

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 5
301720, Тульская область, г.Кимовск, ул.Бессолова, дом 65**



ПРИНЯТО

на педагогическом совете
протокол №1
от «29» августа 2022г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом Муниципального
казенного общеобразовательного
учреждения средней
общеобразовательной школы №5
от 29.08.2022 № 130

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

курса внеурочной деятельности социального направления
«ШАГ В БУДУЩЕЕ»
для учащихся 10-11 класса

Программу разработала:
Колпакова Н.К.
учитель истории и обществознания

г.Кимовск
2022-2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Шаг в будущее» Муниципального казенного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №5 разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», с приказом Министерства Просвещения России от 31.05.2021 г. №286 «Об утверждении федерального образовательного стандарта начального общего образования», №287 «Об утверждении федерального образовательного стандарта основного общего образования», письмом Министерства Просвещения России от 05.07.2022 №ТВ-1290/03 «О направлении методических рекомендаций внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных образовательных стандартов начального общего образования и основного общего образования».

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Шаг в будущее» реализуется педагогом с учетом рабочей программы воспитания от 29.08.2022 № 130

В современном обществе всё более актуальной становится проблема создания условий для успешного профессионального самоопределения выпускников общеобразовательных учебных заведений. Экономическая и социальная обстановка заставляет предъявлять все более высокие требования к индивидуальным психофизиологическим особенностям человека

Рыночные отношения кардинально меняют характер и цели труда: возрастает его интенсивность, усиливается напряженность, требуется высокий профессионализм, выносливость и ответственность.

В связи с переходом школы на профильное обучение, учащиеся к 10 классу должны определиться с выбором предметов, изучаемых на профильном уровне. Зачастую дети не готовы к осознанному выбору своей будущей профессии и выбирают те учебные заведения и специальности, в которые могут поступить на основе баллов своих документов и итогов выпускных экзаменов. В этой связи растет большое количество студентов, обучающихся не по той профессии, бросающих свои учебные заведения и молодых работников, понимающих, что пришли не туда. На современном этапе от учащихся требуется четкое осознание своих целей, умение планировать, корректировать свои планы и сознательно претворять их в жизнь.

Данный курс знакомит школьников с общими основами выбора профессии (информационными, психологическими, практическими). Знание этих основ обеспечивает учащимся принятие адекватного решения, как о выборе конкретного типа профессии, так и о пути дальнейшего образования.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Шаг в будущее» для 10-11 класса разработана на основе программы учебного курса Смирновой Е.Е. «На пути к выбору профессии», Рогова Е.И. «Выбор профессии» и Шмит В.Р. «Беседы по профориентации для старшеклассников». При реализации программы используется практическая деятельность в рамках учебных предметов «Физика», «Химия», «Биология», предметных областей естественно - научной и технологической направленности на базе Центра «Точка роста».

Программа рассчитана на 68 часов (34 часа – 10 класс, 34 часа – 11 класс). Программа включает цикл бесед и практические занятия, призванные помочь старшеклассникам в анализе своих психологических особенностей и в профессиональном самоопределении.

Актуальность курса определяется значимостью формирования у обучающихся профессионального самосознания и осознанного профессионального намерения, осознанию интереса к будущей профессии. За краткостью слов «выбор профессии» стоит планирование, проектирование, обдумывание профессионального жизненного пути, «профессионального старта». Правильно сделанный выбор – это начало пути к успеху, к самореализации, к психологическому и материальному благополучию в будущем. Профессиональное самоопределение является начальным звеном профессионального развития личности. В психологическом плане самоопределившаяся личность — это субъект, осознавший,

- что он хочет (цели, жизненные планы, склонности),
- что он есть (интеллект, личностные и физические свойства),
- что он может (возможности и способности),
- что от него хочет общество, и что он ждет от общества.

Цель программы:

лично-профессиональное развитие подростков, формирование навыков профессиональной диагностики и профессионального выбора, развитие социальной и межкультурной компетенции.

Задачи программы:

- дать школьнику знания о самом себе и научить его получать эти знания;
- познакомить старшеклассников с миром профессий и его многообразием;
- совершенствовать коммуникативные навыки и умения;
- познакомить с основами выбора профессии.

