

**СОГЛАСОВАНА**

Заместитель директора по ВР  
ГБОУ гимназии  
им. С.В.Байменова  
города Похвистнево  
\_\_\_\_\_ Н. А. Власова  
08 августа 2023 года

**УТВЕРЖДЕНА**

И. о. директора ГБОУ гимназии  
им. С.В.Байменова  
города Похвистнево  
\_\_\_\_\_ А. А. Бочарова  
Приказ № 259-од  
от 09 августа 2023 года

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

<b>Наименование курса</b>	<b>Открытие себя</b>
<b>Классы</b>	<b>9</b>
<b>Количество часов</b>	<b>34</b>
<b>Составители</b>	<b>Гудкова Т. А.</b>
<b>Учителя, работающие по данной программе</b>	<b>Гудкова Т. А., Пичугина С. И., Гафиатуллина Т. А.</b>

Рассмотрено на заседании  
методического объединения  
классных руководителей  
протокол № 1  
от «07» августа 2023 г.  
Руководитель МО  
\_\_\_\_\_ Н. А. Власова

**2023 - 2024 учебный год**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Открытие себя» предназначена для учащихся 9-х классов в рамках внеурочной деятельности по социальному направлению. При составлении данной программы автором использованы следующие нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановление Главного государственного врача РФ от 29.12.2010г. №189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10...» р. «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;
- Приказ МОиН РФ от 06.10.2009г №373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- Приказ МОиН РФ от 17 декабря 2010 года №1897 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного стандарта основного общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- Информационное письмо МОиН РФ №03-296 от 12 мая 2011г. «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- Приказ МОиН РФ от 31 декабря 2015 года №1577«О внесении изменений в ФГОС ООО»;
- Письмо МОиН РФ от 14 декабря 2015 года №09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных образовательных программ»;
- Письмо МОиН Самарской области от 17.02.2016 №МО-16-09-01/173-ТУ «О внеурочной деятельности».

**Направленность программы:** социальное.

### **Актуальность программы**

В последние 10-15 лет в политической и экономической жизни страны произошли большие изменения, оказавшие влияние на все сферы общества и вызвавшие разрушение идеалов и ценностей.

Ситуация настоящего периода требует пересмотра воспитательных функций школы и семьи, главной целью которых становится подготовка ребёнка к безболезненному включению во взрослую жизнь. Изменившиеся социальные условия диктуют необходимость перехода к воспитательной стратегии, в основе которой лежит принцип лично- ориентированного воспитания, что позволяет сформировать личность ребёнка, обладающего социальной ответственностью, независимой жизненной позицией и высокой

сопротивляемостью к возможным негативным воздействиям со стороны неблагоприятной окружающей среды.

Чем раньше человек задумается о том, кем и каким ему быть, чем раньше он примет верное решение, тем меньше сделает ошибок на пути к профессиональному успеху.

Эффективность воспитательной деятельности семьи и школы оценивается тем, насколько успешно готовится ребёнок к самостоятельной трудовой деятельности, к постановке и решению новых задач, которых не было и не могло быть в опыте прошлых поколений.

Нынешние школьники раньше начинают задумываться о своём будущем, включаться в деятельность, занятия, обеспечивающие их знания и умения, которые потребуются в их предстоящей работе. Они способны понять свои слабости, недостатки, сравнить себя с другими, самих себя в настоящем и прошлом, т.е. способны к самоанализу, рефлексии.

Таким образом, в современном обществе всё более актуальной становится проблема создания условий для успешного профессионального самоопределения выпускников средних общеобразовательных учебных заведений. Её важнейший аспект - организация сопровождения профессионального самоопределения учащихся с учётом их способностей и интересов, а также потребностей общества.

**Цель программы:** формирование профориентационной компетентности подростков путем включения в процесс активного планирования своего профессионального будущего, чтобы этот процесс был интересным и значимым для него.

**Задачи программы:**

1. Активизация внутренних психологических ресурсов учащихся для формирования умения составлять и корректировать свою профессиональную перспективу
2. Осознание целей выбора будущей профессии;
3. Развитие навыков конструктивного взаимодействия;
4. Формирование класса как команды, выработка общедоступных и принимаемых всем коллективом ценностей и ориентиров для возможности дальнейшего функционирования класса как единого целого с учетом личностных особенностей всех учеников, создание благоприятных условий для групповой работы;
5. Развитие навыков рефлексии.

**Связь содержания программы с учебными предметами.** Занятия по данной программе тесно связаны с уроками обществознания и опираются на

знания, получаемые на этих уроках, они расширяют и углубляют знания, умения, навыки.

