

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Исаковская средняя общеобразовательная школа  
Вяземского района Смоленской области**

**РАССМОТРЕНО**

На ПС

Протокол №1

от 30.08.2024

**СОГЛАСОВАНО**

На МС

Протокол №1

от 30.08.2024

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом по школе

№ 01-01-115

от 31.08.2024

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
курса внеурочной деятельности  
«Самоопределение»  
на уровне ООО  
для обучающихся 5 класса**

**Составитель: Адамсон К.В.**

**с. Исаково  
2024г.**

## Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Самоопределение» для учащихся 5 класса школы разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Основные документы, используемые при составлении рабочей программы:

- Конституция Российской Федерации;
- Гражданский кодекс Российской Федерации;
- Трудовой кодекс Российской Федерации;
- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента № 474 от 21.07.2020 г. «О национальных целях развития России до 2030 года»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. N 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Информационно-методическое письмо от 05.07.2022 № ТВ-1290/03 «Об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных ФГОС НОО и ООО»;
- Учебный план ООО МБОУ Исаковской СОШ на 2024-2025 учебный год.

**Направление программы внеурочной деятельности:** содержание работы с обучающимися 5 класса преимущественно направлено на познание подростком самого себя, осмысление сильных и слабых сторон своей личности, на удовлетворение профессиональных интересов и потребностей обучающихся.

Современный мир заставляет предъявлять все более высокие требования к индивидуальным особенностям человека, кардинально менять характер и цели труда: возрастает интенсивность деятельности, усиливается напряженность, требуется высокий профессионализм, выносливость и ответственность.

В современных условиях профессиональное самоопределение предполагает выбор карьеры, сферы приложения и саморазвития личностных возможностей.

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования необходимы условия для создания социальных ситуаций развития обучающихся, обеспечивающих их социальную самоидентификацию посредством лично значимой деятельности.

Профессиональное просвещение включает в себя работу по пропаганде сведений о мире профессий, личностных и профессионально важных качествах человека, существенных для самоопределения, о системе учебных заведений и путях получения

профессии с учетом потребностей рынка труда. Частью профессионального просвещения является профессиональное воспитание, которое включает в себя формирование склонностей и профессиональных интересов школьников.

В условиях современного общества, рыночных отношений необходимо подойти к осознанному профессиональному выбору, зная свои склонности и способности. Склонность развивается в процессе деятельности, а профессиональные знания успешно накапливаются при наличии профессиональных интересов.

Переход обучающихся на среднюю ступень обучения значительно меняет организацию их учебной деятельности. Процесс обучения требует больших усилий, более высокой самоорганизации. На новой ступени образования значительно расширяется и углубляется содержание самоопределения во всех видах жизнедеятельности. Самоопределение в сфере образования и профессиональной деятельности тесно связано с жизнью и профессионально-трудовой подготовкой учащихся, другими учебными предметами.

**Целью** программы внеурочной деятельности «Самоопределение» является ознакомление с миром профессий, их социальной значимостью и содержанием; развитие познавательных способностей учащихся на основе создания максимально разнообразных впечатлений о мире профессий.

**Задачи:**

- познакомить обучающихся с разнообразием мира профессий;
- развивать интерес к трудовой и профессиональной деятельности у школьников;
- содействовать приобретению обучающимися желания овладеть какой-либо профессией;
- формировать положительное отношение к труду и людям труда.

Основное содержание: популяризация культуры труда, связь выбора профессии с персональным счастьем и развитием экономики страны; знакомство с отраслями экономики, в том числе региональными, национальными и этнокультурными особенностями народов Российской Федерации, профессиональными навыками и качествами; формирование представлений о развитии и достижениях страны; знакомство с миром профессий; знакомство с системой высшего и среднего профессионального образования в стране; создание условий для развития универсальных учебных действий (общения, работы в команде и т.п.); создание условий для познания обучающимся самого себя, своих мотивов, устремлений, склонностей как условий для формирования уверенности в себе, способности адекватно оценивать свои силы и возможности.

Организация деятельности школьников на занятиях основывается на следующих принципах:

- занимательность;
- научность;
- сознательность и активность;
- наглядность;
- доступность;
- связь теории с практикой;
- индивидуальный подход к обучающимся.

Программа курса «Самоопределение» в 5 классе рассчитана на проведение 1 часа в неделю, 17 часов в полугодие.

