

**Министерство образования и науки Самарской области  
Юго-Западное управление Министерства образования и науки  
Самарской области  
ГБОУ СОШ № 4 г. о. Чапаевск**

Проверено  
Зам. Директор по УВР  
Лужанская С.В.

Утверждаю Директор ГБОУ  
СОШ №4 г.о.Чапаевск Филатова И.М.

---

(подпись)

(подпись)  
«30» августа 2024 г

**ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
Моя профессиональная карьера и самоопределение  
реализуемая в 8 классах**

Количество часов по учебному плану   34   в год   1   в неделю

Рассмотрена на заседании МО кл. руководителей Протокол № 1 от «30» августа 2024г.

Завуч по ВР: С.А. Борзёноква

(ФИО)

(подпись)

## **Пояснительная записка**

В соответствии с Концепцией модернизации российского образования общеобразовательной школы предусматривается профильное обучение, задача которого — создание в 8 классах общеобразовательной школы системы специализированной подготовки, ориентированной на индивидуализацию обучения и социализацию обучающихся с учетом реальных потребностей рынка труда.

Профильное обучение в старших классах предваряет предпрофильная подготовка — система педагогической, психологической, информационной и организационной поддержки учащихся основной школы, включающая мероприятия по профильной ориентации и психолого–педагогической диагностике учащихся, их анкетирование, консультирование, организацию “пробы сил” и т.п. Профильная ориентация призвана способствовать принятию школьниками осознанного решения о выборе направления дальнейшего обучения и созданию условий для повышения готовности подростков к социально–профессиональному самоопределению.

Программа “Моя профессиональная карьера” разработана с учетом целей и задач, поставленных в Концепции профильного обучения и в соответствии с обязательным минимумом содержания основных образовательных программ. В программе изложены современные взгляды на проблему выбора профессии и планирования карьеры и даны диагностические и профинформационные материалы, которые должны помочь ребятам в выборе профессии.

Программа рассчитана на один год при одном уроке в неделю. Каждая тема укладывается в один урок. В программе использованы различные типы уроков. В них входит профессиональная диагностика с использованием надежных методик, деловых и ролевых игр, проблемно–поисковых задач, элементов исследовательской и проектной деятельности, контрольные задания.

Уроки разработаны на основе традиционной классно–урочной системы с учетом принципов дифференцированного обучения и модульной организации учебного процесса. Уроки сгруппированы в четыре самостоятельных, но логически связанных блока (модуля) по принципу один модуль — одна четверть. Результаты диагностики могут учитываться при формировании профильных классов. Эффективное преподавание программы предполагает осознание учителем целей урока и его места в учебном процессе, поддержку интереса и активности учащихся, опору на знания и жизненный опыт учащихся, контроль их деятельности.

**Основная идея курса:** профессионал — это человек, которому профессиональная деятельность помогает удовлетворять практически все потребности, от низших до высших (самоуважение, самоактуализация). Профессионализм зависит не от содержания работы, от квалификации, личностных качеств и мотивации человека. В профессионале все эти факторы гармонично сочетаются. Человек выбирает профессию и карьеру в соответствии со своими убеждениями и ценностями. Наша цель — формирование психологической готовности подростка к профессиональной карьере.

**Основные задачи курса:** формирование адекватного представления учащихся о своем профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий; ознакомление со спецификой современного рынка труда, правилами выбора и способами получения профессии.

## 1. Планируемые результаты освоения программы внеурочной деятельности

В ходе реализации программы «Моя профессиональная карьера» прослеживаются **личностные, метапредметные и предметные** результаты освоения курса.

### Личностные универсальные учебные действия:

- извлекают информацию по вопросам профессионального самоопределения из специализированных интернет-порталов.
- обосновывают выбор дальнейшей образовательной траектории.
- формировать учебную мотивацию, осознанность учения и личной ответственности;
- формировать эмоциональное отношение к учебной деятельности и общее представление о моральных нормах поведения;
- самостоятельно и творчески реализовывать свои замыслы.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Коммуникативные универсальные учебные действия:

- формировать умение слушать и понимать других;
- формировать и отрабатывать умение согласованно работать в группах и коллективе;
- формировать умение строить речевое высказывание в соответствии с поставленными задачами.

## 2. Познавательные универсальные учебные действия:

- формировать умение извлекать информацию из текста и иллюстрации;
- формировать умения на основе анализа рисунка-схемы делать выводы;
- конструировать по образцу, по заданной схеме;
- ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного.

## 3. Регулятивные универсальные учебные действия:

- формировать умение оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей;
- формировать умение составлять план действия на уроке с помощью учителя;
- формировать умение мобильно перестраивать свою работу в соответствии с полученными данными.

Показателем оценки достижения конечного результата программы является извлечение обучающимися полезной информации по вопросам профессионального самоопределения по заданиям («Знакомство с профессией», «Возможности получения профессии», «Востребованность профессии», «Перспективы карьерного роста») и обоснование решения относительно дальнейшей образовательной траектории собственными интересами, склонностями, способностями (в рамках составления личного профессионального плана).

