


ОТДЕЛЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО АВТОНОМНОГО
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
«МАЛЫШЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
«ЕВСИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
ГОЛЫШМАНОВСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА
ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

РАССМОТРЕНО
на МО начальных классов

«31» августа 2022 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
 /Т.В. Носова/
«31» августа 2022 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
элективный курс по предпрофильной подготовке **«Мой выбор»**
Для 9 **класса**
Срок реализации
программы
2022/2023 учебный год

Составитель: Калиновская Елена Анатольевна

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Выпускник научится:

- пользоваться правилами выбора профессии;
- понимать смысл профессии и профессиональной деятельности;
- понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии;
- понимать значение творческого потенциала человека, карьеры;
- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;
- составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его; использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
- анализировать профессиограммы, информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка;
- преодолевать барьеры общения, стереотипы поведения, распознавать манипуляции; развитие умения адекватного использования невербальных и вербальных средств выразительности в процессе общения;
- ставить перспективные цели и планировать способы их достижения; развитие умений презентовать себя и свою деятельность в рамках разработанных проектов; формировать уверенное поведение в ситуациях профессиональных проб;
- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования;

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

№	Тема	Содержание	Формы и основные виды деятельности
	<i>Раздел 1. Основы жизненного и профессиональн ого самоопределения (6 ч)</i>		
1	Введение в курс «Основы профессионального самоопределения».	Опорные понятия. Игра «Эпитафия».	Формулирование и запись в тетрадь смысла и целей своей жизни. Проведение дидактической игры «Эпитафия». Составление словаря к занятию.
2	Основы жизненного и профессионального самоопределения	Сущность и виды самоопределения человека. Жизненное и профессиональное самоопределение, их сущность и взаимосвязь. Смысл и цель жизни человека. Личностный и социальный аспекты выбора профессии. Роль осознанного смысла жизни в выборе профессии.	Запись в тетрадь опорных понятий. Формулировка и запись в тетрадь смысла и целей своей жизни. Проведение дидактической игры «Эпитафия».

	самоопределени я. Смысл и цель жизни человека.		
3	Сущность и структура процесса профессиональн ого самоопределени я и развития.	Компоненты процесса профессионального самоопределения: трудолюбие, интерес к работе, потребность в профессиональном самоопределении, профессиональный интерес, склонность, профессиональный идеал, мотивы выбора профессии, профессиональное самопознание, профессиональное призвание. Показатели профессионального самоопределения: мечта о профессии, профессиональное намерение, профессиональное стремление. Этапы профессионального самоопределения и саморазвития личности.	Запись в тетрадь опорных понятий. Запись в тетрадь и осмысление высказывания Г.К. Жукова: «Далеко в жизни уходит тот, кто идет к твердо избранной цели. Найди в молодости свою профессию, определи жизненную дорогу и иди по ней упорно к намеченной цели — тогда удастся у тебя жизнь».
4	Значение, ситуация и правила выбора профессии.	Значение выбора профессии для человека и общества. Ситуация и факторы выбора профессии. Ситуация выбора профессии: «Хочу–Могу–Надо». Требования к выбору профессии. Условия оптимального (правильного) выбора профессии. Правила выбора профессии. Пути приобретения профессии.	Записать в тетрадь опорные понятия и правила выбора профессии. Проведение диспута «Кем быть?». Выявление профессиональных интересов по методике «Карта интересов».
5	Типичные ошибки при выборе профессии.	Типичные ошибки при выборе профессии. Незнание мира профессий. Незнание правил выбора профессий. Незнание себя.	Поэтапное заполнение таблицы. Решение ситуаций выбора профессий.
6	Творческий проект «Мой выбор». Сущность и структура.	Сущность проекта. Цель проектирования. Виды проектов. Цель, задачи и компоненты проекта «Мой выбор». Основные разделы проекта: обоснование профессии, профессиограмма профессии, профессиональная проба, профессиональная пригодность, профессиональное намерение и карьера, план подготовки к приобретению профессии, готовность к профессиональному самоопределению, литература.	Работа с основными понятиями, составляющими структуру проекта. Приведение примеров и обсуждение компонентов.
	<i>Раздел 2. Мир труда и профессий (6 ч)</i>		
7	Профессия и специальность: происхождение и сущность.	Происхождение труда. Разделение труда. Мануфактура. Крупная машинная индустрия. Постиндустриальное общество. Современные формы разделения труда: международное, отраслевое, технологическое, функциональное, профессиональное, специальное. Сущность понятий «профессия», «специальность», «квалификация», «должность». Основные характеристики профессий.	Запись в тетрадь основных опорных понятий. Проведение дидактической игры «Профессия, должность, специальность» и викторины «Кто больше знает профессий». Упражнение «Цепочка профессий».

