

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство просвещения Республики Башкортостан

Администрация муниципального района Уфимский район Республики

Башкортостан

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение Центр образования

«Знание» муниципального района Уфимский район Республики Башкортостан

СОШ с.Зубово

РАССМОТРЕНО

протокол заседания ШМО
№1 от «28» августа 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР



Братухина Н.Н.
протокол педсовета № 1 от
«28» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

приказ № 177-ОД-Ф
от «01» сентября 2025 г.

Деркач П. А.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**курса внеурочной деятельности профориентационной
направленности «В мире профессий»**

для обучающихся 5-9 классов

с.Зубово, 2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Кружок внеурочной деятельности «В мире профессий» ориентирован на формирование личностных и метапредметных результатов учащихся.

Личностные результаты:

- потребность повышать свой культурный уровень, само реализовываться в разных видах деятельности;
- в качестве личностных результатов освоения обучающимися этой части программы выступают готовность и способность к осознанному выбору профессии и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования;
- принятие моральных норм и правил нравственного поведения с представителями разных поколений (ветераны, инвалиды, дети младшего возраста), носителей разных убеждений и представителей различных социальных групп нашего города;
- способность анализировать нравственную сторону своих поступков и поступков своих сверстников;
- умение взаимодействовать со сверстниками в коллективе клуба и в школе, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами;
- формирование бережного отношения к традициям своей семьи, школы
- непрерывное духовно-нравственное развитие, реализация творческого потенциала в социально ориентированной, общественно-полезной деятельности на основе традиционных нравственных установок и моральных норм, непрерывного образования, самовоспитания;
- воспитание уважительного отношения к труду, интерес к профессиям, желание овладеть какой-либо профессиональной деятельностью;
- формирование поведенческих навыков трудовой деятельности, ответственность, дисциплинированность, самостоятельность в труде.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по социальному направлению «Мир профессий» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД

- высказывать своё предположение (версию), работать по плану. Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.

- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных
- умение ставить цель своей деятельности на основе имеющихся возможностей;
- умение оценивать свою деятельность, аргументируя при этом причины достижения или отсутствия планируемого результата (участие в конкурсах);
- 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 УУД

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- преобразовывать информацию из одной формы в другую.
- анализ и принятие опыта разработки и реализации проекта исследования разной сложности;
- критическое оценивание содержания и форм современных текстов;
- овладение культурой активного использования словарей и других поисковых систем

Коммуникативные УУД

- доносить свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи
- умение организовать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками в кружке;
- 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.

2. Содержание курса внеурочной деятельности

Содержание программы 1 год обучения (5 класс, 34 часа)

Введение. Знакомство. Мои личные профессиональные планы. Ценностные ориентации. Самооценка и уровень притязаний. Интересы и склонности в выборе профессии. Классификация профессий по Климову. Концепция индивидуальности Голланда. Правила выбора профессии. Ошибки и затруднения при выборе профессии. Кем работают мои родные. Кем работают мои родители? Что такое профессиограмма? В каких учебных заведениях можно получить профессию? На работу устраиваемся по правилам. «Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо»). «Быть нужным

людям...». Сочинение – рассуждение «Самая нужная профессия» Как готовить себя к будущей профессии? Исследование «Необычная творческая профессия». Сочинение «... - это призвание!» Рабочие профессии. Жизненно важная профессия. Профессия, охраняющая общественный порядок. Встреча с интересной личностью.

Великие личности нашей страны и путь их становления. «Мои родители хотят, чтобы я был похож на...и работал.....» Сочинение-рассуждение: «Если бы я был президентом...» Экскурсия на предприятия нашего города. Отчет о посещении предприятий. Подготовка к круглому столу «Представим, что я...». Итоговый круглый стол «Мир профессий». Творческий проект "Моя будущая профессия". Викторина «Угадай профессию». Игра «Выбери лишнее! Викторина «Моя любимая профессия». Итоговое занятие рефлексия.

Содержание программы 2 год обучения (6 класс, 34 часа)

Трудом славен человек. Учеба - твой главный труд. Человеческие возможности. Способности к запоминанию. Приёмы запоминания. Конкурс « Кто лучше запоминает?». Способность быть внимательным. Игра «Выбери лишнее! Волевые качества личности. Узнаю, думаю, выбираю. Беседы о конкретных профессиях. Классификация профессий. Знакомство с профессиограммами. Профессия и современность. Дороги, которые мы выбираем. Профессии твоих родителей. Все работы хороши, выбирай на вкус. Кем ты хочешь стать? Викторина «Моя любимая профессия». Интересы и выбор профессии. «Кто я и что я думаю о себе?» Что такое интерес? Составление и заполнение карты интересов. Что такое склонности? Темперамент и выбор профессии. Здоровье и выбор профессии. Факторы здоровья при выборе профессии. Дело твоей жизни. «Я – это...». Выявление самооценки и планирование своего будущего. Профессиональный тип личности. Определение своего профессионального типа личности. Тест «Профессиональный тип личности». Ошибки при выборе профессии. Человек среди людей. Межличностные отношения и их значение в профессиональной деятельности. Такая изменчивая мода, или вечная истина: «По одежке встречают, по уму провожают». Природа – это наши корни, начало нашей жизни.

