




Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 85»

650071, г. Кемерово, ж-р Лесная Поляна, проспект В.В.Михайлова, 5.

E-mail: school85.info@mail.ru, тел. 90-15-25

Принята на заседании
Педагогического совета
МАОУ «СОШ № 85»
Протокол № 1 от «30» августа 2021г.

Утверждаю: 
Директор МАОУ «СОШ №85»
М.О. Криворучко
Приказ № 227/1-к от «30» августа 2021г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО ПРОФОРИЕНТАЦИИ
«МИР ПРОФЕССИЙ»
для 5-9 классов**

Составитель:
Губенкова Т.А.,
педагог-психолог,
МАОУ «СОШ № 85»

Содержание

I. Результаты освоения курса внеурочной деятельности	4
II. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности	5
III. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы	12

Рабочая программа внеурочной деятельности по профориентации «Мир профессий» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, планируемых результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования.

Вопрос профессионального самоопределения возникает у учащихся примерно в 14-15 лет, когда приближаются первые экзамены и встает выбор направления профильного класса. Однако в стремительно развивающемся мире актуальной становится профориентационная работа и в более младшем возрасте. Выбор профессии или профессиональное самоопределение - основа самоутверждения человека в обществе, одно из главных его решений в жизни. О множестве новых профессий школьники практически не имеют информации, к тому же и традиционные профессии существенно изменяются. Выбирая будущую профессию, учащиеся, как правило, делают упор на свои интересы, склонности, не учитывая при этом требований той или иной сферы профессиональной деятельности: наличия психофизических возможностей, интеллектуального потенциала, профессионально значимых качеств личности. Учёные-социологи подсчитали, что примерно 40% молодежи из-за незнания правил выбора профессии, отсутствия опыта в профессиональной деятельности избирают профессию, не соответствующую их интересам, склонностям, способностям, внутренним убеждениям.

В стремительно меняющемся мире современных и востребованных профессий очень важно давать будущим выпускникам актуальную информацию. Агентство стратегических инициатив (АСИ) совместно с Московской школой управления «Сколково» провели исследование, по итогам которого был выпущен «Атлас новых профессий».

По мнению составителей Атласа, в будущем люди уже не смогут обойтись одним дипломом вуза. Необходимы будут так называемые надпрофессиональные навыки и умения, такие как клиентоориентированность, умение работать с коллективами, группами и отдельными людьми, способность к художественному творчеству и наличие развитого эстетического вкуса.

Программа «Мир профессий» для обучающихся 5-9-х классов направлена на содействие определения школьником профессиональных интересов, соответствующих их собственным склонностям и способностям.

Общая цель: создание условий для определения обучающимися дальнейшего профильного обучения и сферы будущей профессиональной деятельности в соответствии со своими индивидуальными и личностными способностями и возможностями.

I. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- формирование ответственного отношения к учению, к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- анализ собственных интересов, склонностей и потребностей;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками в процессе групповой, сюжетно-ролевой и игровой деятельности;
- осознанию значимости профессиональной деятельности;
- формирование позитивной «Я-концепции»;
- формирование осознанного отношения к разнообразию мира профессий;
- развитие способности к конструктивному общению, саморегуляции, рефлексии;
- формирование внутренней мотивации на продолжение образования и реализации своих профессиональных перспектив.

Метапредметные:

- умение соотносить собственные интересы, склонности и потребности с имеющимися возможностями;
- умение самостоятельно планировать дальнейший образовательный маршрут, на основе полученной информации, рассмотрев все возможные варианты;
- овладение основами самопрезентации, самоанализа;
- умение вести конструктивный диалог, координировать совместную деятельность с другими ее участниками;
- умение ставить цели и планировать действия для их достижения;
- владение информацией о возможных вариантах выбора образовательного маршрута, о мире профессий;
- умение работать с разными источниками информации, анализировать и оценивать, делать выводы;
- умение эффективно планировать свое время.

II. Содержание программы внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Формы организации работы:

1. Групповые занятия.
2. Ролевые игры: сюжетно-ролевые, подвижные.
3. Тематические диспуты.
4. Проблемно-ориентированные дискуссии.
5. Просмотр видеофрагментов.

Методы работы:

1. Наблюдение.
2. Решение коммуникативных речевых задач.
3. Релаксационные упражнения.
4. Лекции, беседы, обсуждения.
5. Проигрывание и анализ жизненных ситуаций, моделирование ситуаций.
6. Упражнения подражательно-исполнительского и творческого характера.
7. Анкетирование и тестовые задания.
8. Групповая дискуссия.
9. Письменные работы: мини-сочинение, резюме, синквейны.
10. Мозговой штурм.
11. Диагностика, заполнение анкет, результатов самооценки.

5-6 классы

Введение

Осознание ценности труда. Беседа. Установление контакта. Что такое профессия? Зачем нужны профессии? Как стать профессионалом? Стихотворения о профессиях. Цель данного курса.

Практическая часть.

- Знакомство с правилами поведения в группе.
- Упражнение «Угадай профессию».

Раздел 1. Психология личности

Тема 1. Темперамент и профессия.

