

РАССМОТРЕНО  
на МО пр. № \_\_\_\_\_  
от  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023г.  
Руководитель МО  
\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора  
по УВР \_\_\_\_\_ И.Н.  
Миронова  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023г. .

УТВЕРЖДАЮ  
директор школы  
\_\_\_\_\_ А.И. Трубецкой  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023г

**Рабочая программа  
внеурочной деятельности  
социально-педагогической направленности  
«Мой выбор»**

Уровень программы: стартовый  
Возраст обучающихся: 14 -16 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Федюнина Н.А.,  
социальный педагог

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности «Мой выбор» составлена в рамках Федерального проекта «Современная школа» и является одним из направлений центра «Точка Роста». В настоящее время к числу наиболее актуальных вопросов образования относятся воспитание свободной, творческой, инициативной, ответственной и саморазвивающейся личности. Без такой личности невозможно успешное общественное развитие.

Первая серьёзная жизненная проблема, с которой сталкиваются старшеклассники – выбор будущей профессии.

Вопрос профессионального самоопределения начинает осознаваться учащимися уже в 14-16 лет. Согласно исследованиям лишь 10-15% учащихся имеют твёрдые профессиональные намерения. Примерно столько же вообще не задумываются о своих профессиональных планах. Около 70% не имеют чёткой позиции, сомневаются в выборе. Кроме того, статистика насчитывает около 50 тысяч профессий. Самостоятельно довольно трудно сориентироваться в таком огромном мире профессий. Тем более что чуть ли не каждый год появляются новые и исчезают старые, стираются границы между многими из них, а некоторые постоянно делятся, дробятся.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Мой выбор» имеет социально-педагогическую направленность разработана на основе следующих нормативно-правовых документов: Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ, Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р), Сан- Пин к устройству, содержанию и организации деятельности образовательных организаций дополнительного образования детей (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41), Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 №1008), Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 №09-3242.

Данная программа основывается на программах предпрофильной подготовки Е.А. Климова «Курс занятий по профориентации “Мои профессиональные намерения» и Г.В. Резапкиной «Психология и выбор профессии».

**Новизна** данной программы состоит в обеспечении возможности повышения эффективности профориентационной работы через комплексное организационно-психолого-педагогическое сопровождение и применение инновационных технологий по основным направлениям системы профориентационной работы.

**Актуальность.** В условиях развивающейся экономики «все реже оказывается корректным и применимым в массовой практике традиционное понятие «выбор профессии» более актуальной становится помощь человеку не в выборе профессии, а в поиске ресурсов для самостоятельного формирования собственного образовательно-профессионального формата, а также обучение способам использования этих ресурсов».

Данный запрос сформировал инновационный подход к профориентационной работе с молодёжью, направленный на содействие становлению субъекта профессионального самоопределения, что предполагает формирование и развитие компетенций, необходимых человеку для самостоятельной ориентации и осуществления профессионального выбора в динамично меняющихся условиях». Таким образом, актуальность программы «Мой выбор» определяется необходимостью внедрения механизмов распространения инновационного подхода к профориентации, направленных на формирование у обучающихся навыков осуществления осознанного выбора и построения траекторий достижения успеха.

Педагогическая целесообразность программы выражается в вопросе:

«Как необходимо организовать образовательный процесс, чтобы добиться максимального положительного результата?» Реализация программы

«Мой выбор» с применением комплекса педагогических технологий (технологии дифференциации и индивидуализации обучения, технологии проектной деятельности, игровых технологий т.д.) эффективно сказывается на развитии ключевых компетенций творческой личности обучающихся. Проектная деятельность обучающихся по данной программе предполагает с одной стороны отход от традиционного обучения, а с другой комплексное использование методических средств, оказывающих интегративное воздействие на личность ребёнка, что создаёт благоприятные условия для развития его активности, как высшей цели развития личности, ориентируя каждого подростка на достижение индивидуально-личностных успехов. Организация и проведение проектной деятельности сопровождается обучением подростков работе с различными прикладными информационными программами, способствуя многогранному развитию личности подростка. На основе получаемых знаний и навыков проводится индивидуальная проектная деятельность. При выполнении проекта учащиеся занимаются мыслительной, коммуникативной (если работают с группой), практической и презентационной видами деятельности.

