

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Кара-Чыраанская средняя общеобразовательная школа  
Сут-Хольского кожууна Республики Тыва

Согласовано

ЗД по УВР Каж /Кара-оол Р.Ю./  
« 31 » 08 2024 г.

Утверждено

приказом директора школы

Ондар О. Б./

от 31.08.2024 г. № 100



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Профориентация»

(наименование учебного курса, предмета, дисциплины, модуля)

ДЛЯ 11 КЛАССА

Учитель: Ховалыг А.В.  
(Ф.И.О. учителя)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА курса внеурочной деятельности**  
**«Профориентация и самоопределение»**  
**11 класс**

**Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности для обучающихся 11-х классов составлена в соответствии со следующими нормативными документами:

– Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в редакции от 26.05.2021;

– Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 (далее – ФГОС среднего общего образования);

– Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.08.2017 № 09-1672 «О направлении рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности»;

– Приказ Министерства просвещения РФ от 30.07.2020 № 369 «Об утверждении порядка зачета организацией, осуществляющей образовательную деятельность, результатов освоения обучающимися учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, дополнительных образовательных программ в других организациях, осуществляющих образовательную деятельность»;

– Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации, Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 885/№390 «О практической подготовке обучающихся»;

– Письмо Министерства образования и науки РФ от 04.03.2010 № 03-413 «О методических рекомендациях по реализации курсов по выбору»;

– Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.12.2015 № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных образовательных программ»;

– Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее - СП 2.4.3648-20);

– Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 (далее – Гигиенические нормативы);

- Концепция развития психологической службы в системе образования в РФ до 2025года.

**Актуальность программы**

Профессиональное самоопределение личности – сложный и длительный процесс, охватывающий значительный период жизни. Его эффективность определяется степенью согласованности психологических возможностей человека с содержанием и требованиями профессиональной деятельности, сформированностью у личности способности адаптироваться к изменяющимся социально-экономическим условиям в связи с профессиональным самоопределением.

Период окончания школы характеризуется для школьника активизацией процессов личностного, жизненного и профессионального самоопределения, становлением его внутренней позиции как устойчивого отношения к себе, отношения к людям, отношения к миру и к различным видам деятельности.

- принцип доступности, учитывающий индивидуальные особенности каждого ребенка, создание благоприятных условий для их развития;
- принцип гуманизма в процессе профориентационной работы: человек - это цель, а не средство решения чужих задач. Обучающийся выступает как субъект профессионального самоопределения, что предполагает активную позицию, характеризующуюся стремлением учащегося к творческой деятельности, самовыражением и самоутверждением в профессиональной деятельности;
- научности, предполагающий отбор материала из научных источников, проверенных практикой;
- систематичности и последовательности – знание в программе дается в определенной системе, накапливая запас знаний, старшеклассники могут применять их на практике;
- Открытия в себе внутренних ресурсов с целью выработки профессионально важных качеств, необходимых для будущей профессии. Процесс профессиональной ориентации необходим для всестороннего развития личности, гармоничного раскрытия всех творческих сил и способностей, формирования духовной культуры молодежи;
- принцип наглядности;
- практической направленности и применения активизирующих методов: экскурсии, мастер-классы, профессиональные пробы;
- принцип возрастных и индивидуальных психологических особенностей обучающихся.

#### **Межпредметные** связи на занятиях:

- с уроками изобразительного искусства, так как применяются на занятиях рисуночные методы;
- с уроками информатики: работа с компьютерами и СМИ.

В программе по внеурочной деятельности существует направленность **на достижение метапредметных результатов**. Это результаты деятельности на разных учебных предметах, применяемые обучающимися в обучении, на практике, их можно перенести в во внеучебную (жизненную) деятельность:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей и оценивать полученные результаты.

Программа основана на личностно-ориентированном подходе, что создает условия для формирования истинного результата образования, заключающегося в познавательном и личностном развитии обучающихся.

