

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 149  
КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТ  
решением педагогического  
совета школы  
Протокол № 9 от 30.08. 2021 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности**

социальное направление

7-ые классы

**«Мир профессий»**

Ф.И.О. педагога: Фуфлыгина Татьяна Владимировна

Срок реализации программы: 2021/2022 учебный год

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 32A3D8A3B0BF2D99B64B9BD59CD5C4A1041332B2  
Владелец: Степанова Елена Вадимовна  
Действителен с 19.08.2020 до 19.11.2021

Санкт-Петербург

2021 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности по профориентации в 7-х классах «Мир профессий» разработана в соответствии с документами:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (с изменениями и дополнениями).
3. Основная образовательная программа основного общего образования ГБОУ СОШ № 149.
4. План внеурочной деятельности основного общего образования ГБОУ СОШ № 149.

**Общие цели программы** способствуют формированию у обучающихся личностных, универсальных учебных действий, умений.

в направлении личностного развития:

- формирование умения ориентироваться в мире профессий, умения работать с различными источниками информации;
- развитие любознательности, сообразительности при выполнении разнообразных упражнений и заданий проблемного и эвристического характера;
- развитие внимательности, настойчивости, целеустремлённости, умения преодолевать трудности — важных качеств в практической деятельности любого человека;
- воспитание чувства справедливости, ответственности;
- развитие самостоятельности суждений, независимости и нестандартности мышления;
- выраженное стремление учиться и трудиться для дальнейшего осуществления своих жизненных планов;
- самостоятельность в организации и выполнении различных работ.

в метапредметном направлении:

- планирование процесса познавательно-трудовой деятельности;
- определение адекватных способов решения учебной или трудовой задачи на основе заданных алгоритмов;
- проявление инновационного подхода к решению учебных и практических задач;
- приведение примеров, подбор аргументов, формирование выводов по обоснованию своего выбора и отражение в устной или письменной форме результатов своей деятельности;
- выбор для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, интернет-ресурсы и другие базы данных;
- согласование и координация совместной деятельности с другими ее участниками;
- диагностика результатов деятельности по принятым критериям и показателям;
- находить выход из проблемной ситуации, связанной с выбором пути продолжения образования;
- объективно оценивать свои индивидуальные возможности в соответствии с избираемой деятельностью;
- ставить цели и планировать действия для их достижения;
- использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии.

в предметном направлении:

- рациональное использование учебной и дополнительной информации для выбора профессии;
- планирование образовательной и профессиональной карьеры;
- знание классификации видов профессий;
- планирование деятельности по выбору профессии;
- адекватное оценивание своих способностей и готовности к выбранной профессии;
- понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;
- понятие темперамента, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сферы, интеллектуальных способностей, стилей общения;
- понимание значения профессионального самоопределения и его роли в самореализации личности;
- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

### **Общая характеристика программы**

Программа «Мир профессий» рассчитана на 7-ые классы по 1 часу в неделю, 34 часа в год. Реализация программы допускает возможность использования дистанционных образовательных технологий.

Программа позволяет учащимся изучить свои возможности и потребности и соотнести их с требованиями, которые предъявляет интересующая их профессия, сделать обоснованный выбор профиля, подготовиться к будущей трудовой профессиональной деятельности и в дальнейшем успешно выстроить профессиональную карьеру, адаптируясь к социальным условиям и требованиям рынка труда.

Также на этих занятиях учащиеся изучают свои психологические особенности посредством психодиагностических методик, оценивают эффективность различных моделей поведения. На основе знаний о своем профессиональном и личностном потенциале у учащихся формируется психологическая готовность к выбору профиля обучения.

Основной **целью** данной программы является формирование у учащихся готовности к осознанному социальному и профессиональному самоопределению.

Цель осуществляется посредством выполнения следующих **задач**:

Помочь учащимся раскрыть психологические особенности своей личности;

Расширить знания учащихся о мире профессий, познакомив их с классификацией, типами и подтипами профессий, возможностями подготовки к ним, дать представление о профпригодности и компенсации способностей;

Подготовить школьников к осознанному выбору профиля обучения в старшей школе и в перспективе – будущей профессии;

Обучить учащихся выявлению соответствия требований выбранной профессии их способностям и возможностям;

Сформировать у школьников качества творческой, активной и легко адаптирующейся личности, способной реализовать себя в будущей профессии в современных социально-экономических условиях;

### **Описание ценностных ориентиров содержания программы**

Происходящие в обществе социально-экономические изменения предъявляют к школе совершенно новые требования, выражающиеся в частности в том, что ее выпускникам уже недостаточно обладать широкими и разнообразными знаниями, навыками и умениями их самостоятельного пополнения. Они должны быть социально активными, а также ответственными людьми, обладающими определенным жизненным опытом, который поможет адаптироваться к суровым требованиям современной жизни в условиях рыночных отношений.