## **2.Содержание программы внеурочной деятельности**

### **1 раздел. Что я знаю о своих возможностях (8 часов)**

1.Самооценка и уровень притязаний. 2.Темперамент и профессия. 3. Определение темперамента. 4.Чувства и эмоции. Тестэмоций. Истоки негативных эмоций. 5.Стресс и тревожность. 6. Определение типа мышления. 8. Внимание и память. Уровень внутренней свободы.

### **2 раздел. Что я знаю о профессиях (8 часов)**

1. Классификации профессий. Признаки профессии. 2. Определение типа будущей профессии. 3. Профессия, специальность, должность. 4. Формула профессии. 5. Интересы и склонности в выборе профессии. 6. Определение профессионального типа личности. 7. Профессионально важные качества. 8.Профессия и здоровье.

### **3 раздел. Способности и профессиональная пригодность (8 часов)**

1.Способности общие и специальные. 2.Способности к практическим видам деятельности. 3. Способности к интеллектуальным видам деятельности. 4.Способности к профессиям социального типа. 5.Способности к офисным видам деятельности. 6. Способности к предпринимательской деятельности. 7.Артистические способности. 8.Уровни профессиональной пригодности.

### **4 раздел. Планирование профессиональной карьеры (10 часов)**

1. Мотивы и потребности. 2. Ошибки в выборе профессии. 3. Современный рынок труда. 4. Пути получения профессии.
5. Навыки самопрезентации. 6. Стратегия выбора профессии. 7-10. Защита проекта “Моя будущая профессия”.

### 3. Тематическое планирование с указанием количества часов на освоение каждой темы.

№п/п	Название раздела	Кол-во часов	Планируемые результаты	Формы проведения занятий	Образовательные ресурсы, включая электронные (цифровые)
1	<b>Что я знаю о своих возможностях</b>	8	Знает мотивы выбора профессии, связанные с интересами, склонностями и возможностями.		
	1. Самооценка и уровень притязаний			Дискуссия	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2101">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2101</a>
	2. Темперамент и профессия.			Беседа, обсуждение	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2102#u">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2102#u</a>
	3. Определение темперамента.			Практика	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2102#u">r</a>
	4. Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.			Беседа	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2103#u">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2103#u</a>

	5. Стресс и тревожность.			Беседа	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2104#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2104#ur</a>
	6. Определение типа мышления.			Игра, беседа	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2105#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2105#ur</a>
	7. Внимание и память.			Беседа, игра	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2106#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2106#ur</a>
	8. Уровень внутренней свободы.			Беседа	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2107#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2107#ur</a>
2	<b>Что я знаю о профессиях</b>	<b>8</b>	Относит заданную профессию к виду и сфере человеческой деятельности.		
	1. Классификации профессий. Признаки профессии.			Беседа, игра	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2209">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2209</a>
	2. Определение типа будущей профессии.			Игра	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2211#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2211#ur</a>
	3. Профессия, специальность, должность.			Творческая игра	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2210#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2210#ur</a>
	4. Формула профессии.			Беседа	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2210#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2210#ur</a>
	5. Интересы и склонности в выборе профессии			Дискуссия	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2212#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2212#ur</a>



	6. Определение профессионального типа личности.			Тестирование, беседа	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2213#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2213#ur</a>
	7. Профессионально важные качества.			Беседа и игра	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2214#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2214#ur</a>
	8.Профессия и здоровье.			Игра , дискуссия	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2215#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2215#ur</a>
3	<b>Способности и профессиональная пригодность</b>	8	Объясняет, как интересы, склонности и возможности влияют на успешность человека в профессии, приводит примеры.		
	1.Способности общие и специальные			Беседа, практика	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2317">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2317</a>
	2.Способности к практическим видам деятельности.			Беседа. Практика	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2317">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2317</a>
	3. Способности к интеллектуальным видам деятельности.			Беседа, практика	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2318#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2318#ur</a>
	4.Способности к профессиям социального типа.			Беседа, игра	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2319#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2319#ur</a>
	5.Способности к офисным видам деятельности.			Беседа, практика	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2320#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2320#ur</a>

	6. Артистические способности.			Беседа, дискуссия	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2322#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2322#ur</a>
	7. Способности к предпринимательской деятельности.			Встреча	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2321#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2321#ur</a>
	8. Уровни профессиональной пригодности.			Игра, дискуссия	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2323#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2323#ur</a>
4	<b>Планирование профессиональной карьеры</b>	<b>10</b>	Обосновывает значение выполненной деятельности с точки зрения профессионального самоопределения. Получил опыт обоснования выбора мероприятий во внеурочное время по тематике профессионального самоопределения.		
	1. Мотивы и потребности.			беседа	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2425">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2425</a>
	2. Ошибки в выборе профессии.			беседа	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2426#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2426#ur</a>
	3. Современный рынок труда.			Беседа, экскурсия	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2427#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2427#ur</a>
	4. Пути получения профессии.			Беседа , практика	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2428#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2428#ur</a>

	5. Навыки самопрезентации.			Беседа	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2429#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2429#ur</a>
	6. Стратегия выбора профессии.			Игра, диспут	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2430#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2430#ur</a>
	7-10. Защита проекта “Моя будущая профессия”.			Презентация проекта практика	<a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2431#ur">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=2431#ur</a>