

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
ОСНОВНОЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ**

**«Я И МОЯ БУДУЩАЯ ПРОФЕССИЯ»  
8 класс**

## 1. Планируемые результаты освоения курса

### **I. Личностные:**

- потребность повышать свой культурный уровень, самореализовываться в разных видах деятельности;
- готовность и способность к осознанному выбору профессии и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования;
- принятие моральных норм и правил нравственного поведения с представителями разных поколений, носителей разных убеждений и представителей различных социальных групп;
- способность анализировать нравственную сторону своих поступков и поступков своих сверстников;
- умение взаимодействовать со сверстниками в коллективе, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами;
- формирование бережного отношения к традициям своей семьи, школы.

### **II. Метапредметные:**

#### **Регулятивные:**

- умение ставить цель своей деятельности на основе имеющихся возможностей;
- умение оценивать свою деятельность, аргументируя при этом причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- формирование умения находить достаточные средства для решения своих учебных задач;
- демонстрация приёмов саморегуляции в процессе подготовки мероприятий разного уровня, участие в них, в том числе и в качестве конкурсанта.

#### **Познавательные:**

- навык делать выводы, устанавливать причинно-следственные связи на основе полученной информации о профессиях;
- анализ и принятие опыта разработки и реализации проекта исследования разной сложности;
- умение находить в тексте требуемую информацию, ориентироваться в тексте, устанавливать взаимосвязи между описываемыми событиями и явлениями;
- овладение культурой активного использования словарей и других поисковых систем.

#### **Коммуникативные:**

- умение организовать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- приобретение навыков работы индивидуально и в коллективе для решения поставленной задачи;
- умение находить общее решение и разрешать конфликты;
- соблюдение норм публичной речи в процессе выступления.

### **III. Предметные (на конец освоения курса):**

#### **Обучающиеся научатся:**

- владеть приёмами исследовательской деятельности, навыками поиска необходимой информации;
- использовать полученные знания и навыки по подготовке и проведению социально- значимых мероприятий.

#### **Обучающиеся получают возможность научиться:**

- готовить исследовательские работы,
- заполнять дневники профессионального выбора
- вносить результаты социально-психологической готовности к самостоятельной жизни.

### **IV. Воспитательные результаты:**

#### **Результаты (приобретение социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни) приобретение знаний:**

- об этике и эстетике повседневной жизни человека в обществе;
- о принятых в обществе нормах поведения и общения;
- развитие ценностного отношения подростков к труду;

- о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации;
- о правилах проведения исследования.
- получение первоначального опыта самореализации;
- опыт публичного выступления;
- опыт самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности.

### Содержание программы «Я и моя будущая профессия»

| №<br>п/п   | Наименование<br>тем   | Формы<br>воспитательного<br>потенциала   | Предметное содержание   |
|--|---|--|---|
| <b>Что я знаю о своих возможностях, 10 часов</b> |   |  |   |
| 1  | Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека. | Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения правила общения со старшими и сверстниками, принципы учебной дисциплины. Формы: беседа, поручение, упражнение, виртуальные экскурсии, создание воспитывающих ситуаций | Анкета «Планы на ближайшее будущее». Теоретические сведения. Цели и содержание курса. Специфика занятий.  |
| 2  | Самооценка, самопрезентация и уровень притязаний.                   |  | Методика самооценки индивидуальных возможностей, карта интересов, опросник профессиональной готовности. Формы самопрезентации.  |
| 3  | Темперамент и профессия.  |  | Определение понятия темперамент. Виды темперамента. Задание на определение темперамента.  |
| 4  | Определение темперамента.   |  | Формирование теоретических представлений о характере и темпераменте. Развитие навыков работы с диагностическим материалом. Внутренний мир человека и возможности его познания. Теоретические сведения. Темперамент. Методика определения типа темперамента (Резапкина Г.) Особенности проявления основных типов темперамента в учебной и профессиональной деятельности. |
| 5  | Чувства и эмоции  |  | Получение необходимой информации о чувствах и эмоциях. Тренинги на распознавание чувств. Ведущие отношения личности: к деятельности, к людям, к самому себе, к предметному миру. Эмоциональные состояния личности. Агрессивность Опросник агрессивности Басса-Дарки. Конфликт. Ситуации.  |
| 6  | Что такое стресс  |  | Определение, что такое стресс. Виды стресса, от чего он возникает. Понятие стрессоустойчивости.   |
| 7  | Восприятие и мышление.  |  | Понятие «мышление». Типы мышления. Формы логического мышления. Основные операции мышления: анализ, синтез, сравнение,   |