Методы:

- лекционный метод передачи знаний;
- психологические методы исследования качеств личности;
- методы социально- психологического тренинга, включающего методы дискуссии, анализа конкретных ситуаций, игрового моделирования.

Средства обучения:

- ИКТ
- СМИ
- Бланки опросников
- Фильм «Как достичь успеха»
- Информационные буклеты

В программе «Шаг в будущее» много времени отводится на активные формы работы: психологические игры, элементы психологического тренинга, ролевые игры, что позволяет учащимся получать «обратную связь», сформировать навыки анализа интересов, чувств, мотивов партнера по общению, конструктивного ведения диалога.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Шаг в будущее»

Личностные результаты:

- готовность и способность к осознанному выбору профессии и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования;
- принятие моральных норм и правил нравственного поведения с представителями разных

поколений (ветераны, инвалиды, дети младшего возраста), носителей разных убеждений и представителей различных социальных групп нашего города;

- способность анализировать нравственную сторону своих поступков и поступков своих сверстников;
- потребность повышать свой культурный уровень, само реализовываться в разных видах деятельности;
- умение взаимодействовать со сверстниками в коллективе, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами;
- формирование бережного отношения к традициям своей семьи, школы;
- об этике и эстетике повседневной жизни человека в обществе;
- о принятых в обществе нормах поведения и общения;
- об основах здорового образа жизни;
- развитие ценностного отношения подростков к труду.

Метапредметные результаты:

- умение ставить цель своей деятельности на основе имеющихся возможностей;
- умение оценивать свою деятельность, аргументируя при этом причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- формирование умения находить достаточные средства для решения своих учебных задач;
- демонстрация приёмов саморегуляции в процессе подготовки различных мероприятий;
- навык делать выводы, устанавливать причинно-следственные связи на основе полученной информации о профессиях;
- анализ и принятие опыта разработки и реализации проекта исследования разной сложности;
- умение находить в тексте требуемую информацию, ориентироваться в тексте, устанавливать взаимосвязи между описываемыми событиями и явлениями;
- критическое оценивание содержания и форм современных текстов;
- овладение культурой активного использования словарей и других поисковых систем;
- умение организовать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- приобретение навыков работы индивидуально и в коллективе для решения поставленной задачи;
- умение находить общее решение и разрешать конфликты;
- о правилах конструктивной групповой работы;
- опыт публичного выступления;
- опыт самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности;
- соблюдение норм публичной речи в процессе выступления.

Предметные результаты:

- 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 так же 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.

ПРОГРАММА
10 класс, 34 часов
Содержание программы

Тема 1. Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека.

Почему важно сделать правильный выбор. Что такое психология и чем она может помочь при выборе профессии. Понятия “личность”, “профессиональные интересы”, “склонности”.

Тема 2. Мир профессий.

Дать определения: профессия, специальность, квалификация, должность.

Классификация по типам профессий (Е.А. Климов), объекту, характеру труда, видам Деятельности. Методика “Матрица профессий”.

Тема 3. Знакомство с профессиограммами (занятие с элементами практикума).

Дать определение понятиям “профессиограмма: цель труда, предмет труда, средства и условия организации труда”, “профессиональная пригодность”. Опросник ДДО Климова, Карта интересов.

Тема 4. Профессия типа “Человек – техника”.

Выполнение лабораторной работы с применением робота-манипулятора на базе центра «Точка роста».

Тема 5. Профессия типа “Человек – природа”.

Выполнение лабораторной работы с применением цифровой лаборатории по биологии на базе центра «Точка роста».

Тема 6. Профессия типа “Человек – знаковая система”.

Выполнение лабораторной работы с применением цифровой лаборатории по химии на базе центра «Точка роста».

Тема 7. Профессия типа “Человек – человек”.

Тема 8. Профессия типа “Человек – художественный образ”.

Тема 9. Пути получения профессии.

Тема 10. Кто я, или что я думаю о себе.

Внутренний мир человека и возможности его самопознания.

Тема 11. Свойства нервной системы и темперамент.

История изучения темперамента: от Гиппократа до Павлова. Типы темперамента, их влияние на профессиональную деятельность. Опросник типа темперамента Г.Айзенка.

