

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Школа № 34»

Приложение № 1.24

к ООП ООО

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Твой выбор»

для обучающихся 5-7 классов

г. Нижний Новгород

2023

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В современном обществе происходят глобальные изменения, меняются представления о профессионализме как пожизненной приверженности к той или иной профессиональной сфере, конкретной профессии, в которой постепенно накапливались знания, опыт, мастерство - приходит на смену мультипрофессионализм, предполагающий возможность и необходимость овладения человеком трудовыми функциями из нескольких видов профессиональной деятельности, в том числе из различных профессиональных областей.

С развитием общества меняется и система образования. Особая роль в сопровождении профессионального самоопределения отводится школе, которая может помочь подрастающему поколению проектировать индивидуально-образовательный и профессиональный маршрут и обеспечить качественную подготовку для школьников всех возрастов.

Практическая значимость программы «Твой выбор», обусловлена тем, что сопровождение профессионального самоопределения в школе реализуется за счет создания среды самоопределения и персонализированного сопровождения учащихся. Где среда профессионального самоопределения рассматривается как пространство возможностей, проб и ошибок, необходимое для обретения осмысленного опыта самоопределения, которая способна принести плоды не только в виде правильного выбора профессии: главным ее результатом может быть последовательное формирование профориентационных компетенций, обеспечивающих готовность к успешному профессионально-образовательному выбору.

**Цель изучения программы внеурочной деятельности** - создание среды самоопределения и персонализированного сопровождения учащихся

### **Задачи программы:**

*Обучающие:* обеспечение учащихся информацией, необходимой для обоснованного профессионального выбора, осознанного самоопределения и грамотного построения личного профессионального плана:

- обеспечить знания основ профессионального выбора и самоопределения;
- познакомить учащихся с профессиями;
- познакомить с миром профессионального труда, роли современного производства в жизни человека и общества;
- учить учащихся способам определения психологических особенностей своей личности, своих профессиональных возможностей и интересов;
- познакомить учащихся с профессиональными требованиями к личности;
- учить навыкам конструктивного взаимодействия в коллективе;
- учить способам приобретения желаемой профессии;
- учить принципам построения профессиональной карьеры;
- создание условий для формирования духовно-нравственных основ и этики ответственного профессионального самоопределения и творческой самореализации в интересах личности, государства и общества.

*Развивающие:* формирование и развитие у детей, подростков компетенций профессионального самоопределения, представляющих собой готовность самостоятельно:

- ориентироваться в мире профессиональной информации;
- проектировать и планировать собственный профессиональный образовательный маршрут;
- оценивать степень успешности прохождения профессиональных проб;

- совершать обоснованный выбор на основе перебора альтернатив;
- принимать решение и воплощать его в жизнь, преодолевая возможные трудности;
- продвигаться в собственном профессиональном развитии и т.д.
- формировать устойчивой мотивации учащихся к «испытанию себя», своих возможностей и их границ в среде самоопределения.

*Воспитательные:*

- воспитывать уважение к людям труда;
- формировать целеустремленность, предприимчивость, самостоятельность;
- формировать у учащихся внутреннюю готовность к осознанному и самостоятельному построению, корректировке и реализации перспектив своего профессионального развития.
- формировать уровень ориентационных (профориентационных) компетенций, обучающихся за счет формирования и накопления папки индивидуальных достижений (портфолио).
- формировать у учащихся представлений о собственном пути достижения целей, повысить их способность к целеполаганию в целом и мотивации к обучению, в частности;
- формировать положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии.

Программа внеурочной деятельности «Твой выбор» рассчитан на 3 года обучения. Количество часов отведенные на реализацию программы 34 часа в год, занятия проводятся 1 раз в неделю.