Содержание программы 3 год обучения (7 класс, 34 часа)

Жизненное и профессиональное самоопределение. Понятия «личность», «профессиональные интересы». Мир профессий. Методика «Матрица профессий». Знакомство с профессиограммами. Карта интересов. Профессия типа «Человек – техника». Профессия типа «Человек – природа». Профессия типа «Человек – знаковая

система». Профессия типа «Человек – человек». Профессия типа Человек – художественный образ». Пути получения профессии. Кто я, или что я думаю о себе. Свойства нервной системы и темперамент.

История изучения темперамента: от Гиппократов до Павлова. Память.

Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации.

Определение объема кратковременной памяти и ведущего способа запоминания.

Внимание. Внимание и деятельность человека. Произвольное и непроизвольное внимание.

Приемы развития внимания. Мышление. Функции, виды мышления. Мыслительные операции. Правополушарные и левополушарные мыслители. Эмоциональное состояние личности. Эмоции в жизни человека. Формы и виды эмоциональных состояний, их влияние на профессиональную деятельность. Саморегуляция. Умение контролировать свое поведение. Позитивное мышление и жизненные ценности. Как выпустить «лишний пар». Десять шагов уверенности в себе. Коммуникабельность – составляющая успеха будущей карьеры. Требования к работнику: профессионализм, ответственность, коммуникабельность. Умение конструктивно разрешать конфликты. Первый шаг на пути к профессии. Способности, профессиональная пригодность, состояние физического здоровья, как основные составляющие правильного выбора. Формула успеха. Ошибки в выборе профессии. Современный рынок труда и его требования. Самостоятельность и ответственность в профессиональной деятельности. Коллективность трудового процесса. Профессионализм и самосовершенствование. Мотивы и основные условия выбора профессии. «Хочу – могу – надо» - необходимые условия правильного выбора.

Что требует профессия от меня? Понятие рынка профессий. Определение требований к соискателю (по газете, рубрика «работа для вас»), «Центр занятости населения».

Перспективы профессионального старта. Навыки самопрезентации. Как правильно составить резюме. Правила поведения на собеседовании. Составление плана профессионального самоопределения. Построение образа профессионального будущего.

Планирование карьеры. Цепочка ближних и дальних целей. Пути и средства достижения целей. Внешние и внутренние условия достижения целей. Подготовка к будущей карьере.

Психологический портрет личности. Ролевая игра «Встреча через 10 лет». Итоговое занятие «Перелистывая страницы».

Содержание программы 4 год обучения (8 класс, 34 часа)

Анкета «Планы на ближайшее будущее». Самооценка и уровень притязаний. Темперамент и профессия. Определение темперамента. Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки

негативных эмоций. Стресс и тревожность. Определение типа мышления. Внимание и память. Уровень внутренней свободы. Мой психологический портрет.

Классификация профессий. Признаки профессии. Определение типа будущей профессии. Профессия, специальность, должность. Формула профессии. Интересы и склонности в выборе профессии. Определение профессионального типа личности. Профессионально важные качества. Профессия и здоровье. Причины ошибок и затруднений в выборе профессии. Моя будущая профессия. Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности. Способности к интеллектуальным видам деятельности. Способности к профессиям социального типа. Способности к офисным видам деятельности. Способности к предпринимательской деятельности. Артистические способности. Уровни профессиональной пригодности. Мои способности. Мотивы и потребности. Ошибки в выборе профессии. Современный рынок труда. Прогноз потребности в профессиях. Современный рынок труда. Работодатель и работник. Пути получения профессии. Матрица профессионального выбора. Навыки самопрезентации. Навыки самопрезентации. Резюме. Стратегии выбора профессии. Личный профессиональный план.

Содержание программы 5 год обучения (9 класс, 102 часа)

«Что изучает профориентация». Понятия «профориентация», «специальность», «карьера», «квалификация». Выбор профессии. Рынок образовательных услуг. Понятие «Образовательная карта». Наиболее востребованные профессии в нашем городе. Развивать способность адекватно оценивать свои сильные и слабые стороны. Классификация профессий. Профессиограмма. Зарубежная классификация профессий по Дж. Холланду. Формула профессии. Анализ профессии.