**Особенности реализации программы.** Программа «Открытие себя» реализуется в 9 классе и разработана на 34 часа в год (1 час в неделю).

### **Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

#### **Личностные универсальные учебные действия**

*У обучающегося будет формироваться:*

- 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.

#### **Познавательные универсальные учебные действия**

*Обучающийся научится:*

- делать выводы, устанавливать причинно-следственные связи на основе полученной информации о профессиях
- анализировать и принимать опыт разработки и реализации проекта исследования разной сложности;
- находить в тексте требуемую информацию, ориентироваться в тексте, устанавливать взаимосвязи между описываемыми событиями и явлениями;
- критически оценивать содержание и формы современных текстов;
- овладевать культурой активного использования словарей и других поисковых систем.

#### **Регулятивные универсальные учебные действия**

*Обучающийся научится:*

- ставить цель своей деятельности на основе имеющихся возможностей;
- оценивать свою деятельность, аргументируя при этом причины достижения или отсутствия планируемого результата (участие в конкурсах);

- формировать умения находить достаточные средства для решения своих учебных задач;
- демонстрировать приёмы саморегуляции в процессе подготовки мероприятий разного уровня, участие в них, в том числе и в качестве конкурсанта.

### **Коммуникативные универсальные учебные действия**

#### *Обучающийся научится*

- умение организовать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками в клубе;
- 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.

### **Формы и методы проведения занятий:**

- профориентационные игры;
- ролевые игры,
- тренинги,
- тестирование,
- анкетирование,
- игровые профессиональные упражнения,
- групповая дискуссия;
- использование конструктивной обратной связи.

### **Методы обучения:**

*Словесный:* объяснение нового материала; рассказ обзорный для раскрытия новой темы; беседы с учащимися в процессе изучения темы;

*Наглядный:* применение наглядных пособий, предметов и документов;

*Практический:* работа с письменными и вещественными источниками;

*Исследовательский:* выполнение определенных исследовательских заданий во время занятия;

### **Формы достижения результатов:**

Познавательные беседы, инструктажи, социальные пробы, поездки, экскурсии. трудовые десанты, социально-значимые акции в классе, школе. исследовательские работы, социально-значимые акции в социуме (вне ОУ)

### **Формы контроля:**

1. Рефлексия по каждому занятию в форме вербального проговаривания, письменного выражения своего отношения к теме.

2. По итогам курса обучающиеся выполняют самостоятельную работу – творческое эссе по теме: «Кем и каким я хочу стать»»
3. В рамках курса предполагается организовать проектную деятельность учащихся.

### **Итоги учёта знаний, умений**

Овладения обучающимися универсальных учебных действий подводятся посредством листов педагогических наблюдений, опросников. Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем архивирования творческих работ обучающихся, накопления материалов по типу «портфолио».

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: викторины, творческие конкурсы, ролевые игры, школьная научно-практическая конференция.

Перечень оборудования в кабинете для реализации программы:

- Учительский ноутбук
- Мультимедиапроектор
- Интерактивная доска
- Интернет.
- DVD проигрыватель
- Диски

### **Содержание программы «Открытие себя»**

#### **1. Введение в курс «Профессиональная ориентация» (1 час)**

Цели и задачи предлагаемого курса. Значение правильного выбора профессии. Информация о мире профессий и профессиональной ориентации.

#### **2. Что я знаю о себе, о своих возможностях? (12 часов)**

Личность. Индивид. Анализ собственной личности и выявление уровня развития собственного Я (телесного, социального, рефлексивного, духовного). Рефлексия – обращенность познания человека на самого себя. Врождённые особенности человека. Типы нервной системы. Диагностика темперамента. Влияние темперамента на выбор профессии. Устойчивые особенности личности: черты характера. Психические качества личности. Особенности внимания. Особенности памяти. Понятие «память.

Особенности мышления, рекомендации по развитию мышления. Эмоциональное состояние и приёмы саморегуляции. Интересы и склонности как важные составляющие успеха в жизни. Диагностика собственных интересов.

Изучение интересов и склонностей в профессиональном выборе «хочу». Способности и профессиональная пригодность «могу». Интеллектуальные возможности человека.

### **3. Классификация мира профессий (7 часов)**

Мир профессий. Понятие о профессии и специальности. Классификация профессий. Типы профессий: «человек-техника», «человек-человек», «человек-природа», «человек - знаковая система», «человек - художественный образ». Отделы профессий, в основе которых лежат применяемые орудия труда и средства производства: профессии ручного труда, профессии механизированного труда, профессии автоматизированного труда, профессии, в которых основными орудиями труда выступают функциональные свойства организма. Профессиограмма. – характеристика профессий. Знакомство с профессиограммами разных типов профессий. Составление профессиограмм. Формула выбора профессии. Ошибки в выборе профессии.