Отличительной особенностью данной программы заключается в том, что в процессе обучения учащийся испытывает себя в разных сферах деятельности (игровые профессиональные пробы), определяя свои возможности и их границы в среде самоопределения, а также учатся осознанию полученного опыта через ведения индивидуального профориентационного портфолио. Портфолио служит для сбора информации о пробах своих возможностей, интересов, склонностей и способностей, уровня осознания своих целей, а также развитие самоанализа к собственным целям и планам на будущее. Портфолио включает результаты прохождения самонавигации: «испытания себя», психологической диагностики, информации, помогающей ребенку проанализировать свой характер, способности, узнать способы саморазвития, самосовершенствования, самопознания.

*Форма проведения занятий:* профориентационные упражнения, игры, тестирование, анкетирование, встречи с интересными людьми, дискуссии, экскурсии, игровые профессиональные пробы, творческие конкурсы практической направленности, кейс-технологии, мастер-классы, проектная и исследовательская деятельность.

Промежуточная аттестация проводится в форме творческого задания, основывается на встроенном педагогическом наблюдении по системе оценки «Зачёт/незачёт». По итогам промежуточной аттестации классным руководителем оформляется ведомость.

## **1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### **Личностные**

- развитие целеустремленности, предприимчивости, самостоятельности;
- овладение навыками успешного взаимодействия в коллективе;
- овладение способами изучения психологических особенностей своей личности, своих профессиональных интересов и возможностей;

- обоснование важности и необходимости труда в жизни людей;
- бережное отношение к вещам, предметам труда людей;
- способность оценивать поступки, в том числе неоднозначные, как «хорошие» или «плохие», разрешая моральные противоречия на основе: общечеловеческих ценностей и российских ценностей, в том числе человеколюбия, уважения к труду, культуре; важности бережного отношения к здоровью человека и к природе; важности различения «красивого» и «некрасивого», потребности в «прекрасном» и отрицания «безобразного»; важности образования, здорового образа жизни, красоты природы и творчества;
- прогнозирование оценки одних и тех же ситуаций с позиций разных людей, отличающихся национальностью, мировоззрением, положением в обществе.

## **Метапредметные**

### **1. Регулятивные УУД:**

- высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.
- становление самоопределения в выбранной сфере будущей профессиональной деятельности, планирование образовательной и профессиональной карьеры, осознание необходимости общественно-полезного труда, как условия безопасной и эффективной социализации;
- совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности
- осознанный выбор и построение дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе осознанного ориентирования в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками; умение общаться при коллективном выполнении работ или проектов с учётом общности интересов и возможностей членов трудового коллектива

### **2. Познавательные УУД:**

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (ИКТ); выбор для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, интернет-ресурсы и другие базы данных;

### **3. Коммуникативные УУД:**

- донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной форме.
- слушать и понимать речь других.
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в группе
- выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика). Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах
- уметь пользоваться интернет ресурсами в профессиональном самоопределении;
- формировать и пополнять индивидуальное портфолио, представлять и самостоятельно оценивать в нем текущие работы, достижения и неудачи, уметь планировать собственную образовательную траекторию по выбору профессии.

## **Предметные**

### **Учащиеся:**

- получают представление о современном мире профессий, о содержании трудовой деятельности, о важности каждой профессии для общества;

- приобретут комплекс специальных знаний о собственных психологических особенностях, склонностях и интересах;
- смогут самостоятельно грамотно спланировать свой профессионально – жизненный путь, опираясь на полученные знания;
- овладеют навыками поиска и анализа нужной информации, тестирования, самопрезентации;
- расширят кругозор, разовьют навык интеграции содержания смежных дисциплин при решении проблемных задач;
- сформируют собственное умение работать с различными источниками информации, включая электронные образовательные ресурсы;
- получат знание о специализированных ресурсах, направленных на профориентацию и самоопределение, научатся применять результаты, полученные благодаря ресурсам для постановки собственной траектории развития.

## **2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### **5 класс**

#### **Раздел 1. Вводное занятие (1 час)**

*Теория.* Правила поведения на занятии. Правила техники безопасности. Представление

учащимся содержания курса и основных форм работы на занятиях. Ознакомление с целями и задачами программы.