Практическая работа по анализу профессии. Здоровье и выбор профессии. Роль темперамента в выборе профессии. Типы темперамента. Игра «Угадай профессию». Характер и моя будущая профессия. Характер и моя будущая карьера. Модель способностей человека. Практическая работа по самоанализу своих способностей. Структура выбора профессии.

«Я – концепция или «теория самого себя». Практическая диагностика «Ошибки в выборе профессии». Интересы и выбор профессии. Человеческие возможности при выборе профессии. Способность быть внимательным. Способности к запоминанию. Способность оперировать пространственными представлениями. Схема видов мышления человека.

Способность устанавливать связи между понятиями и измерять способы интеллектуальной деятельности. Человек среди людей. Способность к коммуникации». Диагностика коммуникативных и организаторских способностей. Деловая игра «Кадровый вопрос». Стратегия выбора профессии. Профессиональные маршруты Твой профильный класс. О предпочтениях в выборе будущей профессии, профиля обучения.

Итоговый урок. Дискуссия.

3. Тематическое планирование

5 класс

Тема	Количество часов
Введение. Знакомство.	1
Мои личные профессиональные планы.	1
Ценностные ориентации.	1
Самооценка и уровень притязаний.	1
Интересы и склонности в выборе профессии.	1
Классификация профессий по Климову.	1
Концепция индивидуальности Голланда.	1
Правила выбора профессии.	1
Ошибки и затруднения при выборе профессии.	1
Кем работают мои родные. Кем работают мои родители?	1
Что такое профессиограмма?	1
В каких учебных заведениях можно получить профессию?	1
На работу устраиваемся по правилам.	1
«Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо»).	1
«Быть нужным людям...».	1
Сочинение – рассуждение «Самая нужная профессия».	1
Как готовить себя к будущей профессии?	1
Исследование «Необычная творческая профессия».	1

Сочинение «... - это призвание!»	1
Рабочие профессии. Жизненно важная профессия.	1
Профессия, охраняющая общественный порядок. Встреча с интересной личностью.	1
Великие личности нашей страны и путь их становления.	1
«Мои родители хотят, чтобы я был похож на...и работал...»	1
Сочинение-рассуждение: «Если бы я был президентом...»	1
Экскурсия на предприятия нашего города.	1
Отчет о посещении предприятий.	1
Подготовка к круглому столу «Представим, что я...».	1
Круглый стол «Мир профессий».	1
Творческий проект "Моя будущая профессия".	2
Викторина «Угадай профессию».	1
Игра «Выбери лишнее!	1
Викторина «Моя любимая профессия».	1
Итоговое занятие рефлексия.	1
Итого	34

6 класс

Тема	Количество часов
Трудом славен человек.	1
Учеба – твой главный труд.	1
Человеческие возможности.	1
Способности к запоминанию.	1
Приёмы запоминания. Конкурс « Кто лучше запоминает?».	1
Способность быть внимательным.	1
Игра «Выбери лишнее! Волевые качества личности.	1
Узнаю, думаю, выбираю.	1
Беседы о конкретных профессиях.	1
Классификация профессий.	1
Знакомство с профессиограммами.	1
Профессия и современность.	1

Дороги, которые мы выбираем.	1
Профессии твоих родителей.	1
Все работы хороши, выбирай на вкус.	1
Кем ты хочешь стать?	1
Викторина «Моя любимая профессия».	1
Интересы и выбор профессии. «Кто я и что я думаю о себе?»	1
Что такое интерес?	1
Составление и заполнение карты интересов.	1
Что такое склонности?	1
Темперамент и выбор профессии.	1
Здоровье и выбор профессии.	1
Факторы здоровья при выборе профессии.	1
Дело твоей жизни. «Я – это...».	1
Выявление самооценки и планирование своего будущего.	1
Профессиональный тип личности.	1
Определение своего профессионального типа личности.	1
Тест «Профессиональный тип личности».	1
Ошибки при выборе профессии.	1
Человек среди людей.	1
Межличностные отношения и их значение в профессиональной деятельности.	1
Такая изменчивая мода, или вечная истина: «По одежке встречают, по уму провожают».	1
Природа – это наши корни, начало нашей жизни.	1
Итого	34

7 класс

Тема	Количество часов
Жизненное и профессиональное самоопределение.	1
Понятия «личность», «профессиональные интересы».	1
Мир профессий.	1