8	Многообразие мира труда.	Сущность и виды труда. Процесс труда. Функции человека в процессе труда. Готовность к труду. Предмет труда. Средство труда. Продукты трудовой деятельности. Сферы, отрасли и секторы экономики. Сферы материального и нематериального производства. Отрасль труда. Предпринимательство как сфера трудовой деятельности. Цель, значение, формы предпринимательства.	Запись основных понятий. Заполнение таблицы по разделам: <i>Позиции</i> <i>Содержание</i> Моя будущая профессия Сфера экономики Отрасль экономики Сектор экономики
9	Классификация профессий. Формула профессии.	Способы классификации профессий, их достоинства и недостатки. Классификационные признаки. Классификация профессий Е.А. Климова по предмету, цели, орудиям и условиям труда. Классы профессий. Отделы профессий. Группа профессий. Формула профессии и ее роль в процессе подготовки учащихся к профессиональному самоопределению.	Работа с основными понятиями. Дидактическая игра «Классификация профессий». Определение школьниками формулы своей будущей профессии.
10	Профессиональная деятельность и карьера человека.	Что такое карьера. Этапы профессиональной деятельности. Дидактическая игра «Классификация профессий». Определение школьниками формулы своей будущей профессии.	Работа с опорными понятиями. Заполнение таблицы. <i>Позиции</i> <i>Содержание</i> Моя будущая профессия Цель деятельности Задачи деятельности Предмет труда Средства труда Результаты труда Требуемый уровень образования Возможности профессионального роста (разряд, класс, категория, звание) Возможная заработная плата
11	Рынок труда и его требования к профессионалу.	Сущность рынка труда и принципы его формирования. Безработица и причины ее появления. Статус безработного. Требования к современному профессионалу. Профессии в XXI веке. Рынок труда города или района.	Работа с опорными понятиями. Изложение в тетради сведений о личностных и профессиональных качествах профессионального идеала, который можно считать образцом для подражания в будущей профессиональной деятельности. Изучение статистики рынка труда своей территории.
12	Диагностика по теме «Мир труда и профессии».	Тестирование, самоопределение.	Работа с тестами. Дидактические игры «Профессия на букву», «А вот и я!».
	Раздел 3. Человек и		