Происходят серьезные и глубокие изменения в личности современного школьника, интересы и потребности которого уже не ограничиваются лишь получением

разносторонних знаний. Семья и сам школьник все настойчивее требуют внести изменения в содержание образования с тем, чтобы помочь выпускнику приобрести социальный опыт, который поможет ему быстрее адаптироваться в обществе, получить профессию, найти достойную работу, создать семью, грамотно отстаивать свои гражданские права.

Программа создана для того, чтобы помочь учащимся осознать необходимость личного выбора из нескольких вариантов поступков или поведения в различных жизненных ситуациях и свою личную ответственность за сделанный выбор.

### **Результаты освоения программы**

#### **Личностные:**

ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;

формирования коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в образовательной, творческой и других видах деятельности;

научатся анализировать собственные интересы, склонности, потребности, соотносить их с имеющимися возможностями.

#### **Метапредметные:**

на основе полученной информации, рассмотрев все возможные варианты, смогут самостоятельно принять правильное решение о дальнейшем образовательном маршруте;

развитие способности к конструктивному общению, саморегуляции, рефлексии.

#### **Предметные:**

##### **Ученики научатся:**

- Адекватно оценивать свои способности и готовность к выбранной профессии.

- Адекватно иметь представления о себе и своем профессиональном соответствии.

- Осознанно принимать решение о направлении дальнейшего обучения

##### **Ученик получит возможность научиться:**

- Расширить кругозор о возможных вариантах выбора образовательного маршрута, о мире профессий.

- Создавать условия для повышения готовности к социально-профессиональному самоопределению.

- Распределять свое свободное и рабочее время.

### **Способы оценки планируемых результатов образовательного процесса**

Программа курса не предусматривает систему отметок. Итоговый контроль заключается в обобщении результатов практических заданий и зачетного урока. Зачет обучающиеся сдают в творческой форме (проект, сообщение, презентация, эссе и т.д.)

При составлении данной программы были использованы: программа профориентационной направленности «Человек и профессия» Л.Н. Бобровская, О.Ю. Просихина, Е.А. Сапрыкина; цикл классных часов «Беседы о самоопределении» Резапкина Г.В.; программа «Учимся выбирать профиль обучения» Меттус Е.В., Турта О.С., Литвинова А.В.; Технология оптимального самоопределения для предпрофильной подготовки «Найди свой путь» Селевко Г.К., Соловьева О.Ю.; профориентационный курс «Твой выбор» Афанасьева Н.В., Малухина Н.В., Загоскина Т.В.

### **Содержание**

#### **Вводное занятие.**

Осознание ценности труда.

Беседа. Стоит ли в наше время честно трудиться? Почему нужно тщательно выбирать себе профессию? Самый надежный способ выбора профессии. Как данный курс

может помочь в профессиональном самоопределении. Формула выбора профессии: Хочу, Могу, Надо.

Практическая часть.

- Сочинение «Кто Я?», «Кем я хочу быть?», «Что я хочу знать о себе?»
- Знакомство с правилами поведения в группе.
- Ролевая игра «Убеди предков».

(Цель — помочь учащимся научиться аргументировать свой выбор и отстаивать свою точку зрения).

### **Раздел 1. Психология личности.**

- Темперамент и профессия. Определение типа темперамента.

Беседа. Понятие «темперамент». Особенности темперамента. Роль темперамента в выборе профессии. Важно ли знать свой тип темперамента и его особенности при выборе профессии. Сопоставление типа темперамента с профессиями.

Практическая часть.

- Диагностика типа темперамента. (модификация личностного опросника Г. Айзенка)

- Чувства и эмоции. Тест эмоций.

Беседа. Нужны ли человеку чувства и эмоции? Нужно ли учиться их контролировать?

Практическая часть.

- Упражнение «Нарисуй эмоцию»
- Упражнение «Угадай эмоцию»
- Упражнение «Назови эмоцию»
- Тест эмоций (модификация теста Басса-Дарки)

- Стресс и тревожность.

Беседа. Понятия в психологии: стресс и тревожность. Как бороться со стрессом и регулировать своё эмоциональное состояние.

Практическая часть.

