

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДВУРЕЧЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 8»  
663971 Красноярский край Рыбинский район с.Двуречное ул. Октябрьская д. 1 «А»  
1. E-mail: [shkola8.dwu@yandex.ru](mailto:shkola8.dwu@yandex.ru)

РАССМОТРЕНО  
на заседании МО учителей  
гуманитарного цикла **протокол**  
**№ 1 от 25.08.2022г**

СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора по УВР  
\_\_\_\_\_ Дмитриева Н.И.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы  
\_\_\_\_\_ Вершинин П.П.  
Приказ № 01-05-103 от 25.08. 2022

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### **«Мой выбор»**

8 класс

Учитель : Кравченко Елена Владимировна

2022– 2023 учебный год.

## **1. Пояснительная записка**

### **Актуальность**

Выбор профессии очень важное дело. От верного выбора профессии зависит, с чего и как начнет свою профессиональную карьеру молодой человек или девушка. При этом, если человек, опираясь на свои способности, интересы, интеллектуальный уровень делает правильный выбор, то он, как профессионал своего дела, в дальнейшем будет способствовать развитию экономики нашей страны в целом.

### **Возрастная характеристика группы, на которую рассчитана программа**

Определение своего профессионального пути выпадает на подростковый возраст. В этот жизненный период сложно сделать правильный выбор. Особенности подросткового возраста состоят в частой смене настроения, снижении учебной мотивации, активном поиске смысла жизни, своего места в жизни, в социуме, подверженность влиянию окружения сверстников.

Курс «Мой выбор профессии» предназначен для учащихся 8-го класса, т.к. наиболее актуален именно на данном этапе взросления подростка. Часть обучающихся принимают решение о поступлении в профессиональные ОО после окончания 9-го класса, в связи с чем неэффективно откладывать вопрос профориентации на 10-11 классы. Из опыта работы: готовый ответ на вопрос с профессиональным определением учащихся особенно востребован в начале 9-го класса и связан с определением учащихся с выбором предметов по выбору для сдачи ОГЭ, поэтому работа, проведенная в 8-ом классе, во многом облегчает принятие важного решения выпускников, способствует личностному развитию подростков.

### **Обоснование вносимых автором изменений**

Рабочая программа «Мой выбор профессии» составлена на основе широко известных идей ведущего специалиста в области психологии профессиоведения Климова Е.А., предложенной им «формулы выбора профессии», классификации профессий. В программе нашли применение наиболее эффективные (из опыта работы) упражнения, игры, задания, диагностики, предложенные Пряжниковым Н.С., Овчаровой Р.В., Чистяковой С.Н., Грецовым А.Г. Значительное место в программе отведено материалу о рынке труда в современной действительности, поиску секретов успешности в профессиональном становлении на примере реальных людей – профессионалов своего дела. В содержание программы включены развивающие психологические методики.

- Учёт добровольности посещения аудиторных занятий, вариативность использования аудиторных и внеаудиторных часов в связи с

занятостью учащихся на дополнительных занятиях в ДШИ, с репетитором и пр.. Программа даёт возможность заменять аудиторные часы внеаудиторными, например, посредством самостоятельного прохождения диагностических обследований в режиме он-лайн.

### **Формулировка цели и задач**

Программа профориентационного курса «Мой выбор » соответствует требованиям Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и направлена на:

- формирование готовности обучающихся к выбору направления своей профессиональной деятельности в соответствии с личными интересами, индивидуальными особенностями и способностями, с учётом потребностей рынка труда (это **ЦЕЛЬ** программы курса).

**ЗАДАЧИ** (в соответствии с ФГОС ООО):

- информировать обучающихся об особенностях различных сфер профессиональной деятельности, социальных и финансовых составляющих различных профессий, особенностях местного, регионального, российского и международного спроса на различные виды трудовой деятельности;
- развить собственные представления обучающихся о перспективах своего профессионального образования и будущей профессиональной деятельности;
- оказать психолого-педагогическую поддержку обучающимся в их профессиональной ориентации, включающей диагностику профессиональных склонностей и профессионального потенциала обучающихся, их способностей и компетенций, необходимых для продолжения образования и выбора профессии, а также консультационную помощь.

