

Федеральное государственное образовательное бюджетное
учреждение высшего образования
«Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации»

УТВЕРЖДАЮ
Директор Лицея
Финансового университета

«26» августа 2025 г.

И.В. Сивцова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«МОЙ ВЫБОР В МИРЕ ПРОФЕССИЙ»
Среднее общее образование

Москва – 2025

Рабочая программа согласована
на заседании педагогического совета
Протокол от № 1 от «26» августа 2025 г.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Мой выбор в мире профессий»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Подготовка подрастающего поколения к созидательному труду на благо общества – важнейшая задача всей образовательной системы государства. Ее успешное осуществление связано с постоянным поиском наиболее совершенных путей трудового воспитания и профессиональной ориентации. Передовой педагогический опыт, результаты научных исследований показывают, что только комплексный подход к решению вопросов трудового самоопределения молодежи способствует успеху профориентационной деятельности.

Профессиональная ориентация – это государственная по масштабам, экономическая по результатам, социальная по содержанию, педагогическая по методам сложная и многогранная проблема. Профориентация содействует рациональному распределению трудовых ресурсов общества в соответствии с интересами, склонностями, возможностями личности и потребностями народного хозяйства в кадрах определенных профессий.

В старших классах дети сосредотачиваются на профессиональном самоопределении. Оно предполагает самоограничение, отказ от подростковых фантазий, в которых ребенок мог стать представителем любой профессии. Старшекласснику приходится ориентироваться в различных профессиях, что совсем не просто, поскольку в основе отношения к профессии чаще всего лежит не свой собственный, а чужой опыт, т.е. сведения, полученные от родителей, друзей, знакомых и т.п.

Этот опыт обычно абстрактен, он не пережит, не выстрадан. Кроме того, нужно верно оценить свои собственные возможности: уровень учебной подготовки, здоровье, материальные условия семьи и главное – свои способности и склонности.

Современная экономическая и политическая 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 этим огромное внимание необходимо уделять проведению целенаправленной профориентационной работы среди молодежи и школьников, которая должна опираться на глубокое знание всей системы основных факторов, определяющих формирование профессиональных намерений личности и пути ее реализации.

Профориентация – это научно обоснованная система социально-экономических, психолого-педагогических, медико-биологических и производственно-технических мер по оказанию молодёжи личностно-ориентированной помощи в выявлении и развитии способностей и склонностей, профессиональных и познавательных интересов в выборе профессии, а также

формирование потребности и готовности к труду в условиях рынка, многоукладности форм собственности и предпринимательства. Она реализуется через учебно-воспитательный процесс, внеурочную и внешкольную работу с учащимися.

Главная цель данной программы: формирование у учащихся профессионального самоопределения, соответствующего индивидуальным способностям каждой личности и запросам общества в кадрах, его требованиям к современному работнику.

Сопутствующие цели:

- оказание профориентационной поддержки учащимся в процессе выбора профиля обучения и сферы будущей профессиональной деятельности.
- выработка у учащихся сознательного отношения к труду, профессиональное самоопределение в условиях свободы выбора сферы деятельности в соответствии со своими возможностями, способностями и с учетом требований рынка труда.

Задачи:

- актуализировать процесс профессионального самоопределения школьников за счет активизации их психологических ресурсов;
- обеспечить системой сведений о мире современных профессий;
- развить способности адаптироваться в реальных социально-экономических условиях

Курс составлен и адаптирован на основе авторской программы Г. В. Резапкиной «Психология и выбор профессии», М.: Генезис, 2005, (Серия «Профессиональная ориентация»).

Структура курса: Курс рассчитан на 34 занятия по 1 часу в неделю. Занятия по форме напоминают трениговую структуру, включают в себя: профориентационные игры и упражнения, анкетирование, профдиагностические методики, теоретическую часть, дискуссии, моделирование профессиональных ситуаций, встречи с интересными людьми из мира разных профессий, доклады. Программа включает в себя теоретическую и практическую части.

Технология обучения: дифференцированное обучение, личностно-ориентированное обучение, развивающее обучение, ИКТ, проблемное обучение.

Данная программа предполагает безоценочное обучение.

Планируемый уровень подготовки

Учащиеся должны знать:

1. значение профессионального самоопределения и его роли в самореализации личности;
2. определение профессии и профессиональной деятельности;
3. понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;
4. понятие темперамента, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сферы, интеллектуальных способностей, стилей общения;

5. возможности получения образования по избранному профилю;
6. перспективы, психологические основы принятия решения в целом и выбора профиля обучения в частности.