**Преимственность программы** заключается в том, что учитываются возрастные особенности обучающихся:

Главная проблема юности – выбор жизненных ценностей. Центральное новообразование ранней юности – самоопределение старших школьников (потребность занять внутреннюю позицию взрослого человека, осознать себя в качестве члена общества, понять свое назначение). Старший школьный возраст – время активного мировоззренческого поиска, центром которого становится проблема смысла жизни. Молодым людям важно понять, что смысл жизни надо искать в окружающем его мире, а не только внутри себя. Преимственность между основным и средним общими звеньями образования рассматривается на современном этапе как одно из условий непрерывного образования подростка. Самое главное на этом этапе - развивать у учащихся способность обретать личностную идентичность и целостность (идентичности); продолжать формировать навыки профессионального самоопределения (самостоятельное и независимое определение жизненных целей и выбор будущей профессии). Очень важно для старшеклассников наполнить процесс профессионального самоопределения пониманием необходимости быть готовым к жизненному самоопределению, что предполагает достаточный уровень развития ценностных представлений, волевой.

Важно, что соблюдаются принципы преимственности в становлении личности:

Результатом образования, т.е. совокупности процессов обучения, развития и воспитания, является личность. Преемственность в становлении личности проявляется в динамике личности, предполагающей изменение свойств и качеств учащихся. Программа «Профессиональное самоопределение» направлена на развитие определенных качеств личности: волевая активность, целеустремленность, настойчивость, инициативность. В этом возрасте укрепляются выдержка и самообладание, усиливается контроль за движением и жестами, в силу чего старшеклассники и внешне становятся более подтянутыми, чем подростки.

Преемственность в содержании обучения предполагает опору на пройденное, использование и дальнейшее развитие имеющихся у учащихся знаний, умений и навыков, так и приобретение новых, основанных на изучении отобранной и зафиксированной в учебном материале учебной информации. Подобные знания обучающиеся получали на уроках и классных часах по профессиональной ориентации, на занятиях психологии, в ходе участия в городских профориентационных программах, где вопросы самопознания и самоактуализации всегда имели первостепенное значение.

Преемственность в методах, формах, приёмах и средствах обучения проявляется в рациональности выбора методов и форм обучения. На данном этапе важно научить старшеклассников действиям по самоподготовке и саморазвитию, формированию профессиональных качеств в избранном виде труда, корректировка профессиональных планов, оценка готовности к избранной деятельности. В 11 классах профориентационная работа ведется и направлена на самопознание и выбор профессии в соответствии со способностями и личностными качествами. Реализация этой преемственности предусматривает сохранение и совершенствование отдельных методов и дидактических приемов, способов учебной работы, показавших хорошие результаты и эффективность на всех ступенях обучения, применение новых, отвечающих современным требованиям и психологическим особенностям учащихся. В 11 классе сохраняются многие формы и методы работы (например, психоогические игры, творческие работы, упражнения на выявление и развитие личностных качеств, индивидуальные консультации). В старших классах отдается предпочтение активным формам профориентации.

#### **Описание места программы «Профессиональное самоопределение» в учебном плане**

Программа внеурочной деятельности по социальному направлению «Профессиональное самоопределение» предназначена для обучающихся 11 классов.

Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю.

Количество часов в год – 34 (1 час в неделю).

#### **1. Планируемые результаты освоения программы «Профильное самоопределение»**

**Личностные** результаты освоения учебного предмета - школьник должен уметь:

- испытывать потребность в образовательной и профессиональной самоидентификации, в самовыражении в образовательном и профессиональном сообществе;
- выделять варианты выбора из предлагаемых образовательным пространством или конструировать собственные версии образовательного и профессионального самопродвижения;
- ставить профессиональную и образовательную цель;
- эффективно организовывать внутренние и внешние ресурсы для достижения поставленной цели;
- иметь представления о смысле и значении труда в жизни человека и общества;
- иметь представления о предпринимательстве;
- иметь представления о рынке труда.

