

**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа №10 «Успех» городского округа Самара
МБОУ «Школа № 10 «Успех» г. о. Самара**

РАССМОТРЕНО

на заседании
педагогического совета

ПРОВЕРЕНО

заместитель директора
по УВР

УТВЕРЖДАЮ

директор МБОУ
«Школа №10 «Успех»
г.о. Самара

Протокол № 1
от « 29 » августа 2026 г.


И.Н.Куличкова
« 29 » августа 2026 г.


С.А.Терентьев
Приказ № 490-од
от « 29 » августа 2026 г.



**Рабочая программа
среднего общего образования
по внеурочной деятельности
«Профессия мечты»**

Самара, 2026

1. Пояснительная записка

Подростковый возраст, характеризующийся глубокими изменениями в сфере сознания, деятельности и системы взаимоотношений индивида, совпал у современного поколения подростков с периодом преобразования системы внешней и внутренней экономической политики страны, изменениями в международном сотрудничестве страны на мировой арене, и следовательно, возникновением новых профессиональных ориентиров в российском обществе.

Профессиональное самоопределение, выбор профессии во многом определяют весь жизненный путь человека, поэтому вопрос о научном понимании процесса выбора профессии приобретает все большее значение и актуальность.

На протяжении десятков лет семья и школа ориентировали молодого человека на выбор единственной профессии на всю жизнь. Опыт работы показывает, что положение на рынке труда лучше у тех, кто имеет несколько профессий, кто готов гибко менять свое поведение, реагируя на изменения жизненной ситуации, учиться в любом возрасте.

Направление внеурочной деятельности - социальное. Рабочая программа внеурочной деятельности «Я и моя профессия» для 10 - 11 классов разработана в соответствии с

- Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
- Концепцией развития дополнительного образования детей. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".
- «Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (письмо Министерства образования РФ от 11.12.2006 № 06-1844).
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2015 г. № 26 «Об утверждении Сан-ПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (Зарегистрировано в Минюсте России 14.08.2015 г. № 38528) // <http://www.consultant.ru/>; <http://www.garant.ru/>

- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 24.12. 2015 №81 «О внесении изменений № 3 в СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения, содержания в общеобразовательных организациях».

Программа курса внеурочной деятельности «Я и моя профессия» социальной направленности составлена на основе авторской образовательной программы «Психология и выбор профессии. Программа предпрофильной подготовки» Резапкина Галина Владимировна, филолог, психолог, старший научный сотрудник Центра практической психологии образования Академии социального управления, преподаватель Института практической психологии личности и Московского института открытого образования.

Актуальность данной программы формирование полноценных граждан своей страны во многом зависит от того, чем будут заниматься повзрослевшие обучающиеся, какую профессию они выберут и где будут работать. Кроме того, грамотно построенная профориентационная работа позволяет решать и многие насущные проблемы воспитания, особенно в старших классах.

Особенность программы состоит в том, что занятия не являются традиционными уроками. Они проходят в непринужденной для обучающихся атмосфере за счет использования групповых и интерактивных методов обучения, активизирующих методик, элементов тренинга, совместных игр, экскурсий.

Цель: актуализация процесса профессионального самоопределения обучающихся за счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессий.

Задачи программы:

— психологическое просвещение обучающихся: расширить знания о мире профессий, рынке труда; получить основы правильного выбора профессии; познакомиться с классификацией профессий по Климову, требованиями и условиями труда выбранной профессии, возможностями обучения;

— психологическая диагностика и самодиагностика по выявлению способностей и профессиональных предпочтений обучающихся;

— моделирование индивидуального образовательного маршрута в рамках предпрофильной подготовки каждым участником курса.

2. Личностные и метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

Планируемые результаты являются одним из важнейших механизмов реализации требований к результатам освоения основных образовательных программ федерального государственного стандарта.

