

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 9 г. Нижнеудинск»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
по внеурочной деятельности  
«Профессиональная карьера» для 10 класса**

Автор программы:  
Кузьмина Т.Н., педагог-психолог

**2021 год**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Проблема выбора профессии стара как мир. С изменением экономической, политической, социально- культурной ситуации в стране необходимо и новое понимание его содержания.

Неопределенность ценностных представлений о самой профессии смещает ориентиры на выбор образа жизни с помощью профессии. Профессия уже выступает как средство для достижения желаемого образа жизни. Все это приводит к трудностям в помощи педагогов, психологов, родителей, пытающихся оказать помощь старшеклассникам, которые находятся в состоянии неопределенности, либо сделать сомнительный и примитивный профессиональный выбор, попадая под влияние средств массовой информации и общественных стереотипов. При этом подростки считают, что располагают достаточным количеством информации о той или иной профессии для выбора профиля дальнейшего обучения.

### **Общая характеристика внеурочного курса**

Предложенный внеурочный курс «Профессиональная карьера» может быть полезен каждому при выборе профессии. Выбор профессии определяет жизненный путь на долгое время, учитывая личные склонности к тому или иному виду деятельности. Для этого в курс включены деловые игры, тестирования.

Чем раньше учащиеся смогут поставить перед собой конкретную цель, тем короче будет путь ее достижения. Чем больше они сообразуют свой выбор с ситуацией на городском рынке труда, тем успешнее будет дальнейший жизненный путь.

Очень важно для учащихся правильно спланировать свое профессиональное будущее, выбрать профессию, которая станет любимым делом.

Изучая этот курс, учащиеся познакомятся:

- 1.С анализом положения в ведущих отраслях хозяйства.
- 2.С работой самых успешных фирм города.
- 3.С примерами кадровой политики конкретных организаций Омска.
- 4.Познакомят учащихся и с системой высшего, начального и среднего профессионального образования.

Изучив курс, учащиеся смогут найти ответы на вопросы:

- 1.Где применить себя?
- 2.Что такое совместное предприятие?
- 3.Как правильно выбрать будущую профессию?
- 4.Какие права и обязанности есть у выпускников школ?
- 5.Какие специалисты особенно нужны на современном рынке труда?
- 6.Как правильно искать работу и от чего зависит возможность трудоустройства?

Разрабатывая планы профессионального будущего, следует учесть профессиональные интересы и предпочтения, способности к тому или иному виду деятельности, востребованность профессии на рынке труда. Это помогает им соотнести свои индивидуальные особенности с требованиями, которые предъявляет интересующая их профессия, в непосредственной профессиональной деятельности. Только тогда, когда все это будет принято во внимание, можно рассчитывать на удачу.

Программа имеет модульную структуру. Каждый из трех модулей заканчивается практикой работой учащихся. Это дает возможность индивидуализировать процесс изучения материалов.

### **Цели курса:**

- ✓ Актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся за счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессионального труда, их соотнесения в процессе профессиональных проб;
- ✓ Развить у учащихся способности к профессиональной адаптации в современных социально-экономических условиях.

### Задачи курса:

- ✓ Повысить уровень психологической компетенции учащихся за счет вооружения их соответствующими знаниями и умениями, расширения границ самовоспитания, пробуждения потребности в самосовершенствовании;
- ✓ Сформировать положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;
- ✓ Ознакомить со спецификой профессиональной деятельности и новыми формами организации труда в условиях рыночных отношений и конкуренции кадров;
- ✓ Обеспечить возможность соотносить свои склонности и способности с требованиями профессиональной деятельности с помощью включения их в систему специально организованных профессиональных проб.

### Место внеурочного курса

Внеурочный курс «Твоя профессиональная карьера» состоит из двух частей — теоретической и практической. Общее количество часов: 34 часа.

### Межпредметные связи

В процессе преподавания курса могут использоваться разнообразные формы организации занятий и **методы обучения**: комбинированный урок, конференция, «круглый стол», пресс- конференция, индивидуальные и групповые беседы.

Изучение курса предполагает активное участие школьников в подготовке и проведения занятий, насыщение уроков и домашних заданий различными упражнениями для самостоятельной работы, раздаточным дидактическим материалом.

