МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области

Средняя общеобразовательная школа №1 п.г.т. Безенчук муниципального района Безенчукский Самарской области

ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Безенчук

РАССМОТРЕНО	ПРОВЕРЕНО	УТВЕРДЖЕНО
МО учителей гуманитарного цикла	Зам. Директора по УВР	Директор ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Безенчук
_____	_____	_____
Никифорова Г.В.	Демитриева Л.А.	Поваляева Н.Г.
Протокол №1	«28» августа 2026 г.	Приказ №75од.
от «27» августа 2026 г.		От «28» августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Профессиональное самоопределение»

для обучающихся 9 классов

Поваляева Надежда Геннадьевна
C=RU, OU=директор, O=ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Безенчук, CN=Поваляева Надежда Геннадьевна, E=school1_bzn@63edu.ru
2026.09.09 16:37:08+04'00'

п.г.т. Безенчук 2026

Пояснительная записка

Переход на массовое профильное обучение в настоящее время обусловлен рядом причин, одной из которых является необходимость формирования у старшеклассников готовности к осознанному выбору будущей профессиональной деятельности.

Курс «Профессиональное самоопределение» позволяет учащимся изучить свои возможности и потребности и соотнести их с требованиями, которые предъявляет интересующая их профессия, сделать обоснованный выбор профиля в средней школе, подготовиться к будущей трудовой профессиональной деятельности и в дальнейшем успешно выстроить профессиональную карьеру, адаптируясь к социальным условиям и требованиям рынка труда. Основной целью данного курса является формирование у учащихся готовности к осознанному социальному и профессиональному самоопределению. Цель осуществляется посредством выполнения следующих задач:

- помочь учащимся раскрыть психологические особенности своей личности;
- подготовить школьников к осознанному выбору профиля обучения в старшей школе и в перспективе – будущей профессии;
- расширить знания учащихся о мире профессий, познакомив их с классификацией, типами и подтипами профессий, возможностями подготовки к ним, дать представление о профпригодности и компенсации способностей;
- обучить учащихся выявлению соответствия требований выбранной профессии их способностям и возможностям;
- сформировать у школьников качества творческой, активной и легко адаптирующейся личности, способной реализовать себя в будущей профессии в современных социально-экономических условиях;
- обучить планированию профессиональной карьеры.

В результате выполнения данной программы **учащиеся должны знать** сущность и содержание следующих понятий:

- психологические особенности личности;
- самоопределение;
- профессиональные интересы и склонности, способности;
- классификация, типы и подтипы профессий;
- профессиограмма;
- профессиональная пригодность;
- проектирование профессионального жизненного пути;
- карьера, виды карьеры;
- личный профессиональный план;
- общение;

- самооценка;
- профпригодность;
- компенсация способностей;
- рынок труда.

На основе полученных знаний **учащиеся должны уметь**:

- раскрывать психологические особенности своей личности;
- выявлять свои способности и профессиональные интересы;
- определять соответствие выбранной профессии своим способностям, личностным особенностям и запросам рынка труда;
- работать с профессиограммами;
- ориентироваться в типах и подтипах профессий;
- составлять личный профессиональный план;
- проектировать свою профессиональную карьеру.

Проведение занятий по программе курса предполагает использование широкого спектра методических средств, таких, как:

- междисциплинарная интеграция, содействующая становлению целостного мировоззрения;
- интерактивность (работа в малых группах, ролевые игры, тренинг);
- обучение через опыт и сотрудничество.

Данные методы и приёмы позволяют наиболее эффективно решать поставленные задачи курса. Для реализации содержания обучения по данной программе основные теоретические положения сопровождаются выполнением практических работ, которые помогают учащимся применять изученные понятия на практике, в конкретных жизненных ситуациях. На многих занятиях предусматривается практическая деятельность, включающая в себя работу с диагностическими методиками, участие в профориентационных и ролевых играх, выполнение упражнений. Предполагается также использование таких активных методов обучения, как эвристическая беседа, эвристический семинар, проблемное изложение учебного материала.

В процессе обучения используется различный дидактический материал: презентации по темам курса, схемы, видеоматериалы. При оценке результатов обучения по данной программе целесообразно использовать зачетную систему оценивания в объеме курса.