Личностные результаты освоения программы внеурочной деятельности отражаются:

- 1) в воспитании российской гражданской идентичности;
- 2) в формировании ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, формирование уважительного отношения к труду, развитие опыта участия в социально значимом труде;
- 3) в формировании целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное многообразие современного мира;
- 4) в формировании осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- 5) в освоении социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах; участие в общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- 6) в развитии морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- 7) в формировании ценности здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные результаты освоения программы внеурочной деятельности должны отражать универсальные учебные действия: регулятивные, познавательные и коммуникативные.

Регулятивные:

1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;

5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

Познавательные:

1) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

2) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

3) умение учиться: навыки решения творческих задач и навыки поиска, анализа и интерпретации информации

Коммуникативные:

1) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;

2) умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

3) учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве.

Межпредметные связи на занятиях курса:

- с уроками русского языка: запись названий профессий, их особенностей;
- с уроками математики: умение подсчитывать баллы, переводить «сырые» результаты тестов в стандартные;
- с уроками литературы: умение излагать свои мысли, участвовать в дискуссиях.

3. Содержание курса

Формы организации образовательного процесса: индивидуальные и групповые.

Виды занятий: круглые столы, мастер-классы, деловые и ролевые игры, экскурсии, элементы тренинга. Занятия проходят в форме урока-диалога с применением игровых упражнений, диагностических методик, мини-лекций, групповых дискуссий и т.д. Примерно половина занятий посвящена лучшему пониманию себя, другая – развитию умений и навыков, необходимых при выборе профессии и продвижению по профессиональному пути.

Педагогическая целесообразность программы курса внеурочной «Я и профессия» заключается в том, что она позволяет решить важные педагогические задачи в рамках внеурочной деятельности. В ходе учебного года системно отслеживать пути становления, прежде всего способов работы и способов действий обучающихся в нестандартных ситуациях вне конкретного (отдельного) учебного предмета или отдельно взятой темы, т.е. осуществлять мониторинг формирования учебной деятельности у обучающихся.

Основные принципы реализации программы - научность, доступность, добровольность, деятельностный и личностный подходы, преемственность, результативность, партнерство, творчество и успех.

Оценка достижений обучающихся происходит: во-первых, по итогам групповой рефлексии, во-вторых, по результатам психологического тестирования, в-третьих, по анализу образовательного продукта.

По завершению курса, обучающиеся смоделируют индивидуальный путь предпрофильной подготовки и получения профессии (проекты)

В введении в предмет обучающиеся знакомятся с понятием «профессия». Что отличает профессиональную деятельность от хобби? Чем отличается профессиональная деятельность от трудовой? Многообразие мира профессий. Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека.

В разделе «Мой психологический портрет» обучающиеся работают в парах, в подгруппах. Обсуждают результаты тестирования самих себя. Подросткам даётся задание написать 10 предложений «Я – это...», дополнив их существительными, характеризующими их. Затем 10 предложений «Какой Я?», дав ответ в виде прилагательных. Обучающиеся могут проследить взаимосвязь

общих способностей при выборе профессии («Могу»). Общие способности – интеллектуальные, физические, коммуникативные. Склонности и интересы в выборе профессии. Влияние склонностей на выбор профессии («Хочу»).

Обучающиеся знакомятся с многообразием профессий на рынке труда («Надо»). «Надо» – потребности рынка труда в кадрах. Изменчивость рынка труда. Востребованные профессии. «Старые» и «новые» профессии на рынке труда («Надо»). Профессии новые и исчезающие. Причины «обновления» рынка труда.

В разделе «Мир профессий» расширяется кругозор обучающихся о классификации профессий: по предмету труда. Во всероссийском классификаторе профессий насчитывает около 9 тысяч профессий. Для того, чтобы лучше ориентироваться в мире профессий, целесообразно ознакомиться с их классификацией. Наиболее известна классификация профессий по предмету труда, предложенная Е.А.Климовым. Она широко используется в профориентационной работе.

Введение понятия «Профессиограммы». Виды профессиограмм. Описание видов профессиональной деятельности. Выделение профессионально важных качеств (ПВК).

Типичные ошибки и затруднения при выборе профессии: не имея достоверной информации о профессии, ориентированность на престижность, под влиянием друзей, перенос отношения к человеку на всю профессию.