	<i>профессия (11 ч)</i>		
13	Профессионально важные качества личности.	Сущность и структура профессионально важных качеств человека. Направленность личности, показатели профессиональной направленности. Ориентация на группу родственных профессий. Профессиональное призвание. Знания, умения, навыки. Типологические особенности человека. Общие, особенные и специфические профессионально важные качества личности.	Работа с опорными понятиями. Заполнение таблицы. <i>Профессиональные качества, необходимые для овладения выбранной мною профессией</i> <u>Общие</u> <u>Особенные</u> <u>Специфические</u>
14	Интересы и склонности. Мотивы выбора профессии.	Сущность понятий «интересы» и «склонности». Отличие интереса от склонности. Профессиональные интересы и склонности, их роль в процессе профессионального самоопределения. Способы формирования профессиональных интересов. Мотивы выбора профессии. Группы мотивов выбора профессии: социальные, моральные, эстетические, познавательные, творческие, материальные, престижные.	Работа с опорными понятиями. Определение склонностей школьников к сфере профессиональной деятельности (методика ОПГ) и мотивов выбора будущей профессии (анкета мотивов выбора профессии).
15	Ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении.	Ценностная ориентация как избирательное отношение человека к материальным и духовным ценностям, система его убеждений, установок и предпочтений. Система ценностных ориентаций, виды ценностей.	Работа с опорными понятиями. Определение ценностей школьников с помощью методики «К чему стремятся люди в жизни».
16	Особенности психических процессов и выбор профессии.	Сущность и виды познавательных процессов, их структура. Ощущение, восприятие, представление. Виды представлений. Внимание, свойства внимания. Память, ее виды. Мышление. Воображение. Эмоции, чувства, воля: сущность и функции. Виды эмоциональных состояний. Роль познавательных процессов, эмоций, чувств и воли в профессиональном самоопределении и профессиональной деятельности человека.	Работа с опорными понятиями. Определение особенностей познавательных психических процессов и эмоционально-волевой сферы школьников по различным методикам.
17	Темперамент и выбор профессии.	Сущность и типы темперамента, их психологическая характеристика, особенности проявления в учебной и профессиональной деятельности. Положительные и отрицательные характеристики различных типов темперамента. Роль темперамента в профессиональной деятельности человека.	Работа с опорными понятиями. Определение типа темперамента школьников по методике Айзенка.
18	Характер и выбор профессии.	Определение понятия «характер». Черты и типы характера. Положительные и отрицательные черты характера в отношении человека к себе, другим людям, различным видам деятельности, общественной и личной собственности. Характер и выбор профессии. Общие требования типов профессии к характеру человека.	Запись в тетрадь опорных понятий. Определение особенностей характера по методике «Мой характер».

19	Роль способностей в профессиональной деятельности.	Сущность понятия «способности», общие и специальные способности. Уровни развития способностей: неспособность, способность, талант, гениальность. Основные свойства специальных способностей. Задатки как предпосылка формирования и развития способностей. Способности и выбор профессии. Типы профессий и специальные способности.	Запись в тетрадь опорных понятий. Выявление склонностей и способностей учащихся при помощи методики «КОС» и «Определение склонностей».
20	Тип личности и выбор профессии.	Понятие типизации. Социально-профессиональные типы людей: реалистический (практический), интеллектуальный, артистический, социальный, предприимчивый (предпринимательский), конвенциональный (упорядочивающий); предпочитаемые сферы деятельности. Взаимоотношения типов людей: сходные и противоположные типы. Тип личности и профессиональная деятельность.	Работа с опорными понятиями. Выявление типа личности по методике Дж. Холланда.
21	Здоровье и выбор профессии.	Понятие здоровья. Учет состояния здоровья при выборе профессии. Группы профессий по степени их влияния на здоровье человека. Дееспособность, трудоспособность, работоспособность. Медицинские показания и противопоказания. Ограничения профессиональной пригодности при различных заболеваниях. Укрепление здоровья в соответствии с требованиями профессии. Работоспособность. Роль режима дня и активного отдыха в сохранении и укреплении здоровья.	Запись в тетрадь опорных понятий. Выявление школьниками особенностей своего здоровья по методике «Карта здоровья».
22	Профессиональная пригодность и самооценка.	Сущность и степени профессиональной пригодности. Признаки профессиональной пригодности, профессионального соответствия, профессионального призвания. «Образ–Я» как система представлений о себе. Структура «Образ–Я»: знания о себе, оценка себя, умение управлять собой. Реальное «Я», идеальное «Я», «Я» – глазами других людей. «Я–концепция» как динамическая система представлений человека о самом себе. Самооценка как компонент «Я–концепций». Сущность и уровни самооценки. Характеристики заниженной, завышенной и адекватной самооценки.	Запись в тетрадь опорных понятий. Выявление по различным методикам профессиональной пригодности школьников к предполагаемым видам деятельности. Выявление уровня самооценки школьников при помощи методики «Уровень самооценки».
23	Диагностика по теме «Человек и профессия».	Тестирование, обработка результатов.	Работа с тестами. Дидактические игры «Автопортрет», «Звездный час».
	<i>Раздел 4. Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении (11 ч)</i>		
24	Анализ	Источники информации о профессиях. Сущность, назначение и структура	Запись в тетрадь опорных понятий.