## **Формы организации деятельности учащихся при проведении занятий**

В основе методики преподавания программы используются разнообразные методы и формы обучения. Учащиеся ведут наблюдения за общественной жизнью, выполняют практические работы, в том числе исследовательского характера, различные творческие задания. Проводятся дидактические и ролевые игры, учебные лекции, беседы, круглые столы, диалоги. Используются презентации и видеоуроки. Для успешного решения задач важны экскурсии, взаимодействие и сотрудничество с социумом, с родителями обучающихся, обеспечивающие непосредственное взаимодействие ребенка с людьми разных профессий.

## Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Самоопределение»

### Личностные результаты

#### **В сфере гражданского воспитания:**

- уважение прав, свобод и законных интересов других людей;
- активное участие в жизни семьи, образовательной организации, местного сообщества, родного края, страны.

#### **В сфере патриотического воспитания:**

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;
- ценностное отношение к достижениям своей Родины – России и собственного региона, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа;
- уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране.

#### **В сфере духовно-нравственного воспитания:**

- представление о традиционных духовно-нравственных ценностях народов России;
- ориентация на моральные ценности и нормы современного российского общества в ситуациях нравственного выбора;
- готовность оценивать свое поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков;
- активное неприятие асоциальных поступков.

#### **В сфере понимания ценности научного познания:**

- осмысление значения истории как знания о развитии человека и общества, о социальном, культурном и нравственном опыте предшествующих поколений;
- овладение навыками познания и оценки событий прошлого с позиций историзма;
- формирование и сохранение интереса к истории как важной составляющей современного общественного сознания

#### **В сфере эстетического воспитания:**

- представление о профессиональном многообразии мира труда;
- осознание важности культуры как воплощения ценностей общества и средства коммуникации;
- стремление к творческому самовыражению в любой профессии.

#### **В сфере формирования ценностного отношения к жизни и здоровью:**

- осознание ценности жизни и необходимости ее сохранения (в том числе — на основе примеров из истории);
- представление об идеалах гармоничного физического и духовного развития человека в исторических обществах (в античном мире, эпоху Возрождения) и в современную эпоху.

#### **В сфере трудового воспитания:**

- понимание на основе знания о профессиях значения трудовой деятельности

людей как источника развития человека и общества;

— представление о разнообразии существовавших в прошлом и современных профессий;

— уважение к труду и результатам трудовой деятельности человека;

— интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода.

**В сфере экологического воспитания:**

— осмысление исторического опыта взаимодействия людей с природной средой;

— осознание глобального характера экологических проблем современного мира и необходимости защиты окружающей среды;

— активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;

— готовность к участию в практической деятельности экологической направленности.

**В сфере адаптации к меняющимся условиям социальной и природной среды:**

— представления об изменениях природной и социальной среды в истории, об опыте адаптации людей к новым жизненным условиям, о значении совместной деятельности для конструктивного ответа на природные и социальные вызовы.

## **Метапредметные результаты**

**владение базовыми логическими действиями:**

— систематизировать и обобщать факты (в форме таблиц, схем);

— выявлять характерные признаки различных явлений;

— раскрывать причинно-следственные связи событий;

— сравнивать события, ситуации, выявляя общие черты и различия;

— формулировать и обосновывать выводы;

**владение базовыми исследовательскими действиями:**

— определять познавательную задачу;

— намечать путь ее решения и осуществлять подбор исторического материала, объекта;

— систематизировать и анализировать исторические факты, соотносить полученный результат с имеющимся знанием;

— определять новизну и обоснованность полученного результата;

— представлять результаты своей деятельности в различных формах (сообщение, эссе, презентация, реферат, учебный проект и др.);

**работа с информацией:**

— осуществлять анализ учебной и вне- учебной информации (учебник, тексты исторических источников, научно-популярная литература, интернет-ресурсы и другие) — извлекать информацию из источника;

— различать виды источников исторической информации;

— высказывать суждение о достоверности и значении информации источника (по критериям, предложенным учителем или сформулированным самостоятельно)

**общение:**

— представлять особенности взаимодействия людей в различных обществах и современном мире;

— участвовать в обсуждении событий и различных точек зрения, раскрывать различие и сходство высказываемых оценок;

- выражать и аргументировать свою точку зрения в устном высказывании, письменном тексте;
- публично представлять результаты выполненного исследования, проекта;
- осваивать и применять правила межкультурного взаимодействия в школе и социальном окружении;

