

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 17» города Калуги

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО
На заседании методического совета	Заместитель директора по ВР Шубина О.А.
протокол № от 27.08. 2023 г.	_____
	«27» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
по саморазвитию личности и профессиональному самоопределению

«Поиск своего Призвания»

для учащихся 10 класса
уровня среднего общего образования

Разработчик программы:
Воронцова Ирина Алексеевна, кандидат психологических наук,
учитель математики, педагог-психолог

Калуга, 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Поиск своего Призвания» предназначена для учащихся 10 классов, проявляющих интерес к изучению своих возможностей и потребностей в дальнейшем выборе профессии.

Вопрос выстраивания успешной жизненной траектории, профессионального самоопределения выпускников был и остается одним из самых важных и сложных для образовательных учреждений, старшеклассников, их родителей.

Профессиональное развитие – это непрерывная цепь профессиональных выборов. На каждом этапе профессионального выбора могут оказывать влияние факторы, которые исходят как от социальной среды, так и от самого человека.

Программа «**Поиск своего Призвания**» позволяет учащимся изучить свои возможности и потребности и соотнести их с требованиями, которые предъявляет интересующая их профессия, подготовиться к будущей трудовой профессиональной деятельности и в дальнейшем успешно выстроить профессиональную карьеру, адаптируясь к социальным условиям и требованиям рынка труда.

Данный курс позволяет обучающимся осознать многообразие мира профессий, ответственность каждого за построение своего профессионального пути, возможности развития человека в профессиональной деятельности.

Выявить профессиональные намерения, интересы, склонности учеников, соотнести выбранную профессию с индивидуальными возможностями, определить альтернативные выборы в профессиях. Главная задача курса – это сформировать внутреннюю готовность самостоятельно и осознанно планировать и реализовывать перспективы своего профессионального, жизненного и личностного саморазвития каждого выпускника школы.

Курс рассчитан на **17 часов**, включает в себя теоретические и практические занятия, беседы для учащихся, тренинговые и диагностические мероприятия. Он представляет собой цикл бесед и практических занятий, призванных помочь им в анализе своих индивидуальных особенностей и возможностей в профессиональном самоопределении и достижении успеха.

При составлении программы были использованы профориентационные методики Н.С. Пряжниковой, теоретические идеи Е.А. Климова, методические разработки и рекомендации Г.В. Резапкиной, подходы к вопросу профориентации, изложенные в курсе «Мой выбор – жизненный успех» Л.В. Алферовой и др., «Психология успеха» Е.К. Климовой и О.А. Помазиной, а также авторские научно-методические разработки и диагностические материалы.

Основной целью данной программы является - формирование адекватного представления учащихся о своем профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий; ознакомление со спецификой современного мира труда, правилами выбора и способами получения профессии.

Цель осуществляется посредством выполнения **следующих задач**:

- расширить знания учащихся о мире профессий, познакомив их с классификацией, типами и подтипами профессий, возможностями подготовки к ним, дать представление о профпригодности и компенсации;
- обучить учащихся выявлению соответствия требований выбранной профессии их способностям и возможностям;
- обучить планированию профессиональной карьеры; показать механизм выбора профессии; определить оптимальный вариант, при котором желания и возможности максимально приближены друг к другу;
- сформировать отношение старшеклассника к себе как субъекту будущей профессии;
- овладеть умением анализировать требования к профессии; изучить требования к профессии в совокупности с личностными качествами человека;

- получить опыт соотнесения требований профессии с собственными интересами и возможностями;
- формировать аналитические навыки по результатам диагностических мероприятий;
- формировать компетентностные навыки управления успешностью в профессиональной деятельности.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- ориентация обучающихся на достижение личного счастья, реализацию позитивных жизненных перспектив, инициативность, креативность, готовность и способность к личностному самоопределению, способность ставить цели и строить жизненные планы;
- готовность и способность обеспечить себе и своим близким достойную жизнь в процессе самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- формирование выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра, нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей и нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);
- развитие компетенций сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- осознанный выбор будущей профессии как путь и способ реализации собственных жизненных планов;
- готовность обучающихся к трудовой профессиональной деятельности как к возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- потребность трудиться, уважение к труду и людям труда, трудовым достижениям, добросовестное, ответственное и творческое отношение к разным видам трудовой деятельности;

Метапредметные результаты:

- выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;
- оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий.