Зачетное оценивание предполагает выполнение учащимися в конце каждого раздела курса итоговых заданий, которые предпочтительно оформлять в папку «портфолио» с целью отслеживания индивидуальных результатов работы. Курс заканчивается выполнением итоговой творческой работы (мини-проекта, реферата, творческого исследования по одной из тем программы) и выставлением зачетных оценок.

Материал программы распределен во времени с учетом его достаточности для качественного изучения основных положений и получения запланированных результатов.

Тематическое планирование курса «Профессиональное самоопределение»

n/n	Наименование тем	Количество часов
I	**Введение. Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана**	**1**
II	**Познавательные процессы и способности личности**	**3**
2.1	Память. Внимание.	1
2.2	Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение.	1
2.3	Мышление. Типы интеллекта. Способности.	1
III	**Психология личности**	**3**
3.1	Типы нервной системы. Типы темперамента. Характер. Самооценка.	1
3.2	Самоопределение. Мотивационная сфера личности. Потребности и их виды.	1
3.3	Общение. Конфликт..	1
IV	**Мир профессий**	**5**
4.1	Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации.	1
4.2	Характеристика труда: характер, процесс и условия труда.	1
4.3	Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы.	1
4.4	Типы профессий. Матрица выбора профессий.	1
4.5	Характеристика профессий.	1
V	**Профессиональное самоопределение**	**5**
5.1	Профессиональное самоопределение.	1
5.2	Склонности и интересы в профессиональном выборе (хочу).	1
5.3	Возможности личности в профессиональной деятельности (могу). Специальные способности. Профпригодность. Понятие компенсации способностей.	1
5.4	Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах (надо).	1

n/n	Наименование тем	Количество часов
5.5	Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии.	1
VI	**Подготовка к будущей карьере**	**1**
6.1	Понятие карьеры. Виды карьеры. Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должности. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования	1
VII	**Информационная подготовка**	**15**
7.1	Первичная диагностика образовательного запроса.	1
7.2	Особенности получения среднего (полного) общего образования.	1
7.3	Система образования в Российской Федерации.	1
7.4	Особенности получения образования.	1
7.5	Возможности получения профессии	1
7.6	Пути получения профессии.	1
7.7	Государственная регламентация деятельности ОУ	1
7.8	Знакомство с учреждениями возможного продолжения образования.	1
7.9	ОУ начального профессионального образования.	1
7.10	ОУ среднего профессионального образования.	1
7.11	ОУ высшего профессионального образования.	1
7.12	Послевузовское профессиональное образование.	1
7.13	Заключительная диагностика образовательного запроса.	1
7.14	Вариант продолжения образования. Профессиональный план.	1
7.15	Мини-проект о профессиональном самоопределении.	1
	РЕЗЕРВ:	**1**
	ИТОГО:	**34**

Содержание курса «Профессиональное самоопределение»

I. Введение

Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана.

Учащиеся должны знать:

- определение понятия «личный профессиональный план»;
- роль профессионального самоопределения в жизни человека.

Учащиеся должны уметь:

- обосновывать важность выбора профессии в жизни человека;
- называть основные элементы структуры личного профессионального плана;
- называть основные проблемы, возникающие при выборе профессии;
- перечислять основные разделы программы курса;
- составлять личный профессиональный план.

Учащиеся должны иметь представление:

- о смысле и значении труда в жизни человека и общества.

II. Познавательные процессы и способности личности

Память. Внимание. Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение. Мышление. Особенности интеллектуальной сферы. Типы интеллекта. Способности. Виды способностей: общие и специальные. Условия развития способностей.

Учащиеся должны знать:

- определения понятий «память», «внимание»;
- виды памяти и внимания;
- качества внимания;
- определения понятий «ощущение», «восприятие», «представление», «воображение»;
- определения понятий «мышление», «интеллектуальная сфера», «интеллект»;
- виды мышления;
- формы логического мышления: понятие, суждение, умозаключение;
- основные операции мышления;
- основные качества мышления;
- определение понятия «способности»;

- основные виды способностей;
- особенности интеллектуальной сферы;
- типы интеллекта.

