

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Старобачатская средняя общеобразовательная школа»  
Беловского муниципального района Кемеровской области

Рассмотрена  
на заседании ШМС  
Протокол № 1  
от «31» августа 2021 г

Принята  
на заседании педсовета  
Протокол № 14  
от «31» августа 2021 г

Утверждена  
Приказ № 87 от «31» августа 2021 г  
Директор школы \_\_\_\_\_  
/Евдокимова Г.В.

## **ВАШ ВЫБОР**

Рабочая программа  
внеурочной деятельности для обучающихся 8-9 классов  
(*социальное направление*)

Составитель Евдокимова Г.В.,  
директор школы

# 1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

## Личностные результаты:

- 1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- 3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- 5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- 6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- 7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- 8) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях.

## Метапредметные результаты:

- 1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- 2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- 3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- 4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- 5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- 6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- 7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 8) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- 9) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- 10) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ – компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;
- 11) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**

Содержание курса	Формы организации	Виды деятельности
<b>8 класс</b>		
<b>Раздел 1. Введение в курс (1ч)</b> Вводное занятие «Здравствуйте». Создание доверительной обстановки.	Психогимнастические упражнения, дискуссии.	Познавательная
<b>Раздел 2. Мир профессий вокруг нас (21ч.)</b> Как готовить себя к будущему профессий. Раскрыть возможные пути саморазвития. Дискуссионная форма занятия. Правила и ошибки при выборе профессии. Поисково-исследовательские методы. «Здравствуйте, я - профессионал». Расширение знаний о мире профессий.	Дискуссии Профориентационные игры.	Проблемно-ценностное общение
<b>Раздел 3. Самопознание (11ч. )</b>	Лекционно-	Социальное

<p>Профессиональные интересы, склонности и способности. Свойство нервной системы и профессиональная деятельность. Самовоспитание и выбор профессии. Знакомство с типом профессий. Презентация профессий. Подготовка материалов для участия в конкурсах.</p> <p>Поиск конкурсов для участия, подготовка материалов для конкурсов.</p>	<p>дискуссионная</p> <p>Практические занятия</p> <p>Профориентационные игры</p> <p>Экскурсии</p>	<p>творчество (социально преобразующая добровольческая деятельность);</p> <p>игровая</p>
<p><b>Раздел 4. Заключение (1ч.)</b></p> <p>Заключительное занятие. Подведение итогов.</p>	<p>Интеллектуальные марафоны</p>	<p>Досугово-развлекательная (досуговое общение);</p>
<p><b>9 класс</b></p>		
<p><b>Информационный раздел – 34 часа</b></p>		
<p><b>Вводное занятие-2ч</b></p> <p>Цели и задачи курса. Проблемы выбора профессии. Изменения, происходящие в обществе и их влияние на выбор профессии. Слагаемые оценки труда ученика старшей школы, студента, современного профессионала.</p>	<p><i>Анкетирование.</i></p>	<p>Социальное творчество</p>
<p><b>История возникновения профессий. Классификация.-5ч</b></p> <p>Образование и профессия. История возникновения «профессий». Представление о труде. Разнообразии профессий. Группы, типы, классы. Современные профессии. Развитие личности и профессиональное самоопределение.</p> <p><i>Практическое задание:</i> составление словаря профессий.</p>	<p>Дискуссия.</p> <p>Мозговой штурм</p> <p>Практическое занятие</p>	<p>Проблемно-ценностное общение</p>
<p><b>Анализ профессий.-5ч</b></p> <p>Основные признаки профессиональной деятельности. Средство и цель. Предмет труда. Цели труда. Условия труда. Ответственность в профессиональной деятельности. Проблемность трудовых ситуаций. Профессиограмма как информационный источник для ознакомления с профессией. Понятие о профессиограмме.</p> <p><i>Практическая работа:</i> Конкурс «Угадай профессию».</p>	<p>Поисково-исследовательские</p> <p>Практические занятия</p>	<p>Проблемно-ценностное общение</p>
<p><b>Проблемы и «секреты» выбора профессии. -8ч</b></p> <p>Путь к самоопределению. Образ «Я» и профессия («хочу» - «могу» - «надо»).</p> <p>«хочу» - склонности, желания, интересы, личности;</p> <p>«могу» - человеческие возможности (физиологические и психологические ресурсы);</p> <p>«надо» - потребность рынка труда в кадрах, жизненные ситуации.</p> <p>Типичные ошибки при выборе профессии. Общие понятия: профессия, специальность, должность.</p> <p>Личный профессиональный план.</p> <p><i>Диагностические процедуры:</i> методика «Кто я?»,</p>	<p>Профориентационные игры</p> <p>Диагностики</p> <p>Тренинги</p>	<p>Познавательная</p>