**Цель Программы:** оказать обучающимся помощь в осмысливании версий своего профессионального будущего, определении актуальных целей и построении траекторий достижения успеха.

**Задачи Программы:**

1. Сформировать у участников следующие компетенции:

- осуществлять самостоятельный, осознанный и ответственный выбор в отношении своего образовательного и профессионального продвижения в условиях изменяющегося общества и рынка труда;
- противостоять при осуществлении выбора внешним манипулятивным воздействиям;
- ставить и корректировать адекватные ближние и дальние цели на пути своего образовательного и профессионального продвижения, проектировать свой образовательный и профессиональный (карьерный) маршрут;
- владеть способами деятельности по реализации указанных целей;
- при возникновении необходимости запрашивать помощь специалистов.

2. Обучить участников методикам определения особенностей личности и их соответствия тому или иному виду деятельности;

Обучить участников технологиям получения и анализа информации о профессиях;

Сформировать у участников понимание смысла и социальной миссии сфер профессиональной деятельности;

Сформировать у участников готовность к профессиональной мобильности, непрерывному образованию и самообразованию;

Сформировать положительные установки в отношении мира труда и «человека труда»;

Донести до участников информацию о перспективах развития России и мира, о потребностях отечественной экономики в кадрах инновационного развития;

Проинформировать участников о возможностях и особенностях построения карьеры в реальном секторе экономики;

Сформировать у участников мотивацию к социальной активности, самоанализу и профессиональному самоопределению;

10. Оказать участникам помощь в определении возможных шагов на данном этапе для актуализации процесса профессионального самоопределения и достижения профессиональных успехов в будущем.

### **Отличительные особенности программы**

**Практикоориентированность.** Обучающиеся получают не только теоретические знания, но и конкретные инструкции по выбору профессии будущего.

**Инновационность.** Принято считать, что профориентация — это тестирование, типирование и разнообразные рекомендации специалистов. Инновационность программы «Мой выбор» заключается в том, что она оказывает участникам помощь не только в выборе профессии, но и в поиске ресурсов для самостоятельного формирования собственного образовательно- профессионального формата, а также обучает способам использования этих ресурсов.

**Формирование ответственности.** Особенностью образовательной программы является формирование у участников готовности к принятию на себя ответственности за все последствия своего выбора, вне зависимости от того предвидели они их заранее, или нет.

**Воспитательная функция.** Особенностью программы является реализация воспитательной функции – формирование ценностей и мотивации, поддерживающих постоянное стремление участников самостоятельно и осознанно определять и корректировать траекторию своего будущего развития. Программа формирует положительные установки в отношении мира труда и «человека труда».

**Профориентационные игры.** Профориентационные игры обеспечивают проживание учащимися модели ситуаций, в которых требуется применение новых знаний и способов принятия самостоятельных решений.

Игры способствуют формированию команды и позволяют воссоздать реальные жизненные и социально-экономические ситуации, в которых осуществляется профессиональное становление личности.

**Разбор реальных ситуаций.** В рамках образовательной программы анализируются реальные примеры достижения профессионального успеха выпускниками программы и известными личностями.

**Профессиональные пробы.** Программа предусматривает создание условий, при которых участники могут попробовать себя в реальной деятельности в рамках условно выбранных профессий.

Адресат программы: обучающиеся в возрасте от 14 до 16 лет.

Сроки реализации дополнительной образовательной программы. Программа рассчитана на 1 год обучения -72 часа

**Форма организации – групповая.** Количество детей, находящихся одновременно в группе не более 15 человек.

**Форма организации занятия и режим занятий – групповая, формы проведения занятия – практика, ролевая игра, тренинг, тестирование, анкетирование, экскурсии, участие в ярмарках рабочих мест, встречи с людьми интересных профессий, социальные пробы, «круглый стол», пресс- конференция, индивидуальные и групповые беседы; демонстрация аудио- и видеофильмов, семинары, описание профессий, встреча с представителями отдельных профессий, диспут, конкурс проектов.**

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа.