Учащиеся должны уметь:

1. находить выход из проблемной ситуации, связанной с выбором профиля и пути продолжения образования;
2. объективно оценивать свои индивидуальные возможности в соответствии с избираемой деятельностью;
3. ставить цели и планировать действия для их достижения;
4. выполнять пробы выбора профиля обучения, позволяющие приобрести соответствующий практический опыт;
5. использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
6. анализировать информацию о профессиях (по общим признакам профессиональной деятельности), а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА «МОЙ ВЫБОР В МИРЕ ПРОФЕССИЙ»

Личностные результаты освоения курса:

- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
- составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его;
- использовать приёмы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
- анализировать информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка;
- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

Метапредметные результаты освоения курса:

- развить самостоятельность;
- оценить собственные возможности, способствует овладению учащимися умениями получать из разнообразных источников и критически осмысливать социальную информацию;
- систематизировать, анализировать полученные данные;
- освоить способы познавательной, коммуникативной, практической деятельности, необходимых для участия в жизни гражданского общества и правового государства.

Предметные результаты освоения курса:

- 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 также 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.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА «МОЙ ВЫБОР В МИРЕ ПРОФЕССИЙ» С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Раздел I. Выбор профессионального пути – начало жизненного успеха (2 часа).

Данный раздел является вводным в учебный курс и посвящен изучению причин возникновения профориентации, истории по созданию бюро по подбору профессий в России и за рубежом, особенностям профессионального самоопределения молодежи на современном этапе.

Раздел II. Мир профессий и его многообразие (3 часа).

Данный раздел посвящен изучению следующих терминов: «профессия», «должность», «профессиограмма». Раздел включает в себя ознакомление с требованиями к индивидуальным особенностям специалистов, с требованиями к профессиональной подготовке, медицинскими противопоказаниями и т.д. Раздел посвящен изучению классификации профессий, а также предлагает практические занятия с использованием психологических тестов.

Раздел III. Секреты выбора профессии (3 часа).

Данный раздел нацелен на изучение мотивов, внешних и внутренних социальных факторов выбора профессии. Также раздел посвящен рассмотрению типичных ошибок при выборе будущей профессии.

Раздел IV. На пути к самопознанию (4 часа).

Данный раздел направлен на изучение внутриличностных особенностей учащихся с помощью теоретического материала и практических работ в виде психологических тестов. Данный раздел включает изучение роли нервной системы и темперамента в профессиональной деятельности, а также роли эмоционально-волевых качеств личности, самооценки.

Раздел V. Интересы, склонности и способности в профессиональном выборе (9 часов).

Раздел посвящен изучению собственных интересов учащихся с помощью методики «карта интересов», а также рассмотрению понятия «склонности». Раздел предполагает рассмотрение общих и специальных способностей, научение учащихся

разбираться в своих способностях с помощью опросника профессиональных предпочтений. Данный раздел предусматривает отдельное рассмотрение таких тем, как интеллектуальные способности, способности к офисным видам деятельности, предпринимательству и социальной работе. Встреча с представителями кафедр Финансового университета. Профориентационная работа.

Раздел VI. Профессиональная пригодность (3 часа).

Раздел нацелен на анализ взаимосвязи здоровья и выбора профессии, а также на изучение понятий «профессионально важные качества» и «профессиональная пригодность». Раздел включает рассмотрение специфических профессионально важных качеств для разных типов профессий. Также рассматривается вопрос об ограничениях профессиональной пригодности при различных заболеваниях.

Раздел VII. Современный рынок труда и его требования к профессионалу (3 часа).

Раздел посвящен определению рынка труда, его особенностям и модели. Спрос и предложение на рынке труда. Также к рассмотрению предлагаются темы самопрезентации, грамотному составлению резюме, успешному прохождению интервью (правила поведения на собеседовании).

Раздел VIII. Возможности получения профессионального образования в России (4 часа).

В данном разделе акцентируется внимание на видах профессионального образования в России, а также, в частности, работа с факультетами Финансового университета.

Раздел IX. Личный профессиональный план (3 часа).

В разделе освещается вопрос о том, как составить профессиональный план по схеме Е.А. Климова, как получить хорошую работу и произвести приятное впечатление на работодателя. Также данный раздел включает итоговое занятие по самопрезентации.