Учащиеся должны уметь:

- называть основные процессы памяти;
- перечислять основные виды памяти;
- указывать отличительные особенности различных видов памяти;
- определять особенности своей памяти;
- перечислять основные приемы и методы запоминания;
- перечислять основные качества и виды внимания;
- объяснять, чем различные виды внимания отличаются друг от друга;
- определять особенности своего внимания;
- объяснять, как происходит познание окружающего мира;
- перечислять формы чувственного познания;
- перечислять типы мышления;
- определять свой преобладающий тип мышления;
- называть формы логического мышления и определять их сущность;
- перечислять основные мыслительные операции и качества мышления;
- определять тип своего интеллекта;
- объяснять необходимость наличия определенных условий для развития способностей.

III. Психология личности

Типы нервной системы. Типы темперамента. Характер. Самооценка. Самоопределение. Профессиональное самоопределение. Смысл и цель жизни человека. Мотивационная сфера личности. Потребности, их виды. Общение. Деловое общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов. ***Учащиеся должны знать:***

- определения понятий «тип нервной системы», «темперамент», «характер», «самооценка»;
- типы нервной системы;
- типы темперамента;
- определение понятия «потребности»;
- виды потребностей;

- особенности делового общения;
- определение понятия «конфликт»;
- пути предотвращения и разрешения конфликтов;
- особенности своей личности;
- определения понятий «самоопределение», «профессиональное самоопределение», «мотив», «мотивация», «потребность».

Учащиеся должны уметь:

- называть типы нервной системы и их различия;
- определять свой тип нервной системы;
- выявлять свой ведущий тип темперамента;
- определять наиболее типичные черты своего характера;
- исследовать формы проявления характера;
- выявлять уровень самооценки;
- называть отличительные признаки видов мотивации;
- использовать приёмы делового общения, способы решения конфликтов;
- проектировать индивидуальные модели поведения в конфликтных ситуациях;
- называть различные виды потребностей;
- указывать основные признаки делового общения;
- перечислять способы разрешения конфликтов;
- определять свой уровень конфликтности;
- объяснять особенности различных способов разрешения конфликтов.

IV. Мир профессий

Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации. Характеристика труда: характер, процесс и условия труда.

Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы. Типы профессий. Матрица выбора профессии.

Характеристика профессий типа «человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ». Профессионально важные качества (ПВК).

Учащиеся должны знать:

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

- подтипы профессий в сфере «человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ»; основные характеристики содержания деятельности данных подтипов; требования, предъявляемые к работающему в данной сфере.

Учащиеся должны уметь:

- называть этапы профессионального самоопределения и соотносить их со своим уровнем готовности к выбору профессии;
- приводить примеры и указывать отличия в характере, процессе и условиях труда различных типов профессий («человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ»);
- выявлять тип своей будущей профессии;
- определять свои профессиональные предпочтения;
- выделять подтипы профессий рассматриваемого типа («человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ»);
- называть ПВК профессий рассматриваемого типа («человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ»);
- формулировать наиболее привлекательные характеристики своей будущей профессии.

V. Профессиональное самоопределение

Склонности, интересы и мотивы в профессиональном выборе («хочу»). Возможности личности в профессиональной деятельности («могу»). Специальные способности. Профпригодность. Понятие компенсации способностей. Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах («надо»). «Выбираю»: выбор профессии на основе самооценки и анализа составляющих «хочу» – «могу» – «надо». Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии.

Учащиеся должны знать:

- определения понятий «интересы», «склонности», «способности», «специальные способности», «профпригодность», «компенсация способностей», «рынок труда», «работодатель», «работник», «социальный заказ», «мотив», «мотивация»;
- виды профпригодности;
- компоненты и субъекты рынка труда.

Учащиеся должны уметь:

- выявлять собственные интересы и склонности в профессиональной сфере деятельности;
- делать вывод о необходимости соотносить свои желания («хочу») со своими способностями и возможностями («могу») и требованиями рынка труда («надо»);
- называть мотивационные факторы выбора профессии;

- называть ошибки, которые могут быть допущены при выборе профессии;
- перечислять основания, по которым предпочтительнее осуществлять выбор профессии.

Учащиеся должны иметь представление:

- о важности решения проблемы выбора профессии.

VI. Подготовка к будущей карьере

Понятие карьеры. Виды карьеры. Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должности. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования. Построение личного профессионального плана.

Учащиеся должны знать:

- определения понятий «карьера», «вертикальная карьера», «горизонтальная карьера», «должность», «внутренняя оценка карьеры», «внешняя оценка карьеры».

