **34 часа** |

**Календарно-тематическое планирование 10 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема урока | Кол-во часов | Дата проведения | |
| план | факт |
| 1 | Введение в курс | 1 |  |  |
| 2 | Основы жизненного и профессионального самоопределения. Смысл и цель жизни человека | 1 |  |  |
| 3 | Сущность и структура процесса профессионального самоопределения и развития | 1 |  |  |
| 4 | Значение, ситуация и правила выбора профессии | 1 |  |  |
| 5 | Типичные ошибки при выборе профессии | 1 |  |  |
| 6 | Профессия и специальность: происхождение и сущность | 1 |  |  |
| 7 | Многообразия мира труда | 1 |  |  |
| 8 | Классификация профессий. Формула профессии | 1 |  |  |
| 9 | Профессиональная деятельность и карьера человека | 1 |  |  |
| 10 | Рынок труда и его требования к профессионалу | 1 |  |  |
| 11-12 | Профессионально важные качества личности | 2 |  |  |
| 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 | 2 |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 18-19 | Характер и выбор профессии | 2 |  |  |
| 20 | Роль способностей в профессиональной деятельности | 1 |  |  |
| 21 | Тип личности и выбор профессии | 1 |  |  |
| 22 | Здоровье и выбор профессии | 1 |  |  |
| 23 | Профессиональная пригодность и самооценка | 1 |  |  |
| 24 | Анализ профессиональной деятельности | 1 |  |  |
| 25 | Профессиональные пробы и творческие проекты | 1 |  |  |
| 26 | Профильное обучение предпрофильная подготовка | 1 |  |  |
| 27 | Пути получения профессионального образования | 1 |  |  |
| 28 | Профессиональная консультация | 1 |  |  |
| 29 | Профессиональное саморазвитие и самовоспитание | 1 |  |  |
| 30 | Готовность к профессиональному самоопределению. | 1 |  |  |
| 31  -  33 | Творческий проект «Мой выбор»: разработка и оформление | 3 |  |  |
| 34 | Защита творческих проектов «Мой выбор» | 1 |  |  |