

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 3 Г. ВОЛЖСКОГО ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ»  
(МОУ СШ № 3)

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора  
МОУ СШ №3  
от 30.06.2023 № 159

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**внеурочной деятельности**  
**по профессиональному и личностному самоопределению учащихся**  
**5-х классов**  
**«Твой выбор»**

## **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.

Реализация программы внеурочной деятельности по профессиональному и личностному самоопределению учащихся 5 классов «Твой выбор» является вторым этапом, в рамках комплексной профориентационной программы «Школа осознанного выбора» (1-9 класс).

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.

### **1.2. Цели задачи программы:**

**Цель** создания 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:

- обеспечение 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 («профориентационно-значимых компетенций» - по Н.Ф. Родичеву), представляющих собой готовность самостоятельно:

- ориентироваться в мире профессиональной информации;
- проектировать и планировать собственный профессиональнообразовательный 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.

### **1.3.Общая характеристика программы.**

Научно-методическую основу программы составляют работы Е.А. Климова, Н.С. Пряжников, Г.В. Резапкина, Н.Ф. Родичев, Е.О.Черкашин,И.С.Сергеев,В.И.Блинов др. Методической основой программы являются учебное издание Информационно-методического центра Приморского района Санкт-Петербурга:

-Внеурочная деятельность: сборник инструктивно-методических материалов. Вып.1.-2-изд.перераб.и доп./Автор-сост. Л.В. Владимирова, Е.В. Краснопевцева-СПб, Собственное издание, 2019г.-38с. (серия практика внедрения ФГОС)

*Нормативно-правовую базу программы составляют:*

- 1.Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании Российской Федерации» (часть 5 статья12),
2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (утвержден приказом Минобрнауки России от 06.10.2009 №373, зарегистрирован Минюстом России 22 декабря 2009 г, регистрационный номер 15785) с

изменениями (утвержден приказом Минобрнауки России от 26.10.2010 г. № 1241, зарегистрирован Минюстом России 04 февраля 2011 г., регистрационный номер 19707), ИЛИ Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»), 3. СанПиН 2.4.2.2821-10 (постановление главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 г. № 189, зарегистрировано в Минюсте России 03.03.2011 г., регистрационный номер 19993); СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ОВЗ (постановление главного государственного санитарного врача РФ от 10.07.2015, №26); 4. Инструктивно-методическое письмо КО №03-20-2057/15-08 от 25 мая 2015г. Об уровневой системе оценивания воспитательных результатов

*Информационно-методическую основу программы составляют информационно-аналитические материалы, содержащие описание и анализ лучших практик профориентационной работы с учащимися 5-7 классов Резапкиной Г.В.*

-Резапкина Г. В. Беседы о самоопределении: книга для чтения учащихся 5—7 классов: учеб. пособие для учащихся 5—7 классов / Г.В. Резапкина. — М. : Образовательно-издательский центр «Академия», 2012. — 128 с. — (Серия «Профессиональная ориентация»).

#### **1.4. Курс изучения программы**

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

#### **1.5. Реализация программы**

Программа «Твой выбор» является второй ступенью комплексной программы «Школа осознанного выбора профессии» (для учащихся 1-9 класса). Программа предназначена для учащихся 5-х классов. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся.

#### **1.6. Адресат программы:**

Программа предназначена для учащихся в возрасте от 11 до 12 лет, занимающихся в системе внеурочной деятельности, и желающие сделать осознанный профессионально-образовательный выбор для эффективной творческой самореализации.

#### **1.7. Специфика программы**

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 так же 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.

## **1.8. Организация процесса обучения**

*(Социальное партнёрство школы, нетворинг)*

Программа реализуется в условиях взаимодействия общеобразовательного учреждения с другими субъектами: семьей, предприятиями, учреждениями профессионального образования.

Одним из средств достижения поставленных целей и задач программы «Твой выбор» нам представляется в системе профориентационного нетворкинга, который заключается в формировании трёх типов педагогически управляемого профориентационного взаимодействия: «родители– учащиеся», «работодатели– учащиеся», «работодатели–родители», а так же в диверсификация контактов с внешними организациями и представление о системном, многоуровневом концентрическом характере образовательного пространства, включающем внутреннюю и внешнюю составляющую образовательного пространства: школу, район, город и т.д., а также глобальное информационное пространство. Социальное партнёрство школы реализуется на основе договоров о сотрудничестве в сфере профессиональной ориентации.

### *Структурные компоненты занятий*

В данной программе представлены структурные компоненты каждого занятия. Особенности их применения (проведения) могут меняться с учетом целей и задач каждого занятия, подготовленности и осведомленности группы. Также следует отметить, что ведущий может самостоятельно подбирать игровые упражнения для проведения занятий.

#### **1. Ознакомительный компонент.**

Предполагает краткое ознакомление учащихся с той сферой деятельности, которая выбрана для занятия.