На уроках внеурочной деятельности происходит знакомство обучающихся с новыми видами профессий. С использованием энциклопедий профессий, список профессий. Что мы о них знаем. Плюсы и минусы этого типа профессий.

Технические и транспортные профессии, юридические, правоохранительные профессии, профессии информатики и связи, профессии сервиса и туризма, профессии науки и культуры, медицинские, педагогические профессии, экономические профессии, рабочие профессии, продовольственные и сельскохозяйственные профессии

В разделе «Мои перспективы» отрабатываются навыки самопрезентации: резюме, портфолио, интервью. Составление собственного резюме. Игры на умение себя презентовать, отстаивать свое мнение, умение держаться в разговоре. Куда пойти учиться: презентация ВУЗов, колледжей. Какие правила и условия при поступлении. Льготы, дополнительные баллы и т.д.

Современный рынок труда и его требования – ознакомление с цифрами центра занятости по нашему городу и области в целом.

Стратегия выбора профессии и дальнейшего образовательного маршрута. Защита проектов.

Методы и приемы работы: объяснение, наблюдение, моделирование, диспут, диагностика, тестирование, групповые беседы.

Материально-техническое обеспечение

- ♦ уроки проводятся в учебном кабинете (кроме экскурсий)
- ♦ перечень оборудования учебного кабинета : АРМ, меловая доска, столы и стулья для обучающихся и педагога, шкафы и стеллажи для хранения дидактических пособий и учебных материалов.

Условия реализации программы

Для реализации программы необходимы: компьютер, проектор, колонки; стулья и столы в учебном помещении должны иметь возможность свободно передвигаться.

4. Календарно - тематический план 10 класс

№ п\п	Название раздела, темы урока	Количество часов			Дата проведения
		всего	теория	практика	
Введение в предмет					
1.	Цель, задачи и содержание курса	1	1	-	
2.	Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека	2	1	1	
Мой психологический портрет					
3.	Кто я, или что я думаю о себе	2	1	1	
4.	Способности и профессиональная пригодность	2	1	1	
5.	Склонности и интересы в выборе профессии.	1	1	-	
6.	Здоровье и выбор профессии	1	1	-	
Мир профессий					
7.	Общий обзор классификации профессий. Формула профессий	2	1	1	
8.	Профессиограммы. Виды профессиограмм	1	1	-	
9.	Типичные ошибки и затруднения при выборе профессии	1	1	-	
10.	Определение типа будущей профессии	2	1	1	
Знакомство с профессией					
11.	Технические и транспортные профессии	2	1	1	
12.	Юридические, правоохранительные профессии	2	1	1	
13.	Профессии информатики и связи	2	1	1	
14.	Профессии сервиса и	2	1	1	

	туризма				
15.	Профессии науки и культуры	2	1	1	
16.	Медицинские, педагогические профессии	2	1	1	
17.	Экономические профессии	1	1	-	
18.	Рабочие профессии	2	1	1	
19.	Продовольственные и сельскохозяйственные профессии	1	1	-	
<i>Мои перспективы</i>					
20.	Навыки самопрезентации: резюме, портфолио, интервью	1	-	1	
21.	Куда пойти учиться	1	-	1	
22.	Современный рынок труда и его требования.	1	1	-	
	ИТОГО	34	20	14	