Тема 12. Память.

Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации. Определение объема кратковременной памяти и ведущего способа запоминания.

Тема 13. Внимание.

Внимание и деятельность человека. Произвольное и непроизвольное внимание.

Структура и характеристики внимания: объем, распределение, переключение, концентрация, устойчивость. Профессии, предъявляющие повышенные требования к развитию внимания. Приемы развития внимания.

Тема 14. Мышление.

Функции, виды мышления. Мыслительные операции. Правополушарные и левополушарные мыслители. Приемы развития.

Тема 15. Эмоциональное состояние личности.

Эмоции в жизни человека. Формы и виды эмоциональных состояний, их влияние на профессиональную деятельность. Стресс и дистресс. “Шкала самооценки”.

Тема 16. Саморегуляция.

Умение контролировать свое поведение. Позитивное мышление и жизненные ценности. Как выпустить “лишний пар”. Десять шагов уверенности в себе.

Тема 17. Коммуникабельность – составляющая успеха будущей карьеры.

Требования к работнику: профессионализм, ответственность, коммуникабельность. Умение конструктивно разрешать конфликты. Изучение коммуникативных и организаторских способностей по методике “КОС”.

Тема 18. Первый шаг на пути к профессии.

Способности, профессиональная пригодность, состояние физического здоровья, как основные составляющие правильного выбора. Формула успеха. Ошибки в выборе профессии.

Тема 19. Современный рынок труда и его требования.

Социально-профессиональная мобильность – качество современного человека. Самостоятельность и ответственность в профессиональной деятельности. Коллективность трудового процесса. Профессионализм и самосовершенствование.

Тема 20. Мотивы и основные условия выбора профессии.

“Хочу – могу – надо” - необходимые условия правильного выбора. “Мышеловки” легких денег, или возможность попадания в финансовую зависимость.

Тема 21. Что требует профессия от меня?

Понятие рынка профессий. Определение требований к соискателю (по газете, рубрика “работа для вас”), “Центр занятости населения”.

Тема 22. Перспективы профессионального старта.

Навыки самопрезентации. Как правильно составить резюме. Правила поведения на собеседовании. Интервью при приеме на работу (ролевая игра).

Тема 23. Составление плана профессионального самоопределения.

Алгоритм принятия решения.

Тема 24. Построение образа профессионального будущего.

Планирование карьеры. Цепочка ближних и дальних целей. Пути и средства достижения целей. Внешние и внутренние условия достижения целей. Запасные варианты, пути их достижения. Как получить хорошую работу в современной России.

Тема 25. Подготовка к будущей карьере.

Психологический портрет личности. Ролевая игра “Встреча через 10 лет”.

Тема 26. Профориентационная игра-проект “Выбор профиля”.

Выполнение лабораторной работы с применением цифровой лаборатории по физике на базе центра «Точка роста».

Тема 27. Итоговое занятие “Перелистывая страницы”.

Обобщение приобретенных учащимися знаний и умений, необходимых для принятия решения при выборе профессии и планирования своего профессионального пути.

11 класс, 34 часа

Содержание программы

I. Профориентация: основные задачи курса.

Тема 1. Что изучает профориентация.

Дать представление о понятиях «профориентация», «профессия». Многообразие мира профессионального труда.

Тема 2. Профессионализм.

Труд как потребность человеческой жизни. Совершенствование человека в труде. Профессионализм. Условия труда, требования к работнику. Имидж и этикет современного делового человека.

Тема 3. Типичные ошибки при выборе профессий.

Перечень типичных ошибок.

Тема 4. Интересы, склонности и способности в профессиональном выборе.

Знакомство с основными понятиями темы. Роль интересов, склонностей и способностей в выборе профессии.

Тема 5. Профессиональная пригодность.

Взаимосвязь здоровья и выбора профессии, понятия «профессионально важные

качества» и «профессиональная пригодность». Ограничения профессиональной пригодности при различных заболеваниях.

Тема 6. Самопрезентация

Правила поведения на собеседовании. Резюме: структура и содержание. Варианты резюме. Практическая работа по написанию резюме.