*Практика.* Игра «Все профессии важны».

#### **Раздел 2. Профессии, которые мы выбираем (10 часов)**

*Теория.* Информирование учащихся о сферах деятельности, профессиях; Информирование о значении гибких или мягких навыков (англ. soft skills), важных для карьеры надпрофессиональных навыков. Знакомство с профессиями музыкант, экскурсовод, журналист, артист, переводчик. Знакомство с условиями труда, личностными и профессиональными навыками в профессии.

*Практика.* Игра «Аукцион профессии», «Собери пословицу», «Цепочка гибких или мягких навыков». «Профессия-орудия труда», Игра «Автопортрет» Игра «Ассоциация» Игра «Кто есть, кто?» Профориентационная игра "Один день из жизни" Сочинение- рассказ «Я хочу быть, как...», игровые профессиональные пробы профессии музыкант, экскурсовод, журналист. Проект «Профессия которую я выбираю».

#### **Раздел 3. Что я знаю о себе? (6 часов)**

*Теория.* Информирование учащихся о понятии чувства и эмоции, характер, внимание и память. Образ «Я» как система представлений о себе. Структура образа «Я» (знания о себе, оценка себя). Образ «Я» и мой портфолио.

*Практика.* Упражнение «Кто я?», тест «Эмоции», упражнения на развития внимания, памяти, мышления. Упражнения на стрессоустойчивость. Методика «Самооценка индивидуальных особенностей» (авт. Л. Н. Кабардова).

#### **Раздел 4. Ценности и мотивы в выборе профессии (4 часа)**

*Теория.* Информирование учащихся о понятии мотив и выбор профессии. Дискуссия по теме: «Что такое человеческие ценности? Что может ценить человек?». Оптимизм и пессимизм. Дискуссия «Ценности разных эпох».

*Практика.* Упражнение «ромашка счастья» Упражнение «Необитаемый остров»  
Методика  
«Мой личный герб».

### **Раздел 5. Профессии, ушедшие в прошлое (2 часа)**

*Теория.* Информирование учащихся о понятии профессии устаревшие. Русские старинные профессии (косари, коробейники, скоморохи и т.д)

*Практика.* Профориентационный проект «Профессии из прошлого».

### **Раздел 6. Профессии будущего (4 часа)**

*Теория.* Информирование учащихся с понятиями профессии будущего, востребованные профессии. Знакомство с условиями труда, личностными и профессиональными качествами профессии: "3D-риггер", сонграйтер, специалист по ресторвации мультфильмов.

*Практика.* Творческое задание «Я в будущем», коллаж «Современные профессии», игровые мини пробы профессии, конкурс рисунков «Профессии будущего».

### **Раздел 7. Мастерская профессий (5 часов)**

*Теория.* Правила поведения на экскурсии. Правила техники безопасности. Вступительная беседа, заключительная беседа, обмен впечатлениями, ответы на вопросы.

*Практика.* Практический показ с пояснением, вручение памяток, обращений, приглашений, буклетов; выявление эффективности проведения экскурсии путем анкетирования. Оформление итогов экскурсии. Коллаж «Мои путешествия».

### **Раздел 8. Итоговое занятие (2 часа)**

Защита проекта «Профессии, которые мы выбираем».

## **6 класс**

### **Раздел 1. Вводное занятие (1 час)**

*Теория.* Правила поведения на занятии. Правила техники безопасности.  
Представление

учащимся содержания курса и основных форм работы на занятиях. Ознакомление с целями и задачами программы.

*Практика.* Рисунок «Я в будущем»

### **Раздел 2. Атлас профессии. (6 часов)**

*Теория.* Информирование учащихся о сферах деятельности, профессиях; Информирование о значении гибких или мягких навыков (англ. soft skills), важных для карьеры надпрофессиональных навыков. Знакомство с профессиями дизайнер, флорист, художник оформитель, профессии сферы медицина, профессии IT сферы. Знакомство с условиями труда, личностными и профессиональными навыками в профессии. Знакомство с профессиями наших родителей.

