

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Краснощёковская средняя общеобразовательная школа № 1»  
Краснощёковского района Алтайского края

«Принято»  
на заседании МО  
Протокол №1  
от 19.08. 2021г.

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР

*Татьяна Борисовна ТИ*



**Рабочая программа курса внеурочной деятельности**  
**«Мой выбор»**  
**для учащихся 10-11 классов**  
Срок реализации программы: один год

Разработчик:  
учитель географии -  
Шестопалова Нина Николаевна  
высшая квалификационная категория

с. Усть-Козлуха  
2021г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена в соответствии с новыми требованиями ФГОС, основной образовательной программы основного среднего образования МБОУ «Краснощёковская СОШ №1»; годовым календарным учебным графиком и планом воспитательной работы МБОУ «Краснощёковская СОШ №1» в 2021-2022 учебном году.

Количество часов, отводимых на освоение программы – 1 час в неделю, всего 34 часа в год.

### Планируемые результаты

**Личностными результатами** освоения обучающимися курса являются: - проявление познавательных интересов и активности в данном курсе; -выражение желания учиться и трудиться для дальнейшего осуществления своих желаний; -овладение установками, нормами и правилами научной организации своей деятельности; - самооценка способностей для труда в различных сферах с позиции будущей социализации; -становление самоопределения в выбранной сфере будущей профессиональной деятельности; -планирование образовательной и профессиональной карьеры.

**Метапредметными результатами** освоения курса являются универсальные учебные действия (УУД): -планирование процесса познавательно-трудовой деятельности; -определение адекватных способов решения учебной или трудовой задачи на основе заданных алгоритмов; -проявление инновационного подхода к решению учебных и практических задач; -самостоятельная организация и выполнение различных работ; -приведение примеров, подбор аргументов, формирование выводов по обоснованию выбора профессии и отражение в устной или письменной форме результатов своей деятельности; -выявление потребностей профессии; -выбор для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, интернет-ресурсы и другие базы данных; -согласование и координация совместной деятельности с другими ее участниками; -оценивание своей познавательной деятельности с точки зрения нравственных, правовых норм; -диагностика результатов деятельности по принятым критериям и показателям;

**Предметными результатами** освоения курса являются: -рациональное использование учебной и дополнительной информации для выбора профессии; -классификация видов профессий; -планирование деятельности по выбору профессии; -проведение различных исследований и социального опроса по потребностям в различных профессиях; -документирование результатов исследований и опросов; -оценивание своих способностей и готовности к выбранной профессии; -допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

### Раздел 1. Человек свободного общества (17 ч)

#### Человек свободного общества (1 ч)

Основные ценности свободного общества. Понятие свободы. Свобода выбора.

Ответственность и гражданская позиция.

#### Я выбираю (2 ч)

Опыт выбора в конкретных жизненных ситуациях. Предмет выбора. Факторы выбора.

Личностная готовность принять ответственность за результаты выбора. Выбор и поступок.

#### Я среди людей (2 ч)

Значение общепринятых моральных правил и норм. Межличностные отношения.

Конфликтная ситуация и способы выхода из нее. Договор как результат переговоров.

#### Моя семья (1 ч)

Семья как малая социальная группа. Значение семьи для общества и человека. Семейные роли и взаимодействие в семье: дети, родители-дети, супруги, другие родственники.

Распределение социальных ролей в семье. Соотношение прав и обязанностей в семье.

#### Мой выбор-моя малая родина (2 ч)

Любовь к Родине и малой родине. Историческая память. Патриот малой родины.

Гражданская ответственность по отношению к Отечеству и малой родине.

#### Мое здоровье (3 ч)

Комплексный характер понятия «здоровье». Позитивные и негативные факторы, влияющие на здоровье современного человека. Социальная значимость здорового образа жизни. Полезные привычки и способы их формирования. Пути сохранения здоровья.

#### Я и политика (2 ч)

Политическая сфера жизни общества. Роль политики в жизни каждого человека.

Политическая активность. Участие в выборах. Моя гражданская позиция и участие в общественно-политической жизни страны.

#### Я и средства массовой информации (2 ч)

Понятие информации и СМИ. Роль информации в современном обществе. Значение информации в жизни каждого человека. Виды современных СМИ. СМИ как четвертая власть. Информация и ответственность.

#### Я и закон (1 ч)

Понятие права. Значение права в жизни общества и каждого человека. Право и закон.

Правонарушение и преступление. Правовая ответственность.

Свобода и ответственность – выбор XXI века. На пороге моего выбора... (1 ч)

Взаимосвязь и взаимозависимость основных понятий курса.

