

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 1 г.КОРЯЖМЫ»**

РАССМОТРЕНО

УТВЕРЖДЕНО

Рабочая программа внеурочной деятельности

# **«Мы выбираем профессию»**

**срок реализации:** 2023-2024 учебный год

**возраст обучающихся:** 14-15 лет

учащиеся 8 общеобразовательного класса

**классный руководитель:** Третьякова Л.С.

## **Пояснительная записка**

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения программы основного общего образования с учётом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всём пространстве школьного образования: не только на уроке, но и за его пределами.

Актуальность реализации данной программы обусловлена потребностью подростков в самоопределении, в том числе в определении сферы будущей профессиональной деятельности. А это влечёт за собой необходимость в педагогическом сопровождении профессионального самоопределения школьников, в развитии мотивации школьника к осуществлению трудовой деятельности, в формировании готовности школьников к выбору профессионального пути и к обучению в течение всей жизни. Эти важные задачи лишь отчасти решаются в учебном процессе. Работа по программе внеурочной деятельности «Я выбираю профессию» позволит педагогу реализовать эти актуальные для личностного развития учащегося задачи.

Программа станет востребованной как школьниками, которые планируют после окончания основной школы продолжить обучение в колледжах и техникумах, так и теми, кто планирует получить среднее образование в стенах школы. Сегодня профессионалу любой сферы деятельности необходимо владеть набором универсальных навыков, поэтому программа ориентирована на всех школьников вне зависимости от профиля и направленности предполагаемой будущей профессии.

## ***Цели изучения курса внеурочной деятельности «Мы выбираем профессию»***

Курс внеурочной деятельности «Мы выбираем профессию» нацелен на помощь учащемуся:

- в освоении над профессиональных компетенций навыков общения, навыков работы в команде, навыков поведения в конфликтной ситуации, навыков сотрудничества, навыков принятия решения и ответственности. Эти навыки являются важными для любой профессии, владение ими позволит учащемуся в будущем реализовать себя как в профессиональной сфере, так и в личной жизни;
- в ориентации в мире профессий и в способах получения профессионального образования. Это позволит учащемуся в большей степени самостоятельно делать выборы в профессиональной сфере, объективнее оценивать свои шансы на получение профессии, корректировать свой школьный образовательный маршрут;
- в познании себя, своих мотивов, устремлений, склонностей. Эти навыки помогут учащемуся стать увереннее в себе, понимать и оценивать степень влияния других людей на свои решения, в том числе в сфере выбора профессии;
- в формировании и развитии трёх компонентов готовности к профессиональному самоопределению: мотивационно - личностного (смыслового), когнитивного (карьерная грамотность) и деятельностного;
- в планировании жизненного и профессионального пути. Это позволит учащемуся строить образ своего будущего, видеть задачи, которые предстоит решить для достижения этого образа;
- в поддержании мотивации учащегося к осуществлению трудовой деятельности. Это позволит ему видеть социальный характер любого труда, понимать естественность каждодневных усилий как для повышения своего будущего профессионального

уровня, так и для обычного труда в семье, во дворе своего дома.

Программа внеурочной деятельности «Мы выбираем профессию» предназначена для учащихся

8го общеобразовательного класса, доработана, с учетом условий деятельности, учебно-материальной базы школы и потребностей учащихся. Она ориентирована на любого ученика, независимо от его уровня интеллектуального развития и способностей.

Программа курса рассчитана на 34 часов 1 раз в неделю, в рамках которых предусмотрены такие формы работы, как беседы, дискуссии, мастер-классы, решения квестов, встречи с представителями разных профессий, профессиональные пробы, коммуникативные и деловые игры, консультации педагога и психолога.

## 2.Календарно-тематический план

№	Наименование тем	Всего часов	Место проведения занятия	Дата проведения	
				плановая	Фактическая
<b>1 блок. Мир профессий</b>					
1.	Игротека «Я и мир профессий»	1	Учебная аудитория		
2.	Личностный смысл труда	1	Учебная аудитория/ актовый зал		
3.	Мотивы выбора профессии. Мотивация в жизни человека.	1	Учебная аудитория		
4.	Профессионал своего дела	1	Возможно вне аудитории		
5.	Многообразие мира профессий	1	Учебная аудитория/ актовый зал		
6.	Профессиональная мобильность	1	Учебная аудитория		
7.	Классификация профессий по предмету труда	1	Возможно вне аудитории		
8.	Классификация профессий по отраслям, целям, средствам, условиям труда	1	Учебная аудитория		
9.	Игротека «Все работы хороши – выбирай на вкус»	1	Учебная аудитория		
<b>2 блок. Технология выбора профессии</b>					
10.	Что влияет на выбор профессии.	1	Учебная аудитория		
11.	Формула выбора профессии	1	Учебная аудитория		
12.	Самооценка профессиональных интересов	1	Возможно вне аудитории/ компьютерные классы		
13.	Коммуникативные и организаторские способности в выборе профессии	1	Учебная аудитория		
14.	Самооценка интеллектуальных и творческих способностей	1	Возможно вне аудитории,		