*Практика.* Игровые профессиональные пробы. Знакомство с профессиями дизайнер, флорист, оформитель, врач и др. Упражнение «Звездный час», «Профессия -

специальность», «Если бы..я стал бы..»

### **Раздел 3. Секреты выбора профессии. (4 часов)**

*Теория.* Азы правильного выбора. Ошибки при выборе профессии.

*Практика.* Игра «Три листочка», упражнение «Мифы или реальность выбора профессии».

### **Раздел 4. Я познаю себя. (4 часа)**

*Теория.* Самооценка и уровень притязаний. Я чувствую, значит, существую. Мыслитель или художник? Тип мышления.

*Практика.* Упражнение «Какой я?», «Самый-самый», «Мечтать не вредно», «Угадай эмоцию», «Назови эмоцию». Тест «Эмоции».

### **Раздел 5. Мои цели и достижения. (4 часа)**

*Теория.* Знакомство детей с содержанием профориентационного портфолио. Роль творческих успехов ребенка в выборе профессии.

*Практика.* Творческое задание «Мои достижения», «Я мечтаю быть», «Я умею, я могу». Упражнение «Дорожная карта», «Заборы и овраги», «Что такое жизненный успех». Анкета мои интересы.

### **Раздел 6. Мои возможности. (4 часа)**

*Теория.* Знакомство детей с темой: «Мои недостатки и достоинства»

*Практика.* Практическое задание «Угадайте слова, пропущенные в афоризмах», упражнение «Цветок моей души».

### **Раздел 7. Профессии XXI века. (4 часа)**

*Теория.* Знакомство учащихся с профессиями будущего. Знакомство с редкими и несуществующими профессиями. Знакомство с условиями труда, личностными и профессиональными качествами новых профессий.

*Практика.* Творческое задание «Я в будущем», рисунок «Несуществующая профессия», кроссворд «Новые профессии».

### **Раздел 8. Профессия и здоровье. (2 часа)**

*Теория.* Знакомство учащихся с влиянием здоровья на профессию. Заболевания и противопоказанные условия работы.

*Практика.* Методика «Мое здоровье». Секреты долголетия.

### **Раздел 9. Мастерская профессий. (4 часа)**

*Теория.* Правила поведения на экскурсии. Правила техники безопасности. Вступительная беседа, заключительная беседа, обмен впечатлениями, ответы на вопросы.

*Практика.* Практический показ с пояснением, вручение памяток, обращений, приглашений, буклетов; выявление эффективности проведения экскурсии путем анкетирования.

### **Раздел 10. Итоговое занятие (1 час)**

Проект «Мои цели и достижения»

## **7 класс**

### **Раздел 1. Вводное занятие (2 часа)**

*Теория.* Правила поведения на занятии. Правила техники безопасности. Представление учащимся содержания курса и основных форм работы на занятиях. Ознакомление с целями и задачами программы.

*Практика.* Упражнения «Я хочу узнать ...». Игра. «Азбука профессий»

## **Раздел 2. Мой внутренний мир (6 часов)**

*Теория.* Информирование учащихся о сильных и слабых сторонах человека. Поведение в конфликте. Интеллектуальный потенциал.

*Практика.* Шуточный тест «Китайская рулетка», упражнение «Рука», игра «Цепочка хороших и плохих следствий».

## **Раздел 3. Испытание себя и своих возможностей (8 часов)**

*Теория.* Информирование учащихся о базовых сведениях о конкретных видах профессиональной деятельности; профессии индустрии моды: байер, дизайнер, модельер, модель, фотограф. Знакомство с условиями труда, личностными и профессиональными навыками в профессии.

*Практика.* Моделирование основных элементов разных видов профессиональной деятельности; игровые профессиональные пробы, мастер-классы.