Групповая дискуссия. Понятие «темперамент». Особенности темперамента. Важно ли знать свой тип темперамента и его особенности при выборе профессии. Сопоставление типа темперамента с профессиями. Известные личности разных профессий и их темперамент.

Практическая часть.

- Методика «Выбери свой портрет».

Тема 2. Чувства и эмоции в профессии.

Беседа. Что такое эмоции, чувства? Зачем они нужны? Нужно ли учиться их контролировать?

Практическая часть.

- Упражнение «Автобус».
- Упражнение «Зато».
- Рисуночный тест «Ваши эмоции».

Тема 3. Стресс и тревожность. Влияние на профессиональные качества.

Лекция. Понятия в психологии: стресс и тревожность. Способы снятия эмоционального напряжения.

Практическая часть.

- Упражнение «Воздушный шар».
- Тест «Оценка школьных ситуаций». Г.В. Резапкина

Тема 4. Познавательные процессы и выбор профессии. Мышление и особенности интеллектуальной сферы.

Беседа. Что такое познавательные процессы? Зачем они нужны человеку? Зависит ли выбор профессии от умственных способностей? Особенности интеллектуальной сферы.

Практическая часть.

- Упражнение «Анаграмма».
- Упражнение «Чего не хватает?»

Тема 5. Познавательные процессы и выбор профессии. Память и внимание.

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

Практическая часть.

- Диагностика зрительной памяти, слуховой и словесно логической. Методика «Заучивание 10 слов» А.Р. Лурия, диагностика опосредованного запоминания (А.Н. Леонтьев).
- Игра «Много-один».

Раздел 2. Знакомство с профессиями.

Тема 1. Классификации профессий. Признаки профессии.

Беседа. Что такое классификация профессий? Классификация Л.А. Йовайши. «Атлас новых профессий» - сравнение устаревших и современных профессий.

Практическая часть.

- Упражнение «Назови профессию».
- Ролевая игра «Собеседование на работу».

Тема 2. Определение типа будущей профессии.

Беседа. Какие бывают типы профессий.

Практическая часть.

- Упражнение «Пантомима»

Тема 3. Пути получения профессии.

Мозговой штурм: Способы получения образования (среднее специальное образование, высшее образование, свой вариант). Новые технологии технология обучения (STEM-технологии).

Тема 4. Профессия и здоровье.

Беседа, обсуждение. Важно ли состояния здоровья для получения профессии? В каких профессиях можно реализоваться людям с ограниченными возможностями в современном мире?

Практическая часть.

- Упражнение «Автопортрет».

Раздел 3. Профессиональное самоопределение

Тема 1. Склонности и интересы в профессиональном выборе.

Беседа, обсуждение. Наши интересы и увлечения. Важны ли они для будущей профессии?

Практическая часть.

- Упражнение «Ловушки».
- Упражнение «Контакт».

Тема 2. Устаревшие профессии.

Просмотр видеофайлов, дискуссия. Профессии ушедшие в историю.

Практическая часть.

- Упражнение «Кто во что горазд»

Тема 3. Современный рынок труда.

Мини-лекция о состоянии современного рынка труда. Знакомство с «Атласом новых профессий», информация о наиболее востребованных профессиях сейчас, профессиях будущего и о профессиях, которые не востребованы на сегодняшний день.

Практическая часть.

- Синквейны на темы профессий будущего.

Тема 4. Понятие карьера. Виды карьеры.

Беседа, проблемно-ориентированная дискуссия. Что такое карьера? От чего зависит успех?

Практическая часть.

- Профориентационная игра «Остров».

Тема 5. Первый шаг в выборе профессии.

Беседа. Что необходимо учитывать при выборе своей будущей профессии? Как правильно сделать выбор?

Практическая часть.

- Мини-сочинение «Я через 10 лет».

Тема 6. Искусство самопрезентации.

Беседа. Как понравится людям? Основы самопрезентации.

Практическая часть.

- Упражнение «День из жизни профессионала»

Тема 7. Итоговое занятие.

Групповая рефлексия, анкетирование.

7-9 классы

Введение

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».

Анкетирование.

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».

Раздел 1. Психология личности

Тема 1. 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)

Тема 2. Чувства и эмоции в профессии. 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)

Тема 3. Стресс и тревожность. Влияние на профессиональные качества.

Беседа. Понятия в психологии: стресс и тревожность. Как бороться со стрессом и регулировать своё эмоциональное состояние. Какие профессии и стресс не совместимы?

Практическая часть.

- Методика «Определение уровня тревожности». Шкала ситуативной (реактивной) и личностной тревожности Ч.Д. Спилбергера в адаптации Ю.Л. Ханина.
- Тест «Оценка школьных ситуаций». Г.В. Резапкина «Уроки самоопределения».

Тема 4. Познавательные процессы и выбор профессии. Мышление и особенности интеллектуальной сферы.

Беседа. Что такое познавательные процессы? Зачем они нужны человеку? Зависит ли выбор профессии от умственных способностей? Операции, качества мышления. Особенности интеллектуальной сферы.

Практическая часть.

- Диагностика интеллекта. Тест CFIT Р.Кэттелла.

