

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа №1 имени Героя Советского Союза  
Зои Космодемьянской городского округа Чапаевск Самарской области

**Рассмотрена** на заседании МО  
Зам. директора по УВР  
\_\_\_\_\_ Никитина А.Н..  
Протокол № от 28.08.2023 г.

**Проверена**  
Зам. директора по ВР  
\_\_\_\_\_ Третьяков А.А.  
30.08.2023 г.

**Утверждена**  
Директор школы  
\_\_\_\_\_ Южакова Е.А.  
от 30.08.2023 г.



Южакова Екатерина  
Анатольевна  
О=ГБОУ СОШ № 1  
г.о. Чапаевск,  
CN=Южакова  
Екатерина  
Анатольевна,  
E=so\_school1\_chp@s  
amara.edu.ru  
мною рассмотрен  
этот документ  
69a86999c636b8036b  
0fdc0a9768790470d4  
cb52  
2023.10.09 21:30:  
38+04'00'

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по курсу внеурочной деятельности  
«Профессиональное самоопределение»

Класс: 9

**Чапаевск, 2023**

## Пояснительная записка

Переход на массовое профильное обучение в настоящее время обусловлен рядом причин, одной из которых является необходимость формирования у старшеклассников готовности к осознанному выбору будущей профессиональной деятельности.

Курс «Профессиональное самоопределение» позволяет учащимся изучить свои возможности и потребности и соотнести их с требованиями, которые предъявляет интересующая их профессия, сделать обоснованный выбор профиля в средней школе, подготовиться к будущей трудовой профессиональной деятельности и в дальнейшем успешно выстроить профессиональную карьеру, адаптируясь к социальным условиям и требованиям рынка труда. Основной целью данного курса является формирование у учащихся готовности к осознанному социальному и профессиональному самоопределению. Цель осуществляется посредством выполнения следующих задач:

- 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, ознакомив их с классификацией, типами и подтипами профессий, возможностями подготовки к ним, дать представление о профпригодности и компенсации способностей;
- 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;
- обучить планированию профессиональной карьеры.

В результате выполнения данной программы **учащиеся должны знать** сущность и содержание следующих понятий:

- психологические особенности личности;
- самоопределение;
- профессиональные интересы и склонности, способности;
- классификация, типы и подтипы профессий;
- профессиограмма;
- профессиональная пригодность;
- проектирование профессионального жизненного пути;
- карьера, виды карьеры;
- личный профессиональный план;
- общение;

- самооценка;
- профпригодность;
- компенсация способностей;
- рынок труда.

На основе полученных знаний **учащиеся должны уметь:**

- раскрывать психологические особенности своей личности;
- выявлять свои способности и профессиональные интересы;
- определять соответствие выбранной профессии своим способностям, личностным особенностям и запросам рынка труда;
- работать с профессиограммами;
- ориентироваться в типах и подтипах профессий;
- составлять личный профессиональный план;
- проектировать свою профессиональную карьеру.

Проведение занятий по программе курса предполагает использование широкого спектра методических средств, таких, как:

- междисциплинарная интеграция, содействующая становлению целостного мировоззрения;
- интерактивность (работа в малых группах, ролевые игры, тренинг);
- обучение через опыт и сотрудничество.

Данные методы и приёмы позволяют наиболее эффективно решать поставленные задачи курса. Для реализации содержания обучения по данной программе основные теоретические положения сопровождаются выполнением практических работ, которые помогают учащимся применять изученные понятия на практике, в конкретных жизненных ситуациях. На многих занятиях предусматривается практическая деятельность, включающая в себя работу с диагностическими методиками, участие в профориентационных и ролевых играх, выполнение упражнений. Предполагается также использование таких активных методов обучения, как эвристическая беседа, эвристический семинар, проблемное изложение учебного материала.

В процессе обучения используется различный дидактический материал: презентации по темам курса, схемы, видеоматериалы. При оценке результатов обучения по данной программе целесообразно использовать зачетную систему оценивания в объеме курса.

Зачетное оценивание предполагает выполнение учащимися в конце каждого раздела курса итоговых заданий, которые предпочтительно оформлять в папку «портфолио» с целью отслеживания индивидуальных результатов работы. Курс заканчивается выполнением итоговой творческой работы (мини-проекта, реферата, творческого исследования по одной из тем программы) и выставлением зачетных оценок.

Материал программы распределен во времени с учетом его достаточности для качественного изучения основных положений и получения запланированных результатов.