Успех реализации программы оценивается в зависимости от уровня **критериальных показателей результатов внеурочной деятельности:**

- готовность к производительному труду (физическому и, прежде всего, умственному),
- готовности к дальнейшему образованию,
- сформированность естественнонаучного и социально-философского мировоззрения,
- сформированность общей культуры,
- сформированность потребностей и умений творческой деятельности,
- расширение знаний о мире профессий, активизация способности к самостоятельному поиску недостающей информации,
- коррекция притязаний и самооценки в направлении адекватного уровня, самоактуализация на основе изучения способностей и возможностей личности, - приобретение опыта постановки жизненных и профессиональных целей с учетом реальных условий, запроса социума,
- приобретение опыта гибкого подхода к ситуации профессионального выбора на основе составления плана-схемы индивидуального профессионального маршрута с учетом возможных изменений в жизни.

Программа составлена на основе:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года 273-ФЗ (в редакции от 25.12.2018);
- Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (утвержден Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413 (ред. от 29.06.2017));
- Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях (СанПиН 2.4.2. 2821–10, в ред. Изменений N 1, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29.06.2011 N 85, Изменений N 2, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 25.12.2013 N 72, Изменений N 3, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 24.11.2015 N 81);
- Примерной основной образовательной программы среднего общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з);
- Основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 17» города Калуги, утвержденной 31.08.2020;

Основные формы работы

Исходя из приоритетов, определенных выше, суть организации занятий с учащимися заключена в организации совместной деятельности учителя и учеников с позиций сотрудничества и кооперации, поэтому занятия проводятся по типу творческих лабораторий, практикумов самопознания с активным использованием таких **форм образовательной деятельности**, как: игровое моделирование; анализ конкретных ситуаций и решение психологических задач; психодиагностические процедуры; мини-лекции; экскурсии; деловые и ролевые игры; самодиагностика.

В процессе деятельности учащиеся:

- ведут индивидуальные дневники самонаблюдений и самодиагностики;
- принимают активное участие в образовательных событиях школы;
- готовят презентационные материалы для выступлений;
- готовят продукты проектной деятельности в рамках курса;
- представляют (презентуют) общественности продукты своей деятельности.

Содержание курса

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

1. Природа выбора.

Выбор как жизненная необходимость. Нравственные основы выбора. Основы рационального выбора. Что я знаю о своих качествах личности. Профессионально важные качества. Жизненное и профессиональное самоопределение. Смысл и цель жизни человека. Мотивационная сфера личности.

2. Моя личная траектория

Я и мой внутренний мир. Оцениваю свои силы, мои потребности и способности. Способности и профессиональная пригодность. Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности. Способности к интеллектуальным видам деятельности. Творческие способности. Самопознание и самооценка. Профессия и здоровье.

3. Что я знаю о профессиях. Анализ профессий.

Проблема выбора профессии. Факторы, влияющие на выбор профессии в современных условиях «хочу» - «могу» - «надо» - «выбираю». Склонности, интересы и мотивы в профессиональном выборе («хочу»). Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»). Профпригодность. Частичная профпригодность. Социальные проблемы труда,

потребности рынка труда в кадрах («надо»). Я выбираю профессию. Психологическая саморегуляция. Саморегуляция по отношению к себе и к другому человеку.

4. Мой профессиональный старт

Перспективы профессионального самоопределения «Маршруты мира профессий». Понятие карьеры. Ошибки в выборе профессии. Стратегия выбора профессии. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования. Построение личного плана самосовершенствования. Навыки самопрезентации. Профессиограммы. Вакансии на рынке труда. Методы и способы поиска информации о наличии вакансий. Систематизация и анализ полученной информации. Атлас новых профессий: загляни в будущее.

5. Управление успешностью в профессиональной деятельности.

Структура профессиональной деятельности. Содержание и основные составляющие профессиональной деятельности. Анализируем собственной деятельности за сутки, неделю.

Субъективное самоуправление. «От желания к цели». «Устройство на работу». Презентация результатов индивидуальной деятельности и защита учебных проектов.