Формы организации и виды деятельности

Проведение практикумов, диагностик, участие в круглых столах, дискуссиях, подготовка устных презентаций, участие во встречах со спикерами, мастер-классах. Основной **формой организации курса** является занятие. Предусмотрено проведение следующих типов занятий: комбинированное, занятие с изучением нового материала, занятие с применением контроля знаний, занятие – практикум, занятие – исследование, занятие – обобщение.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п\п	Разделы, темы	Количество часов	
		Практические занятия	Всего часов
1	Выбор профессионального пути – начало жизненного успеха		2
1.1	Введение в курс. Из истории профориентации	1	
1.2	Особенности профессионального самоопределения	1	

	молодежи на современном этапе.		
2	Мир профессий и его многообразие		3
2.1	Что такое профессия?	1	
2.2	Ориентация в мире профессий – классификация профессий.	1	
2.3	Диагностика типа профессии по методике академика Е.А. Климова.	1	
3	Секреты выбора профессии		3
3.1	Мотивы и основные условия выбора профессии.	1	
3.2	Типичные ошибки при выборе профессии.	1	
3.3.	Набор профессионально важных качеств для успешного трудоустройства.	1	
4	На пути к самопознанию		4
4.1	Хорошо ли я себя знаю? Определение типа личности и темперамента с помощью методики Айзенка.	1	
4.2	Свойства нервной системы и темперамента в профессиональной деятельности.	1	
4.3	Самооценка и уровень притязаний.	1	
4.4	Эмоционально-волевые качества личности в профессиональной деятельности. Диагностика свойств эмоциональной и волевой сфер. Что такое стресс. Понятие «эмоциональное выгорание».	1	
5	Интересы, склонности и способности в профессиональном выборе		9
5.1	Интересы и склонности в выборе профессии.	1	
5.2	Карта интересов и склонностей. Психодиагностика.	2	
5.3	Возможности человека в профессиональной деятельности, или как разобраться в своих способностях?	2	
5.4	Интеллектуальные способности и успешность в профессиональной деятельности.	1	
5.5	Способности к профессиям социального типа.	1	
5.6	Способности к офисным видам деятельности.	1	
5.7	Способности к предпринимательской деятельности.	1	
6	Профессиональная пригодность		3
6.1	Здоровье и выбор профессии. Что такое профессиональная пригодность?	1	
6.2	Ограничение профессиональной пригодности при различных заболеваниях.	1	
6.3	Специфические профессионально важные качества для разных типов профессий.	1	
7	Современный рынок труда и его требования к профессионалу		3
7.1	Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах. Резюме: структура и содержание.	1	
7.2	Имидж и этикет современного делового человека.	1	
7.3	Самопрезентация. Правила поведения на	1	

	собеседовании. Собеседования при приёме на работу: структурированное, ситуационное, проективное, поведенческое, стрессовое, групповое.		
8	Возможности получения профессионального образования в России		4
8.1	Виды профессионального образования в России. Высшее профессиональное образование в Финансовом университете. Встречи с представителями факультетов	4	
9	Личный профессиональный план		3
9.1	Профессиональный план. Диагностика работоспособности.	1	
9.2	Итоговое занятие по курсу с самопрезентацией о выборе профессии: «От резюме к первой зарплате»	2	

ОПИСАНИЕ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Для реализации учебной программы необходимы следующие учебно-методические средства:

1. Возрастная психология: детство, отрочество, юность / под ред. В.С. Мухина, А.А. Хвостов. – М.: Изд. Центр «Академия», 2007.
2. Зеер, Э.Ф. Психология профессий. – М.: Изд-во «Академия», 2003.
3. Климов, Е.А. Введение в психологию труда. – М.: Изд. Центр «Академия», 2004.
4. Пряжников, Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. – М.: Изд-во: «Институт практической психологии», 2000.
5. Резапкина, Г.В. Я и моя профессия. – М.: Изд-во «Генезис», 2000.
6. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно–методическое пособие для психологов и педагогов. — М.: Генезис, 2005. — 208 с.
7. Учебники: Твоя профессиональная карьера: учеб. Для 8-9 кл. общеобразоват. учреждений М.С. Гуткин, П.С. Лернер, Г.Ф. Михальченко и др. под ред. С.Н. Чистяковой, Т.И. Шалавиной – 3 – е изд. – М.: Просвещение, 2008 – 159 с.
8. Человек и профессия. Образовательный курс профессиональной направленности. Методическое пособие для учителя с электронным содержанием сопровождением курса / авт. Сост: Л.Н. Бобровская , О.Н. Просихина, Е.А. Сапрыкина; под ред. Н.Н. Рождественской. 2-е изд.; доп.- М.: Глобус, 2008. -101 с. – (Профессиональная школа).