Продолжительность занятия – 45 минут.

**Ожидаемые результаты и способы определения их результативности.**

**Личностные результаты освоения учебного предмета:**

- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
- составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его;

- использовать приёмы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
- анализировать информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка;
- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

**Метапредметные** результаты освоения учебного предмета: развить самостоятельность;

оценить собственные возможности, способствует овладению учащимися умениями получать из разнообразных источников и критически осмысливать социальную информацию;

систематизировать, анализировать полученные данные;

освоить способы познавательной, коммуникативной, практической деятельности, необходимых для участия в жизни гражданского общества и правового государства.

**Предметные** результаты освоения программы:

значение профессионального самоопределения, требования к составлению личного профессионального плана;

правила выбора профессии;

понятие о профессиях и о профессиональной деятельности;

понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии: понятие о темпераменте, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения;

значение творческого потенциала человека, карьеры;

о смысле и значении труда в жизни человека и общества; о современных формах и методах организации труда;

о сущности хозяйственного механизма в условиях рыночных отношений; о предпринимательстве;

о рынке труда.

**Регулятивные УУД**

У обучающихся сформированы действия:

понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом; планировать свои действия на отдельных этапах профориентационной работы;

осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;

анализировать причины успеха/неуспеха;

пользоваться приёмами анализа и синтеза при чтении и просмотре видеозаписей;

понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;

проявлять индивидуальные творческие способности при составлении текста экскурсии.

## **Коммуникативные УУД**

У обучающихся сформированы действия:

- включаться в диалог, в коллективное обсуждение, проявлять инициативу и активность;
- работать в группе; обращаться за помощью;
- формулировать свои затруднения; предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- умению выражать разнообразные эмоциональные состояния (грусть, радость, злость, удивление, восхищение).

## **Формы аттестации (контроля).**

Итоговая аттестация – представляет собой оценку качества усвоения учащимися закончившие обучение по программе. Сроки проведения итоговой аттестации – май.

№ п\п	Название раздела учебно-тематического плана	Форма контроля
1.	Вводное занятие.	Тест на определение уровня знаний.
2.	Характеристика профессий.	Опрос.
3.	Личностные особенности.	Тест
4	Профессии нашего региона.	Опрос.
5	Профессии XXI века	Викторина.
6	Тренинг	Педагогическое наблюдение

Форма подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мой выбор» – защита проекта «Мой выбор». Это мероприятие является контрольным и служит показателем освоения обучающимися программы.

## Учебный план

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие	2	1	1	Опрос
	Характеристика профессий.	4	3	1	
	Личностные особенности	18			
	Темперамент.	2	1	1	Тест М.Ф. Шевченко «Определение темперамента»
	Самооценка	2	1	1	Методика Дембо-Рубинштейн «Самооценка»
	Характер Воля. Волевые качества.	2	1	1	
	Наши эмоции и чувства	2	1	1	Тест Баса- Дарки, модификация Резапкиной Г.В. «Эмоции»
	Тип мышления	2	1	1	Тест Л.Г.Матвеевой «Тип мышления»
	Что такое мотивация?	2	1	1	
	Как здоровье может влиять на выбор профессии	2	1	1	
	Способность и талант	2	1	1	
	Интересы и склонности	2	1	1	
<b>Раздел 5</b>	<b>Профессии нашего региона.</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	
	Нефтяная отрасль.	1	0	1	



	Лесная промышленность.	1	0	1	
	Сфера обслуживания.	1	0	1	
	Частное предпринимательство.	1	0	1	
	Фермерство.	1	0	1	
	Мир рабочих профессий	1	0	1	Опрос
<b>Раздел 6</b>	<b>Профессии XXI века</b>	<b>10</b>	<b>2</b>		Викторина
	Тренинг «Самомотивация и дисциплина - работа со своими ресурсами»	2	1	1	
	Лекция «Успех - разный у всех или где искать счастье»	2	1	1	
	Тренинг «Формирование целей и принятия решений»	2	1	1	
	Лекция «Мир профессий»	2	1	1	
	Тренинг «Инфополеи расширение кругозора»	2	1	1	
	Тренинг «Противодействие внешним манипуляциям при выборе профессий»	2	1	1	
	Тренинг «Мораль выбора»	2	1	1	
	Тренинг «Рабочие профессии: плюсы, минусы, перспективы»	2	1	1	
	Лекция «Кадры инновационного развития России»	2	1	1	
	Дебаты «Работа в	2	1	1	

