

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Красноярского края

Управление образованием Администрации города Шарыпово

МАОУ СОШ №8 г. Шарыпово

РАССМОТРЕНО

Протокол МС №1
от «31» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МАОУ СОШ №8

Агаркова А.Г.

Приказ №251 от «31» 08 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Познай себя»

для обучающихся 10 классов

Шарыпово 2023 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета «Познай себя» разработана: в соответствии с Приказом Министерства просвещения РФ от 12 августа 2022 г. № 732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 г. № 413».

Актуальность программы:

Рабочая программа предназначена для подготовки обучающихся 10 классов. Составлена с учетом опыта трудовой и технологической деятельности, полученного обучающимися при обучении в основной школе, и определяется значимостью формирования у школьников профессионального самосознания и осознанного профессионального намерения, осознанию интереса к будущей профессии. За краткостью слов «Познай себя» 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.

Старшекласснику для принятия решения, выбора «старта в профессию» нужно хорошо знать мир профессий, их требования к человеку и рейтинг на рынке труда, он должен правильно и реально оценивать свои возможности, способности и интересы. По сути дела, он стоит перед решением сложной творческой задачи со многими не известными, а подготовить его к успешному решению этой задачи должна система школьной профориентации.

Программой предусмотрено создание учебных компьютерных профиограмм. Обучающиеся познакомятся с основами принятия решений, овладеют навыками составления личного профессионального плана. В ходе изучения программы обучающимися будет осуществляться работа по самопознанию на основе типовых диагностических методик, позволяющих выявить индивидуальные психологические особенности и профессиональные склонности, и интересы школьников, что позволит старшеклассникам сформировать свой психологический портрет и соотнести его с требованиями, предъявляемыми профессией.

Цель программы:

Формирование психологической готовности к самостоятельному и осознанному выбору профессии, оказание психологической помощи в профессиональном и личностном самоопределении, в самопознании школьников.

Задачи:

- Разъяснение сущности профессионального или личностного самоопределения личности
- Расширение знаний о мире профессий,
- Формирование у обучающихся понимания необходимости самопознания для осознанного выбора профессии,
- Овладение обучающимися навыками самопознания, самоанализа, самосовершенствования,
- Самопознание обучающихся в области профессиональных склонностей, индивидуальных психологических особенностей.

Формы проведения уроков: беседа, мини-лекция, дискуссия, практические и творческие задания, ролевые и профориентационные игры, психологические игры и упражнения, анализ ситуаций, метод взаимной групповой оценки.

Формы организации уроков: фронтальные, групповые и индивидуальные комбинированные уроки, уроки приобретения новых знаний, навыков и умений; уроки повторения и закрепления знаний, умений, навыков; уроки обобщения и систематизации знаний, контрольно-учетные уроки.

Методы обучения обучающихся: наглядные (предметы, процессы, химические опыты, таблицы, рисунки, видеоматериалы), практические (лабораторные работы, практические задания, решение задач), словесные (лекция, беседа, работа с книгой, консультация).

Технологии урока: компьютерные технологии, технология проблемного и исследовательского обучения, технология игрового обучения, использование тестов.

Класс	Количество часов в неделю	Количество часов за год
10	0,5	17

Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса:

1. Личностными результатами являются (Л):

Личностное, профессиональное, жизненное самоопределение и построение жизненных планов во временной перспективе.

Самопознание и само определение: построение образа Я («Я-концепции»), включая само отношение и самооценку;

Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

Действие смыслообразования, умение ответить на вопрос «какое значение, смысл имеет для меня учение», и уметь находить ответ на него;

Ценностно-смысловая ориентация обучающихся;

Нравственно-этическое оценивание;

Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.

Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.

2. Метапредметными результатами являются(М):

- Уметь структурировать знания.

- Выделение и формирование учебной цели.

- Поиски выделение необходимой информации.

- Самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;

- Умение осознанно и произвольно строить речевое высказывание в устной и письменной форме;

- Целеполагание как постановка учебной задач и на основе соотнесения того, что у же известному свое но учащимся, и того, что еще неизвестно;

- Планирование определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата, составление плана и последовательности действий;

- Прогнозирование предвосхищение результата и уровня усвоения, его временных характеристик;

- Контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона;

- Коррекция–внесение необходимых дополнений и коррективов плане способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его продукта;

- Оценка -выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения;

- Волевая саморегуляция, способность к волевому усилию–к выбору в ситуации мотивационного конфликта, к преодолению препятствий;

- Формирование умения выполнять задание в соответствии с целью;

- Формирование умения понимать причины успеха/ не успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.