### Содержание внеурочного курса

№	Тема урока	Кол-во часов
1-3	Профессия и человек. Что такое профессия?	3
4	Место диагностики в образовательном процессе.	1
5-8	Профессия и время.	4
9	Потребность и причины смены профессии.	1
10-14	Какие бывают профессии?	5
15	Проблема готовности к профессии.	1
16	Как классифицировали профессии за рубежом?	1
17-20	Наиболее распространенная отечественная классификация профессий.	4
21	Житейские способы классификации профессий.	1
22-23	Где и как можно приобрести профессию?	2
24-25	Сформированность профориентационно значимой компетенции.	2
26-28	Профессиональный успех и здоровье.	3
29-30	Познай себя. Ваши интересы и склонности.	2
31	Выявление своей личности.	1
32-33	Тестирование.	2
34	Что помогает нам познать мир?	1

### Планируемые результаты изучения учебного предмета

#### Учащиеся должны знать:

- значение профессионального самоопределения,
- требования к составлению личного профессионального плана;
- правила выбора профессии;

- понятие о профессиях и профессиональной деятельности;
- понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;
- понятие о темпераменте, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения;
- значение творческого потенциала человека, карьеры;
- источники получения дополнительной информации об интересующих их профессиях и способах получения желаемого профессионального образования;
- образовательные учреждения, которые дают желаемый уровень профессионального образования и требования к абитуриентам;
- варианты более полного выявления и развития задатков, способностей к определенным видам профессиональной деятельности.

Учащиеся должны иметь представления: о смысле и значении труда в жизни человека и общества; о современных формах и методах организации труда; о сущности хозяйственного механизма в условиях рыночных отношений; о предпринимательстве; о рынке труда.

**Учащиеся должны уметь:**

- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
- составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его;
- использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
- анализировать профессиональные программы, информацию по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка;
- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.
- обосновывать важность выбора профессии в жизни человека;
- приводить пример, указывать отличия в характере, процессе и условиях труда различных типов профессий;
- выявлять тип своей будущей профессии;
- определять свои профессиональные предпочтения;
- определять цели своей собственной карьеры;
- выявлять собственные интересы и склонности в профессиональной сфере деятельности;
- делать вывод о необходимости соотносить свои желания (хочу) со своими способностями и возможностями (могу) и требованиями рынка (надо);
- анализировать результаты получения специальных знаний в рамках профессионального образования, выявляя степень соответствия имеющихся задатков и способностей требованиям конкретных профессий;
- обоснованно анализировать потребности рынка труда города и области;
- обоснованно выбирать соответствующие желаниям и возможностям обучающегося, его семьи тип профессионального образования, место и форму его получения;
- организовывать качественную подготовку к поступлению в конкретное учебное заведение.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ВНЕУРОЧНОГО КУРСА**

№	Тема урока	Основные виды учебной деятельности	Планируемые предметные результаты освоения материала

«Океан профессий»(23 ч.)			
1-3	Профессия и человек. Что такое профессия?	Общее понятие о профессии, специальности, должности. Личный профессиональный план.	Знать: - роль профессионального самоопределения в жизни человека; - основные разделы программы курса; - понятие личного профессионального плана; - основные структуры личного профессионального плана; Уметь: - обосновывать важность выбора профессии в жизни человека; - называть основные проблемы, возникающие при выборе профессии; - составлять личный профессиональный план
4	Место диагностики в образовательном процессе.	Практическая работа: составление индивидуальной программы самовоспитания Информация об уровнях и видах учебных заведений. Работа с опросником ЛПП. Профориентационная игра «Эпитафия» и «Звездный час», позволяющая соотнести свое представление о счастье с определенной профессиональной деятельностью. Осознание основных личностных смыслов. Анализ индивидуального анкетированная. Профессиональные программы.	
5-8	Профессия и время.	Значение выбора профессии для человека и общества. Ситуация и факторы выбора профессии. Ситуация выбора профессии профессиональная пригодность; проектирование профессионального жизненного пути; определять соответствие выбранной профессии своим способностям, личностным особенностям и запросам рынка труда;	
9	Потребность и причины смены профессии.	Отношение к деятельности, к людям, к самому себе. Занятость населения, безработица. Построение личного профессионального маршрута.	
10-14	Какие бывают профессии?	"Хочу" - склонности, интерес. "Могу" - возможности человека. "Надо" – потребности рынка труда. Понятие о профессии, специальности и должности. профессиональная пригодность; проектирование профессионального жизненного пути;	
15	Проблема готовности к профессии.	Творческое отношение к собственной жизни. Целеустремлённость в преодолении жизненных трудностей при устройстве своей профессиональной судьбы. Уточнение образа наиболее привлекательной профессии. Работа с дифференциально-диагностическим опросником. Составление схемы «Оптимальный выбор профессии», обзор типичных ошибок, совершаемых при выборе профессии.	