|   |  |  |  |
|---|--|--|--|
|   |  |  | абстрагирование, конкретизация, обобщение.<br>Основные качества мышления.  |
| 8   | Память   |  | Что такое память и внимание. Виды памяти и внимания. Как можно развить память и внимание. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение. Виды памяти. Приемы запоминания.  |
| 9   | Внимание   |  | Внимание. Качества внимания. Виды внимания. Выявление особенностей внимания личности. Просмотр видеофильма «Как ускорить работу мозга»   |
| 10  | Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях». |  | Закрепление изученного материала.  |
| <b>Раздел II. «Что я знаю о профессиях», 11 часов</b> |  |  |  |
| 11  | Многообразие мира профессий<br>Анализ профессий            | Установление доверительных отношений между педагогическим работником и его обучающимся, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности. Форма: групповая исследовательская деятельность, коллективное творческое дело | Анализ профессии. Формирование представлений учащихся об основных психологических признаках профессиональной деятельности как обобщенных качествах, характеризующих виды профессионального труда;<br>Многообразие мира профессий. Основные признаки профессиональной деятельности. Классификация профессий. Социально-психологический портрет современного профессионала.<br>Характеристика профессий типа «человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ». Профессионально важные качества (ПВК). |
| 12  | Востребованные профессии на рынке труда.                   |  | Состояние регионального рынка труда будет зависеть еще и от других факторов. На основе различных статистических данных, которыми занимаются специальные службы...  |
| 13  | Профессиональный тип личности.                             |  | Реалистичный тип, интеллектуальный тип, социальный тип, конвенциональный тип, предприимчивый тип, артистический тип  |
| 14  | Профессиональная готовность. ОПГ                           |  | Определение сферы профессиональной деятельности. Описание профессий, относящихся к данной сфере.   |
| 15  | Требования к профессиональной деятельности                 |  | Определение требований к профессиональной деятельности. Понятие о профессиональной пригодности. Профессионально важные качества личности. Призвание. Целеустремленность. Развивающие   |

|    |   |  |   |
|----|---|--|---|
|    |   |  | процедуры: дискуссия на тему «Мой выбор – моё призвание».   |
| 16 | Здоровье и выбор профессии.                       |  | Здоровье и выбор профессии. Свойства нервной системы, их взаимосвязь с индивидуальными особенностями поведения личности, значение нервной системы в профессиональной деятельности. Понятие «неблагоприятные производственные факторы». Работоспособность. Условия и режим работы.   |
| 17 | «Что ты знаешь о еде»                             |  | Многообразие мира профессий. Основные признаки профессиональной деятельности. Классификация профессий. Социально-психологический портрет современного профессионала.<br>Характеристика профессий типа «человек – человек», «человек – техника», «человек – знаковая система», «человек – природа», «человек – художественный образ». Профессионально важные качества (ПВК). |
| 18 | «Дом, в котором хочется жить»                     |  |   |
| 19 | «Нереальная реальность»                           |  |   |
| 20 | «Спасти жизнь человека»                           |  |   |
| 21 | Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях» |  |   |