			компьютерные классы		
15.	Способы развития познавательной сферы, креативности	1	Учебная аудитория		
16.	Темперамент в профессиональном становлении личности	1	Возможно вне аудитории, компьютерные классы		
17.	Качества личности в профессии. Самооценка свойств личности.	1	Возможно вне аудитории		
18.	Развитие личности и профессиональное самоопределение	1	Учебная аудитория		
19.	Профессиограмма и психограмма профессий	1	Учебная аудитория		
20.	Здоровье и выбор профессии	1	Учебная аудитория		
21.	Профессиональные пробы	1	Возможно вне аудитории		
22.	Профессиональные пробы	1	Возможно вне аудитории		
23.	Защита творческих работ	1	Учебная аудитория		
24.	Рынок труда: реалии, перспективы	1	Учебная аудитория/ актовый зал		
25.	Потенциальная доходность профессии	1	Учебная аудитория		
26.	Молодежь на рынке труда	1	Учебная аудитория		
<b>3 блок. От мечты к действиям</b>					
27.	Планирование личного профессионального плана	1	Учебная аудитория		
28.	Помощники в выборе профессии	1	Учебная аудитория/ Возможно вне аудитории		
29.	Выбираем место учебы	1	Возможно вне аудитории/ Компьютерные классы		
30.	Ищем работу	1	Учебная аудитория		
31.	Собеседование с работодателем	1	Учебная аудитория		
32.	Безработица. Подводные камни поиска работы	1	Учебная аудитория		
33.	Адаптация на новом рабочем месте. Оформление трудовых отношений	1	Учебная аудитория		
34.	Защита творческих работ	1	Учебная аудитория/ актовый зал		

Итого	34	Минимум 10 из 34 возможно проводить вне аудитории		
-------	----	---	--	--

### 3. Содержание программы

Для кружковой формы работы характерна быстрая сменяемость тем, акцент на занимательности материала, значительный акцент на практическую часть, что отражено ниже в содержании программы «Я выбираю профессию».

#### 1 блок. Мир профессий (9 часов)

##### ➤ Игротека «Я и мир профессий» (1 час)

*Практика:* Правила группы. Анкета «Пре/пост-тест» Игры «Ассоциации» (профессиональные и личные); с куклами ОХ и АХ «Плюсы и минусы профессий»; «Знатоки профессий», «Если птичка, то какая...»

##### ➤ Личностный смысл труда (1 час)

Цель и результаты труда. Умственный и физический труд. Культура труда. Труд в жизни человека и общества.

*Практика:* Дискуссия «Зачем мы работаем?». Анализ притчи «Эпитафия», пословиц о труде. Игра «Ленивый-трудолюбивый». Игра «Я умею делать так...»

##### ➤ Мотивы выбора профессии. Мотивация в жизни человека. (1 час)

Карьерные ориентации (по Шейну): профессиональная компетентность, менеджмент, автономия, стабильность, служение, вызов, интеграция стилей жизни, предпринимательство. Мотивация достижения успеха и мотивация избегания неудач.

*Практика:* Методика оценки карьерных ориентаций «Якоря карьеры» (Шейн Э.) Тренинг мотивации достижения успеха

##### ➤ Профессионал своего дела (1 час)

Профессионализм, успех в профессиональной самореализации

*Практика:* Знакомство с историями успешных людей по СМИ, литературным источникам, видеороликам «Советы самых богатых людей в мире» (*допускается проведение вне аудитории*). Составление памятки «Как стать успешным в профессии»

##### ➤ Многообразие мира профессий (1 час)

Разнообразие профессий. Профессия, специальность, специализация, должность квалификация. Цикл бесед Власенко П.П.

*Практика:* Игры «Определи профессию» (по описанию). Разгадывание кроссворда «Такие разные профессии». Просмотр видео ролика ««Самые необычные профессии». Встреча с представителем профессии.....

##### Профессиональная мобильность (1 час)

Новые профессии и профессии исчезающие

*Практика:* Разгадывание кроссворда «Необычные профессии». Работа с литературными источниками. Просмотр видеоролика «Топ-10 исчезнувших профессий»

##### ➤ Классификация профессий по предмету труда (1 час)

Типы профессий по предмету труда: «человек», «знаковая система», «техника», «природа», «художественный образ». Власенко П.П.

*Практика:* Методика «ДДО» (дифференциально-диагностический опросник) (Климов Е.А.). Упражнение «Чья профессия?». Работа в микрогруппах с «Классификатором профессий» (по Климову Е.А.). Просмотр видеоролика «Ты и твоя будущая профессия» от Инфоурок.