Календарно - тематический план 11 класс

№ п\п	Название раздела, темы урока	Количество часов			Дата проведения
		всего	теория	практика	
I	Введение в мир профессий				
1.	«Твое профессиональное призвание». Факторы, влияющие на выбор профессии	2	1	1	
2.	Типы профессий по предмету труда	1	1	-	
3.	Психологическая игра «Выбор профессии»	1	-	1	
II	Стратегии выбора профессий «Хочу – Могу – Надо»				
4.	Характеристики профессий	1	1	-	
5.	Учет интересов при выборе профессии («Хочу»)	1	-	1	
6.	Влияние склонностей на выбор профессии («Хочу»)	1	1		
7.	Экскурсия	1		1	
8.	Учет состояния здоровья при выборе профессии («Могу»)	1		1	
9.	Роль общих способностей в выборе профессий («Могу»)	2	1	1	
10.	Значение специальных способностей при выборе профессии («Могу»)	1	1	-	
11.	Экскурсия	1		1	
12.	Многообразие профессий на рынке труда («Надо»)	1	-	1	
13.	«Старые» и «новые» профессии («Надо»)	2	1	1	
14.	Экскурсия	1	1		
15.	Конкурс «Профессии от А до Я»	2	1	1	
III	Формула профессии				
16.	Слагаемые формулы профессий	1		1	
17.	Цели труда	1	0,5	0,5	
18.	Предмет труда	1	0,5	0,5	
19.	Профессиональные пробы и мастер-классы по типу	1		1	

	«Человек-Человек»				
20.	Профессиональные пробы и мастер-классы по типу «Человек-Техника»	1		1	
21.	конкурс «Профессии от А до Я» (интеллектуальный марафон)	2		2	
22.	Профессиональные пробы и мастер-классы по типу «Человек-Знаковая система»	1		1	
23.	Профессиональные пробы и мастер-классы по типу «Человек-Художественный образ»	1		1	
24.	Профессиональные пробы и мастер-классы по типу «Человек-Природа»	1		1	
25.	Экскурсия	1		1	
26.	Игра по станциям «Мир профессий»	1		1	
27.	Итоговый контроль: подведение итогов	3	1	2	
	ИТОГО	34	14	20	

Описание игр и упражнений

Игра «Алфавит профессий». Обучающиеся на каждую букву алфавита (кроме букв Ё, Й, Ь, Ъ, Ы, Щ) вспоминают названия профессий и записывают на листах. Затем по очереди начинают называть записанные профессии. Побеждает в игре тот, кто назовет большее число профессий.

Пример: А – архитектор, Б – брокер, В – водитель и т.п.

Игра «Снежный ком». Ведущий называет первую профессию, следующий по очереди участник называет профессию на последнюю букву. Если профессия не названа и ход передастся следующему по очереди игроку (по более жестким правилам, тот, кто не смог назвать профессию, выбывает из игры и выходит на время из круга). Пример: Дровосек – корректор – радист и т.п.

Игра «Отгадай профессию по действию». Обучающимся называется действие, которое выполняет представитель какой-либо профессии, их задача – отгадать профессию. Пример: готовит – повар, продает – продавец, проверяет текст – корректор и пр.

Игра «Четвертый лишний». Учитель предлагает определить из 4 названных слов лишнее (по смыслу). Пример: дети – пациенты – растения – покупатели (лишнее слово – растения, т.к. основание для определения – предмет труда); программист – бухгалтер – парикмахер – нотариус (лишнее слово – парикмахер, т.к. основание для деления – тип профессий); расческа – ножницы – электропаяльник – фен (лишнее слово – электропаяльник, т.к. основания для деления – орудия труда парикмахера) и т.д. Примечание: профессии могут подбираться в соответствии с темой занятия (определенным типом профессии).

Игра «Доскажи словечко». Обучающимся зачитывается начало предложения (описание действия, осуществляемого специалистом, или описание места работы), они должны завершить его (назвать профессию). Пример: Стены выкрасил - ... маляр. Доску выстругал - ... столяр. В доме свет провел - ... монтер. В шахте трудится - ... шахтер.

Игра «Словарь профессий». Обучающимся предлагаются карточки, разделенные на две части, в одной пишутся названия профессий, в другой – их описания. Необходимо соединить названия профессий с их описаниями. Примечание: профессии подбираются в соответствии с темой занятия (определенным типом профессии). Пример: (Тема 10 «Человек-Художественный образ»)

Игра «Крокодил» («Пойми меня»). Команды учащихся по жребию получают карточки с названием профессии. За отведенное время (1-2 минуты) участники должны подготовиться и с помощью пантомимы показать заданную профессию. Другие команды отгадывают загаданную профессию.