**Тематическое планирование курса «Профессиональное самоопределение»**

<b>n/n</b>	<b>Наименование тем</b>	<b>Количество часов</b>
<b>I</b>	<b>Введение. Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана</b>	<b>0.5</b>
<b>II</b>	<b>Познавательные процессы и способности личности</b>	<b>1.5</b>
2.1	Память. Внимание.	0.5
2.2	Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение.	0.5
2.3	Мышление. Типы интеллекта. Способности.	0.5
<b>III</b>	<b>Психология личности</b>	<b>1.5</b>
3.1	Типы нервной системы. Типы темперамента. Характер. Самооценка.	0.5
3.2	Самоопределение. Мотивационная сфера личности. Потребности и их виды.	0.5
3.3	Общение. Конфликт..	0.5
<b>IV</b>	<b>Мир профессий</b>	<b>2.5</b>
4.1	Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации.	0.5
4.2	Характеристика труда: характер, процесс и условия труда.	0.5
4.3	Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы.	0.5
4.4	Типы профессий. Матрица выбора профессий.	0.5
4.5	Характеристика профессий.	0.5
<b>V</b>	<b>Профессиональное самоопределение</b>	<b>2.5</b>
5.1	Профессиональное самоопределение.	0.5
5.2	Склонности и интересы в профессиональном выборе (хочу).	0.5
5.3	Возможности личности в профессиональной деятельности (могу). Специальные способности. Профпригодность. Понятие компенсации способностей.	0.5
5.4	Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах (надо).	0.5

<b>n/n</b>	<b>Наименование тем</b>	<b>Количество часов</b>
5.5	Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии.	0.5
<b>VI</b>	<b>Подготовка к будущей карьере</b>	<b>0.5</b>
6.1	Понятие карьеры. Виды карьеры. Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должности. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования	0.5
<b>VII</b>	<b>Информационная подготовка</b>	<b>7.5</b>
7.1	Первичная диагностика образовательного запроса.	0.5
7.2	Особенности получения среднего (полного) общего образования.	0.5
7.3	Система образования в Российской Федерации.	0.5
7.4	Особенности получения образования.	0.5
7.5	Возможности получения профессии	0.5
7.6	Пути получения профессии.	0.5
7.7	Государственная регламентация деятельности ОУ	0.5
7.8	Знакомство с учреждениями возможного продолжения образования.	0.5
7.9	ОУ начального профессионального образования.	0.5
7.10	ОУ среднего профессионального образования.	0.5
7.11	ОУ высшего профессионального образования.	0.5
7.12	Послевузовское профессиональное образование.	0.5
7.13	Заключительная диагностика образовательного запроса.	0.5
7.14	Вариант продолжения образования. Профессиональный план.	0.5
7.15	Мини-проект о профессиональном самоопределении.	0.5
	<b>РЕЗЕРВ:</b>	<b>0.5</b>
	<b>ИТОГО:</b>	<b>17</b>

## Содержание курса «Профессиональное самоопределение»

### I. Введение

Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана.

*Учащиеся должны знать:*

- определение понятия «личный профессиональный план»;
- роль профессионального самоопределения в жизни человека.

*Учащиеся должны уметь:*

- обосновывать важность выбора профессии в жизни человека;
- называть основные элементы структуры личного профессионального плана;
- называть основные проблемы, возникающие при выборе профессии;
- перечислять основные разделы программы курса;
- составлять личный профессиональный план.

*Учащиеся должны иметь представление:*

- о смысле и значении труда в жизни человека и общества.

### II. Познавательные процессы и способности личности

Память. Внимание. Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение. Мышление. Особенности интеллектуальной сферы. Типы интеллекта. Способности. Виды способностей: общие и специальные. Условия развития способностей.

*Учащиеся должны знать:*

- определения понятий «память», «внимание»;
- виды памяти и внимания;
- качества внимания;
- определения понятий «ощущение», «восприятие», «представление», «воображение»;
- определения понятий «мышление», «интеллектуальная сфера», «интеллект»;
- виды мышления;
- формы логического мышления: понятие, суждение, умозаключение;
- основные операции мышления;
- основные качества мышления;
- определение понятия «способности»;

- основные виды способностей;
- особенности интеллектуальной сферы;
- типы интеллекта.