Реализация программы курса подчиняется основным **принципам** организации внеурочной деятельности, предусмотренным ФГОС:

- учёт индивидуальных и возрастных особенностей и возможностей;
- сочетание индивидуальных и коллективных форм работы;
- связь теории с практикой;
- доступность и наглядность;
- включение в активную жизненную позицию.

По определению программа направлена на получение воспитательных результатов в определённом проблемном поле и использующая возможности различных видов деятельности: игровой, познавательной, частично - проблемно-ценностного общения (в дискуссиях и проблемных беседах) и социального творчества (на профессиональных пробах).

**Формы организации детского коллектива** во внеурочной деятельности по программе «Мой выбор »:

- групповые - кружковая работа, игры, дискуссии, групповые консультации, социально-психологический тренинг;
- индивидуальные, психологическая развивающая диагностика, профессиональные пробы.

### **Пути, средства, методы достижения цели**

Программа «Мой выбор» отличается разнообразием применяемых **методов:**

- информационно-просветительских: ведение беседы, рассказ, мини-лекции (теоретические блоки), просмотр и обсуждение видеороликов, печатных текстов (профессиограмм, статей), объяснений, работа в информационно-поисковых системах, со средствами массовой информации; реклама профессий (агитация), встречи со специалистами различных сфер профессиональной деятельности; познавательные и просветительские лекции и беседы; участие (присутствие) в общешкольных мероприятиях профориентационной направленности презентация – выставка своих творческих работ;
- диагностических: анкетирование, опрос, тестирование, «профессиональные пробы» в специально, наблюдение, использование различных игровых ситуаций моделирования различных аспектов профессиональной деятельности;
- интерактивных (тренинговых и консультативных): использование «мозгового штурма», беседы с применением элементов интеллектуального и социально-психологического тренинга, различных игр (сюжетно-ролевых, карточных, деловых, развивающих и др.), свободной и директивной дискуссии, составление коллажей, коллективное рисование, анализ конкретных ситуаций, презентации в группе, коллективное разгадывание кроссвордов и ребусов, кукольная драматизация, пантомима и пр.

### **Сведения о сроках реализации программы и распределение часов**

Курс занятий по программе «Мой выбор профессии» рассчитан на учебный год (34 недели) с периодичностью встреч раз в неделю. Продолжительность одного занятия – 40 минут.

### 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 «Мой выбор профессии».

#### 1 блок. Мир профессий (9 часов)

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

*Практика:* Правила группы. Анкета «Пре/пост-тест» Игры «Ассоциации» (профессиональные и личностные); 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

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

##### ➤ 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».

*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» Встреча с представителем профессии..... (по согласованию)

➤ **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»

➤ **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» (А. Аугустинавичуте). «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 (допускается проведение вне аудитории)

➤ **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:* 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).

➤ **Выбираем место учебы (1 час)**

Запасные варианты. Пути получения профессионального образования.

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

Просмотр видеороликов об учебных заведениях Красноярского края.



### **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. 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». 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!»

## **4. Предполагаемые результаты реализации программы**

По окончании реализации программы «Мой выбор профессий» планируется достижение трёх уровней воспитательных результатов внеурочной деятельности.

**Первый уровень** предполагает приобретение школьниками социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни.

Учащиеся будут владеть информацией:

- о значении профессионального самоопределения;
- о требовании к составлению личного профессионального плана;
- о правилах выбора профессии; о профессиях и профессиональной деятельности, об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;

- о понятиях профессиональной карьеры, современных формах и методах организации труда в условиях рыночных отношений.
- о смысле и значении труда в жизни человека и общества;
- о рынке труда, о сущности хозяйственного механизма в условиях рыночных отношений и конкуренции кадров.

**Второй уровень** воспитательных результатов внеурочной деятельности предполагает получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к таким базовым ценностям нашего общества как человек (отношение к себе и к окружающим), труд и к социальной реальности в целом.