**Метапредметные** результаты освоения учебного предмета:

*Регулятивные универсальные учебные действия*

- самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;
- 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;
- оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;
- организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;
- сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

#### *Познавательные универсальные учебные действия*

- искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи;
- критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;
- находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;
- выходить за рамки учебного курса и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;
- выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;
- менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

#### *Коммуникативные универсальные учебные действия*

- 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;
- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;
- развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;
- распознавать конфликтные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

#### *Предметные универсальные учебные действия:*

- иметь представление о профессиональном самоопределении;
- знать основы выбора профессии;
- иметь представление о составлении резюме;
- иметь навыки профессионального самоопределения;
- знать основные источники информации;

## **2. Содержание программы внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**

<p>Тематическое занятие: Выбор профессии - что влияет на выбор профессии?          Личность, потребности личности. Уникальность и неповторимость личности каждого человека: многообразие личностных особенностей, профессиональная деятельность как способ реализации личности. Формирование потребности в образовательной и профессиональной самоидентификации, в самовыражении в образовательном и профессиональном сообществе (личностный результат)</p>
<p>Тематическое занятие: Классификация профессий. Многообразие мира профессий. Работа с профессиограммами и просмотр видеофильмов о профессиях. Определение типа будущей профессии. Определение профессиональных предпочтений. Умение ставить профессиональную и образовательную цель; иметь представления о смысле и значении труда в жизни человека и общества</p>
<p>Профориентационные пробы. Дистанционная игра «Юный финансист». Отработка навыков знакомства с профессией</p>

Тематическое занятие: Профессии будущего. Атлас новых профессий. Умение осуществлять развернутый информационный поиск
Тематическое занятие: Интересы и склонности в выборе профессии. Профориентационные игры. Характеристика содержания и основных этапов развития способностей, их значимость в профессиональной деятельности. Общие и специальные способности
Тематическое занятие: Профессия и здоровье. Работа с картой профессионального самоопределения Свойства нервной системы и их взаимосвязь с индивидуальными особенностями поведения личности. Темперамент. Умение ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях, формирование навыков саморегуляции в жизненных ситуациях
Диагностика с целью определения особенностей личности, профессиональной мотивации, профессиональных предпочтений, профессиональных способностей
Тренинг, направленный на развитие коммуникативных навыков. Умение развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств; распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.
Профориентационные игры. Умение ставить профессиональную и образовательную цель; эффективно организовывать внутренние и внешние ресурсы для достижения поставленной цели
Профориентационные консультации. Умение самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута или находить способ достижения цели; оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали.
Информационно- просветительское мероприятие. Развитие навыков профессионального и жизненного самоопределения
Тематическое занятие: Мотивы и потребности. Ошибки в выборе профессии. Определение основных мотивов трудовой деятельности людей
Тематическое занятие: Современный рынок труда Трудоустройство (поиск работы, собеседование, резюме). Навыки самопрезентации. Правила составления резюме.
Тематическое занятие: Виды и формы получения профессионального образования. Поиск информации о путях получения профессионального образования и трудоустройства в Томске и области. Варианты дальнейшего образования
Тематическое занятие: Самообразование и его значение в профессиональном самоопределении. Навыки для самообразования (групповые, командные и т.д.)
Тренинг, направленный на развитие коммуникативных навыков
Профориентационная консультация. Умение самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута или находить способ достижения цели; оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали.
Профориентационные игры. Умение ставить профессиональную и образовательную цель; эффективно организовывать внутренние и внешние ресурсы для достижения поставленной цели
Профориентационная консультация. Завершающая профконсультация - оказание помощи в выборе профессии в соответствии с интересами, склонностями и психофизиологическими способностями ученика.

Тематическое занятие: Итоговое занятие

Обсуждение результатов обучающихся. Умение сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью, формирование навыков саморегуляции

Презентация учреждений СПО и ВПО.

Содержание программы внеурочной деятельности включает в себя диагностический блок: определение личностных индивидуальных особенностей обучающихся, затем выявление интересов и склонностей обучающихся, соотнесение их с конкретными профессиями и, наконец, сопоставление своих возможностей с выбором профильного направления в 11 классе.

Практический блок содержания программы внеурочной деятельности состоит из занятий и консультаций для обучающихся, активизирующих профориентационных игр и тренингов. В ходе программы применяются активизирующие методы и широко используются такие формы работы как: экскурсии, мастер-классы, профессиональные пробы.