### Раздел III. Способности и профессиональная пригодность, 7 часов

|    |   |   |  |
|----|---|---|--|
| 22 | Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности. | Включение в урок игровых процедур, которые помогают поддерживать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, | Особенности человека еще называют “задатками”, то есть заранее данными от природы качествами. К задаткам относят силу, уравновешенность и подвижность нервных процессов, скорость и точность реакции, врожденные особенности зрения и слуха. Хорошая память, внимание, ум одним даны от природы, другие развивают их упражнениями. Задатки — это наши возможности, которые в благоприятных условиях могут вырасти в способности, а могут погибнуть |
| 23 | Интересы и склонности   | помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока. Формы: беседа, игра, виртуальные экскурсии, творческие мастерские                                  | Что такое интерес? Составление и заполнение карты интересов.<br>Что такое склонности? Опросник Е. А. Климова. Составление совместно с учащимися примерной анкеты на выявление интересов школьников. Методика «Профиль». Знакомство с новыми профессиями, такими как: промоутер,  |

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
|  |  |   | <p>имиджмейкер, девелопер, мерчендайзер.<br/>Исследовательская работа учащихся по нахождению этих профессий в дополнительных источниках информации «Мир профессий»</p>  |
| 24   | Интеллектуальные способности.<br>Эстетические способности            |   | <p>Способность к запоминанию. Способность быть внимательным. Способность устанавливать связи и закономерности между понятиями. Способность изменять способы интеллектуальной деятельности.<br/>Профессиональное будущее. Секреты выбора профессии. Формирование установки на необходимость профессионального самоопределения.</p>   |
| 25   | Способности к профессиям социального типа.                           |   | <p>Люди, успешные в профессиях социального типа, уважают и ценят людей: учеников и студентов, клиентов и пациентов, пассажиров и покупателей, испытывают повышенное чувство ответственности за свою работу.<br/>Люди, относящиеся к офисному типу, отличаются аккуратностью, потребностью систематизировать и классифицировать информацию и предметы материального мира. Без таких людей жизнь превратилась бы в хаос. Успешная профессиональная деятельность людей, относящихся к этому типу, определяется их интеллектуальными и личностными особенностями. Наличие этих способностей у себя вы можете определить с помощью следующего задания.</p> |
| 26   | Способность к предпринимательской деятельности                       |   | <p>Набор качеств, умений, способностей человека, позволяющих ему находить и использовать лучшее сочетание ресурсов для производства, продажи товаров, принимать разумные последовательные решения, создавать и применять новшества, идти на допустимый, оправданный риск.</p>   |
| 27   | Степени профессиональной пригодности                                 |   | <p>Определение «Профессиональная пригодность». Основные рекомендации по формированию профессиональной пригодности. Степени проф. пригодности: непригодность, годность, соответствие, призвание</p>  |
| 28   | Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность» |   | <p>Повторение и закрепление пройденного материала</p>   |
| <b>Раздел IV. Планирование профессиональной карьеры, 6 часов</b> |  |   |   |
| 29   | Мотивы и потребности.  | Установление доверительных отношений между педагогическим | Профессиональное будущее. Секреты выбора профессии. Способности и желание в выборе профессии. Способности. Успешность. Талант «+» и «-» талантливости.  |

|    |   |  |   |
|----|---|--|---|
|    |   | работником и его обучающимся, способствующим   | Анализ мотивов своего профессионального выбора.   |
| 30 | Ошибки при выборе профессии               | позитивному восприятию обучающимися  | Типичные ошибки при выборе профессии. Незнание мира профессий и себя. Незнание правил выбора профессии  |
| 31 | Пути получения профессии                  | требований и просьб педагогического работника, привлечению   | Система профессиональной подготовки кадров. Уровни подготовки: начальный, средний, высший. Профили обучения.  |
| 32 | Учреждения профессионального образования. | их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности. Формы: беседа, игра, виртуальные экскурсии, | Система профессионального образования в РФ и возможности приобретения профессии в РФ, в Свердловской области. Государственные и коммерческие организации, оказывающие услуги по профориентации трудоустройству молодежи в регионе. Встреча с представителями Центра занятости |
| 33 | Мини-проект «Моя будущая профессия»       | поручение, упражнение  | Осмысление пройденного материала по профессиональному самоопределению. Применение знаний на практике  |
| 34 | Мини –проект «Моя будущая профессия»      |  | Определение уровня готовности к профессиональному самоопределению. Защита проектов. Самооценка.   |