Тема 7. Деловая игра «Кадровый вопрос».

Тема 8. Современный рынок труда и его требования к профессионалу. Рынок труда в Тульском регионе.

Понятие рынка труда. Спрос и предложение на рынке труда. Основные работодатели на территории Тульского региона. Востребованные специальности.

Предпринимательство как сфера профессиональной деятельности.

Тема 9. Личный профессиональный план.

Знакомство с типами профессий. Диагностика типа профессии по методике академика Е.А. Климова. Упражнение «Письмо самому себе». Коробка счастья.

II. Средние профессиональные учебные заведения Тульского региона.

Тема 10. Рынок образовательных услуг Тульского региона.

Знакомятся с понятием «образовательная карта». Узнают о средние профессиональных и среднетехнических училищах, условиях поступления.

Тема 11. Средние профессиональные учреждения Тульского региона.

III. Творческие проекты учащихся.

Тема 12. Работа над проектами.

Тема 13. Презентация проектов.

IV. Экскурсионная деятельность. Посещение предприятий г.Кимовска.

Тема 14. Больница.

Тема 15. Пожарная часть.

Тема 16. Аптека.

Тема 17. КРЭМЗ.

Тема 18. РЖД.

V. Профессиональные маршруты

Тема 22. Твой профильный класс.

Документы, регламентирующие профильное обучение в школе. Актуальность введения профильного обучения в СОШ. Анкета на выявление предпочтений, учащихся в выборе профиля обучения.

Выполнение лабораторных работ с использованием цифровых лабораторий по физике(осциллограф), химии, биологии и технологической направленности на базе центра «Точка роста».

Тема 23. Высшие учебные заведения Тульского региона.

Знакомятся с высшими учебными заведениями. Узнают о получаемых специальностях, условиях поступления.

Тема 24. Профили обучения.

Тема 25. О трудностях в выборе будущей профессии, профиля обучения.

Тема 26. Итоговый урок. Эссе «Мой выбор – моя судьба».

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ, 10 класс

№ п/п	Название темы
1.	Вводное занятие. Анкетирование учащихся.
2.	Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека.
3.	Мир профессий.
4.	Классификация по типам профессий: объекту, характеру труда, видам деятельности.
5.	Карта интересов- занятие с элементами практикума.
6.	Знакомство с профессиограммами.

7.	Профессия типа “Человек – техника”. Выполнение лабораторной работы с применением робота-манипулятора на базе центра «Точка роста».
8.	Профессия типа “Человек – природа”. Выполнение лабораторной работы с применением цифровой лаборатории по биологии на базе центра «Точка роста».
9.	Профессия типа “Человек – знаковая система”. Выполнение лабораторной работы с применением цифровой лаборатории по химии на базе центра «Точка роста».
10.	Профессия типа “Человек – человек”.
11.	Профессия типа “Человек – художественный образ”.
12.	Пути получения профессии. Формы обучения.
13.	Кто я, или что я думаю о себе.
14.	Свойства нервной системы и темперамент.
15.	Типы темперамента, их влияние на профессиональную деятельность.
16.	Память.
17.	Внимание.
18.	Мышление.
19.	Эмоциональное состояние личности.
20.	Саморегуляция.
21.	Коммуникабельность – составляющая успеха будущей карьеры.
22.	Изучение коммуникативных и организаторских способностей по методике “КОС”.
23.	Первый шаг на пути к профессии.
24.	Современный рынок труда и его требования.
25.	Мотивы и основные условия выбора профессии.
26.	Что требует профессия от меня?
27.	Центр занятости населения-экскурсия.
28.	Перспективы профессионального старта.
29.	Интервью при приеме на работу-ролевая игра.
30.	Составление плана профессионального самоопределения.
31.	Построение образа профессионального будущего.
32.	Подготовка к будущей карьере.
33.	Профориентационная игра-проект “Выбор профиля”. Выполнение лабораторной работы с применением цифровой лаборатории по физике на базе центра «Точка роста».
34.	Итоговое занятие “Перелистывая страницы”.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ, 11 класс

№ п/п	Название темы
1.	Профориентация: основные задачи курса.
2.	Профессионализм.
3.	Типичные ошибки при выборе профессий.
4.	Интересы, склонности и способности в профессиональном выборе.
5.	Профессиональная пригодность.
6.	Самопрезентация.
7.	Практическая работа по написанию резюме.
8.	Деловая игра «Кадровый вопрос».

