

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

ПРИНЯТ  
решением педагогического  
совета школы  
Протокол № 9 от 30.08.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Приказ № 220 от 30.08.2021 г.



Директор ГБОУ СОШ № 149  
Степанова Е.В./

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности**

**социальное направление**

**8-ые классы**

**«Я в профессии»**

Ф.И.О. педагога: Фуфлыгина Татьяна Владимировна

Срок реализации программы: 2021/2022 учебный год

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 32A30BA3B0BF2D99B64B9BD59CD5C4A1041332B2  
Владелец: Степанова Елена Владимировна  
Действителен: с 19.08.2020 до 19.11.2021

Санкт-Петербург

2021 г.

## Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности по профориентации в 8-х классах «Я в профессии» 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 «Я в профессии» рассчитана для 8-ых классов 1 час 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 личностного 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:**

##### **Выпускники 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

##### **Выпускник 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.**

#### **РАЗДЕЛ 1. Мир профессий, или Какую дверь открыть**

ТЕМА 1 Введение. Выбор профессионального пути -начало жизненного успеха.

Профессиональная ориентация. Выбор профессии, как взаимодействие двух сторон: человека и специальности.

Цель: познакомить учащихся с задачами курса, раскрыть значение понятия «Профориентация».

## ТЕМА 2. Как я ориентируюсь в мире новых профессий?

Что такое профессия? Что такое специальность? Категории и характеристики профессии. Профессиограмма.

Цель: Познакомить учащихся с видами профессий и характеристиками. Научить создавать профессиограмму своей будущей профессии.

## ТЕМА 3. История профориентации

Из истории профориентации. Профориентация за рубежом. Профориентация в России.

Цель: Раскрыть значение знаний по истории профессии и профориентации.

ТЕМА 4. Особенности профессионального самоопределения молодежи на современном этапе.

Сбор информации об интересующей профессии; профориентационная работа в школе.

Цель: Познакомить учащихся с особенностями выбора профессии, с условиями формирования навыков самостоятельного выбора и ответственности за него.

## ТЕМА 5. Классификация профессий

Виды классификаций профессии, по уровню квалификации. Типы профессий по предмету труда.

Цель: Познакомить учащихся с разными типами профессий и их квалификацией.

## ТЕМА 6. Формула профессий.

Составляющие формулы профессий, по различным параметрам: предмету труда, характеру труда, условиям труда и др.

Цель: Закрепление на практике тему «классификация профессий» через составление формулы профессий.

## РАЗДЕЛ 2.. Секреты выбора профессии

### ТЕМА 1. Основы выбора профессии.

Внешние и внутренние социальные факторы выбора профессии. Хочу, могу, надо. Ответственность за правильный выбор.

ЦЕЛЬ: Познакомить учащихся с основами выбора профессии.

### ТЕМА 2. Типичные ошибки при выборе профессии.

Типичные ошибки выбора: незнание мира профессий, незнание самого себя, незнание правил выбора профессии.

ЦЕЛЬ: Дать учащимся представление о типичных ошибках при выборе профессии.

### ТЕМА 3. Профессия и специализация

Что мешает человеку выбрать профессию? Особенности профессии. Профессиональная проба сил. Специализация.

ЦЕЛЬ: Рассмотреть приемы управления своим выбором.

### ТЕМА 4. Деловая игра: «Перспектива успеха»

Формирование ответственного отношения к выбору профессионального пути через расширение границ самопознания и расширение информации о мире профессий.

ЦЕЛЬ: Активизация процесса формирования психологической готовности учащихся к профессиональному самоопределению.

### ТЕМА 5. Приемы расположения к себе. Самопрезентация.

Знаки внимания. Compliments. Похвала и поддержка. Самопрезентация: фактор превосходства, самоподача привлекательности и демонстрация отношения.

ЦЕЛЬ: Познакомить учащихся с приемами расположения к себе собеседника; изучить функции и конструкции комплиментов; развить навыки эффективной самопрезентации.

## РАЗДЕЛ 3. Мои таланты – мое богатство

### ТЕМА 1. Хорошо ли я себя знаю?.

Как можно лучше узнать себя, Слепая и скрытая область видения себя, роль психодиагностики в изучении своих качеств личности, что нужно учитывать для правильного выбора профессии.

**ЦЕЛЬ:** Познакомить учащихся с особенностями самоисследования и роли этих знаний в выборе профессии.

**ТЕМА 2.** Свойства нервной системы и темперамента в профессиональной деятельности

Характеристики нервных процессов: подвижность, уравновешенность, скорость реакции. Темперамент: холерик, флегматик, сангвиник, меланхолик, свойства каждого темперамента, и влияние темперамента на будущую профессию. Диагностика темперамента.

**ЦЕЛЬ:** Рассмотреть виды и особенности каждого типа темперамента, провести диагностику темперамента и сделать подбор профессии по типу темперамента.

**ТЕМА 3.** Эмоционально-волевые качества личности

Роль эмоционально-волевой сферы личности в профессиональной деятельности, эмоциональные состояния, воля, желание, волевые усилия.

**ЦЕЛЬ:** Показать роль эмоционально-волевой сферы в выборе профессии, в допрофессиональной и профессиональной подготовке.

**РАЗДЕЛ 4** Начало профессиональной жизни.

**ТЕМА 1.** Проблемы общения в трудовом коллективе.

Трудовой коллектив и проблемы вхождения в него, аффилиация, ее составляющие: стремление к принятию и страх отвержения. Диагностика степени и вида аффилиации.