#### Тематическое планирование

| № п/п                                  | Наименование тем  | Форма учебного занятия   | ЦЭР (ЭОР)   |
|--|---|--|---|
| <b>Что я знаю о своих возможностях</b> |   |  |   |
| 1                                      | Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека. | Вводное анкетирование. Беседа  | <a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=21&amp;ysclid=lnhawj736d150285395">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=21&amp;ysclid=lnhawj736d150285395</a> |
| 2                                      | Самооценка, самопрезентация и уровень притязаний.                   | Тестирование. Деловая игра «Самопрезентация».  |   |
| 3                                      | Темперамент и профессия.  | Беседа. Тестирование. Деловая игра «Проявления темперамента в профессиональной деятельности» |   |
| 4                                      | Определение темперамента.   |  |   |
| 5                                      | Чувства и эмоции  | Беседа. Тренинг. Письменная работа «Опросник агрессивности»<br>Дискуссия. Разбор ситуаций.   |   |
| 6                                      | Что такое стресс  | Диагностика  |   |
| 7                                      | Восприятие и мышление.  | Беседа. Практическая работа Методика «Тип мышления»<br>(Г.В.Резапкина)                       |   |
| 8                                      | Память  |  |   |

|   |   |  |   |
|---|---|--|---|
| 9   | Внимание  | Беседа. Практическая работа<br>«Выявление особенностей памяти и внимания»<br>Просмотр видео ролика «Как ускорить работу мозга» |   |
| 10  | Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях».                      | Самостоятельная работа   |   |
| <b>«Что я знаю о профессиях»</b>                  |   |  |   |
| 11  | Многообразии мира профессий Анализ профессий                                    | Сообщения обучающихся.   | <a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=21&amp;ysclid=lnhawj736d150285395">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=21&amp;ysclid=lnhawj736d150285395</a> |
| 12  | Востребованные профессии на рынке труда.  | Самостоятельная работа. Поиск информации в интернете   |   |
| 13  | Профессиональный тип личности.  | Диагностика. Определение профессионального типа личности.<br>Дж. Холланда  |   |
| 14  | Профессиональная готовность. ОПГ  | «Опросник профессиональной готовности»<br>Л.Н. Кабардовой  |   |
| 15  | Требования к профессиональной деятельности                                      | Беседа. Дискуссия.   |   |
| 16  | Здоровье и выбор профессии.   | Беседа. Обсуждение заданных ситуаций.  |   |
| 17  | «Что ты знаешь о еде»   | Просмотр видео урока. Профессии сельского хозяйства. Дискуссия   |   |
| 18  | «Дом, в котором хочется жить»   | Просмотр видео урока. Профессии строительной сферы. Дискуссия  |   |
| 19  | «Нереальная реальность»   | Просмотр видео урока. Профессии новейших технологий. Дискуссия   |   |
| 20  | «Спаси жизнь человека»  | Просмотр видео урока. Медицинские профессии. Дискуссия   |   |
| 21  | Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях»                               | Самостоятельная работа   |   |
| <b>Способности и профессиональная пригодность</b> |   |  |   |
| 22  | Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности. | Беседа. Обсуждение заданных ситуаций.  | <a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=21&amp;ysclid=lnhawj736d150285395">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=21&amp;ysclid=lnhawj736d150285395</a> |
| 23  | Интересы и склонности   | Составление и заполнение карты интересов.<br>Письменный опрос (А.Климов)<br>Исследовательская деятельность                     |   |