	профессиональной деятельности.	профессиограммы. Психограмма как составная часть профессиограммы. Роль профессиограмм и психограмм в подготовке учащихся к профессиональному самоопределению.	Ознакомление с профессиограммами различных профессий. Разработка профессиограммы предполагаемой профессии. Упражнение «Самая, самая...».
25	Профессиональные пробы и творческие проекты.	Сущность и функции профессиональной пробы в профессиональном самоопределении. Содержание профпроб по типам профессий. Этапы выполнения и уровни сложности профпроб. Аспекты профпроб: технологический, ситуативный, функциональный. Индивидуальные и групповые профпробы. Анализ и оценка выполненных профессиональных проб. Сущность и классификация творческих проектов. Требования к творческим проектам. Этапы выполнения творческих проектов.	Запись в тетрадь опорных понятий. Дидактическая игра «Человек–профессия». Игровые упражнения «Кто есть кто», «Спящий город».
26	Профильное обучение, предпрофильная подготовка.	Цель, задачи и содержание профильного обучения старшеклассников. Структура содержания профильного обучения: базовые предметы, профильные предметы, курсы по выбору. Профили обучения. Цели и задачи предпрофильной подготовки выпускников основной школы. Компоненты предпрофильного обучения: краткосрочные курсы по выбору, профессиональная информация, профессиональная консультация и диагностика.	Запись в тетрадь опорных понятий. Составление плана своей деятельности.
27	Пути получения профессионального образования.	Профессиональное образование. Государственный стандарт профессионального образования. Уровни профессионального образования: начальное, среднее, высшее, послевузовское. Профессиональное образовательное учреждение. Система профессиональной подготовки кадров: ученичество, профессиональные пробы, курсовая форма подготовки кадров, училища, техникумы, лицеи, ССУЗы, институт, академия, университет, аспирантура, докторантура, ординатура и интернатура, институты повышения квалификации. Источники информации о профессиональных учебных заведениях.	Запись в тетрадь опорных понятий, видов учреждений начального, среднего и высшего профессионального образования. Просмотр видеороликов с целью ознакомления с профессиональными учебными заведениями. Дидактическая игра «Пять шагов».
28-29	Профессиональная консультация (экскурсии на предприятия, в центр занятости).	Сущность, цель, задачи профессиональной консультации. Виды и задачи профессиональной консультации. Формы проведения профессиональных консультаций. Подготовка учащихся к профессиональной консультации.	Составление отчета об экскурсии (выбор формы отчета пожеланию экскурсантов). Составление перечня вопросов к профконсультантам.

30	Профессиональное саморазвитие и самовоспитание.	Человеческие ресурсы. Виды возможностей человека: интеллектуальные, физические, специальные. Профессиональное саморазвитие: сущность, способы и приемы саморазвития человеком своих профессионально важных качеств. Профессиональное самовоспитание. Методы профессионального самовоспитания: самоубеждение, самовнушение, самоприказ, самообразование, самоконтроль, самооценка.	Запись в тетрадь опорных понятий. Составление школьниками плана подготовки к приобретению профессии.
31-32	Творческий проект «Мой выбор»: разработка и оформление.	Цель и задачи творческих проектов «Мой выбор». Компоненты проекта «Мой выбор». Требования к оформлению проекта. Порядок проведения защиты проекта. Критерии оценивания проект.	Запись в тетрадь опорных понятий. Ознакомление с примерами творческих проектов «Мой выбор». Выполнение и оформление проекта. Заполнение карты готовности к профессиональному самоопределению.
33	Деловая игра «Мой выбор».	Защита творческих проектов. Критерии оценки их выполнения и защиты. Представление жюри. Порядок проведения защиты творческих проектов. Представление учащимися пояснительной записки и результатов профессиональных проб, ответы на вопросы. Оценивание защиты, подведение итогов.	Представление и защита проектов. Упражнение «Подарок».
34	Итоговое занятие «Я и мир профессий».	Проблемные ситуации. Способы и пути решения.	Моделирование вариантов поведения в проблемных ситуациях. Обсуждение и высказывание мнений, аргументация своей точки зрения.

3. Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания.