**Третий уровень** воспитательных результатов внеурочной деятельности характеризуется приобретением школьниками опыта самостоятельного социального действия, личностные и метапредметные результаты, которые будут достигнуты учащимися.

#### **5. Формы и виды контроля**

В начале и в конце учебного года (на первом и последнем занятии) проводится анкетирование обучающихся по методике «Пре/пост тест», которая позволяет отследить изменения в профессиональной ориентации 8-классников.

Наблюдение педагога за поведением обучающихся в ходе игр, за полной выполнением различных заданий (разгадывание кроссвордов, ребусов и пр.) даёт возможность педагогу оценить степень владения теоретическими знаниями. Теоретические контрольные срезы (как на уроках) не проводятся.

Презентация – выставка, защита своих творческих работ в коллективе (демонстрация с пояснениями своих рисунков, коллажей, сочинений, презентаций, результатов профессиональных проб и пр.) позволяет оценивать деятельность школьников не только педагогу, но и одноклассникам.

Диагностические обследования учащихся проводятся с письменного согласия родителей/законных представителей (берётся в начале учебного года на первом родительском собрании) (*текст представлен в Приложении 2*). Диагностические методики, предлагаемые учащимся, не являются самоцелью, а лишь помогают учащимся в самопознании, активизации в вопросе профориентирования.

## 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	1	Возможно вне		

	профессии. Самооценка свойств личности.		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		

**Перечень видеороликов, используемых в программе**

<b>№ занятия</b>	<b>тема занятия</b>	<b>Название видео ролика</b>	<b>Ссылка на электронный ресурс</b>
4	Профессионал своего дела	«Советы самых богатых людей в мире»	<a href="https://www.youtube.com/watch?time_continue=1&amp;v=ZyuUtX-bQi0">https://www.youtube.com/watch?time_continue=1&amp;v=ZyuUtX-bQi0</a>
5	Многообразие мира профессий	«Самые необычные профессии»	<a href="https://www.youtube.com/watch?time_continue=159&amp;v=dgzILrvKjIg">https://www.youtube.com/watch?time_continue=159&amp;v=dgzILrvKjIg</a>
6	Профессиональная мобильность	«Топ-10 исчезнувших профессий»	<a href="https://www.youtube.com/watch?time_continue=206&amp;v=gOFF8cc5kUM">https://www.youtube.com/watch?time_continue=206&amp;v=gOFF8cc5kUM</a>
7	Классификация профессий по предмету труда	«Ты и твоя будущая профессия»	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=iMmhaE5RvUc">https://www.youtube.com/watch?v=iMmhaE5RvUc</a>
18	Развитие личности и профессиональное самоопределение	«Три главных вопроса для правильной постановки цели»	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=dq7v2Z4foAA">https://www.youtube.com/watch?v=dq7v2Z4foAA</a>
20	Выбираем место учёбы	Репортажи об учебных заведениях	<a href="https://www.youtube.com/channel/UCqNxhB_1hc8-hBAABEMNDqcQ">https://www.youtube.com/channel/UCqNxhB_1hc8-hBAABEMNDqcQ</a>
24	Рынок труда: реалии, перспективы	«На кого стоит учить наших детей»	<a href="https://www.youtube.com/watch?time_continue=1&amp;v=I8VzXoTuy8Y">https://www.youtube.com/watch?time_continue=1&amp;v=I8VzXoTuy8Y</a>
25	Потенциальная доходность профессии	«Топ-9 самых высокооплачиваемых профессий в России»	<a href="https://www.youtube.com/watch?time_continue=33&amp;v=iYT8vIsYpTE">https://www.youtube.com/watch?time_continue=33&amp;v=iYT8vIsYpTE</a>
30	Ищем работу	«Работающее резюме».	<a href="https://www.youtube.com/watch?time_continue=73&amp;v=1QpGHhscsY4">https://www.youtube.com/watch?time_continue=73&amp;v=1QpGHhscsY4</a>