Тема 5. Познавательные процессы и выбор профессии. Память и внимание.

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

Практическая часть.

- Диагностика зрительной памяти, слуховой и словесно логической. Методика «Заучивание 10 слов» А.Р. Лурия, диагностика опосредованного запоминания (А.Н. Леонтьев), методика Мюнстерберга.
- Игра «Запомни меня». (Имя, хобби, положительное качество по кругу).

Раздел 2. Знакомство с профессиями

Тема 1. Классификации профессий. Признаки профессии.

Беседа. Что такое классификация профессий. Знакомство с четырехуровневой классификацией профессий Е.А. Климова. «Атлас новых профессий» - трансформация устаревших профессий.

Практическая часть.

- Упражнение «Назови профессию».

Тема 2. Определение типа будущей профессии.

Беседа. Какие бывают типы профессий.

Практическая часть.

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

Тема 3. Пути получения профессии.

Методика «Матрица профессионального выбора», Г.В. Резапкина.

Беседа. Способы получения образования: среднее специальное образование, высшее образование. Что такое дистанционная технология обучения.

Тема 4. Профессия и здоровье.

Беседа. Четыре группы требований к здоровью человека. Медицинские ограничения профессиональной пригодности.

Практическая часть.

- Методика «Моё здоровье» Резапкина Г. В.

Раздел 3. Профессиональное самоопределение

Тема 1. 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)

Тема 2. Мотивы и потребности.

Беседа. Что такое мотивы и потребности. Пирамида потребностей.

Практическая часть.

- Упражнение «Иерархия потребностей».
- Определение мотивов выбора профессии (Р.В.Овчарова).
- Определение мотивации (методика Е. Головахи).

Тема 3. Современный рынок труда.

Мини-лекция о состоянии современного рынка труда. «Атлас новых профессий», информация о наиболее востребованных профессиях сейчас, профессиях будущего и о профессиях, которые не востребованы на сегодняшний день.

Тема 4. 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.

- Профорientационная игра «Пришельцы».

Тема 5. 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» А.Е. Голомштока в модификации Г. В. Резапкиной.
- Упражнение «Моя будущая профессия».

Тема 6. Искусство самопрезентации.

Беседа. Основы самопрезентации. Резюме. Правила поведения на собеседовании.

Практическая часть.

Составить резюме.

Тема 7. Итоговое занятие.

Групповая рефлексия, анкетирование.

**III. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение
каждой темы
5-6 класс**

Раздел	Тема	Часы
Введение	Установление контакта. Предмет и задачи курса.	1
Раздел 1. Психология личности	Тема 1. Темперамент и профессия. Определение типа темперамента.	1
	Тема 2. Чувства и эмоции в профессии. Тест эмоций.	1
	Тема 3. Стресс и тревожность. Способы расслабления.	1
	Тема 4. Познавательные процессы и выбор профессии. Мышление и особенности интеллектуальной сферы.	1
	Тема 5. Познавательные процессы и выбор профессии. Память и внимание.	1
Раздел 2. Знакомство с профессиями	Тема 1. Классификации профессий. Атлас новых профессий. Устаревшие и современные.	1
	Тема 2. Определение типа будущей профессии.	1
	Тема 3. Пути получения профессии. STEM-технологии.	1
	Тема 4. Профессия и здоровье.	1
Раздел 3. Профессиональное самоопределение	Тема 1. Склонности и интересы в профессиональном выборе.	1
	Тема 2. Устаревшие профессии.	1
	Тема 3. Современный рынок труда. Атлас новых профессий.	1
	Тема 4. Понятие карьера. Успешность.	1
	Тема 5. Первый шаг в выборе профессии.	1
	Тема 6. Искусство самопрезентации.	1
Итоговое занятие	Анкетирование. Групповая рефлексия.	1
Итого:		17

7-9 класс

Раздел	Тема	Часы
Введение	Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека.	1
Раздел 1. Психология личности	Тема 1. Темперамент и профессия. Определение типа темперамента.	1
	Тема 2. Чувства и эмоции в профессии. Тест эмоций.	1
	Тема 3. Стресс и тревожность. Влияние на профессиональные качества.	1
	Тема 4. Познавательные процессы и выбор профессии. Мышление и особенности интеллектуальной сферы.	1
	Тема 5. Познавательные процессы и выбор профессии. Память и внимание.	1
Раздел 2. Знакомство с профессиями	Тема 1. Классификации профессий. Атлас новых профессий. Признаки профессии.	1
	Тема 2. Определение типа будущей профессии.	1
	Тема 3. Пути получения профессии.	1
	Тема 4. Профессия и здоровье.	1
Раздел 3. Профессиональное самоопределение	Тема 1. Склонности и интересы в профессиональном выборе.	1
	Тема 2. Мотивы и потребности.	1
	Тема 3. Современный рынок труда. Атлас новых профессий.	1
	Тема 4. Понятие карьера. Виды карьеры.	1
	Тема 5. Первый шаг в выборе профессии, выбор профиля обучения.	1
	Тема 6. Искусство самопрезентации. Резюме.	1
Итоговое занятие	Анкетирование. Групповая рефлексия.	1
Итого:		17