№	Тема	Количество часов
	<i>Раздел 1. Основы жизненного и профессионального самоопределения (6 ч)</i>	
1	Введение в курс «Основы профессионального самоопределения».	1
2	Основы жизненного и профессионального самоопределения. Смысл и цель жизни человека.	1
3	Сущность и структура процесса профессионального самоопределения и развития.	1
4	Значение, ситуация и правила выбора профессии.	1
5	Типичные ошибки при выборе профессии.	1

6	Творческий проект «Мой выбор». Сущность и структура.	1
	<i>Раздел 2. Мир труда и профессий (6 ч)</i>	
7	Профессия и специальность: происхождение и сущность.	1
8	Многообразие мира труда.	1
9	Классификация профессий. Формула профессии.	1
10	Профессиональная деятельность и карьера человека.	1
11	Рынок труда и его требования к профессионалу.	1
12	Диагностика по теме «Мир труда и профессии».	1
	<i>Раздел 3. Человек и профессия (11 ч)</i>	
13	Профессионально важные качества личности.	1
14	Интересы и склонности. Мотивы выбора профессии.	1
15	Ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении.	1
16	Особенности психических процессов и выбор профессии.	1
17	Темперамент и выбор профессии.	1
18	Характер и выбор профессии.	1
19	Роль способностей в профессиональной деятельности.	1
20	Тип личности и выбор профессии.	1
21	Здоровье и выбор профессии.	1
22	Профессиональная пригодность и самооценка.	1
23	Диагностика по теме «Человек и профессия».	1
	<i>Раздел 4. Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении (11 ч)</i>	
24	Анализ профессиональной деятельности.	1
25	Профессиональные пробы и творческие проекты.	1
26	Профильное обучение, предпрофильная подготовка.	1

27	Пути получения профессионального образования.	1
28-29	Профессиональная консультация (экскурсии на предприятия, в центр занятости).	2
30	Профессиональное саморазвитие и самовоспитание.	1
31-32	Творческий проект «Мой выбор»: разработка и оформление.	2
33	Деловая игра «Мой выбор».	1
34	Итоговое занятие «Я и мир профессий».	1
	<i>Всего:</i>	<i>34</i>

Календарно – тематическое планирование

№	Тема	дата	Количество часов
	<i>Раздел 1. Основы жизненного и профессионального самоопределения (6 ч)</i>		
1	Введение в курс «Основы профессионального самоопределения».		1
2	Основы жизненного и профессионального самоопределения. Смысл и цель жизни человека.		1
3	Сущность и структура процесса профессионального самоопределения и развития.		1
4	Значение, ситуация и правила выбора профессии.		1
5	Типичные ошибки при выборе профессии.		1
6	Творческий проект «Мой выбор». Сущность и структура.		1
	<i>Раздел 2. Мир труда и профессий (6 ч)</i>		
7	Профессия и специальность: происхождение и сущность.		1
8	Многообразие мира труда.		1
9	Классификация профессий. Формула профессии.		1
10	Профессиональная деятельность и карьера человека.		1
11	Рынок труда и его требования к профессионалу.		1

12	Диагностика по теме «Мир труда и профессии».	1
	<i>Раздел 3. Человек и профессия (11 ч)</i>	
13	Профессионально важные качества личности.	1
14	Интересы и склонности. Мотивы выбора профессии.	1
15	Ценностные ориентации и их роль в профессиональном самоопределении.	1
16	Особенности психических процессов и выбор профессии.	1
17	Темперамент и выбор профессии.	1
18	Характер и выбор профессии.	1
19	Роль способностей в профессиональной деятельности.	1
20	Тип личности и выбор профессии.	1
21	Здоровье и выбор профессии.	1
22	Профессиональная пригодность и самооценка.	1
23	Диагностика по теме «Человек и профессия».	1
	<i>Раздел 4. Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении (11 ч)</i>	
24	Анализ профессиональной деятельности.	1
25	Профессиональные пробы и творческие проекты.	1
26	Профильное обучение, предпрофильная подготовка.	1
27	Пути получения профессионального образования.	1
28-29	Профессиональная консультация (экскурсии на предприятия, в центр занятости).	2
30	Профессиональное саморазвитие и самовоспитание.	1
31-32	Творческий проект «Мой выбор»: разработка и оформление.	2
33	Деловая игра «Мой выбор».	1

34	Итоговое занятие «Я и мир профессий».	1
	<i>Всего:</i>	<i>34</i>