<p>«Самооценка личности».</p> <p>- карта интересов, ОПГ (опросник профессиональной готовности).</p> <p><i>Развивающие процедуры:</i> методика самооценки (соотношение «идеального» и «реального» Я); актуализация профессиональных интересов путем группового обсуждения соответствующей профессиональной сферы.</p>		
<p><b>Особенности и свойства личности -14ч</b></p> <p>Понятие личности. Уникальность личности каждого человека. Общее представление о психологии как о науке изучающей внутренний мир человека.</p> <p>Общее представление о нервной системе и ее свойствах (уравновешенность, подвижность, сила).</p> <p>Влияние особенностей нервной системы на профессиональную деятельность. Общее представление о темпераменте, характеристика, типы темперамента. Особенности проявления темперамента в учебной и профессиональной деятельности.</p> <p>Эмоционально-волевые качества личности.</p> <p>Эмоции, чувства и их функции в профессиональной деятельности. Формы эмоциональных переживаний – настроение, стрессовые ситуации, фрустрация. Воля. Специфика волевого поведения в отличие от импульсивного и зависимого. Условия развития воли.</p> <p><i>Диагностические процедуры:</i> тест «Знаете ли вы себя?», опросник «Какая у меня воля?», методики «Исследование волевой организации личности», «Определение психологической гибкости», «Диагностика темпераментных характеристик», опросник Айзенка, проба Ланчиса.</p> <p><i>Развивающие процедуры:</i> ролевая игра: «Проявление темперамента в конкретных профессиональных ситуациях», самонаблюдение за динамикой настроения, воспитанием воли.</p>	<p>Аудиторные занятия Тренинги</p>	<p>Познавательная</p>
<p><b>Профильное обучение – 34 часов</b></p>		
<p><b>Возможности человека в профессиональном определении. – 5ч</b></p> <p>Человек среди людей. Общение как способ обмена информацией. Интеллектуальные способности. Память. Мышление и воображение. Зрительное внимание. Человеческие ресурсы. Виды памяти и их роль в профессиональной деятельности. Стремление к самосовершенствованию.</p> <p><i>Диагностические процедуры:</i> тесты «зрительное внимание», «способность к запоминанию», «компьютерная осведомленность», «определение</p>	<p>Дискуссия Интеллектуальные марафоны</p>	<p>Познавательная</p>