Учащиеся должны уметь:

- указывать отличительные признаки различных видов карьеры;
- высказывать свое мнение по поводу влияния внутренней и внешней оценки карьеры на самооценку человека;
- определять цели собственной будущей карьеры.

Учащиеся должны иметь представление:

- о необходимости постоянного самообразования и профессионального совершенствования.

VII. Информационная подготовка

Построение личного профессионального плана. Зачет.

Учащиеся должны знать:

- определение понятия «личный профессиональный план».

Учащиеся должны уметь:

- провести сравнительный анализ ЛПП, составленного в начале и конце изучения курса.

Календарно-тематическое планирование курса «Профессиональное самоопределение»на 2023-2024 учебный год

№ п/п	Наименование раздела прогр.	Тема урока (этап проектной или исследовательской деятельности)[1]	Кол час.	Тип урока [2] (форма и вид деятельности обучающихся, форма занятий [3])	Элементы содержания[4]	Требования к уровню подготовки обучающихся[5] (результат[6])	Вид контроля. Измерители[7]	Элементы дополнительного (необязательного) содержания [8]	Д/з	Дата проведения	
										план	факт
	Введение. Предмет и задачи курса.										
1		Введение. Предмет и задачи курса.	1	Урок введения новых знаний	Введение. Предмет и задачи курса. Понятие и построение личного профессионального плана	Знать/понимать Предмет и задачи курса. Понятие и построение личного профессионального плана	Индивидуальный и фронтальный опрос.		записи		
Познавательные процессы и способности личности											
2		Память. Внимание.	1	Урок введения новых знаний	Память. Внимание.	Знать/понимать особенности развития памяти и внимания	Индивидуальный и фронтальный опрос.		записи		
3		Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение.	1	Урок введения новых знаний	Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение.	Знать/понимать основы понятий Ощущение. Восприятие. Представление. Воображение.	Опрос		записи		
4		Мышление. Типы интеллекта. Способности.	1	Комбинированный	Мышление. Типы интеллекта. Способности.	Знать/понимать особенности мышления и развития способностей.	Опрос		записи		
Психология личности											

5		Типы нервной системы. Типы темперамента. Характер. Самооценка.	1	Урок введения новых знаний	Типы нервной системы. Типы темперамента. Характер. Самооценка.	Знать/понимать Типы нервной системы. Типы темперамента. Характер. Самооценка	Индивидуальный и фронтальный опрос.		записи		
6		Самоопределение. Мотивационная сфера личности. Потребности и их виды.	1	Урок введения новых знаний	Самоопределение. Мотивационная сфера личности. Потребности и их виды.	Знать/понимать что такое Самоопределение. Мотивационная сфера личности. Потребности и их виды.	Индивидуальный и фронтальный опрос.		записи		
7		Общение. Конфликт..	1	Комбинированный	Общение. Деловое общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов.	Знать/понимать основы общения, способы разрешения конфликтов.	Опрос		записи		
Мир профессий											
8		Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации.	1	Урок введения новых знаний	Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации.	Знать/понимать определения профессии, специальности, специализации, квалификации	Индивидуальный и фронтальный опрос.		записи		
9		Характеристика труда: характер, процесс и условия труда.	1	Комбинированный	Характеристика труда: характер, процесс и условия труда.	Знать/понимать характер, процесс и условия труда.			записи		
10		Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы.	1	Урок введения новых знаний	Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы.	Знать/понимать понятия Классификация профессий. Формула профессии. Понятие профессиограммы.	Индивидуальный и фронтальный опрос.		записи		
11		Типы профессий. Матрица выбора профессий.	1	Комбинированный	Типы профессий. Матрица выбора профессий.	Знать/понимать разделение на Типы профессий. Матрица выбора профессий.	Опрос		записи		