## **Раздел 4. Маршрут получения профессий (6 часа)**

*Теория.* Профессии и специальности. Пути получения образования. Дополнительное образование. Формы и пути получения профессионального образования. Интернет-ресурсы по подбору ПОУ и ВУЗов.

*Практика.* Упражнение «Дорожная карта».

## **Раздел 5. От мечты к действиям (4 часа)**

*Теория.* Диалог «Мечта и цель». Планирование профессионального будущего. Опасности на моем пути. Успех и уровень притязаний. Свобода и ответственность. Здоровье и выбор профессии. Способы достижения успеха.

*Практика.* Практическое задание «Цели и средства», упражнение «Машина времени». «Смешные профессии»

## **Раздел 6. Мастерская профессий (6 часа)**

*Теория.* Правила поведения на экскурсии. Правила техники безопасности. Вступительная беседа, заключительная беседа, обмен впечатлениями, ответы на вопросы.

*Практика.* Практический показ с пояснением, вручение памяток, обращений, приглашений, буклетов; выявление эффективности проведения экскурсии путем анкетирования.

## **Раздел 7. Итоговое занятие (2 час)**

### **Тематическое планирование**

#### **5 класс**

| № п/п | Название темы                        | Количество часов |        |          |
|-------|--------------------------------------|------------------|--------|----------|
|       |                                      | всего            | теория | практика |
| 1     | Вводное занятие                      | 1                | 0.5    | 0.5      |
| 2     | Профессии, которые мы выбираем       | 10               | 3      | 7        |
| 3     | Что я знаю о себе?                   | 6                | 2      | 4        |
| 4     | Ценности и мотивы в выборе профессии | 4                | 2      | 2        |
| 5     | Профессии ушедшие в прошлое          | 2                | 1      | 1        |
| 6     | Профессии будущего                   | 4                | 2      | 2        |
| 7     | Мастерская профессий                 | 5                | 1      | 4        |
| 8     | Итоговое занятие                     | 2                |        | 2        |
|       | Итого                                | 34               | 11.5   | 22.5     |

**6 класс**

| № п/п | Название темы            | Количество часов |        |          |
|-------|--------------------------|------------------|--------|----------|
|       |                          | всего            | теория | практика |
| 1     | Вводное занятие          | 1                | 0.5    | 0.5      |
| 2     | Атлас профессии          | 6                | 2      | 4        |
| 3     | Секреты выбора профессии | 4                | 2      | 2        |
| 4     | Я познаю себя            | 4                | 2      | 2        |
| 5     | Мои цели и достижения    | 4                | 2      | 2        |
| 6     | Мои возможности          | 4                | 2      | 2        |
| 7     | Профессии XXI века       | 4                | 2      | 2        |
| 8     | Профессия и здоровье     | 2                | 1      | 1        |
| 9     | Мастерская профессий     | 4                | 2      | 2        |
| 10    | Итоговое занятие         | 1                |        | 1        |
|       | Итого                    | 34               | 15.5   | 18.5     |

**7 класс**

| № п/п | Название темы                       | Количество часов |        |          |
|-------|-------------------------------------|------------------|--------|----------|
|       |                                     | всего            | теория | практика |
| 1     | Вводное занятие                     | 2                | 1      | 1        |
| 2     | Мой внутренний мир                  | 6                | 2      | 4        |
| 3     | Испытание себя и своих возможностей | 8                | 2      | 6        |
| 4     | Маршрут получения профессий         | 6                | 2      | 4        |
| 5     | От мечты к действиям                | 4                | 2      | 2        |
| 6     | Мастерская профессий                | 6                | 2      | 4        |
| 7     | Итоговое занятие                    | 2                | 1      | 1        |
|       | Итого                               | 34               | 12     | 22       |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 305635189186826168010400438383193104950455390159  
Владелец Сутырин Илья Игоревич  
Действителен с 03.04.2024 по 03.04.2025