<p>интересов и наклонностей (ДДО)».</p> <p><i>Развивающие процедуры:</i> ознакомление с простейшими приемами, развивающими зрительное внимание, запоминание, теппинг-тест на координацию движений; «зрительные и геометрические иллюзии»; «отыскание чисел», «язык мимики и жестов».</p>		
<p><b>Здоровье и выбор профессии. Профпригодность. - 11ч</b></p> <p>Влияние здоровья на выбор профессии и развитие карьеры. Учет состояния здоровья при выборе профессии. Типы профессий по медицинским противопоказаниям. Работоспособность. Укрепление здоровья в соответствии с требованиями профессии. Ответственность. Роль активного отдыха в зависимости от условий и режима работы. Профпригодность.</p> <p><i>Практическая работа:</i> Работа с нормативными документами по охране труда, работа с «анкетой здоровья».</p> <p><i>Развивающие процедуры:</i> привести примеры редких профессий (необычных), связанных с риском для жизни.</p>	<p>Лекционно-дискуссионная Практические занятия Профорientационные игры</p>	<p>проблемно-ценностное общение</p>
<p><b>Современный рынок труда и его требования к профессионалу 4ч</b></p> <p>Разнообразные виды предприятий и форм собственности. Акционерные общества, концерны, хозяйственные ассоциации, объединения. Развитие предпринимательства.</p> <p>Основные принципы формирования рынка труда. Занятость населения. Безработица. Воспитание человека труда нового типа. Воспитание новых специальностей. Потребность общества в профессионалах с различным уровнем и типом образования.</p> <p><i>Развивающие процедуры:</i> Игровая дискуссия: «Кто нужен нашему городу, моему району?», «Какие я знаю предприятия, фирмы, в своем районе?» Моя профессиональная карьера.</p>	<p>Лекционно-дискуссионная Практические занятия Интеллектуальные марафоны</p>	<p>Познавательная</p>
<p><b>Моя профессиональная карьера.-6ч</b></p> <p>Понятие о профессиональной карьере. Критерии профессиональной компетентности. Профессиональный выбор с учетом личностных возможностей. Профессиональные намерения. Профессиональное прогнозирование и профессиональное самоопределение. Индивидуальный профессиональный план.</p> <p><i>Практическая работа:</i> анализ личного профессионального плана; оформление дневника профессиональной карьеры;</p>	<p>Лекционно-дискуссионная Практические занятия Профорientационные игры</p>	<p>Познавательная</p>

<p>опросник «Образ будущего».</p> <p>Развивающие процедуры: деловые игры: «профконсультация», «биржа труда».</p>		
<p><b>Пути получения профессии. -3ч</b></p> <p>Система профессионально-технического образования на базе 9-х классов. Типы профессиональных училищ, средних специальных учебных заведений, высших учебных заведений. Условия приема, обучения и трудоустройства. Дальнейшие перспективы. Перспективы профессионального становления в условиях региона. Карта района.</p>	Круглый стол	проблемно-ценностное общение
<p><b>Экскурсия. -5ч</b></p> <p>Выполнение профессиональных проб дополняется экскурсиями на предприятия, в лицей, колледж. Экскурсия предусматривает ознакомление с содержанием и характером труда рабочих на предприятии.</p> <p>Ознакомление с факультетами профилирующих учебных заведений, системой вступительных экзаменов, организацией обучения на подготовительных курсах, с правами и обязанностями молодежи (абитуриентов), системой социальной защиты.</p>	Экскурсии	Познавательная

### 3. Тематический план

#### 8 класс

Разделы программы	Количество часов
Раздел 1. Введение в курс	1
Раздел 2. Мир профессий вокруг нас	21
Раздел 3. Самопознание и саморазвитие	11
Раздел 4. Заключение	2
<b>Итого</b>	<b>35 ч</b>

## 9 класс

Разделы/темы программы	Количество часов
Водное занятие	2
.История возникновения профессий. Классификация	5
Анализ профессий	5
Проблемы и «секреты» выбора профессии	8
Особенности и свойства личности	14
Возможности человека в профессиональном определении	5
Здоровье и выбор профессии. Профпригодность	11
Современный рынок труда и его требования к профессионалу	4
Моя профессиональная карьера	6
Пути получения профессии	3
Экскурсии	5
<b>Итого</b>	<b>68 ч</b>



