Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 583
Приморского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ школа № 583 Приморского района Санкт-Петербурга)
197373, Санкт-Петербург, пр. Авиаконструкторов, дом 14, лит. А
тел./факс 395-26-52, тел 307-12-16

РАЗРАБОТАНА И ПРИНЯТА

Педагогическим Советом
ГБОУ школы № 583 Приморского района
Санкт-Петербурга
от 27.08.2026
Протокол № 1

ПРИНЯТ
с учётом мнения Совета родителей
от 27.08.2026 года
Протокол № 1
ПРИНЯТ
с учётом мнения Совета обучающихся
от 27.08.2026 года
Протокол № 1

УТВЕРЖДЕНА

Приказом директора
ГБОУ школы № 583
Приморского района Санкт-Петербурга
от 27.08.2026 г. № 704-д
_____/А.В. Чередниченко/
подпись Ф.И.О.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
УСИЛЕННО КВАЛИФИЦИРОВАННОЙ
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат:
32A6 0C03 A857 C165 4333 B92D 161A 5B76
Владелец: Чередниченко Алла Васильевна
Действителен: с 17.06.2025 по 10.09.2026

Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Профессиональное благополучие»

для 10а класса
на 2026-2027 учебный год

Санкт-Петербург, 2026 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Нормативно-правовой и документальной основой плана организации внеурочной деятельности являются:

Федеральный уровень (Законодательство и ФГОС)

Федеральный закон «Об образовании в РФ» № 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями, актуальными на 2026 год); Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (ФГОС СОО); Федеральная образовательная программа среднего общего образования (ФОП СОО); Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года; СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»; Основная образовательная программа среднего общего образования (ООП СОО) образовательной организации; Положение о рабочей программе; Учебный план образовательной организации на 2026-2027 учебный год.

2. Назначение программы:

Данная программа является обобщающе-тренировочным модульным курсом программы основного общего образования

3. Актуальность и перспективность курса внеурочной деятельности:

Осознание значимости психологического самопознания для личностного роста, саморазвития и профессионального самоопределения.
Осознание своих интересов, склонностей, психофизиологических и интеллектуальных ресурсов личности и идентификация их с будущей профессиональнойдеятельностью.
Способность к самостоятельному ответственному решению в ситуации выбора, а также к личностному и профессиональному самоопределению.
Осознание себя как субъекта будущей профессиональной деятельности.
Готовность к развитию и самосовершенствованию профессионально важных качеств личности: самостоятельность.
Особенностью данного курса является его практико-ориентированная направленность.

4. Цели и задачи внеурочной деятельности

Цель реализации программы – готовность к развитию и самосовершенствованию профессионально важных качеств личности: самостоятельности, деловитости, организованности пунктуальности, инициативности, предприимчивости, стремления к разумному риску, рефлексивности.

Владение развитой способностью к ориентации в сфере профессиональной деятельности и прогнозированию в мире профессий.

Задачи:
- использовать приемы самоанализа и саморазвития в учебной и трудовой деятельности;
-составлять личный профессиональный план и корректировать его;
-быть способным к саморегуляции, сотрудничеству и взаимодействию;
-устанавливать живой контакт в личных и деловых взаимоотношениях, стратегически мыслить, быть готовым к принятию решений;
-активизировать свое стремление к личностному росту;

5. Программа ориентирована на обучение школьников 10 класса. Курс изучения программы рассчитан на один год, 9 часов, из расчета один час в месяц.

6. Формы и методы работы.

Исходя из приоритетов, определенных выше, суть организации занятий с ребятами заключена в организации совместной деятельности учителя и учеников с позиций сотрудничества и кооперации, поэтому занятия проводятся по типу творческих лабораторий, практикумов самопознания с активным использованием таких *форм обучения*, как:

- игровое моделирование;
- тренинг;
- анализ конкретных ситуаций и решение психологических задач;
- групповые дискуссии;
- психодиагностические процедуры;
- семинары - практикумы;
- мини-лекции;
- психотехнические игры и упражнения;
- психологические опыты;
- экскурсии;
- деловые игры;
- самонаблюдение;
- индивидуальное консультирование с целью уточнения психологической интерпритациии результатов самодиагностирования учащимися в режиме Online и по учебно-методическим пособиям;
- организация тренинговых групп, исходя из потребностей учащихся (тренинги общения, тренинг саморегуляции, тренинг личностного роста и т.д.);
- информационное обучение: работа с Интернетом, справочниками по поискунужной информации;
- подготовка презентаций и выступление с ними в рамках занятий.

Раздел 2

1. Планируемые результаты изучения курса внеурочной деятельности

В результате изучения курса получат дальнейшее развитие личностные, коммуникативные и познавательные универсальные учебные действия, учебная (общая и предметная) и общепользовательская ИКТ-компетентность обучающихся. Наибольшее влияние изучение курса оказывает на:

Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
– формирование ответственного отношения к учению; – формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, творческой и других видов деятельности.	– умение самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач; – умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата; – умение оценивать выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения; – умение создавать, применять и преобразовывать знаки и	– формирование ответственного отношения к учению; – формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, творческой и других видов деятельности; – проектирование и организация своей индивидуальной деятельности с использованием ИКТ

	символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач; – владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; – умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; – формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ-компетенции).	