Упражнение «Мои интересы». Учащимся предлагается составить и записать в один столбик перечень собственных интересов (не менее 7), а затем, в другой

столбик записать те профессии, которые могут быть связаны с этими интересами. По желанию учащихся интересы и профессии могут быть озвучены в классе.

Игра «Люблю – не люблю». Игра организуется по принципу «Съедобное-несъедобное». Ведущий называет какое-либо действие, связанное с профессиональной деятельностью и кидает мяч участнику. Учащийся ловит мяч, если ему нравится выполнять данное действие или он хотел бы его выполнять в будущем, и не ловит, если это действие вызывает у него негативные эмоции. Пример: кормить животных, рисовать костюм, обрабатывать рану и т.п.

Игра «Да-Нет». Класс делится на группы по три человека. Участники каждой команды решают, кто будет первым, кто – вторым, кто – третьим. Первый молча задумывает название какой-нибудь профессии, но никому не сообщает об этом. Задача второго – задав как можно меньше вопросов, отгадать, какая профессия была задумана. Разрешается задавать только такие вопросы, на которые первый может ответить только «да» или «нет». Третий – следить за соблюдением правил игры и считает, сколько вопросов было задано прежде, чем была отгадана профессия. После того, как профессия была угадана, участники меняются ролями.

Игра «Профессия и личность». Команды по жребию получают карточки, на которых написаны названия профессий. Задача участников – за отведенное время перечислить (записать) как можно больше качеств, которыми должен обладать человек, выбирающий данную профессию. Оценивается количество правильно названных качеств.

Игра «Профессиональные качества». Класс делится на группы. Каждая команда получает набор карточек, состоящий из одной профессии (у каждой группы профессия своя) и профессионально важных качеств (у всех команд он общий). Задача команды подобрать качества к заданной профессии. Затем команды представляют и при необходимости обосновывают свой выбор. Пример: профессии – врач, учитель, экономист; качества – терпение, гуманность, тактичность, интуиция, воспитанность, ответственность, коммуникабельность, точность, умение оперировать цифрами, собранность, сила воли, эрудированность, информированность, самосовершенствование, находчивость, образованность, порядочность, жизнерадостность, милосердие, ум и т.п.

Игра «Профессия - специальность». Учащимся предлагается назвать (записать) как можно больше специальностей, относящихся к определенной

профессии. Пример: врач – кардиолог, стоматолог, рентгенолог, хирург, офтальмолог, отоларинголог, терапевт и пр.

Игра «Новое время – новые профессии». Учащимся даются устаревшие названия профессий. Необходимо подобрать современный аналог данных профессий. Пример: цирюльник - ... парикмахер, извозчик - ... шофер.

Игра «Шаг в будущее». Учащимся предлагается перечень учебных предметов (можно класс разбить по группам, в таком случае каждой группе дается 2-3 учебных предмета). Задача учащихся – подобрать и записать профессии и специальности, в которых изучение данного предмета будет необходимым. Пример: предмет «физика» – механика, электроника, авиация, связь, оптика, строительство, космонавтика, энергетика и пр.

Игра «Калейдоскоп профессий». Учащимся нужно назвать как можно больше профессий, относящихся к определенной (заданной) теме. Пример: общественное питание – шеф-повар, официант, диетолог и т.п.

Игра «Нужные люди». Участники игры делятся на группы по три человека. Каждая группа сама составляет список профессий, которые необходимы в какой-либо одной сфере (сферы задается учителем: производство хлеба, строительство жилого дома, создания телевизионной передачи, охрана общественного порядка, создания школьного учебника и т.п.). Затем каждая группа презентует свой список, учащиеся поясняют свой выбор. Все остальные участники игры задают вопросы, пытаются сократить список, исключая те профессии, без которых можно было бы обойтись.

Игра «Аукцион профессий». Класс делится на группы. Учитель предлагает буквы, на которые учащиеся должны в течение 5 минут написать как можно больше названий профессий, начинающихся с этой буквы. Побеждает команда, написавшая наибольшее число профессий.