В осуществлении процесса профессионального самоопределения большую роль играет создание психолого-педагогических условий:

- 1) содержание проводимых с учащимися упражнений и психотехнических игр направлено на выявление профессиональных склонностей, своих сильных и слабых сторон и развитие личностных ресурсов;
- 2) расширение и углубление представлений старшеклассников о профессиях осуществляется в интерактивной форме;
- 3) осуществляется индивидуальное консультирование, даются рекомендации по профессиональному выбору учащихся по итогам диагностического обследования и участия в тренинговых занятиях.

#### **Методы работы:**

В ходе профориентационной деятельности с обучающимися могут быть использованы разнообразные методы, формы организации учебного процесса и образовательные технологии.

Методы обучения: словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, проблемный, игровой, дискуссионный, интерактивного обучения, стимулирования и мотивации деятельности.

Формы организации учебного занятия: лекция с элементами беседы; дискуссия; практическое занятие; видео-урок; виртуальная экскурсия; виртуальный мастер-класс; онлайн профпроба; очная профпроба; тренинги личностного и профессионального самоопределения; тестирование и пр.

#### Информационно - просветительские методы:

- работа с профиограммами;
- работа со справочной литературой;
- работа в информационно-поисковых системах;
- работа со средствами массовой информации;
- реклама профессий (агитация) (осуществляется представителями образовательных организаций дополнительного, среднего профессионального и высшего образования, а также работодателями в школе);
- экскурсии школьников на предприятия, в учебные заведения, встречи со специалистами различных сфер профессиональной деятельности;
- посещение образовательных организаций в рамках Дня открытых дверей;
- познавательные и просветительские лекции;
- профориентационные уроки;
- показ учебных фильмов и видеофильмов;
- участие (присутствие) в конкурсах, выставках, фестивалях и других мероприятиях профориентационной направленности;
- Профориентация на профессии будущего (на примере Атласа новых профессий);
- «ПроеКТОрия» – интерактивная цифровая платформа для профориентации школьников;
- «Билет в будущее» - проект ранней профессиональной ориентации обучающихся 11-х классов.

### Диагностические методы

- беседы закрытого типа (по строго обозначенным вопросам);
- открытые беседы;
- тестирование (с применением опросников с обозначенными проблемами и тестовых заданий) с целью определения особенностей личности, познавательных интересов, профессиональной мотивации, профессиональных предпочтений, профессиональных способностей, качеств руководителя);
- методы наблюдения;
- использование различных игровых ситуаций моделирования различных аспектов профессиональной деятельности;

### Тренинговые (активные) методы:

- тренинги (направленные на развитие коммуникативных навыков, профессиональное самоопределение, постановку целей, командообразование, формирование уверенности в экстремальных ситуациях и т.п.);
- публичные выступления;
- «профессиональные пробы» в специально организованных условиях;
- профориентационные и профконсультационные активизирующие методы (игры) с элементами психотренинга;

### Консультации

- подготовительная профконсультация (должна подвести учащихся к осознанному выбору профессии, ведется в течение всего периода школьного обучения);
- завершающая профконсультация - оказание помощи в выборе профессии в соответствии с интересами, склонностями и психофизиологическими способностями ученика.

**Профориентационная карта:** во время участия в программе обучающиеся могут заполнять свои профориентационные карты. Обучающиеся оформляют профориентационные карты, в течение учебного года каждый обучающийся может проследить свои шаги в профориентационном развитии: в каких мероприятиях он участвовал, какой опыт был им получен, профессиональные планы и результаты психологических исследований.

Позиции	Содержание
<b>1. Моя будущая профессия</b>	
Цель деятельности	
Задачи деятельности	
Предмет труда	
Средства труда	
Результаты труда	
Требуемый уровень образования	
Возможности профессионального роста (разряд, класс, категория, звание)	
Возможная заработная плата	
<b>2. Уточнение выбора профессии:</b>	
<b>3. Мои личностные особенности</b>	
<b>4. Мероприятия, в которых я участвовал и какой получил опыт</b>	

2. Тематическое планирование

3.