**ЦЕЛЬ:** Рассмотреть некоторые из проблем, возникающие при вхождении в трудовой коллектив.

**ТЕМА 2.** Способы реагирования в конфликте

Психологическая атмосфера в трудовом коллективе. Конфликт, его виды способы реагирования в конфликте: избегание, сотрудничество, компромисс, соперничество, игнорирование.

**ЦЕЛЬ:** Познакомить учащихся с особенностями формирования психологической атмосферы в коллективе.

**ТЕМА 3.** Изменения личности в профессии.

Формирование жизненной позиции в профессиональной деятельности, профессиональные особенности личности: профессиональное самосознание, самооценка в проф. деятельности, ответственность, мобильность, обучаемость.

**ЦЕЛЬ:** Повысить уровень культуры учащихся в сфере знаний о профессиональных особенностях личности.

**РАЗДЕЛ 5.** Профессиональная пригодность

**ТЕМА 1.** Профессиональное самоопределение.

Что такое профессиональная пригодность? Профессионально-важные качества: специфические, неспецифические, их роль для разных типов профессий. Диагностика профессионально-важных качеств, тест «КОС».

**ЦЕЛЬ:** Познакомить учащихся с видами профессионально-важных качеств и их значением в каждом типе профессий.

**ТЕМА 2.** Личный профессиональный план

Знакомство с ЛПП, его параметрами и значением в проектировании профессионального пути, умения прогнозировать правильности выбора будущей профессии.

**ЦЕЛЬ:** Познакомить учащихся с личным профессиональным планом и научить строить его для каждой, выбранной профессии.

**ТЕМА 3.** Социально-психологические особенности взаимодействия людей в малой группе.

Групповые нормы. Конформизм. Факторы, влияющие на уровень конформности ( значимость, авторитетность, возраст и пол человека, негативизм).

ЦЕЛЬ: Познакомить учащихся с понятием «групповые нормы»; феноменом группового давления; с причинами высокого уровня конформности.

**РАЗДЕЛ 6.** Современный рынок труда

ТЕМА 1. Деловая игра: «Свой бизнес».

Деловое общение. Функции деловой беседы; фазы беседы (подготовительная, контактная, ориентировочная, аргументации, завершение, анализ). Деловая игра « Свой бизнес».

ЦЕЛЬ: Познакомить учащихся с условиями и приемами эффективного ведения деловой беседы, фазами беседы и навыками построения делового разговора.

ТЕМА 2. Психологические особенности публичного выступления

Неречевые компоненты публичного выступления; начало; язык выступающего; контроль эмоций.

ЦЕЛЬ: Познакомить учащихся с компонентами и различными стратегиями публичного выступления; развить навыки публичного выступления.

ТЕМА 3. Современный рынок труда и его требования к профессионалу.

Системы управления на современном рынке труда, резюме и требования к его построению и составлению, правила поведения на собеседовании.

ЦЕЛЬ: Познакомить учащихся с приемами, позволяющими более успешно удаптироваться на современном рынке труда.

**РАЗДЕЛ 7.** Профориентация.

ТЕМА 1. Профессиональное самоопределение.

Профориентационные игры: «Кто есть кто?» «Подарок», «День из жизни», «Теремок», «Федорино горе».

ЦЕЛЬ: Формирование общей готовности к самоопределению, активизация проблемы выбора профессии.

ТЕМА 2. Проектирование профессионального жизненного пути.

Выбор профессии; классификация профессий, формула твоей профессии, типология личности Голланда. Возможные затруднения при выборе профессии; профессионально-важные качества; процесс принятия решений.

ЦЕЛЬ: Дать учащимся представление об основах стратегии выбора профессии.

### Календарно-тематическое планирование 8-ые классы.

№	Дата план	Дата факт	Тема урока	Кол-во часов	Вид контроля
1			<b>Вводное занятие</b>	1	Беседа
2			Мир профессий, или Какую дверь открыть	1	
3			Выбор профессионального пути - начало жизненного успеха.	1	Эссе
4			Как я ориентируюсь в мире новых профессий?	1	
5			История профориентации	1	
6			Особенности профессионального самоопределения молодежи на современном этапе.	1	
7			Классификация профессий	1	
8			Формула профессий	1	

9			Секреты выбора профессии	1	
10			Основы выбора профессии.	1	
11			Типичные ошибки при выборе профессии	1	
12			Профессия и специализация	1	
13			Деловая игра: «Перспектива успеха»	1	
14			Приемы расположения к себе. Самопрезентация	1	
15			Мои таланты – мое богатство	1	
16			Хорошо ли я себя знаю?	1	
17			Свойства нервной системы и темперамента в профессиональной деятельности	1	
18			Эмоционально-волевые качества личности	1	
19			Диагностика.	1	
20			Начало профессиональной жизни.	1	
21			Способы реагирования в конфликте		
22			Изменения личности в профессии	1	
23			Профессиональная пригодность	1	
24			Личный профессиональный план	1	
25			Социально-психологические особенности взаимодействия людей в малой группе.	1	
26			Современный рынок труда	1	Исследовательская работа
27			Деловая игра: «Свой бизнес»	1	
28			Психологические особенности публичного выступления	1	
29			Современный рынок труда и его требования к профессионалу	1	
30			Профессиональное самоопределение.	1	
31			Профориентация.	1	
32			Проектирование профессионального жизненного пути.	1	
33			«Какую дверь открыть?»	1	реферат
34			<b>Заключительное занятие</b>	1	Защита творческих работ