|  |  |  |   |
|--|--|--|---|
| 24   | Интеллектуальные способности.<br>Эстетические способности            | Тестирование «Интеллектуальный потенциал». Практическая работа. Выполнение логических заданий. |   |
| 25   | Способности к профессиям социального типа.                           | Беседа. Обсуждение заданных ситуаций.  |   |
| 26   | Способность к предпринимательской деятельности                       | Диагностика.<br>Обсуждение заданных ситуаций.  |   |
| 27   | Степени профессиональной пригодности                                 | Беседа. Обсуждение заданных ситуаций.  |   |
| 28   | Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность» | Самостоятельная работа   |   |
| <b>Планирование профессиональной карьеры</b> |  |  |   |
| 29   | Мотивы и потребности.  | Практическая работа. Анкета мотивов выбора профессии   | <a href="http://metodkabi.net.ru/index.php?id=21&amp;ysclid=lnhawj736d150285395">http://metodkabi.net.ru/index.php?id=21&amp;ysclid=lnhawj736d150285395</a> |
| 30   | Ошибки при выборе профессии  | Беседа. Обсуждение заданных ситуаций.  |   |
| 31   | Пути получения профессии   | Самостоятельная работа. Поиск информации в интернете.  |   |
| 32   | Учреждения профессионального образования.                            | Самостоятельная работа. Поиск информации в интернете.  |   |
| 33   | Мини-проект «Моя будущая профессия»                                  | Проектная деятельность   |   |
| 34   | Мини –проект «Моя будущая профессия»                                 | Урок-конференция.  |   |

#### Календарно -тематическое планирование

| № п/п  | Кол-во часов | Наименование тем  |
|--|--------------|---|
| <b>Раздел I. «Что я знаю о своих возможностях»</b> |              |   |
| 1  | 1            | Предмет и задачи курса. Важность выбора профессии в жизни человека. |
| 2  | 1            | Самооценка, самопрезентация и уровень притязаний.                   |
| 3  | 1            | Темперамент и профессия.  |
| 4  | 1            | Определение типа темперамента                                       |
| 5  | 1            | Чувства и эмоции. Истоки негативных эмоций.                         |
| 6  | 1            | Что такое стресс.   |
| 7  | 1            | Восприятие и мышление   |
| 8  | 1            | Память.   |
| 9  | 1            | Внимание  |
| 10   | 1            | Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях».          |
| <b>Раздел II. «Что я знаю о профессиях»</b>        |              |   |
| 11   | 1            | Многообразие мира профессий. Анализ профессий.                      |
| 12   | 1            | Востребованные профессии на рынке труда.                            |
| 13   | 1            | Профессиональный тип личности.                                      |
| 14   | 1            | Профессиональная готовность. ОПГ                                    |
| 15   | 1            | Требования к профессиональной деятельности                          |
| 16   | 1            | Здоровье и выбор профессии.   |

|   |   |  |
|---|---|--|
| 17  | 1 | «Что ты знаешь о еде».   |
| 18  | 1 | «Дом, в котором хочется жить».   |
| 19  | 1 | «Нереальная реальность»  |
| 20  | 1 | «Спаси жизнь человека»   |
| 21  | 1 | Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях»                                    |
| <b>Раздел III. Способности и профессиональная пригодность</b> |   |  |
| 22  | 1 | Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.      |
| 23  | 1 | Интересы и склонности  |
| 24  | 1 | Способности к интеллектуальным видам деятельности. Эстетические способности          |
| 25  | 1 | Способности к профессиям социального типа. Способности к офисным видам деятельности. |
| 26  | 1 | Способность к предпринимательской деятельности                                       |
| 27  | 1 | Уровни профессиональной пригодности  |
| 28  | 1 | Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность»                 |
| <b>Раздел IV. Планирование профессиональной карьеры</b>       |   |  |
| 29  | 1 | Мотивы и потребности.  |
| 30  | 1 | Ошибки при выборе профессии.   |
| 31  | 1 | Пути получения профессии.  |
| 32  | 1 | Учреждения профессионального образования. Государственные образовательные стандарты. |
| 33  | 1 | «Моя будущая профессия»  |
| 34  | 1 | Урок-конференция, защита проектов «Моя будущая профессия»                            |