

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Центр образования № 42»**

**«ПРИНЯТО»**

**Педагогическим советом:  
Протокол №1 от 30.08.2022 г.**

**«УТВЕРЖДЕНО»**

**Приказом № 135-ОД  
от 30.08. 2022 г.**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«Твой выбор»**

**г. Вологда**

**2022 год**

## Пояснительная программа

Рабочая программа «Твой выбор. ПрофорIENTATION» составлена на основе авторских программ:

- Жукова Ю.П., Безус Ж.Н., Кузнецова И.В. Путь к профессии: основы активной позиции на рынке труда – Ярославль, 2003
- Резапкина Г.В. Отбор в профильные классы – М.: Генезис, 2005
- Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки – М.: Генезис, 2007
- Резапкина Г.В. Я и моя профессия. Программа профессионального самоопределения для подростков – М.: Генезис, 2005
- Слободяник Н.П. Активизация профессиональной направленности – М.: Айрис-пресс, 2003

Рабочая программа разделена на два курса:

1. Твой выбор в мире профессий. Познай себя – 11 часов
2. Твой выбор в мире профессий. Основы выбора профессии – 23 часа

Рабочая программа

Рабочая программа содержит разделы:

- планируемые результаты освоения учебного предмета;
- содержание учебного предмета;
- тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых

на освоение каждой темы.

# **I. Планируемые результаты освоения учебного предмета**

## **Ожидаемый результат**

### **1. Формирование личного профессионального плана выпускника школы**

#### **1. Личностные результаты:**

- ✓ проявлять самостоятельность, личную ответственность за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, доброжелательность и эмоционально-нравственную отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей;
- ✓ проявлять положительные качества личности, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели;
- ✓ проявлять навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- ✓ сопоставлять свои способности и возможности с требованиями профессии;
- ✓ объективно оценивать свои индивидуальные возможности в соответствии с избираемой деятельностью;
- ✓ использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;

#### **2. Метапредметные результаты:**

- ✓ самостоятельно определять цели своего обучения, планировать действия для их достижения в учебе и познавательной деятельности;
- ✓ планировать варианты личной профессиональной карьеры, рационально выбирать пути получения профессионального образования или трудоустройства на основе соотнесения своих интересов и возможностей с содержанием и условиями труда по массовым профессиям и их востребованностью на региональном рынке труда;
- ✓ ориентироваться в мире профессий, в информации по трудоустройству и продолжению образования;
- ✓ пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования;

- ✓ находить выход из проблемной ситуации, связанной с выбором пути продолжения образования;
- ✓ использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.

### 3. Предметные результаты: понимать, иметь представление, знать:

- ✓ понятие о личности, направленности, структуре, потребностях личности;
- ✓ социально-типические и индивидуально-психологические качества личности;
- ✓ сущность понятий: профессиональные интересы, склонности, способности, их значимость в профессиональной деятельности;
- ✓ природные свойства нервной системы;
- ✓ ограничения при выборе некоторых профессий, обусловленных свойствами нервной системы;
- ✓ эмоциональные состояния личности;
- ✓ роль эмоций в профессиональной деятельности человека;
- ✓ понятие о психических процессах и их роли в профессиональной деятельности;
- ✓ понятие о профессиональной деятельности и ее субъекте;
- ✓ понятие о специальности и квалификации работника;
- ✓ требования к качествам личности при выборе профессии; о возможностях личности в профессиональной деятельности;
- ✓ характеристику профессий и специальностей;
- ✓ понятие о личном профессиональном и жизненном плане, способы его составления и обоснования.
- ✓ основные понятия, принципы и направления анализа рынка труда;
- ✓ факторы, влияющие на уровень оплаты труда;
- ✓ средства получения информации о рынке труда и путях профессионального образования;
- ✓ виды и формы получения профессионального образования;
- ✓ виды учреждений профессионального образования.

## II. Содержание программы

Учебный курс «Твой выбор в мире профессий. Познай себя» разделен на 5 тем:

1. Мир профессий: слагаемые выбора
2. Свойства нервной системы. Темперамент
3. Характер и профессия
4. Эмоции, чувства, конфликты и профессия
5. Мыслительные способности и профессия

Учебный курс «Твой выбор в мире профессий. Основы выбора профессии» разделен на 4 темы:

1. Интересы и склонности в выборе профессии
2. Формула профессии
3. Способности и профессиональная пригодность
4. Планирование профессиональной карьеры. Образование и карьера

## III. Тематическое планирование

«Твой выбор в мире профессий. Познай себя»

№ урока	Тема	Количество часов
1.	Вводный инструктаж. Мотивы и факторы выбора профессии.	1
2.	Современный рынок труда. Спрос и предложение. Основные правила и ошибки в выборе профессии.	1
3.	Свойства нервной системы. Темперамент и основные его компоненты. Определение типа темперамента.	1
4.	Характер. Типы, черты и акцентуации характера. Особенности отношений.	1
5.	Типы поведенческой активности. Изучение типа поведенческой активности.	1
6.	Взаимосвязь типа характера и выбора профессии.	1
7.	Эмоции и социальная среда. Эмоциональное заражение	1

8.	Эмоциональные реакции. Агрессия. Формы проявления агрессии.	1
9.	Социальный (эмоциональный) интеллект. Поведение в конфликтах.	1
10.	Стиль общения. Правила эффективного профессионального общения.	1
11.	Тип мышления. Мыслительные способности и профессия	1
ИТОГО		11

«Твой выбор в мире профессий. Основы выбора профессии»

№ урока	Тема	Количество часов
1.	Определение профессиональных интересов. Карта интересов.	1
2.	Профессиональные склонности. Как управлять своими интересами и склонностями.	1
3.	Хочу, могу, требуется – выбираю или совмещаю.	1
4.	Выбор профессии – выбор будущего. Отрасли экономики Вологодской области	1
5.	Классификации и признаки профессий. Формула профессии.	1
6.	Профессии и специальности по сферам деятельности.	1
7.	Профессии и специальности среднего профессионального и высшего профессионального образования	1
8.	Региональные профессии и специальности среднего и высшего профессионального образования по отраслям. Профессии, востребованные на рынке труда Вологодской области	1
9.	Профессиональный тип личности. Профессия и	1

	здоровье.	
10.	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.	1
11.	Технические способности. Способности к интеллектуальным видам деятельности	1
12.	Мыслитель или художник? Эстетические способности. Способности к профессиям социального и офисного типа.	1
13.	Способность к предпринимательской деятельности. Свобода и ответственность. Бизнес и мораль	1
14.	Уровни профессиональной пригодности. Определение готовности к профессии	1
15.	Мотивы выбора профессии. Стратегия выбора профессии	1
16.	Планирование профессиональной карьеры. «Мышеловки» в профессии	1
17.	Образование и карьера. Пути получения профессии.	1
18.	Профессиональные образовательные организации г. Вологды и Вологодской области. Ресурсные центры	1
19.	Рейтинг трудоустройства выпускников по специальностям и профессиям.	1
20.	Основные направления поиска работы. Государственная служба занятости и поиск работы.	1
21.	Навыки самопрезентации. Резюме и собеседование	1
22.	Как стать успешным. Слагаемые профессионального успеха	1
23.	Самопрезентация «Моя будущая профессия». Подведение итогов.	1
ИТОГО		23