3. Предметными результатами являются (П):

Десятиклассник научится:

Характеризовать влияние технологий на общественное развитие;

знать определения понятия «профессия», «специальность», «специализация», «квалификация», «характеристика труда», «классификация профессий», «цели труда», «орудия труда», «формула профессии», «профессиограмма», «тип профессии», «тип личности», «подтипы профессий», «профессионально важные качества»;

называть составляющие современного производства товаров или услуг;

описывать способы снижения негативного влияния производства на окружающую среду;

описывать способы организации труда, индивидуальной и коллективной работы;
различать под типы профессий в сфере «человек-человек», «человек-техника», «человек-знаковая система», «человек-природа», «человек-художественный образ»;
раскрывать основные этапы проектной деятельности;
раскрывать понятия «карьера», «вертикальная карьера», «горизонтальная карьера», «должность», «внутренняя и внешняя оценка карьеры»;
называть источники получения информации о путях получения профессионального образования и трудоустройства с учетом потребностей рынка труда Красноярского края;
различать возможности социальной защиты населения на рынке труда, систему обязательного пенсионного страхования в стране, Красноярском крае.
оценивать потребительские качества товаров и услуг;
изучать потребности потенциальных покупателей на рынке товаров и услуг;
составлять планы деятельности по изготовлению и реализации продукта труда;
использовать методы решения творческих задач технологической деятельности;
делать вывод о необходимости соотносить свои желания («хочу») со своими способностями и возможностями («могу») и требованиями рынка труда («надо»);
проектировать материальный объект или услугу; оформлять процесс и результаты проектной деятельности;
осознанно выполняющий правила здорового и экологически целесообразного образа жизни, безопасного для человека и окружающей его среды.
Десятиклассник получит возможность научиться:
Ориентироваться в мире профессий, понимать значение профессиональной деятельности для человека в интересах устойчивого развития общества и природы;
Осознавать и принимать ценности человеческой жизни, семьи, гражданского общества, многонационального российского народа, человечества;
Активно и заинтересованно познавать мир, осознавать ценность труда, науки и творчества;
Уметь учиться, осознавать важность образования и самообразования для жизни и деятельности, применять полученные знания на практике;
Быть социально активным, уважать закон и правопорядок, соизмерять свои поступки с нравственными ценностями, осознавать свои обязанности перед семьей, обществом, Отечеством;
Соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии.

Содержание учебного предмета

10 класс:

Тема 1. Вводное занятие. Многообразие мира профессий (1 час).

Цели и задачи курса. Содержание занятий. Труд в жизни человека и общества. Профессиональная деятельность как способ самореализации личности. ЕТКС (Единый тарифно-квалификационный справочник)

Игра: «Угадай профессию».

Тема 2. Я и выбор профессии (1 час).

Представление о себе и выбор профессии. Путь к самопознанию. Психические особенности личности и человеческие возможности, ведущие к профессиональному успеху. Развивающие процедуры: методика «Произвольное самописание».

Диагностические методики: «Кто я?».

Тема 3. Социальные проблемы труда (1 час).

Анализ предприятий: производственная и не производственная сфера. Анализ информации центра занятости. Составление перечня требуемых профессий.

Развивающие процедуры: дискуссия «Какие профессии востребованы в Красноярском крае и не только?». Мониторинг рынка труда Красноярского края.

Тема 4. Smart метод в выборе профессий и постановке целей. (1 час).

Учимся эффективно ставить цель применяя метод smart.

Упражнение «Мечты», «Встреча через 10 лет».

Тема 5. Классификации профессий (1 час).

Карта проф. определения Елисеев. Типология личности.

Тема 6. Мотивы выбора профессии(1 час).

Упражнение «Самореклама», «Приемная комиссия».

Тема 7. Здоровье и выбор профессии (1 час).

Понятие «неблагоприятные производственные факторы». Работоспособность. Условия и режим работы.

Практическая работа: письменная работа «Труд в современном обществе», работа с перечнем профессий, специальностей, должностей (контроль знаний), работа с «Анкетой здоровья» и нормативными документами по охране труда.

Тема 8. Типы темперамента и выбор профессии(1час).

Знакомство с типами темперамента: холерики, сангвиники, флегматики, меланхолики. Понятие экстраверсии и интроверсии. Значение и влияние темперамента на выбор профессии.

Тема 9. Современный рынок труда и его требования к профессионалу (1 час).

Анализ профессий. Формула профессии. Классификационные признаки - предмет труда, цель труда, орудия труда, условия труда.

Кадровое планирование. Банки данных рабочей сил (спрос и предложение). Занятость населения и безработица.

Практическая работа: составление формул профессий.

Тема 10. Профессиональная перспектива. Составление резюме (1 час).

Понятие о профессиональной пригодности. Методы изучения способностей. Развитие способностей. Призвание. Целеустремленность. Временная перспектива. Профессиональный успех на студенческой скамье. Правила составления резюме.

Практическая работа: составление индивидуальной программы самовоспитания, составление резюме (интеграция с темой «Текстовый редактор WORD» информатики (либо информационных технологий).

Тема 11. Собеседование. Правила и нормы поведения (1 час).

Подготовка к собеседованию: речь, одежда (дресс-код), этикет.

Развивающие процедуры: игра «Руководитель» (демократичный, авторитарный).

Тема 12. Семья и другие помощники в выборе профессии (1 час).