**владение приемами самоорганизации своей учебной и общественной работы:**

- выявление проблемы, требующей решения;
- составление плана действий и определение способа решения;

**владение приемами самоконтроля:**

- осуществление самоконтроля, рефлексии и самооценки полученных результатов;
- способность вносить коррективы в свою работу с учетом установленных ошибок, возникших трудностей;
- выявлять на примерах исторических ситуаций роль эмоций в отношениях между людьми;
- ставить себя на место другого человека, понимать мотивы действий другого (в жизненных ситуациях и окружающей действительности);
- регулировать способ выражения своих эмоций с учетом позиций и мнений других участников общения.

**Предметные результаты выражаются в следующих качествах и действиях:**

- владеть приёмами исследовательской деятельности, навыками поиска необходимой информации;
- использовать полученные знания и навыки по подготовке и проведению социально-значимых мероприятий.
- владеть основами разработки социальных проектов и организации коллективной творческой деятельности;
- приобретение опыта исследовательской деятельности;
- участвовать в исследовательских работах;
- знать о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации;
- иметь представление о правилах проведения исследования;
- получение первоначального опыта самореализации.

## **Содержание курса внеурочной деятельности «Самоопределение» 5 класс**

### **Введение**

Что такое профессия.

Труд. Трудовая деятельность. Физический и интеллектуальный труд. Профессиональная деятельность. Карьера

### **Многообразие профессий**

Профессиональное становление. Личные профессиональные планы. Трудовая династия. Рынок труда и профессий. Забытые и редкие профессии. Профессии будущего. Профессии родителей и близких. Ранжированный список значимых профессий.

### **Изучаем себя и свои профессиональные ориентиры**

Личностные приоритеты в выборе профессии. Привлекательность профессии для отдельных людей. Ценностные ориентации при выборе профессии. Самооценка и уровень притязаний. Типы темпераментов. Темперамент человека и его роль в выборе профессии. Классификация профессий по Климову. Психологическая карта профессий. Человек-человек. Человек-техника. Человек-природа. Человек-знаковая система. Человек-художественный образ. Тест по классификации Климова.

### **Правила выбора профессии**

Интересы и склонности в выборе профессии (внутренние и внешние). Возможности и способности (общие, специальные). Спрос выбранной профессии в обществе. «Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо»). Правила подготовки к будущей профессии.

Ошибки и затруднения при выборе профессии. Что такое профессиограмма? Виды и примеры профессиограмм. Что такое СУЗы и ВУЗы.

### **Знакомимся с миром профессий**

Требования к людям разных профессий. Плюсы, минусы и перспективы отдельных профессиональных групп. Профессии сферы образования. Медицинские профессии. Профессии сферы обслуживания. Военные профессии. Деятельность правоохранительных органов.

### **Итоговое обобщение**

Сбор материала для проекта «Моя будущая профессия». Правила презентации проекта. Как добиться внимания аудитории. Защита проекта.



**Тематическое планирование курса внеурочной деятельности**  
**«Самоопределение»**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема раздела</b>	<b>Количество часов</b>
1	Введение	<b>1</b>
2	Многообразие профессий	<b>3</b>
3	Изучаем себя и свои профессиональные ориентиры	<b>5</b>
4	Правила выбора профессии	<b>4</b>
5	Знакомимся с миром профессий	<b>2</b>
6	Итоговое обобщение	<b>2</b>
<b>Итого</b>		<b>17</b>

**Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности  
«Самоопределение» для 7 класса**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Форма проведения занятия</b>	<b>Дата проведения</b>
<b>Введение (1 час)</b>				
<b>1</b>	Что такое профессия?	<b>1</b>	Лекция с элементами беседы	10.01.2025
<b>Многообразие профессий (3 часа)</b>				
<b>2</b>	Кем я хочу стать. Мои личные профессиональные планы.	<b>1</b>	практическая работа <a href="https://bavleny.sch.obrazovanie33.ru/detyam/proforientatsiya/videofilmy-pro-professii.php">https://bavleny.sch.obrazovanie33.ru/detyam/proforientatsiya/videofilmy-pro-professii.php</a>	17.01.2025
<b>3</b>	Профессии моего села и города. Что такое трудовая династия. Экскурсия на производство.	<b>1</b>	Лекция с элементами беседы, экскурсия	24.01.2025
<b>4</b>	Забытые и редкие профессии. Профессии будущего.	<b>1</b>	Презентация, практическая работа <a href="https://www.uchportal.ru/load/109-1-0-8632">https://www.uchportal.ru/load/109-1-0-8632</a>	31.01.2025
<b>Изучаем себя и свои профессиональные ориентиры (5 часов)</b>				
<b>5</b>	Ценностные ориентации при выборе профессии. Самооценка и уровень притязаний.	<b>1</b>	Лекция с элементами беседы, практическая работа <a href="https://www.uchportal.ru/load/109-1-0-8632">https://www.uchportal.ru/load/109-1-0-8632</a>	07.02.2025
<b>6</b>	Темперамент человека и его роль в выборе профессии	<b>1</b>	Лекция с элементами беседы, практическая работа	14.02.2025
<b>7</b>	Классификация профессий по Климову. Психологическая карта профессий.	<b>1</b>	Лекция с элементами беседы, практическая работа <a href="https://yandex.ru/video/preview/14823697846427366352">https://yandex.ru/video/preview/14823697846427366352</a>	21.02.2025
<b>8</b>	Человек-человек. Человек-природа. Человек-техника. Человек-знаковая система. Человек - художественный образ	<b>1</b>	Круглый стол, видеофильм <a href="https://ppt-online.org/1033582">https://ppt-online.org/1033582</a>	28.02.2025
<b>9</b>	Тест по классификации Климова.	<b>1</b>	Тест, диагностика	07.03.2025

<b>Правила выбора профессии (4 часа)</b>				
<b>10</b>	Интересы и склонности в выборе профессии. «Секреты» выбора профессии	<b>1</b>	Лекция с элементами беседы, практическая работа  <a href="https://www.uchportal.ru/load/109-1-0-8632">https://www.uchportal.ru/load/109-1-0-8632</a>	14.03.2025
<b>11</b>	Как готовить себя к будущей профессии	<b>1</b>	Лекция с элементами беседы	21.03.2025
<b>12</b>	Ошибки и затруднения в выборе профессии.	<b>1</b>	Круглый стол, видеоурок <a href="https://videouroki.net/tests/tipichnyie-oshibki-pri-vyborie-professiie.html">https://videouroki.net/tests/tipichnyie-oshibki-pri-vyborie-professiie.html</a>	04.04.2025
<b>13</b>	Что такое профессиограмма? В каких учебных заведениях можно учиться?	<b>1</b>	Презентация, викторина <a href="https://www.uchportal.ru/load/109-1-0-8632">https://www.uchportal.ru/load/109-1-0-8632</a>	11.04.2025
<b>Знакомимся с миром профессий (2 часа)</b>				
<b>14</b>	Профессии системы образования. Профессии сферы обслуживания. Медицинские профессии. Профессии правоохранительных органов. Военные профессии.	<b>1</b>	Презентация, лекция с элементами беседы  <a href="https://www.uchportal.ru/load/109-1-0-8632">https://www.uchportal.ru/load/109-1-0-8632</a>	18.04.2025
<b>15</b>	Познавательная игра «Мир современных профессий»	<b>1</b>	Игра-турнир	25.04.2025
<b>Итоговое обобщение (2 часа)</b>				
<b>16</b>	Проект «Моя будущая профессия»	<b>1</b>	Подготовка проекта, самостоятельная работа	16.05.2025
<b>17</b>	Промежуточная аттестация в форме защиты проекта «Моя будущая профессия»	<b>1</b>	Защита проекта	23.05.2025

## Рекомендуемая литература

- Вачков И., Битянова М.Р. Я и мой внутренний мир. СПб, 2009.-111 с.
- Климов Е. А. Как выбирать профессию / Е. А. Климов. - М. : Просвещение, 2015.
- Особенности формирования жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних в образовании: методическое пособие. Составители: Борисенко О.В., Матерова Т.А., Ховалкина О.А., Шамардина М.В.- Барнаул, 2014,- 184 с.
- Резапкина Г. В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие.- 6-е изд.- М.: Генезис, 2014.
- Тренинг жизненных навыков для подростков с трудностями социальной адаптации/Под ред. А.Ф. Шадуры.- СПб.: «Речь», 2005.- 176с.
- Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Средняя школа (5-6 классы). - М.: Генезис, 2005,- 207с.