12		Характеристика профессий.	1	Комбинированный	Характеристика профессий.	Знать/понимать составляющие храктеристики профессий	Опрос		запи си		
Профессиональное самоопределение											
13		Профессиональное самоопределение.	1	Комбинированный	Профессиональное самоопределение.	Знать/понимать что такое Профессиональное самоопределение	Опрос		запи си		
14		Склонности и интересы в профессиональном выборе (хочу).	1	Комбинированный	Склонности и интересы в профессиональном выборе (хочу).	Знать/понимать Склонности и интересы в профессиональном выборе (хочу).	Индиви дуальн ый и фронта льный опрос.		запи си		
15		Возможности личности в профессиональной деятельности (могу). Специальные способности. Профпригодность. Понятие компенсации способностей.	1	Комбинированный	Возможности личности в профессиональной деятельности (могу). Специальные способности. Профпригодность. Понятие компенсации способностей.	Знать/понимать Возможности личности в профессиональной деятельности (могу).	Индив идуаль ный и фронт альны й опрос.		запи си		
16		Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах (надо).	1	Комбинированный	Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах (надо).	Знать/понимать Потребности рынка труда в кадрах (надо).	Опрос		запи си		
17		Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии.	1	Комбинированный	Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии. Рекомендации по выбору профессии.	Знать/понимать Мотивационные факторы выбора профессии. Ошибки при выборе профессии.	Опрос		запи си		
Подготовка к будущей карьере											
18		Понятие карьеры. Виды карьеры. Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должности. Необходимость	1	Урок введения новых знаний	Понятие карьеры. Виды карьеры. Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должности. Необходимость	Знать/понимать Понятие карьеры. Виды карьеры. Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие	Индив идуаль ный и фронт альны		запи си		

		постоянного самообразования и профессионального совершенствования.			постоянного самообразования и профессионального совершенствования.	должности. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования.	й опрос.				
Информационная подготовка											
19		Первичная диагностика образовательного запроса.	1	Практическая работа	Первичная диагностика образовательного запроса.	Знать/понимать как провести первичную диагностику образовательных запросов.	Опрос		запи си		
20		Особенности получения среднего (полного) общего образования.	1	Комбинированный	Особенности получения среднего (полного) общего образования.	Знать/понимать Особенности получения среднего (полного) общего образования.	Опрос		запи си		
21		Система образования в Российской Федерации.	1	Комбинированный	Система образования в Российской Федерации.	Знать/понимать Система образования в Российской Федерации.	Опрос		запи си		
22		Особенности получения образования.	1	Комбинированный	Особенности образования.	Знать/понимать Особенности получения образования	Опрос		запи си		
23		Возможности получения профессии	1	Комбинированный	Возможности получения профессии	Знать/понимать Возможности получения профессии	Опрос		запи си		
24		Пути получения профессии.	1	Комбинированный	Пути получения профессии.	Знать/понимать Пути получения профессии.	Опрос		запи си		
25		Государственная регламентация деятельности ОУ	1	Комбинированный	Государственная регламентация деятельности ОУ	Знать/понимать Государственная регламентация деятельности ОУ	Индиви дуальн ый и фронта льный опрос.		запи си		
26		Знакомство с учреждениями возможного	1	Комбинированный	Знакомство с учреждениями возможного	Знать/понимать особенности ОУ.	Опрос		Сооб щен ие		

		продолжения образования.			продолжения образования.						
27		ОУ начального профессионального образования.	1	Комбинированный	ОУ начального профессионального образования.	Знать/понимать особенности ОУ.	Опрос		Сообщение		
28		ОУ среднего профессионального образования.	1	Комбинированный	ОУ среднего профессионального образования.	Знать/понимать особенности ОУ.	Опрос		Сообщение		
29		ОУ высшего профессионального образования.	1	Комбинированный	ОУ высшего профессионального образования.	Знать/понимать особенности ОУ.	Опрос		Сообщение		
30		Послевузовское профессиональное образование.	1	Комбинированный	Послевузовское профессиональное образование.	Знать/понимать особенности послевузовского образования.	Опрос		Сообщение		
31		Заключительная диагностика образовательного запроса.	1	Практическая работа.	Заключительная диагностика образовательного запроса.	Уметь применить результаты заключительной диагностики образовательного запроса	Индивидуальный и фронтальный опрос.		Не задано		
32		Вариант продолжения образования. Профессиональный план.	1	Комбинированный	Вариант продолжения образования. Профессиональный план.	Знать/понимать правила составления проф.плана.	План		Проф план		
33		Мини-проект о профессиональном самоопределении.	1	Практическая работа	Мини-проект о профессиональном самоопределении.	Уметь выполнять мини-проект о проф. самоопределении.	Проект		проект		
РЕЗЕРВ			**1ч**								
ИТОГО			**34**								