## **Раздел 2. Профессиональная ориентация (17 часов)**

Что такое профориентация. Многообразие мира профессий. Профессиональная деятельность как способ самореализации личности.

Рынок образовательных услуг и рынок труда в Алтайском крае. Выбор и моделирование профессии.

Формула выбора профессии «Хочу-могу-надо». Система профессионального образования в РФ и возможности приобретения профессии в Алтайском крае. Государственные и коммерческие организации, оказывающие услуги по профориентации, трудоустройству молодежи в регионе.

Интересы и выбор профессии («хочу»). Склонности и профессиональная направленность («могу»). Мотивы выбора профессии. Тактика осуществления «выбора»: «хочу» - «могу» - «надо». Профессиональные интересы. Активная роль личности при выборе профессии.

Темперамент и выбор профессии. Темперамент и выбор профессии. Интересы и выбор профессии. Склонности и профессиональная направленность.

Способности и выбор профессии. Что такое способности, как они влияют на род профессиональной деятельности.

Анализ профессий. Современный рынок труда и его требования к профессионалу. Знакомство с понятием “профессия”, профессионализм. Классификация профессий по Е.А. Климову: типы профессий, требования профессии к человеку, орудия труда, условия труда. Формирование теоретических представлений и понятий, связанных с миром профессий.

Профессии «человек – знаковая система». Составление формулы профессии, анализ профессии. Формирование представлений учащихся об основных психологических признаках профессиональной деятельности как обобщенных качествах, характеризующих виды профессионального труда; выработка умения анализировать профессиональную деятельность на основе указанных признаков.

Профессии «человек – техника». Понятие о профессиональной пригодности. Профессионально важные качества личности. Призвание. Целеустремлённость.

Профессии «человек – художественный образ». Понятие о профессиональной пригодности. Профессионально важные качества личности. Призвание. Целеустремлённость.

Ошибки при выборе профессии. Свойства нервной системы, их взаимосвязь с индивидуальными особенностями поведения личности, значение нервной системы в профессиональной деятельности. Понятие «неблагоприятные производственные факторы». Работоспособность. Условия и режим работы.

Осознанный самостоятельный выбор (самоопределение) учащимися профессионального пути. Знакомство с новыми профессиями. Развитие навыков целеполагания и планирования. Формирование информационного пространства.

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока	Тема
	<b>Раздел 1. Человек свободного общества (17 ч)</b>
1.	Введение. Человек свободного общества.
2.	Опыт выбора. Предмет, факторы выбора.
3.	Ценностные основания выбора.
4.	Межличностные отношения.
5.	Позитивное развитие межличностных отношений.
6.	Семья как малая социальная группа.
7.	Любовь к Родине и малой родине.
8.	Гражданская ответственность по отношению к Отечеству.
9.	Комплексный характер понятия «здоровье».
10.	Факторы, влияющие на здоровье.
11.	Пути сохранения здоровья.

12.	Политическая сфера жизни общества.
13.	Моя гражданская позиция.
14.	Роль информации в современном обществе.
15.	Информация и ответственность.
16.	Я и закон.
17.	Обобщение. На пороге моего выбора.
	<b>Раздел 2. Профессиональная ориентация (17 ч)</b>
1.	Что такое профориентация. Многообразие мира профессий.
2.	Рынок образовательных услуг и рынок труда в крае
3.	Интересы и выбор профессии («хочу»)  Склонности и профессиональная направленность («могу»).
4.	Мотивы выбора профессии
5.	Профессиональный тип личности.
6.	Темперамент и выбор профессии
7.	Способности и выбор профессии.
8.	Анализ профессий. Современный рынок труда и его требования к профессионалу.
9.	Профессии «человек-человек»
10.	Профессии «человек – знаковая система».
11.	Профессии «человек – техника».
12.	Профессии «человек – художественный образ».
13.	Профессии «человек – природа».
14.	Ошибки при выборе профессии

15.	Профориентационная игра «Что? Где? Когда?»
16.	Построение профессиональной перспективы. Составление резюме при приёме на работу.
17.	Обобщение темы «Профессиональная ориентация»

### Список литературы

1. Мой выбор: учебно-методическое пособие для учителей средней школы. – М.: Издательство «Ижица», 2005.
2. Мой выбор: книга методик. – М.: Издательство «Ижица», 2005.
3. Мой выбор: Рабочая тетрадь для старшеклассников – М.: Издательство «Ижица», 2005.
4. Мой выбор: Энциклопедия материалов. – М.: Издательство «Ижица», 2005.
5. Прощицкая Е.Н. Практикум по выбору профессии: учебное пособие для 8-11 кл. общеобразовательных учреждений – М.: Просвещение, 1995.