##### ➤ Классификация профессий по отраслям, целям, средствам, условиям труда (1 час)

Отрасли труда. Цели, средства, условия труда

*Практика:* Игры «Отгадай профессию». Работа с литературными источниками, средствами массовой информации (подбор профессий по отраслям труда). Тест «Матрица выбора профессии»

**Игротека «Все работы хороши – выбирай на вкус» (1 час)**

*Практика:* Методика «Будь готов!» (Пряжников Н.С.). Игра «Профессии на «языке тела» или ни слова о профессиях!»

**2 блок. Технология выбора профессии (17 часов)**

➤ **Что влияет на выбор профессии (1 час)**

Возможность, влечение, востребованность. Ошибки в выборе профессии

*Практика:* Упражнение «Мои цели». Игры: «Клубок проблем», «Барьер». Анализ жизненных ситуаций «Письмо подростка»

➤ **Формула выбора профессии (1 час)**

ХОЧУ-МОГУ-НАДО (профессиональные интересы, возможности, потребности рынка труда)

*Практика:* Мозговой штурм «Формула идеальной профессии». Упражнение «Примерь профессию». Анализ жизненных ситуаций

➤ **Самооценка профессиональных интересов (1 час)**

Степень выраженности профессиональных интересов и ее влияние на успешность в профессии

*Практика:* Методика «Карта интересов» (Голомшток)

**Коммуникативные и организаторские способности в выборе профессии (1 час)**

Коммуникативные и организаторские способности

*Практика:* Опросник «КОС» (Синявский В., Федоршин Б.А.). Мини-тренинг общения

➤ **Самооценка интеллектуальных и творческих способностей (1 час)**

Интеллектуальные и творческие способности

*Практика:* Тестирование - диагностика интеллектуальных и творческих способностей

**Способы развития познавательной сферы, креативности (1 час)**

Успешность профессионального труда от степени развития познавательной сферы, креативности

*Практика:* Игры, упражнения на развитие интеллектуальных и творческих способностей

➤ **Темперамент в профессиональном становлении личности (1 час)**

Типы темперамента: холерик, флегматик, меланхолик, сангвиник. Свойства темперамента. Роль темперамента в профессиональном становлении личности.

*Практика:* Теппинг-тест (Ильин И.). «Ать-два, левой». Опросник «Белов - темперамент»

**Качества личности в профессии. Самооценка свойств личности (1 час)**

Характер. Роль характера в профессиональном самоопределении.

*Практика:* «Цифровой профориентационный тест» .«Конструктивный рисунок человека из геометрических фигур» (Карелина А.А.). Тест «Самооценка» (Дембо-Рубинштейн)

➤ **Развитие личности и профессиональное самоопределение (1 час)**

Личностный рост. Самовоспитание личности.

*Практика:* Игра «Три судьбы». Составление индивидуального плана самовоспитания. Просмотр видеоролика - упражнения «Три главных вопроса для правильной постановки цели»

➤ **Профессиограмма и психограмма профессий (1 час)**

Профессиограмма. Требования, предъявляемые профессиями к человеку.

*Практика:* Работа с литературными источниками с профессиограммами выбранных профессий (в подгруппах). Игра «Словарь профессий»

➤ **Здоровье и выбор профессии (1 час)**

Медицинские противопоказания

*Практика:* Анализ жизненных ситуаций. Игра «На кого она похожа?». Работа с профессиограммами. Здоровьесберегающие мини-упражнения (антистрессовые).

➤ **Профессиональные пробы (2 часа)**

Профессиональные пробы

*Практика:* Подготовка и проведение

➤ **Защита творческих работ (1 час)**

*Практика:* презентация результатов профессиональных проб по выбору в свободной форме.

➤ **Рынок труда: реалии, перспективы (1 час)**

Мониторинг рынка труда. Потребности рынка труда в будущем

*Практика:* Встреча с представителями ЦЗН (по согласованию). Работа со справочными материалами ЦЗН. Видеоролик «Профессии будущего: на кого стоит учить наших детей»

➤ **Потенциальная доходность профессии (1 час)**

Заработная плата.

*Практика:* Игры: «Реклама товара», «Аукцион». Дискуссия «Кому на Руси жить хорошо?». Видеоролик «Топ-9 самых высокооплачиваемых профессий в России»

➤ **Молодежь на рынке труда (1 час)**

Требования современных работодателей к молодым специалистам. Конкурентоспособность. Цена товара «рабочая сила», работодатели. Вакантное рабочее место.