9.	Современный рынок труда и его требования к профессионалу.
10.	Рынок труда в Тульском регионе.
11.	Личный профессиональный план.
12.	Средние профессиональные учебные заведения Тульского региона.
13.	Рынок образовательных услуг Тульского региона.
14.	Средние профессиональные учреждения Тульского региона.
15.	Творческие проекты учащихся - работа над проектами.
16.	Творческие проекты учащихся - работа над проектами.
17.	Презентация проектов.
18.	Презентация проектов.
19.	Презентация проектов.
20.	Посещение предприятий г.Кимовска - Больница.
21.	Посещение предприятий г.Кимовска - Больница.
22.	Посещение предприятий г.Кимовска - Пожарная часть.
23.	Посещение предприятий г.Кимовска - Пожарная часть.
24.	Посещение предприятий г.Кимовска - Аптека.
25.	Посещение предприятий г.Кимовска - Аптека.
26.	Посещение предприятий г.Кимовска - КРЭМЗ
27.	Посещение предприятий г.Кимовска - КРЭМЗ
28.	Посещение предприятий г.Кимовска – РЖД.
29.	Посещение предприятий г.Кимовска – РЖД.
30.	Твой профильный класс.
31.	Высшие учебные заведения Тульского региона.
32.	Профили обучения. Выполнение лабораторных работ с использованием цифровых лабораторий по физике(осциллограф), химии, биологии и технологической направленности на базе центра «Точка роста».
33.	О трудностях в выборе будущей профессии, профиля обучения.
34.	Итоговый урок. Эссе «Мой выбор – моя судьба».

Список литературы

1. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. – СПб., 2004.
2. Битянова М.Р. Психология личностного роста. – М., 1995.
3. Большаков В.Ю. Психотренинг. Социодинамика. Игры. Упражнения. – СПб., 1994.
4. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. – М., 1999.
5. Кле М. Психология подростка. – М., 1991.
6. Кон И.С. Психология юношеского возраста. – М., 1994.
7. Леонтьев Д.А. Психология смысла. – М., 1999.
8. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками. – М., 2001.
9. Пряжников Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. – М., Воронеж, 1996.
10. Рудестам К. Групповая психотерапия. – СПб., 2000.
11. Савченко М.Ю. ПрофорIENTATION. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам (9–11 класс) / Под ред. Л.А. Обуховой. – М., 2005.
12. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учебное пособие. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство «Ось-89», 2000.
13. Гаджиева Н.М., Никитина Н.Н., Кислинская Н.В. Основы самосовершенствования: Тренинг самосознания. – Екатеринбург: Деловая книга, 1998.
14. Грецов А.Г., Попова Е.Г. Выбери профессию сам. Информационно-методические материалы для подростков. - СПб, 2004.
15. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками.- Москва, 2001.
16. Пузиков В.Г. Технология ведения тренинга. – СПб: изд-во «Речь», 2005.

17. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов. – М.: Генезис, 2006 г.

18. Смид Р. Групповая работа с детьми и подростками Пер. с англ. 2-е изд, исправленное - М., Генезис, 2000.

Электронные ресурсы

www.moeobrazovanie.ru Профориентация школьников. Уроки по профориентации.

1. Урок по профориентации. Автор: Алла Якимова; «Экскурс в профессию»

2. Классный час; Автор: Алла Якимова ; «Экскурс в профессию»

3. Профориентационный урок "Экскурс в мир профессий" →

Фестиваль профессий. Автор: Лариса Шустрова; Форма проведения: фестиваль профессий.

Презентации по профориентации

1. Ppt4WEB.ru «Вернисаж профессий».

2. <http://www.myshare> «Профориентация. Как правильно выбрать профессию?»;

3. Prezentacii.com «Такие разные профессии»,

4. Электронные варианты тестов и тестовых методик по темам курса.

5. Презентации по профориентации: nsportai.ru, 5psy.ru, oooshka.clan.su, infourok.ru