## Календарно-тематическое планирование

### 8 класс

№ п/п	Дата проведения		Название раздела, тема занятия
	По плану	Факти чески	
<b>Раздел 1. Введение в курс (1ч)</b>			
1.			Вводное занятие «Здравствуйте».
<b>Раздел 2. Мир профессий вокруг нас (21ч)</b>			
2			Как готовить себя к будущей профессии
3			Склонности и интересы подростков в выборе профессии
4			Конкурс «Кто больше знает о профессии»
5			Правила и ошибки при выборе профессии
6			Типичные ошибки при выборе профессии
7			Основные принципы при выборе профессии
8			Сущность профессиографии
9			Виды профессиограмм
10			Составление профессиограммы профессий «Человек-человек»
11			Составление профессиограммы профессий «Человек-человек»
12			Составление профессиограммы профессий «Человек-техника»
13			Составление профессиограммы профессий «Человек-техника»
14			Составление профессиограммы профессий «Человек-знаковая система»
15			Выбор профессии в условиях рынка
16			Как избежать безработицы
17- 22			Профессиональное самоопределение (экскурсии в профессиональные учебные заведения)
<b>Раздел 3. Самопознание и саморазвитие (11ч.)</b>			
23			Профессиональные интересы, склонности и способности
24			Значение склонностей и способностей в выборе профессии.
25			Влияние семьи на будущий выбор профессии.
26			Формула выбора профессии «Хочу-могу-надо»
27			Интересы и выбор профессии («хочу»)
28			Склонности и профессиональная направленность («могу»)
29			Значения самостоятельного выбора будущей профессии подростками
30			Мотивы выбора профессии.
31			Свойства нервной системы и профессиональная деятельность
32			Профессиональный тип личности
33			Профессиональный тип личности
<b>Раздел 4. Заключение (2ч.)</b>			
34- 35			Самовыражения и самопознания через использование Арт-терапии

9 класс

№ п/п	Дата проведения		Название раздела, тема занятия
	По плану	Фактиче ски	
<b>Введение в курс (2ч)</b>			
1.			Цели и задачи курса. Проблемы выбора профессии. Изменения, происходящие в обществе и их влияние на выбор профессии.
2.			Релаксационные упражнения, развивающие упражнения
<b>История возникновения профессий. Классификация(5ч)</b>			
3			Образование и профессия.
4			История возникновения «профессий».
5			Представление о труде. Разнообразии профессий. Группы, типы, классы
6			Современные профессии. Развитие личности и профессиональное самоопределение.
7			<i>Практическое задание:</i> составление словаря профессий.
<b>Анализ профессий (5ч)</b>			
8			Основные признаки профессиональной деятельности. Средство и цель.
9			Предмет труда. Цели труда. Условия труда. Ответственность в профессиональной деятельности.
10			Проблемность трудовых ситуаций.
11			Профессиограмма как информационный источник для ознакомления с профессией. Понятие о профессиограмме.
12			<i>Практическая работа:</i> Конкурс «Угадай профессию».
<b>Проблемы и «секреты» выбора профессии (8ч)</b>			
13			Путь к самоопределению. Образ «Я» и профессия («хочу» - «могу» - «надо»).
14			Типичные ошибки при выборе профессии. Общие понятия: профессия, специальность, должность.
15			Личный профессиональный план.
16			<i>Диагностические процедуры:</i> методика «Кто я?», «Самооценка личности».
17			<i>Диагностические процедуры:</i> методика «Кто я?», «Самооценка личности».
18			<i>Диагностические процедуры:</i> - карта интересов, ОПГ (опросник профессиональной готовности).
19			Актуализация профессиональных интересов путем группового обсуждения соответствующей профессиональной сферы.
20			Профориентационные игры: знакомство с методикой игры. Профориентационная игра «Что? Где? Когда?»
<b>Особенности и свойства личности (14ч)</b>			
21			Понятие личности. Уникальность личности каждого человека. Общее представление о психологии как о науке изучающей внутренний мир человека.
22			Общее представление о нервной системе и ее свойствах (уравновешенность, подвижность, сила).
23			Влияние особенностей нервной системы на профессиональную деятельность.