1.	<p>Диагностика с целью определения особенностей личности, профессиональной мотивации, профессиональных предпочтений, профессиональных способностей, качеств руководителя:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Тест Дж.Холланда «Определение типа личности»</li> <li>2. Тест « Дифференциально-диагностический опросник (ДДО)» Е.А.Климова</li> <li>3. Определение профессиональных склонностей» Л. Йовайши в модификации Г. Резапкиной.</li> <li>4. Тест «Статус профессиональной идентичности».</li> <li>5. Айзенк «Определение типа темперамента»</li> <li>6. Тест «Организаторские способности»</li> <li>7. Методика «Ценностные ориентиры».</li> <li>8. Проективный тест «Мой жизненный путь»</li> </ol>	6 часов
2.	<p>Информационно – просветительские занятия</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <u>экскурсии</u> школьников на предприятия, в учебные заведения, встречи со специалистами различных сфер профессиональной деятельности;</li> <li>➤ посещение образовательных организаций в рамках <u>Дня открытых дверей</u>;</li> <li>➤ <u>мастер -классы</u>;</li> <li>➤ <u>Тематические занятия</u></li> </ul>	5 часов  10 часов
3.	<p>Тренинговые активные методы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ тренинги (направленные на развитие коммуникативных навыков, профессиональное самоопределение, постановку целей, командообразование, формирование уверенности в экстремальных ситуациях и т.п.);</li> <li>➤ публичные выступления;</li> <li>➤ «профессиональные пробы» в специально организованных условиях;</li> <li>➤ профориентационные и профконсультационные активизирующие методы (игры) с элементами психотренинга:</li> </ul> <p>-Ценностнонравственные профориентационные игры: «Спящий город», «Существо» (с элементами экологического воспитания).</p> <p>- Пробно-ознакомительные игры: «Угадай профессию», «Вакансия»; - - Игры, где отрабатываются навыки принятия решений и поведения при ответственных собеседованиях - «Профконсультация», «Приемная комиссия», «Пять шагов», «Советчик» и др.</p>	7 часов
4.	<p>Консультации:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ подготовительная профконсультация (должна подвести учащихся к осознанному выбору профессии, ведется в течение всего периода школьного обучения);</li> <li>➤ завершающая профконсультация - оказание помощи в выборе профессии в соответствии с интересами,</li> </ul>	6 часов

	склонностями и психофизиологическими способностями ученика.	
--	---	--

**Список литературы:**

1. Вершинин С.И. Тест интересов и склонностей. //Школа и производство, - № 3, 1996
2. Гриншпун С.С. Определение личностной направленности. //Школа и производство, - № 1, 1995.
3. Климов Е.А. Развивающийся человек в мире профессий - Обнинск, 1993.
4. Климов Е.А. Как выбрать профессию? - М., 1990.
5. Комплексная методика изучения личности в целях выявления способности школьника к профессиональному самоопределению - Ярославль, 1993.
6. Мир профессий. - М., 1985-1987.
7. Орлова В.И., Акулова В.О. «Профильное самоопределение подростков». Метод. пособие, 2009.
8. Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности: Учебное пособие. Под ред. Г.С. Никифорова, М.А. Дмитриевой, В.М. Снеткова. - СПб.: Речь, 2003.
9. Программа «Человек-труд-профессия». Под ред. С.Н. Чистяковой — Ярославль, 2010 г.
10. Прощицкая Е.Н. Выбирайте профессию - М., Просвещение, 1991.
11. Прощицкая Е.Н. Практикум по выбору профессии. - М., 1995.
12. Пряжников Н.С. Игровой метод в профориентации: Метод. рекомендации. Под ред. Е.А.Климова. - Пермский государственный педагогический институт, 1989.
13. Технология профессионального успеха: Учебник для 10-11 классов. Под ред. С.Н. Чистяковой, М. «Просвещение», 2001 г.
14. Твоя профессиональная карьера: Методика: Кн. для учителя. Под ред. С.Н.Чистяковой. М.: Просвещение, 2006.
15. Твоя профессиональная карьера: Методика: Учебник для 8-9 класса. Под ред. С.Н.Чистяковой. М.: Просвещение, 2006.