|  |
| --- |
| Приложение  к «Основной образовательной  программе среднего общего образования  МБОУ СОШ №25» |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности**

**для обучающихся 10-11 классов**

**«Основы профессионального самоопределения»**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Составитель:  Кормушина Дина Юрьевна,  учитель английского языка |

г. Междуреченск

**1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**Личностные результаты**:

1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

**Метапредметные результаты:**

1) 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;

2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

8) смысловое чтение;

9) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;

11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ – компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;

12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

**2. Содержание курса внеурочной деятельности**

**Тема 1. Внутренний мир человека и система представлений о себе -** 7 часов

**1.1 Внутренний мир человека и возможности его познания**

*Основные теоретические сведения*

Сходства и различия между людьми. Биологические характеристики человека (возраст, пол, облик, состояние здоровья, особенности нервной системы, органические потребности); социально-типические качества личности (чувства, воля, интеллект); индивидуально-психологические качества личности (черты характера, социальные особенности, эмоциональные проявления, убеждения, индивидуальный познавательный стиль).

Личность, направленность, структура, потребности личности. Уникальность и неповторимость личности каждого человека: многообразие личностных особенностей, профессиональная деятельность как способ реализации личности. Способы описания структуры личности, приемы анализа индивидуальных особенностей личности.

*Практическая работа*

Составление «дерева» психологических качеств личности.

*Диагностические процедуры*

Методика «Ценностные ориентиры».

**1.2 Представление о себе и проблема выбора профессии**

*Основные теоретические сведения.*

Представление человека о самом себе, о роли самооценки в решении проблемы профессионального выбора. Самооценка (адекватная, завышенная, заниженная), ее проявления в учебной деятельности и межличностных отношениях. Роль адекватной самооценки при выборе профессии и в последующей профессиональной деятельности. Диагностические и развивающие процедуры в самопознании, самоописании, самооценке личности.

*Диагностические процедуры*

Методики «Кто «Я?», «Самооценка личности»

*Практическая работа*

Сочинение «Произвольное самоописание».

**Тема 2. Профессиональные интересы и склонности. Способности, условия их проявления и развития -** 7 часов

*Основные теоретические сведения*

Задатки и способности человека: сущность понятий и характеристика их развития. Интересы и склонности, связь с задатками и способностями, отличия от них. Характеристика содержания и основных этапов развития способностей, их значимость в профессиональной деятельности. Общие и специальные способности. Самооценка индивидуальных способностей.

*Диагностические процедуры*

Тестна определение способностей и склонностей.

**Тема 3. Природные свойства нервной системы**.**Эмоциональные состояния личности** – 4 часа

**3.1 Свойства нервной системы в профессиональной деятельности**

*Основные теоретические сведения*

Свойства нервной системы и их взаимосвязь с индивидуальными особенностями поведения личности. Темперамент: понятие, его типы и свойства, психологическая характеристика основных типов темперамента, особенности проявления темперамента в различных видах профессиональной деятельности.

Строение и функции нервной системы, способы реагирования человека на сигналы внешней среды (процессы возбуждения и торможения); основные свойства нервной системы (сила, подвижность, уравновешенность).

Ограничения при выборе некоторых профессий, обусловленных свойствами нервной системы. Возможность компенсации свойств нервной системы за счет выработки индивидуального стиля деятельности.

*Диагностические процедуры*

Тест «Каков Ваш характер».

*Развивающие процедуры*

Сюжетно-ролевая игра «Проявление темперамента в профессиональных ситуациях».

*Практическая работа*

«Я и мой характер» (эссе, рисунок, рассказ и т.д.)

**3.2 Эмоциональные состояния личности**

*Основные теоретические сведения.*

Эмоции, чувства, настроения. Основные виды эмоций (радость, злость, испуг, страх, удивление, печаль). Различные виды классификации эмоций (по качеству, интенсивности, глубине, осознанности, воздействиям на организм, по психическим процессам, с которыми они связаны; по предметному содержанию и направленности на себя, других, настоящее, прошлое, будущее). Многообразие чувств человека (любовь, ненависть, зависть, дружба и т.д.). Средства выражения эмоций (речь, мимика, пантомимика). Способы распознавания, контролирования и соотнесения эмоциональных состояний человека с требованиями профессии. Что такое характер? Эмоциональное состояние и приемы саморегуляции. Необходимость самоконтроля эмоциональных состояний человека в профессиях, связанных с повышенной моральной и материальной ответственностью. Роль эмоций в профессиональной творческой деятельности человека.