Помощь семьи в самоопределении подростка.

Тема 13. Профессии будущего (1 час).

Ознакомление с разнообразием выбора профессий будущего.

Игра «Мечта»

Тема 14. Личный профессиональный план (1 час).

Понятие о профессиональной карьере. Профессиональная компетентность. Индивидуальный профессиональный план как средство реализации программы личностного и профессионального роста человека. Профессиональное прогнозирование и самоопределение. Основы проектной деятельности; технология и алгоритм создания творческого проекта.

Практическая работа: заполнение дневника профессиональной карьеры, составление и анализ личного профессионального плана.

Тема 15. Готовность к выбору профиля, профессии (2 часа).

Оценка способности к самоанализу, анализу профессии, самореализации в различных видах профессиональной деятельности. Проверка соответствия выбранной профессии склонностям обучающихся.

Развивающие процедуры: обсуждение результатов диагностических тестов, дискуссия «Риски предстоящего выбора».

Тематическое планирование

№п /п	Название раздела, темы	Количество часов
1	Вводное занятие. Многообразие мира профессий.	1
2	Я и выбор профессии.	1
3	Социальные проблемы труда.	1
4	Smart- метод в выборе профессии и постановке цели.	1
5	Классификация профессий.	1
6	Мотивы выбора профессий.	1
7	Здоровье и выбор профессии.	1
8	Типы темперамента.	1
9	Современный рынок труда.	1
10	Профессиональная перспектива.	1
11	Собеседование. Правила нормы поведения.	1
12	Семья и другие помощники в выборе профессии.	1
13	Профессии будущего.	1
14	Личный профессиональный план.	2
15	Готовность к выбору профиля.	2
	Итого часов:	17

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

1. Афанасьева Н.В. Профориентационный тренинг для старшеклассников «Твой выбор» / под ред. Н.В. Афанасьевой. – СПб.: Речь. 2007.
 2. Заиченко Н.А. Опорный конспект школьника по экономике. М.: Вита-пресс. 2006.
 3. «Закон о занятости населения». М.: МП «Новая школа», 1992.
 4. «Закон об образовании». М.: Про-Пресс, 2004.
 5. Климов Е.А. Как выбирать профессию // Библиография. - М., 2005, №6
 6. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. Ростовн/Д: Феникс, 1996.
 7. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. М.: Academia. 2007.
 8. Постановление Правительства РФ "О развитии государственной системы профессиональной ориентации и психологической поддержки населения". Собрание законодательства Российской Федерации, 1995 г., №32, ст. 3324.
 9. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы). - Москва: Вако. 2005.
 10. Пряжникова Е.Ю. Пряжников Н.С. Профориентация: учебное пособие для вузов. М.: Академия. 2006.
 11. Технология. Учебник для 10-х классов под ред. В. Д. Симоненко. М.: Вентана-Граф. 2007.
 12. Основы технологической культуры. Учебник для 10-11-х классов под ред. В. Д. Симоненко. М.: Вентана-Граф. 2007.
 13. Технология. Профессиональный успех. Учебник для 10-11 классов под ред. С. Н. Чистяковой. М.: Просвещение. 2007.
 14. Технология. Профессиональный успех. 10-11 класс. Под редакцией Чистяковой С. Н. Издательство Просвещение 2010. Допущено министерством образования и науки. Основы технологической культуры - Симоненко В. Д., Матяш Н. В.: учебник для обучающихся 10-11 классов общеобразовательных школ, гимназий, лицеев. – М.: Издательский центр «Вента-Графф», 2008.
 15. Основы технологической культуры, 10-11 кл. (гуманитарный профиль) / под. ред. В. Д. Симоненко, Вентана-Граф, 2002
 16. Гапоненко А. В., Кропивянская С. О., Кузина О. В. и др. под ред. Чистяковой С. Н. Технология (базовый уровень)
 17. Очинин О. П., Матяш Н. В., Симоненко В. Д. под ред. Симоненко В. Д. Технология (базовый уровень)
- Электронный ресурс**
- <http://www.kto-kem.ru> Азбука профессий
- <http://www.moeobrazovanie.ru> Интернет-портал для абитуриентов
- <http://www.vyborprofessia.ru> Популярныя профессии и профессиограммой
- <http://education.superinform.ru> Информационно-поисковый портал для родителей
- <http://www.ucheba.ru> Образовательный портал
- <http://www.profcareer.ru> Центр тестирования и развития «Гуманитарные технологии»
- <http://www.proftime.edu.ru> «Время выбрать профессию»
- <http://www.proorientator.ru> Центр тестирования и развития «Гуманитарные технологии»
- http://www.edu.ru/db/portal/index_org.htm Портал «Российское образование»
- <http://www.planetaedu.ru> Планета образования
- <http://moscollege.umcro.ru> «Выбери профессию» (государственные образовательные учреждения среднего профессионального образования)
- <http://www.proekt-pro.ru> Коммерческий проект «Пропуск в профессию»