#### **2. Конструктивно-практический компонент.**

Позволяет в игровой форме ознакомиться с профессиями, предметом и орудиями труда, а также условиями трудовой деятельности.

#### **3. Завершающий компонент.**

Назначение компонента – создание эмоционально положительного впечатления от занятий, стимулирование учащихся к самопознанию и осознанному профессиональному выбору.

Материал каждого занятия рассчитан на 40 мин. Данный курс построен с учетом возрастных и индивидуальных способностей учащихся. В ходе усвоения программы учитывается темп развития специальных умений и навыков и может корректироваться в процессе работы с учетом способностей учащихся усваивать

материал. Теория закрепляется одновременно на практике.

Занятия проводятся в группе, но возможны индивидуально - групповые занятия первом году обучения занятия проводятся с целой группой. Второй и третий год обучения рекомендуется больше внимания уделять индивидуально-групповым и выездным (экскурсии, мастер-классы, Дни открытых дверей) формам работы.

Организация и проведение учебного процесса строится с учетом индивидуальных способностей учащихся. В ходе усвоения программы учитываются темп развития специальных умений и навыков. Теория закрепляется одновременно на практике. Программа может корректироваться в процессе работы с учетом способностей учащихся усваивать материал.

*Материально-техническое оснащение программы:* помещения для занятий: учебный кабинет, актовый зал, конференц-зал; оборудование учебного помещения: столы, стулья для обучающихся и педагога, классная доска; технические средства обучения: ноутбук, экран, мультимедиа-проектор; договоры с организациями и предприятиями. Раздаточный материал: портфолио достижений, бумага для рисования, наборы цветных карандашей, фломастеров или красок; клей, ножницы по количеству обучающихся.

## **1.9. Прогнозируемые результаты программы:**

### ***Личностные:***

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

### ***Метапредметные:***

- воспитание любви и уважения к труду;
- приобретение знаний о собственных возможностях и развитие интересов, склонностей, способностей, самооценки учащихся.

### ***Предметные:***

- расширение знаний, связанных с современным миром профессий, значение труда в жизни человека и общества;
- знания правил и ошибок выбора профессии;
- умение составлять личный профессиональный план и, при необходимости, мобильно изменять его;
- 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.

## **2. Учебно-тематический план программы внеурочной деятельности «Твой выбор»**

1 год обучения (5 класс)

		Количество часов	Способы
--	--	------------------	---------

№ п/п	Название темы	Всего	теория	практика	выявления образовательных результатов
1	Вводное занятие	1	0.5	0.5.	беседа
2	Профессии, которые мы выбираем	10	3	7	проект «Профессия которую я выбираю»
3	Что я знаю о себе?	6	2	4	диагностика
4	Ценности и мотивы в выборе профессии	4	2	2	диагностика
5	Профессии ушедшие в прошлое	2	1	1	мультимедийная презентация
6	Профессии будущего	4	2	2	мультимедийная презентация
7	Мастерская профессий	5	1	4	фотоколлаж
8	Итоговое занятие	2		2	портфолио
	Итого	34	11.5	22.5	

### 3.Содержание программы

#### 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 потеме: «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».

#### **Тема 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».

## **2. Учебно- тематический план программы внеурочной деятельности «Твой выбор» 1 год обучения 5 класс**

№ п/п	Тема	Количество часов		Даты проведения занятия	
		по плану	дано фактический	по плану	дано фактически
1	Вводное занятие. Что я знаю о профессиях?	1			
<b>Профессии, которые мы выбираем</b>					
2	Профессии наших родителей	2			
3	Профессия музыкант. Игровая проба.	2			
4	Профессия экскурсовод. Игровая проба.	2			



5	Профессия журналист. Игровая проба.	2			
6	Профессия переводчик. Игровая проба.	2			
7	Профессия артист. Игровая проба.	2			
<b>Что я знаю о себе</b>					
6	Кто Я? Какой Я?	2			
7	Что такое хорошо и что такое плохо	1			
8	Я управляю стрессом	1			
9	Память и внимание	1			
10	Задатки и склонности	1			
<b>Ценности и мотивы в выборе профессии</b>					
11	Что такое человеческие ценности?	1			
12	Ценности разных эпох	1			
13	Мотивы выбора профессии	1			
14	Успех разный у всех	1			
<b>Профессии ушедшие в прошлое</b>					
15	Устаревшие профессии	1			
16	Профориентационный проект «Профессии из прошлого»	1			
<b>Профессии будущего</b>					
17	Профессии будущего	1			
18	Выставка рисунков «Профессии будущего»	1			
<b>Мастерская профессий</b>					
19	Экскурсия	1			
20	Экскурсия	1			
21	Экскурсия	1			
22	Мастер-класс	1			
23	Мастер-класс	1			
<b>Итоговое занятие</b>					
23	Проект «Профессии, которые мы выбираем»	2			