	реальном секторе экономики»				
	Лекция «Работа будущего – какой она будет? 100 новых и 50 «умирающих» профессий»	2	1	1	
	Тренинг «Надпрофессиональные навыки»	2		2	
	Тренинг «Профи-квест»	2		2	
	Тренинг «Стратегия будущего»	2		2	
	Тренинг «Шаг к успеху - построение образовательной профессиональной траектории»	2		2	
	Итоговое занятие защита проекта «Мой выбор »	2		2	
	Итого	72	26	48	

### Содержание учебного плана

Раздел 1. Вводное занятие (2 часа). Теория: Инструктаж по проведению теста  
Практика: Тест на определение уровня знаний. Раздел 2. Характеристика профессий (4 часа).

Теория: Что такое предмет труда, цель труда. Какими средствами пользуется трудящийся. Кто создает условия труда. Что такое характер и отрасль труда. Что такое профессия, специальность, должность. Личностный смысл труда.

Практика: Создание ситуаций, обсуждение недочетов, игры в профессии.  
Раздел 3. Личностные особенности (18 часов).

Теория: Что такое темперамент. Как влияют особенности характера на выбор профессии. Что такое IQ. Что такое эмоциональный интеллект.

Практика: Тестирование. Обсуждение.

Раздел 4. Профессии нашего региона (6 часов).

Теория: Нефтяная отрасль. Лесная промышленность. Сфера обслуживания. Частное предпринимательство. Фермерство. Мир рабочих профессий.

Практика: Экскурсии, игры «Я – предприниматель», «Устройство на работу», «Продай мне ручку».

Раздел 5. Профессии XXI века (10 часов).

Теория: Информационные и компьютерные технологии, рекламный бизнес, менеджер, логистик, коучер, мерчандайзер, девелопер, фондовая биржа, промоутер, сейлзменеджер.

Раздел 6. Тренинги (30 часов).

Теория: Кадры инновационного развития России, Лекция «Откуда и зачем появились деньги?», прогнозы развития рынка труда России и мира в перспективе 15 лет.

Практика: тренинг «Кто я», Тренинг «Самомотивация и дисциплина», «Успех – разный у всех или где искать счастье», Тренинг «Инфополе расширение кругозора», Тренинг «Противодействие внешним манипуляциям при выборе профессий», «Мораль выбора», Тренинг «Рабочие профессии: плюсы, минусы, перспективы», Дебаты «Работа в реальном секторе экономики», «Работа будущего – какой Она будет? 100 новых и 50 «умирающих» профессий», «Надпрофессиональные навыки», Тренинг «ПРОФИ-КВЕСТ», Тренинг «Стратегия будущего», Тренинг «Шаг к успеху»

### **Оценочные материалы.**

Тест «Самооценка психических состояний», опросник Басса-Дарки, таблицы Шульте, методика «Определение направленности личности», тест-опросник измерения мотивации достижения, методика «Интеллектуальная лабильность», методика КОС, тест-опросник измерения мотивации аффиляции, опросник Стефансона, методика ДДО, тест «Предпочтительные виды профессиональной деятельности», онлайн-тесты профориентационного характера, на определение индивидуальных особенностей (темперамент, характер и т.п.), компьютерная диагностика, анализ результатов проб.

### **Календарный учебный график**

Календарный учебный график Начало учебного года – 01.09.2020г., окончание – 31.05.2021г.

Продолжительность учебного года - 36 недели.

Занятия по программам дополнительного образования проводятся не раньше чем через 45 минут после окончания уроков.