Методика «Матрица профессий».	1
Знакомство с профессиограммами.	1
Карта интересов.	1
Профессия типа «Человек – техника».	1
Профессия типа «Человек – природа».	1
Профессия типа «Человек – знаковая система».	1
Профессия типа «Человек – человек».	1
Профессия типа Человек – художественный образ».	1
Пути получения профессии.	1
Кто я, или что я думаю о себе.	1
Свойства нервной системы и темперамент.	1
История изучения темперамента: от Гиппократов до Павлова.	1
Память. Виды памяти.	1
Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации.	1
Определение объема кратковременной памяти и ведущего способа запоминания.	1
Внимание. Внимание и деятельность человека.	1
Произвольное и непроизвольное внимание. Приемы развития внимания.	1
Мышление. Функции, виды мышления. Мыслительные операции.	1
Правополушарные и левополушарные мыслители.	1
Эмоциональное состояние личности. Эмоции в жизни человека.	1
Формы и виды эмоциональных состояний, их влияние на профессиональную деятельность.	1
Саморегуляция. Умение контролировать свое поведение.	1
Позитивное мышление и жизненные ценности. Как выпустить «лишний пар».	1
Десять шагов уверенности в себе.	1
Коммуникабельность – составляющая успеха будущей карьеры.	1
Требования к работнику: профессионализм, ответственность, коммуникабельность.	1
Умение конструктивно разрешать конфликты. Первый шаг на пути к профессии.	1

Способности, профессиональная пригодность, состояние физического здоровья, как основные составляющие правильного выбора.	1
Формула успеха. Ошибки в выборе профессии.	1
Современный рынок труда и его требования.	1
Самостоятельность и ответственность в профессиональной деятельности.	1
Итого	34

8 класс

Тема	Количество часов
Анкета «Планы на ближайшее будущее».	1
Самооценка и уровень притязаний.	1
Темперамент и профессия. Определение темперамента.	1
Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.	1
Стресс и тревожность.	1
Определение типа мышления.	1
Внимание и память.	1
Уровень внутренней свободы.	1
Мой психологический портрет.	1
Классификация профессий. Признаки профессии.	1
Определение типа будущей профессии.	1
Профессия, специальность, должность. Формула профессии.	1
Интересы и склонности в выборе профессии.	1
Определение профессионального типа личности.	1
Профессионально важные качества. Профессия и здоровье.	1
Причины ошибок и затруднений в выборе профессии.	1
Моя будущая профессия. Способности общие и специальные.	1
Способности к практическим видам деятельности.	1
Способности к интеллектуальным видам деятельности.	1
Способности к профессиям социального типа. Способности к офисным	1

видам деятельности.	
Способности к предпринимательской деятельности.	1
Артистические способности.	1
Уровни профессиональной пригодности.	1
Мои способности. Мотивы и потребности.	1
Ошибки в выборе профессии.	1
Современный рынок труда.	1
Прогноз потребности в профессиях.	1
Современный рынок труда.	1
Работодатель и работник.	1
Пути получения профессии.	1
Матрица профессионального выбора.	1
Навыки самопрезентации. Резюме.	1
Стратегии выбора профессии.	1
Личный профессиональный план.	1
Итого	34

9 класс

Тема	Количество часов
«Что изучает профориентация».	1
Понятия «профориентация», «специальность», «карьера», «квалификация».	1
Выбор профессии.	1
Рынок образовательных услуг.	1
Понятие «Образовательная карта».	1
Наиболее востребованные профессии в нашем городе.	1
Профессиограмма.	1
Зарубежная классификация профессий по Дж. Холланду.	1
Анализ профессии.	1

Практическая работа по анализу профессии.	1
Здоровье и выбор профессии.	1
Роль темперамента в выборе профессии.	1
Игра «Угадай профессию».	1
Характер и моя будущая профессия.	1
Модель способностей человека.	1
Практическая работа по самоанализу своих способностей.	1
Структура выбора профессии.	1
«Я – концепция или «теория самого себя».	1
Практическая диагностика «Ошибки в выборе профессии».	1
Интересы и выбор профессии.	1
Человеческие возможности при выборе профессии.	1
Способность быть внимательным.	1
Способности к запоминанию.	1
Способность оперировать пространственными представлениями.	1
Схема видов мышления человека.	1
Способность устанавливать связи между понятиями и измерять способы интеллектуальной деятельности.	1
Человек среди людей.	1
Способность к коммуникации. Диагностика коммуникативных и организаторских способностей.	1
Деловая игра «Кадровый вопрос».	1
Стратегия выбора профессии.	1
Профессиональные маршруты.	1
Твой профильный класс.	1
О предпочтениях в выборе будущей профессии, профиля обучения.	1
Итоговый урок. Дискуссия.	1
Итого	34