- Методика «Определение уровня тревожности»
- Тест «Оценка школьных ситуаций»

• Познавательные процессы. Мышление и особенности интеллектуальной сферы.

Беседа. Что такое познавательные процессы? Зачем они нужны человеку? Операции, качества мышления. Особенности интеллектуальной сферы.

Практическая часть.

- Диагностика интеллекта. Тест СФИТ Р.Кэттелла
- Познавательные процессы. Память и внимание.

Беседа. Основные виды и качества внимания. Виды памяти. Приемы и методы запоминания.

Практическая часть.

- Диагностика зрительной памяти, слуховой и словесно логической.
- Игра «Запомни меня». (Имя, хобби, положительное качество по кругу).

### **Раздел 2. Мир профессий.**

- Классификации профессий. Признаки профессии.

Беседа. Что такое классификация профессий. Знакомство с четырехуровневой классификацией профессий Е.А. Климова.

Практическая часть.

Упражнение «Назови профессию»

- Определение типа будущей профессии.

Беседа. Какие бывают типы профессий.

Практическая часть.

Упражнение «По горячим следам»  
 Определение типа будущей профессии (методика Е.А. Климова)

- Пути получения профессии.

Методика «Матрица профессионального выбора»  
 Беседа. Способы получения образования: среднее специальное образование, высшее образование. Что такое дистанционная технология обучения.

- Профессия и здоровье.

Беседа. Четыре группы требований к здоровью человека. Медицинские ограничения профессиональной пригодности.  
 Практическая часть.  
 Методика «Моё здоровье»

**Раздел 3. Профессиональное самоопределение**

- Склонности и интересы в профессиональном выборе.

Беседа. Что такое склонности и интересы? Важно ли учитывать их при выборе будущей профессии.  
 Практическая часть.

- Определение интересов и склонностей («ДДО» Е.А. Климова)
- Мотивы и потребности.

Беседа. Что такое мотивы и потребности. Пирамида потребностей.  
 Практическая часть.  
 Упражнение «Иерархия потребностей»  
 Определение мотивов выбора профессии (анкета)  
 определение мотивации (методика Е. Головахи)

- Современный рынок труда.

Мини-лекция о состоянии современного рынка труда. Информация о наиболее востребованных профессиях и о профессиях, которые не востребованы на сегодняшний день.

- Понятие карьера. Виды карьеры.

Беседа. Что такое карьера? Какие личностные качества способствуют карьерному росту. Виды карьеры. Построение карьеры по вертикали и горизонтали. Понятие должность. Необходимость постоянного самообразования и профессионального совершенствования.  
 Практическая часть.

- Профориентационная игра «Пришельцы».
- Первый шаг в выборе профессии, выбор профиля обучения.

Беседа. Что необходимо учитывать при выборе своей будущей профессии? Как правильно осуществить выбор профиля дальнейшего обучения?  
 Практическая часть.  
 Методика «Карта интересов»  
 Упражнение «Моя будущая профессия»

**Заключительное занятие.**  
 Защита творческих работ.

### Календарно-тематическое планирование 7-х классов

№	Дата план	Дата факт	Тема урока	Кол-во часов	Вид контроля
1			Вводное занятие	1	Беседа
2			Психология личности	1	
3			Кто я?	1	Эссе
4			Ролевая игра «Убеди предков»	1	
5			Темперамент и профессия	1	

6		Диагностика темперамента	1	
7		Чувства и эмоции	1	
8		Диагностика состояний	1	
9		Как контролировать эмоции?	1	
10		Стресс и эмоции	1	
11		Определение уровня эмоций	1	
12		Оценка школьной мотивации	1	
13		Познавательные процессы	1	
14		Диагностика интеллекта	1	
15		Виды памяти и внимания	1	
16		Развитие памяти и внимания, приемы запоминания.	1	
17		Диагностика памяти и внимания	1	
18		Обобщение темы личности	1	
19		Кем я хочу стать?	1	сочинение
20		Мир профессий.	1	
21		Классификации профессий.		
22		Признаки профессий	1	
23		Игра назови профессию	1	
24		Определение типа будущей профессии.	1	
25		Игра «По горячим следам»	1	
26		Пути получения профессии.	1	Исследовательская работа
27		Методика «Матрица профессионального выбора.	1	
28		Профессия и здоровье.	1	
29		Методика «Моё здоровье»	1	
30		Профессиональное самоопределение.	1	
31		Склонности и интересы в профессиональном выборе.	1	
32		Мотивы и потребности.	1	
33		Современный рынок труда.	1	реферат
34		<b>Заключительное занятие</b>	1	Защита творческих работ