*Учащиеся должны уметь:*

- называть основные процессы памяти;
- перечислять основные виды памяти;
- указывать отличительные особенности различных видов памяти;
- определять особенности своей памяти;
- перечислять основные приемы и методы запоминания;
- перечислять основные качества и виды внимания;
- объяснять, чем различные виды внимания отличаются друг от друга;
- определять особенности своего внимания;
- объяснять, как происходит познание окружающего мира;
- перечислять формы чувственного познания;
- перечислять типы мышления;
- определять свой преобладающий тип мышления;
- называть формы логического мышления и определять их сущность;
- перечислять основные мыслительные операции и качества мышления;
- определять тип своего интеллекта;
- объяснять необходимость наличия определенных условий для развития способностей.

### **III. Психология личности**

Типы нервной системы. Типы темперамента. Характер. Самооценка. Самоопределение. Профессиональное самоопределение. Смысл и цель жизни человека. Мотивационная сфера личности. Потребности, их виды. Общение. Деловое общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов. *Учащиеся должны знать:*

- определения понятий «тип нервной системы», «темперамент», «характер», «самооценка»;
- типы нервной системы;
- типы темперамента;
- определение понятия «потребности»;
- виды потребностей;

- особенности делового общения;
- определение понятия «конфликт»;
- пути предотвращения и разрешения конфликтов;
- особенности своей личности;
- определения понятий «самоопределение», «профессиональное самоопределение», «мотив», «мотивация», «потребность».

*Учащиеся должны уметь:*

- называть типы нервной системы и их различия;
- определять свой тип нервной системы;
- выявлять свой ведущий тип темперамента;
- определять наиболее типичные черты своего характера;
- исследовать формы проявления характера;
- выявлять уровень самооценки;
- называть отличительные признаки видов мотивации;
- использовать приёмы делового общения, способы решения конфликтов;
- проектировать индивидуальные модели поведения в конфликтных ситуациях;
- называть различные виды потребностей;
- указывать основные признаки делового общения;
- перечислять способы разрешения конфликтов;
- определять свой уровень конфликтности;
- объяснять особенности различных способов разрешения конфликтов.

#### **IV. Мир профессий**

Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации. Характеристика труда: характер, процесс и условия труда.

Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы. Типы профессий. Матрица выбора профессии.

Характеристика профессий типа «человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ». Профессионально важные качества (ПВК).

*Учащиеся должны знать:*

- определения понятий «профессия», «специальность», «специализация», «квалификация», «характеристика труда», «классификация профессий», «цели труда», «орудия труда», «формула профессии», «профессиограмма», «тип профессии», «тип личности», «подтипы профессий», «профессионально важные качества»;



- подтипы профессий в сфере «человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ»; основные характеристики содержания деятельности данных подтипов; требования, предъявляемые к работающему в данной сфере.

*Учащиеся должны уметь:*

- называть этапы профессионального самоопределения и соотносить их со своим уровнем готовности к выбору профессии;
- приводить примеры и указывать отличия в характере, процессе и условиях труда различных типов профессий («человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ»);
- выявлять тип своей будущей профессии;
- определять свои профессиональные предпочтения;
- выделять подтипы профессий рассматриваемого типа («человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ»);
- называть ПВК профессий рассматриваемого типа («человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ»);
- формулировать наиболее привлекательные характеристики своей будущей профессии.

## **V. Профессиональное самоопределение**

Склонности, интересы и мотивы в профессиональном выборе («хочу»). Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»). Специальные способности. Профпригодность. Понятие компенсации способностей. Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах («надо»). «Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки и анализа составляющих «хочу» – «могу» – «надо». Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии.

*Учащиеся должны знать:*

- определения понятий «интересы», «склонности», «способности», «специальные способности», «профпригодность», «компенсация способностей», «рынок труда», «работодатель», «работник», «социальный заказ», «мотив», «мотивация»;
- виды профпригодности;
- компоненты и субъекты рынка труда.

*Учащиеся должны уметь:*

- 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 труда («надо»);
- называть мотивационные факторы выбора профессии;

- называть ошибки, которые могут быть допущены при выборе профессии;
- перечислять основания, по которым предпочтительнее осуществлять выбор профессии.

*Учащиеся должны иметь представление:*

- о важности решения проблемы выбора профессии.

## **VI. Подготовка к будущей карьере**

Понятие карьеры. Виды карьеры. Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должности. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования. Построение личного профессионального плана.

*Учащиеся должны знать:*

- определения понятий «карьера», «вертикальная карьера», «горизонтальная карьера», «должность», «внутренняя оценка карьеры», «внешняя оценка карьеры».