2. Формы учета достижений.

По мере изучения материала школьники создают презентации и выступления с ними в рамках занятий и прикладные проекты. Соответственно, учет достижений обучающихся осуществляется в виде представления (защиты) этих проектов.

Раздел 3 Содержание курса внеурочной деятельности

Параллель 10-х классов		
№	Основное содержание (по темам или разделам)	Характеристика основных видов учебной деятельности
1.	Введение в курс «Основы профессионального самоопределения»	Цели и задачи курса. Содержание и специфика занятий. Структура, порядок выполнения и защиты творческого проекта «Мой выбор». Литература по курсу.
2.	Основы жизненного и профессионального самоопределения. Смысл и цель жизни человека	Сущность и виды самоопределения человека. Жизненное и профессиональное самоопределение, их сущность и взаимосвязь. Смысл и цель жизни человека. Личностный и социальный аспекты выбора профессии. Роль осознанного смысла жизни в выборе профессии.

3.	Сущность и структура процесса профессионального самоопределения и развития	Компоненты процесса профессионального самоопределения: трудолюбие, интерес к работе, потребность в профессиональном самоопределении, профессиональный интерес, склонность, профессиональный идеал, мотивы выбора профессии, профессиональное самопознание, профессиональное призвание. Показатели профессионального самоопределения: мечта о профессии, профессиональное намерение, профессиональное стремление. Этапы профессионального самоопределения и саморазвития личности.
4.	Значение, ситуация и правила выбора профессии	Значение выбора профессии для человека и общества. Ситуация и факторы выбора профессии. Ситуация выбора профессии: «Хочу–Могу–Надо». Требования к выбору профессии. Условия оптимального (правильного) выбора профессии. Правила выбора профессии. Пути приобретения профессии.
5.	Практическая работа	Решение ситуаций выбора профессий. Заполнить таблицу.

Содержание

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов по программе	Перечень УУД, которые развивает прохождение данного раздела программы
1.	Введение в курс «Основы профессионального самоопределения	1	регулятивные, когнитивные
2.	Основы жизненного и профессионального самоопределения. Смысл ицель жизни человека	2	когнитивные, коммуникативные
3.	Сущность и структура процесса профессионального самоопределения и развития	2	когнитивные, коммуникативные
4.	Значение, ситуация и правила выбора профессии	2	когнитивные, коммуникативные
5.	Практическая работа	2	познавательные, когнитивные

Раздел 4

Методическое и информационное обеспечение

Сборник элективных курсов. Учебно-методическое пособие для преподавателей технологии, студентов педагогических вузов и колледжей. Симоненко В.Д., Хохлова Т.В., Шевкун А.В. ВИПКРО, 2019;

Методика предпрофильной технологической подготовки для обучающихся 8-11 классов. Методическое пособие: М.Вентана-Граф,2019.

Ориентирована на УМК:

1. Г.К. Селевко, О.Ю. Соловьёва. Учебно-методический комплект "Найди свой путь": 8-класс: методическое пособие для учащихся общеобразовательных организаций. «Арсенал образования», 2022.

2. Симоненко В.Д. Учебник для общеобразовательных учреждений «Профессиональное самоопределение»: 9 класса, М.:»Вентана-Граф», 2022 г. (Учебник соответствует Федеральномуперечню учебников, рекомендованных Министерством Образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, в 2019-2022 учебном году (приказ Министерства Образования и науки Российской Федерации от 19.12.2012 № 1067)).

Материально-техническое обеспечение

1. Видеоматериалы:
2. Презентации:
3. Компьютерные фотоальбомы:
4. Ноутбуки, видеопроектор, интерактивная доска

Приложение к рабочей программе по внеурочной деятельности для 10А класса на 2026-2027 учебный год

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ занятия	Тема занятия	Планируемая дата
1.	Роль профессионального самоопределения в жизни человека. Понятие и построение личного профессионального плана.	сентябрь
2.	Самоопределение личности. Виды самоопределения. Профессиональное самоопределение	октябрь
3.	Классификация профессий. Цели труда. Орудия труда.	ноябрь
4.	Типы профессий. Ведущий предмет труда каждого типа профессий. Матрица выбора профессии. Выявление профессиональных предпочтений учащихся.	декабрь
5.	Характеристика профессий типа «человек-человек».	январь
6.	Характеристика профессий типа «человек-техника»	февраль
7.	Характеристика профессий типа «человек – знаковая система»	март
8.	Характеристика профессий типа «человек-природа»	апрель
9.	Характеристика профессий типа «человек - художественный образ»	май

Темы проектов

Разновидности профессий.
Путешествие по городам России
Необычные места России
Туристические маршруты