*Практика:* Тест оценки уровня конкурентоспособности личности. Анализ ситуации «Молодежь на рынке труда: плюсы и минусы». Разгадывание кроссворда «Рынок труда»

**3 блок. От мечты к действиям (8 часов)**

➤ **Планирование личного профессионального плана (1 час)**

Личный профессиональный план. Карьера, карьерный рост. Алгоритм принятия решений. Аксиомы профессионального самоопределения.

*Практика:* Методика поиска профессии. Упражнение «20 незаконченных предложений («Мои профессиональные желания»)». Построение личного профессионального плана.

➤ **Помощники в выборе профессии (1 час)**

Центры занятости населения, Центры психологической помощи. Роль психолога в выборе профессии (диагностика, консультирование, информирование).

*Практика:* Ролевая игра «Профконсультация» (в подгруппах). Работа с электронными ресурсами (портал «Работа в России», канал «Работа.ру» и др.). Корректировка личного профессионального плана

➤ **Выбираем место учебы (1 час)**

Запасные варианты. Пути получения профессионального образования.

*Практика:* Продолжение построения личного профплана. Игра «Убеди «предков»»

Просмотр видеороликов об учебных заведениях Архангельской области - Репортажи об учебных заведениях Архангельской области .

**Ищем работу (1 час)**

Формы и методы поиска работы. Основы самопрезентации. Поисковой телефонный звонок. Психологическое тестирование. Резюме

*Практика:* Ролевая игра «Поисковой телефонный звонок». Просмотр видеоролика «Работающее резюме. Советы Алёны Владимирской». Проба «Составление резюме».

➤ **Собеседование с работодателем (1 час)**

Подготовка к собеседованию. Условия эффективного собеседования. Ошибки соискателя при прохождении собеседования.

*Практика:* Упражнение «Внешний вид соискателя» (работа с карточками-фотографиями, иллюстрациями из журналов). Сюжетно-ролевая игра «Собеседование у работодателя»

➤ **Безработица. Подводные камни поиска работы (1 час)**

Поведение безработного на рынке труда

*Практика:* Анализ результатов соцопроса «50 причин, по которым не получают работы». Обсуждение газетной статьи «Простака видно издалека». Упражнение «Железное алиби»

➤ **Адаптация на новом рабочем месте. Оформление трудовых отношений (1 час)**

Трудовой договор. Трудовой кодекс

*Практика:* Ролевая игра «Я - работник». Коллаж «Я успешный работник». Игра «Мой портрет в лучах солнца»

➤ **Защита творческих работ (1 час)**

*Практика:* Анкета «Пре/пост-тест». Презентация-выставка своих лучших работ из Портфолио (в выбранной учащимся форме). Игра «Пожелайте мне доброго пути!»

### ***Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Мы выбираем профессию».***

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижения школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

*Личностные результаты*

*В сфере гражданского воспитания:*

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей, с которыми школьникам предстоит взаимодействовать в рамках реализации программы «Проориентация»;

*В сфере патриотического воспитания:*

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;  
- ценностное отношение к достижениям своей Родины - России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа, с которыми школьники будут знакомиться в ходе профориентационных экскурсий на предприятие города : «ОАО Илим»

*В сфере духовно-нравственного воспитания:*

- ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;  
- готовность оценивать своё поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков;

*В сфере эстетического воспитания:*

- осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения для представителей многих профессий;  
- стремление к самовыражению в разных видах искусства, в том числе прикладного;

*В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и*

*эмоционального благополучия:*

- осознание необходимости соблюдения правил безопасности в любой профессии, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;
- ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни;

*В сфере трудового воспитания:*

- установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, образовательной организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;

*В сфере экологического воспитания:*

- повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения, в том числе в процессе ознакомления с профессиями сферы «человек-природа»;
- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде, в том числе осознание потенциального ущерба природе, который сопровождает ту или иную профессиональную деятельность;

*В сфере понимания ценности научного познания:*

- ориентация в деятельности, связанной с освоением курса «Мы выбираем профессию», на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;

*В сфере адаптации к изменяющимся условиям социальной и природной среды:*

- освоение социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональному признаку;

*Метапредметные результаты:*

*В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями:*

- выявлять дефицит информации о той или иной профессии, необходимой для полноты представлений о ней, и находить способы для решения возникшей проблемы;
- использовать вопросы как инструмент для познания будущей профессии;

*В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями:*

- воспринимать и формулировать суждения в соответствии с целями и условиями общения в рамках занятий, включённых в курс «Мы выбираем профессию»;
- выражать свою точку зрения; распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и стараться смягчать конфликты;

*В сфере овладения универсальными учебными регулятивными действиями:*

- выявлять проблемы, возникающие в ходе выбора будущей профессии;
- ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой).

**Предметные результаты** освоения Программы основного общего образования представлены с учётом специфики содержания предметных областей, затрагиваемых в ходе профориентационной деятельности школьников