Тематическое планирование курса

№	Тема	Количество часов
1	Введение.	1
2	Природа выбора.	2
3	Моя личная траектория	3
4	Что я знаю о профессиях	3
5	Мой профессиональный старт. Атлас новых профессий: загляни в будущее.	3
6	Управление успешностью в профессиональной деятельности.	3
7	Обобщающее занятие. Презентация результатов индивидуальной деятельности и защита учебных проектов. Рефлексия образовательных событий.	2
Всего		17

Календарно-тематическое планирование курса

№ занятия	Темы занятий	Кол-во часов	Тип занятия	
			теоретическое	практическое
1	Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека. Понятие личного профессионального плана.	1	1	
2	Выбор как жизненная необходимость. Нравственные основы выбора. Основы рационального выбора.	1	1	
3	Что я знаю о своих качествах личности. Профессионально важные качества. Жизненное и профессиональное самоопределение. Смысл и цель жизни человека. Мотивационная сфера личности.	1		1
4	Я и мой внутренний мир. Оцениваю свои силы, мои потребности и способности	1	0,5	0,5
5	Способности и профессиональная пригодность. Способности общие и	1	1	

	специальные.			
6	Способности к практическим видам деятельности. Способности к интеллектуальным видам деятельности. Творческие способности. Самопознание и самооценка. Профессия и здоровье.	1		1
7	Проблема выбора профессии. Факторы, влияющие на выбор профессии в современных условиях «хочу» - «могу» - «надо» - «выбираю». Профессиограммы.	1	1	
8	Склонности, интересы и мотивы в профессиональном выборе («хочу»). Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»). Профпригодность. Частичная профпригодность.	1		1
9	Социальные проблемы труда, потребности рынка труда в кадрах («надо»). Психологическая саморегуляция. Саморегуляция по отношению к себе и к другому человеку.	1	0,5	0,5
10	Перспективы профессионального самоопределения «Маршруты мира профессий». Понятие карьеры. Ошибки в выборе профессии.	1	1	
11	Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования. Построение личностного плана самосовершенствования.	1		1
12	Навыки самопрезентации. Профессиограммы (практика применения). Вакансии на рынке труда. Методы и способы поиска информации о наличии вакансий. Атлас новых профессий: загляни в будущее.	1	1	
13	Систематизация и анализ полученной информации о профессии. Практика самопрезентации	1		1
14	Структура профессиональной деятельности. Содержание и основные составляющие профессиональной деятельности. Субъективное самоуправление. «От желания к цели». «Устройство на работу».	1	1	
15	Основы конструктивного взаимодействия. Управление собственным поведением. Анализируем собственной деятельности за сутки, неделю. Субъективное самоуправление.	1	1	
16	Презентация результатов индивидуальной деятельности и защита учебных проектов.	1		1
17	Обобщающее занятие. Рефлексия образовательных событий.	1		1
Всего		17	9	8

Формы проверки достижения учащимися результатов курса:

- текущий рефлексивный самоанализ;
- самоконтроль и самооценка учащимися выполняемых заданий;
- взаимооценка учащимися работ друг друга;
- текущая диагностика и оценка учителем деятельности учащихся;
- итоговая оценка индивидуальной деятельности учеников учителем.

Критерии и нормы оценки учебных достижений обучающихся - **практических и проектных работ по курсу** согласно Положения о проектной деятельности в МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №17» г. Калуги.

Литература

1. Вачков И.В., Битянова М.Р. Я и мой внутренний мир. Психология для старшеклассников. – СПб.: Питер, 2009.
2. Воронцова И. А. Развитие предметных способностей школьников в условиях профильного обучения. Дис. канд. психол. наук. – Калуга, 2004.
3. Габай Т.В. Педагогическая психология: учебное пособие для студ. Высш. учеб. Заведений. – М.: Академия, 2010.
4. Горбачева Е. И. Предметная ориентация мышления: сущность, механизмы, условия развития. – Калуга: КГПУ им. К. Э. Циолковского, 2001.
5. Климов Е.А. как выбирать профессию. -М., 1991.
6. Орлов Ю.М. Самопознание и самовоспитание характера. –М., 1991.
7. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии, или Путеводитель выпускника, -М., 2005.
8. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие. – М.: Генезис, 2017.
9. Холодная М. А. Психология интеллекта: парадоксы исследования. – Томск: изд-во Томского университета. М.: Изд-во «Барс», 1997 – 392 с.
10. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования / М-во образования и науки Рос. Федерации. – М.: Просвещение, 2012. – 48 с.