24			Общее представление о темпераменте, характеристика, типы темперамента. Особенности проявления темперамента в учебной и профессиональной деятельности.
25			Эмоционально-волевые качества личности. Эмоции, чувства и их функции в профессиональной деятельности
26			Формы эмоциональных переживаний – настроение, стрессовые ситуации, фрустрация.
27			Воля. Специфика волевого поведения в отличие от импульсивного и зависимого. Условия развития воли.
28-31			<i>Диагностические процедуры:</i> тест «Знаете ли вы себя?», опросник «Какая у меня воля?», методики «Исследование волевой организации личности», «Определение психологической гибкости», «Диагностика темпераментных характеристик», опросник Айзенка, проба Ланчиса.
32-34			<i>Развивающие процедуры:</i> ролевая игра: «Проявление темперамента в конкретных профессиональных ситуациях», самонаблюдение за динамикой настроения, воспитанием воли.
<b>Возможности человека в профессиональном определении (5ч)</b>			
35			Человек среди людей. Общение как способ обмена информацией.
36			Интеллектуальные способности. Память. Мышление и воображение. Зрительное внимание.
37			Человеческие ресурсы. Виды памяти и их роль в профессиональной деятельности. Стремление к самосовершенствованию.
38			<i>Диагностические процедуры:</i> тесты «зрительное внимание», «способность к запоминанию», «компьютерная осведомленность», «определение интересов и наклонностей (ДДО)».
39			<i>Развивающие процедуры:</i> ознакомление с простейшими приемами, развивающими зрительное внимание, запоминание, теппинг-тест на координацию движений; «зрительные и геометрические иллюзии»; «отыскание чисел», «язык мимики и жестов».
<b>Здоровье и выбор профессии. Профпригодность (11ч)</b>			
40			Влияние здоровья на выбор профессии и развитие карьеры.
41			Учет состояния здоровья при выборе профессии.
42			Типы профессий по медицинским противопоказаниям.
43			Укрепление здоровья в соответствии с требованиями профессии.
44			Работоспособность. Укрепление здоровья в соответствии с требованиями профессии. Ответственность.
45			Роль активного отдыха в зависимости от условий и режима работы.
46			Профпригодность.
47-49			<i>Практическая работа:</i> Работа с нормативными документами по охране труда, работа с «анкетой здоровья».
50			<i>Развивающие процедуры:</i> привести примеры редких профессий (необычных), связанных с риском для жизни.
<b>Современный рынок труда и его требования к профессионалу (4ч)</b>			
51			Разнообразные виды предприятий и форм собственности. Акционерные общества, концерны, хозяйственные ассоциации, объединения. Развитие предпринимательства.
52			Основные принципы формирования рынка труда. Занятость населения. Безработица. Воспитание человека труда нового типа. Воспитание новых специальностей.
53			Потребность общества в профессионалах с различным уровнем и типом образования.

54			<i>Развивающие процедуры:</i> Игровая дискуссия: «Кто нужен нашему городу, моему району?», «Какие я знаю предприятия, фирмы, в своем районе?»
<b>Моя профессиональная карьера (6ч)</b>			
55			Понятие о профессиональной карьере. Критерии профессиональной компетентности.
56			Профессиональный выбор с учетом личностных возможностей. Профессиональные намерения.
57			Профессиональное прогнозирование и профессиональное самоопределение. Индивидуальный профессиональный план.
58-60			<b>Практическая работа:</b> анализ личного профессионального плана; оформление дневника профессиональной карьеры; опросник «Образ будущего». Развивающие процедуры: деловые игры: «профконсультация», «биржа труда».
<b>Пути получения профессии (3)</b>			
61			Система профессионально-технического образования на базе 9-х классов. Типы профессиональных училищ, средних специальных учебных заведений, высших учебных заведений. Условия приема, обучения и трудоустройства. Дальнейшие перспективы.
62			Перспективы профессионального становления в условиях региона. Карта района.
63			Использование портала «Проектория» для профессиональной новигации обучающихся
<b>Экскурсия (5ч)</b>			
64-65			Выполнение профессиональных проб, экскурсии на предприятия, в лицей, колледж.
66-67			Ознакомление с факультетами профилирующих учебных заведений, системой вступительных экзаменов, организацией обучения на подготовительных курсах, с правами и обязанностями молодежи (абитуриентов), системой социальной защиты.
68			Самовыражения и самопознания через использование Арт-терапии