*Диагностические процедуры*

Методика Басса-Дарки «Тест эмоций»

**Тема 4.**  **Психические процессы и их роль в профессиональной деятельности** - 4 часа

*Основные теоретические сведения*

Сущность понятий «восприятие», «внимание», «память», «мышление». Характеристика этапов развития восприятия, внимания, памяти, мышления человека. Роль восприятия, внимания, памяти, мышления в профессиональной деятельности человека. Профессионально важные качества. Методики, используемые для определения показателей интеллектуальной деятельности человека. Диагностика интеллектуальных способностей как важнейшая составляющая в системе психических качеств, определяющих готовность человека к обоснованному и осознанному выбору профессии. Аспекты оценки индивидуального интеллекта: показатели интеллектуальной продуктивности, своеобразие интеллектуальной деятельности.

**Тема 5. Рынок труда и профессий Кемеровской области – 4 часа**

*Основные теоретические сведения*

Рынок трудаКемеровской области. Изучение рынка труда и профессий: конъюнктура труда и профессий Кемеровской области.

Спрос работодателей на различные виды профессионального трудана рынке труда Кемеровской области. Структура рынка труда. Состояние занятости населения на рынке труда,общие статистические сведения по Кемеровской области.

Закон РФ «О занятости населения в Российской Федерации». Конкуренция на рынке труда в Кемеровской области.

Высвобождение рабочей силы, причины безработицы. Вакансии на рынке труда по данным статистики. Профессионально важные качества востребованных профессий в Междуреченске и Кемеровской области.

*Практическая работа.*

Сравнительный анализ данных службы занятости населения об уровне востребованности той или иной профессии в Кемеровской области за последние три года (работа в микро-группах, профессия - по выбору учащихся)

**Тема 6. Региональный рынок образовательных услуг** - 4 часа

*Основные теоретические сведения.*

Пути получения профессионального образования в Междуреченске и Кемеровской области. Средства получения информации о рынке труда и путях профессионального образования. Виды и формы получения профессионального образования. Виды учреждений профессионального образования в Кемеровской области.

*Развивающие процедуры*

Деловая игра-дискуссия«Личный профессиональный план».

*Практическая работа*

1. Поиск информации о путях получения профессионального образования и трудоустройства в Междуреченске и области. Варианты дальнейшего образования (работа со справочником «Абитуриент»).
2. Обоснование выбора учебного заведения.

**Тема 7. Самоконтроль готовности к выбору профиля обучения - 5** часов

*Основные теоретические сведения.*

Методы, приемы, способы решения жизненных проблем. Самообразование и его значение в профессиональном самоопределении.

*Практическая работа.*

Определение оценки способности школьников к выбору профессии.

**3. Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **n/n** | **Тема занятия** | **Количество часов по теме** |
| 1 | Введение. Сходства и различия между людьми | 1 |
| 2 | Как выбрать профессию? Что влияет на выбор профессии? Анкета «Мой профессиональный выбор» | 1 |
| 3 | Самооценка и уровень притязаний. Определение самооценки | 1 |
| 4 | Темперамент и профессия. Определение типа темперамента. | 1 |
| 5 | Стресс и тревожность | 1 |
| 6 | Определение типа мышления | 1 |
| 7 | «Я – концепция или «теория самого себя» | 1 |
| 8 | Классификация профессий. Многообразие мира профессий | 1 |
| 9 | Определение типа будущей профессии | 1 |
| 10 | Определение профессиональных предпочтений | 1 |
| 11 | Профессия, специальность, должность | 1 |
| 12 | Интересы и склонности в выборе профессии | 1 |
| 13 | Игровые упражнения «Многообразие мира профессий» | 1 |
| 14 | Определение организаторских и коммуникативных способностей | 1 |
| 15 | Профессия и здоровье | 1 |
| 16 | Мотивы и потребности | 1 |
| 17 | Ошибки в выборе профессии | 1 |
| 18 | Современный рынок труда | 1 |
| 19 | Пути получения профессии | 1 |
| 20 | Как подготовиться к собеседованию с потенциальным работодателем? | 1 |
| 21 | Самообразование и его значение в профессиональном самоопределении | 1 |
| 22 | Навыки самопрезентации | 1 |
| 23 | Практическая работа по написанию резюме | 1 |
| 24 | Встреча с успешными людьми | 1 |
| 25 | Рынок образовательных услуг | 1 |
| 26 | Виды и формы получения профессионального образования | 1 |
| 27 | Выбор места учёбы. Подготовка к экзаменам | 1 |
| 28 | Куда пойти учиться? | 1 |
| 29 | Изучение рынка труда и профессий: конъюнктура труда и профессий Кемеровской области. | 1 |
| 30 | Знакомство с предприятиями и учебными заведениями города (заочные экскурсии) | 1 |
| 31 | Знакомство с предприятиями и учебными заведениями города (заочные экскурсии) | 1 |
| 32 | Знакомство с предприятиями и учебными заведениями города (экскурсии) | 1 |
| 33-34 | Защита проекта «Моя будущая профессия» | 2 |
|  | **ИТОГО:** | **34** |