*Учащиеся должны уметь:*

- указывать отличительные признаки различных видов карьеры;
- высказывать свое мнение по поводу влияния внутренней и внешней оценки карьеры на самооценку человека;
- определять цели собственной будущей карьеры.

*Учащиеся должны иметь представление:*

- о необходимости постоянного самообразования и профессионального совершенствования.

## **VII. Информационная подготовка**

Построение личного профессионального плана. Зачет.

*Учащиеся должны знать:*

- определение понятия «личный профессиональный план».

*Учащиеся должны уметь:*

- провести сравнительный анализ ЛПП, составленного в начале и конце изучения курса.

**Календарно-тематическое планирование курса  
«Профессиональное  
самоопределение» на 2023-2024  
учебный год**

№ п/п	Наименование раздела программы	Тема урока (этап проектной или исследовательской деятельности) <sup>1</sup>	Кол. час.	Тип урока <sup>2</sup> (форма и вид деятельности обучающихся, форма занятий <sup>3</sup> )	Элементы содержания <sup>4</sup>	Требования к уровню подготовки обучающихся <sup>5</sup> (результат <sup>6</sup> )	Вид контроля. Измерители <sup>7</sup>	Элементы дополнительного (необязательного) содержания <sup>8</sup>	Д/з	Дата проведения	
										план	факт
<b>Введение. Предмет и задачи курса.</b>											
1		Введение. Предмет и задачи курса.	0.5	Урок введения новых знаний	Введение. Предмет и задачи курса. Понятие и построение личного профессионального плана	Знать/понимать Предмет и задачи курса. Понятие и построение личного профессионального плана	Индивидуальный и фронтальный опрос.		записи		
<b>Познавательные процессы и способности личности</b>											
2		Память. Внимание.	0.5	Урок введения новых знаний	Память. Внимание.	Знать/понимать особенности развития памяти и внимания	Индивидуальный и фронтальный опрос.		записи		
3		Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение.	0.5	Урок введения новых знаний	Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение.	Знать/понимать основы понятий Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение.	Опрос		записи		
4		Мышление. Типы интеллекта. Способности.	0.5	Комбинированный	Мышление. Типы интеллекта. Способности.	Знать/понимать особенности мышления и развития способностей.	Опрос		записи		
<b>Психология личности</b>											

5		Типы нервной системы. Типы темперамента. Характер. Самооценка.	0.5	Урок введения новых знаний	Типы нервной системы. Типы темперамента. Характер. Самооценка.	Знать/понимать Типы нервной системы. Типы темперамента. Характер. Самооценка	Индивидуальный и фронтальный опрос.		записи		
6		Самоопределение. Мотивационная сфера личности. Потребности и их виды.	0.5	Урок введения новых знаний	Самоопределение. Мотивационная сфера личности. Потребности и их виды.	Знать/понимать что такое Самоопределение. Мотивационная сфера личности. Потребности и их виды.	Индивидуальный и фронтальный опрос.		записи		
7		Общение. Конфликт..	0.5	Комбинированный	Общение. Деловое общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов.	Знать/понимать основы общения, способы разрешения конфликтов.	Опрос		записи		
<b>Мир профессий</b>											
8		Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации.	0.5	Урок введения новых знаний	Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации.	Знать/понимать определения профессии, специальности, специализации, квалификации	Индивидуальный и фронтальный опрос.		записи		
9		Характеристика труда: характер, процесс и условия труда.	0.5	Комбинированный	Характеристика труда: характер, процесс и условия труда.	Знать/понимать характер, процесс и условия труда.			записи		
10		Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы.	0.5	Урок введения новых знаний	Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы.	Знать/понимать понятия Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы.	Индивидуальный и фронтальный опрос.		записи		
11		Типы профессий. Матрица выбора профессий.	0.5	Комбинированный	Типы профессий. Матрица выбора профессий.	Знать/понимать разделение на Типы профессий. Матрица выбора профессий.	Опрос		записи		