В каникулярный период занятия по программам дополнительного образования проходят в том же режиме, что и в течение четверти.

Занятия по ДООП «Мой выбор» проводятся 1 раз в неделю.

### **Методические материалы.**

Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мой выбор» включает в себя обеспечение

образовательного процесса согласно учебно-тематическому плану  
различными методическими материалами.

№	Раздел	Материалы и инструменты, оборудование	Дидактический материал	Методы обучения и формы занятий, подведения итогов	Контрольно-измерительные материалы
1.	Вводное занятие.	Мультимедийный проектор, персональные компьютеры, глобальная сеть Интернет	- Инструкция по технике безопасности и противопожарной безопасности. - Специальная литература.	Лекция, инструктаж, беседа	Онлайн тесты на определение уровня знаний по профориентации
2.	Характеристика профессий.	Мультимедийный проектор, персональные компьютеры, глобальная сеть Интернет	- специальная литература, - видеоролики по теме	Лекция, беседа, круглый стол, тесты	Вопросы по теме
3.	Личностные особенности	Мультимедийный проектор, персональные компьютеры, глобальная сеть Интернет	специальная литература, видеоролики, Тесты (ДДО, Карта интересов, Опросник Холланда, Художник или мыслитель, Психометрический и др.)	Лекция, беседа, интерактивное занятие, тесты, игры.  Творческие работы ( опиши темперамент друга)	Тесты
4.	Профессии нашего региона.	Мультимедийный проектор,	специальная литература, видеоролики,	Встречи с представителями профессий	Тесты

		персональные компьютеры, глобальная сеть Интернет	- Тесты.	нашего региона, лекции, практические занятия,	
5.	Профессии XXI века	Мультимедийный проектор, персональные компьютеры, глобальная сеть Интернет	Сайт «Билет в будущее», «Проектория»	Лекции, практические занятия, беседы, тесты. Интернет	Профориентационные игры
6.	Тренинги	Мультимедийный проектор, персональные компьютеры, глобальная сеть Интернет	Инструкции по проведению тренинга	Тренинги, дебаты	Профориентационные игры
	Итоговое занятие.		Результаты тестирования	Практическая работа	Защита проектов

## Список использованной литературы

1. Агентство стратегических инициатив (АСИ), Атлас новых профессий, вторая редакция, 2015.
2. Анисимова Н.П., Кузнецова И.В. Профессиональная ориентация, профотбор и профессиональная адаптация молодежи, Ярославль, ЯЦПО, 3. 2000.
4. Грановская Р.М. Конфликты и творчество в зеркале психологии, М., Генезис, 2002.
5. Дусавицкий А.К. Формула интереса, М., Педагогика, 1989.
6. Климов Е.А. Как выбирать профессию, М., Просвещение, 1991.
7. Климов Е.А. Психолого-педагогические проблемы профессиональной консультации. М., Знание. Серия «Педагогика и психология», 1983.
8. Кузин Ф.А. Культура делового общения. М., 2000.
9. Митина Л.М. Психология развития конкурентоспособной личности. М.; Воронеж, 2003.
10. Орлов Ю.М. Восхождение к индивидуальности, М., Просвещение, 1991.
11. Поляков В.А. Технология карьеры. М., 1995.
12. Пряжников Н.С. Психологический смысл труда. М.; Воронеж, 1997.
13. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники. М., Вако, 2005.
14. Пряжникова Е.Ю., Пряжников Н.С. Профориентация. М., Академия, 2005.
15. Резапкина Г.В. Я и моя профессия, М., Генезис, 2004
16. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии, или Путеводитель выпускника. М., Генезис, 2005.
17. Резапкина Г.В. Скорая помощь в выборе профессии, М., Генезис, 2010.
18. Резапкина Г.В. Комплексная диагностика в условиях профильного обучения, журнал «Школьный психолог» ИД «Первое сентября», №11-13, 2008.
19. Резапкина Г.В. Уроки самоопределения, журнал «Классное руководство и воспитание школьников», №15(2007) - №9 (2008).
20. Резапкина Г.В., Психология и выбор профессии, М., Генезис, 2005.