16	Как классифицировали профессии за рубежом?	Система профессионального технического, среднего-спец. и высшего образования в Карелии и Северо-западном регионе России. Осознание необходимости учитывать личностные особенности и требования к профессии.	
17-20	Наиболее распространенная отечественная классификация профессий.	Характеристика профессий типа «человек-человек», «человек-техника» "человек-знак", «человек-природа», «человек-художественный образ» Рынок, его функции, структура. Конкуренция, формирование рыночной инфраструктуры. Кадровое планирование. Банки данных о рабочей силе (спрос и предложение). Занятость населения, безработица. Построение личного профессионального маршрута.	
21	Житейские способы классификации профессий.	Характеристика профессий типа «человек-человек», «человек-техника» "человек-знак", «человек-природа», «человек-художественный образ» · ориентироваться в типах и подтипах профессий; · составлять личный профессиональный план; · проектировать свою профессиональную Карьеру.	
22-23	Где и как можно приобрести профессию?	Профессиональное образование. Государственный стандарт профессионального образования. уровни профессионального образования: начальное, среднее, высшее, послевузовское. Профессиональное образовательное учреждение. Система профессиональной подготовки кадров: ученичество, профессиональные пробы, курсовая форма подготовки кадров, училища, техникумы, лицеи, ССУЗы, институт, академия, университет, аспирантура, докторантура, ординатура и интернатура, институты повышения квалификации. Источники информации о профессиональных учебных заведениях. Обзор типичных ошибок, совершаемых при выборе профессии. Что должен знать абитуриент. Рейтинг профессий. Осознанный выбор.	
24-25	Сформированность профориентационно значимой компетенции.	Профориентационно-значимые компетентности выражаются в проектировании образовательно-профессионального выбора и базируются на	

		совокупности объективных знаний обучающихся о своих интересах и склонностях, способностях, индивидуальных особенностях, личностных свойствах и качествах, о многообразии мира профессий, о предметной стороне профессиональной деятельности, что обеспечивает самореализацию личности.	
26-28	Профессиональный успех и здоровье.	Успешность профессиональной карьеры связана со здоровьем человека самым тесным образом, причем влияние карьеры на здоровье и здоровья на карьеру обоюдно. С одной стороны, отсутствие нарушений в состоянии здоровья не ограничивает профессиональную пригодность, исключает «медицинские» препятствия на пути профессионального совершенствования и социального успеха.	
29-30	Познай себя. Ваши интересы и склонности.	Тесты на интересы и склонности.	
31	Выявление своей личности.	Тесты для выявления типа личности.	
32-33	Тестирование.		
34	Что помогает нам познать мир?	Воображение помогает создавать что-то новое: нарисовать картину, придумать прибор, построить дом. Все ступени познания связаны между собой и работают вместе. Благодаря им человек познаёт мир, трудится и творит.	

### Методическая литература:

#### Учебники:

1.Твоя профессиональная карьера: Учеб.для 10-11 кл./ Под ред. С.Н.Чистяковой -М.: Просвещение.2010г.

#### Методическая литература

Бендюков И.М./Твоя профессиональная карьера. - М.2000.

Бондарев В./Выбор профессии. - М.-1989.

Воробьев А.М./Тренинг интеллекта - М.-1989.

Выбираем профессию: 100 вопросов и 100 ответов М.-1990.

Климов Е.А./Введение в психологию труда М.-1988.

Климов Е.А./Как выбирать профессию?М.-1990.

Коломенский Я.Л./Беседы о тайнах психики. Минск.-1990.

Коломенский Я.Л./Человек психология М.-1986.

Методика преподавания курса «Твоя профессиональная карьера»: Кн. для учителя /С.Н.Чистяковой, И.А.Умовская, Т.И.Шалавиной, А.И.Цуканов; Под ред. С.Н.Чистяковой, Т.И.Шалавиной.- 2-е изд.-М: Просвещение, 1996.-189 с..

Оценка качества подготовки выпускников основной школы по технологии/Мин, образования РФ. -М.: Дрофа.-2000.

Павлютенко Е.М./Кем быть?.Киев.-1989. 16.Переход к рынку: концепция и программа. - М.-1990

Прошицкая Е.Н./Выбирайте профессию. - М.-1990.

Технология 5-11 классы/программно-методические материалы. - М.:Дрофа. 2000

Чистякова С.Н., Захаров Н.Н./Профессиональная ориентация школьников: организация и управление. - М.-1987.

#### **Дополнительная литература**

Дидактический материал к курсу «Твоя профессиональная карьера»: Кн, для учителей /С.Н.Чистякова, И.А.Умовская. -2-е изд.-М.: Просвещение. 1996

Методические материалы образовательной программы «Профессиональная ориентация молодежи на рынке труда», блок 3 М.Бендюков, И.Соломин – С.Петербург

Лучшие психологические тесты/ Пер. с англ. Е.А.Дружининой. – Харьков

Дейл Карнеги. Как завоевать друзей и оказывать влияние на людей. Как выработать уверенность в себе и влиять на людей, выступая публично. Как перестать беспокоиться и начать жить. – Минск.: изд-во.