12		Характеристика профессий.	0.5	Комбинированный	Характеристика профессий.	Знать/понимать составляющие характеристики профессий	Опрос		записи		
<b>Профессиональное самоопределение</b>											
13		Профессиональное самоопределение.	0.5	Комбинированный	Профессиональное самоопределение.	Знать/понимать что такое Профессиональное самоопределение	Опрос		записи		
14		Склонности и интересы в профессиональном выборе (хочу).	0.5	Комбинированный	Склонности и интересы в профессиональном выборе (хочу).	Знать/понимать Склонности и интересы в профессиональном выборе (хочу).	Индивидуальный и фронтальный опрос.		записи		
15		Возможности личности в профессиональной деятельности (могу). Специальные способности. Профпригодность. Понятие компенсации способностей.	0.5	Комбинированный	Возможности личности в профессиональной деятельности (могу). Специальные способности. Профпригодность. Понятие компенсации способностей.	Знать/понимать Возможности личности в профессиональной деятельности (могу).	Индивидуальный и фронтальный опрос.		записи		
16		Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах (надо).	0.5	Комбинированный	Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах (надо).	Знать/понимать Потребности рынка труда в кадрах (надо).	Опрос		записи		
17		Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии.	0.5	Комбинированный	Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии.	Знать/понимать Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии.	Опрос		записи		
<b>Подготовка к будущей карьере</b>											
18		Понятие карьеры. Виды карьеры. Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должности. Необходимость	0.5	Урок введения новых знаний	Понятие карьеры. Виды карьеры. Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должности. Необходимость	Знать/понимать Понятие карьеры. Виды карьеры. Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие	Индивидуальный и фронтальный		записи		

		постоянного самообразования и профессионального совершенствования.			постоянного самообразования и профессионального совершенствования.	должности. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования.	й опрос.					
<b>Информационная подготовка</b>												
19		Первичная диагностика образовательного запроса.	0.5	Практическая работа	Первичная диагностика образовательного запроса.	Знать/понимать как провести первичную диагностику образовательных запросов.	Опрос			записи		
20		Особенности получения среднего (полного) общего образования.	0.5	Комбинированный	Особенности получения среднего (полного) общего образования.	Знать/понимать Особенности получения среднего (полного) общего образования.	Опрос			записи		
21		Система образования в Российской Федерации.	0.5	Комбинированный	Система образования в Российской Федерации.	Знать/понимать Система образования в Российской Федерации.	Опрос			записи		
22		Особенности получения образования.	0.5	Комбинированный	Особенности образования.	Знать/понимать Особенности получения образования	Опрос			записи		
23		Возможности получения профессии	0.5	Комбинированный	Возможности получения профессии	Знать/понимать Возможности получения профессии	Опрос			записи		
24		Пути получения профессии.	0.5	Комбинированный	Пути получения профессии.	Знать/понимать Пути получения профессии.	Опрос			записи		
25		Государственная регламентация деятельности ОУ	0.5	Комбинированный	Государственная регламентация деятельности ОУ	Знать/понимать Государственная регламентация деятельности ОУ	Индивидуальный и фронтальный опрос.			записи		
26		Знакомство учреждениями возможного	0.5	Комбинированный	Знакомство учреждениями возможного	Знать/понимать особенности ОУ.	Опрос			Сообщение		

		продолжения образования.			продолжения образования.							
27		ОУ начального профессионального образования.	0.5	Комбинированный	ОУ начального профессионального образования.	Знать/понимать особенности ОУ.	Опрос		Сообщение			
28		ОУ среднего профессионального образования.	0.5	Комбинированный	ОУ среднего профессионального образования.	Знать/понимать особенности ОУ.	Опрос		Сообщение			
29		ОУ высшего профессионального образования.	0.5	Комбинированный	ОУ высшего профессионального образования.	Знать/понимать особенности ОУ.	Опрос		Сообщение			
30		Послевузовское профессиональное образование.	0.5	Комбинированный	Послевузовское профессиональное образование.	Знать/понимать особенности послевузовского образования.	Опрос		Сообщение			
31		Заключительная диагностика образовательного запроса.	0.5	Практическая работа.	Заключительная диагностика образовательного запроса.	Уметь применить результаты заключительной диагностики образовательного запроса	Индивидуальный и фронтальный опрос.		Не задано			
32		Вариант продолжения образования. Профессиональный план.	0.5	Комбинированный	Вариант продолжения образования. Профессиональный план.	Знать/понимать правила составления проф.плана.	План		Проф план			
33		Мини-проект о профессиональном самоопределении.	0.5	Практическая работа	Мини-проект о профессиональном самоопределении.	Уметь выполнять мини-проект о проф. самоопределении.	Проект		проект			
<b>РЕЗЕРВ</b>			<b>1ч</b>									
<b>ИТОГО</b>			<b>17</b>									