#### **4. Личный профессиональный план. Навыки самопрезентации (4 часа)**

Что я узнал о мире профессий. Способности и профессиональная пригодность «могу». Здоровье человека и профессиональная пригодность. Принадлежность к профессии по влиянию на организм. Личный профессиональный план. Самопрезентация. Понятие «резюме», «интервью». Как правильно составить своё «резюме». Правила поведения на собеседовании при устройстве на работу.

#### **5. Экскурсии. Профессиональные игры (7 часа)**

Тесты: «Окно Джогари», «Дж. Холланда», «Айзенка». Определение особенностей нервной системы. Диагностика «Карта интересов». Игры: «Ассоциации», «Угадай профессию», «Кто есть кто?», «Аукцион». Составление профессиограмм.

Конкурс - презентация «Защита профессий». Анкета «Личный профессиональный план».

#### **6. Рынок труда (1 час)**

Пути получения профессии. Система профессионального образования в области. Рекомендации и консультация при устройстве на работу.

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Введение	1	1	
2.	Что я знаю о себе, о своих возможностях?	12	4	8
3.	Классификация мира профессий	7	3	4
4.	Правильный выбор профессии	9	4	5
5.	Экскурсии.	4		4
6.	Итоговое занятие “Перелистывая страницы”	1	1	
Итого		34	13	21

7 августа 2023 года

\_\_\_\_\_ /Гудкова Т.А./

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В 9 КЛАССЕ «ОТКРЫТИЕ СЕБЯ»

№	Название разделов и тем занятий (содержание, форма занятия)	Кол- во часов	Дата	Виды деятельности	Форма подведения итогов (на раздел)
<b>Раздел 1. Введение - 1 час</b>					
1.	Введение в курс «Профессиональная ориентация»	1	4.09.23- 9.09.23	Определяют понятия «личный профессиональный план»; обосновывают важность выбора профессии в жизни человека; обосновывают важность выбора профессии в жизни человека.	Беседа
<b>Раздел 2. Что я знаю о себе, о своих возможностях? - 12 часов</b>					
2.	Что я знаю о своих возможностях.	1	11.09.23- 15.09.23	Объясняют, как происходит познание окружающего мира.	Опрос
3.	Принципы психодиагностики. Изучение самого себя.	1	18.09.23- 23.09.23	Перечисляют формы чувственного познания.	
4.	Свойства нервной системы и профессиональная деятельность. Темперамент.	1	25.09.23- 29.09.23	Выполняют упражнения «Нарисуй эмоцию», «Назови эмоцию»	
5.	Характер. Понятие характера. Определение особенностей своего характера.	1	02.10.23- 07.10.23	Объясняют необходимость наличия определенных условий для развития способностей	
6.	Мышление. Особенности мышления. Рекомендации по развитию мышления.	1	09.10.23- 14.10.23	Заполняют опросник типа мышления. Анализируют материал,	

				делают выводы.	
7.	Интеллект. Определение коэффициента интеллекта.	1	16.10.23-21.10.23	Перечисляют типы мышления; определяют тип своего интеллекта.	
8.	Особенности памяти. Упражнения на определение особенности памяти.	1	23.10.23-27.10.23	Перечисляют основные виды памяти; объяснять, чем различные виды внимания отличаются друг от друга. Определяют особенности своего внимания;	
9.	Особенности внимания. Рекомендации по развитию внимания.	1	07.11.23-11.11.23	Выполняют упражнение «Спрятанные» числа.	
10.	Эмоциональное состояние. Связь между мыслями, эмоциями и поступками.	1	13.11.23-18.11.23	Выполняют тест “Понимаете ли вы язык мимики?”, анализируют, делают выводы.	
11.	Тест эмоций. Оценка характерных эмоций.	1	20.11.23-25.11.23	Выполняют тест.	
12.	Склонности и интересы в выборе профессии. Проблемы выбора профессии.	1	27.11.23-02.11.23	Называют этапы профессионального самоопределения и соотносить их со своим уровнем готовности к выбору профессии. Выполняют упражнение «Назови профессию».	
13.	Профессиональный выбор «хочу». Как управлять склонностями и интересами.	1	04.12.23-09.12.23	Выявлять тип своей будущей профессии; определяют свои профессиональные предпочтения. Выполняют упражнение «По горячим следам».	

**Раздел 3. Классификация мира профессий - 7 часов**

14.	Мир профессий. Понятие о профессии и специальности. Классификация профессий.	1	11.12.23-16.12.23	Определение типа будущей профессии (методика Е.А. Климова).	Деловая игра «Угадай профессию»
15.	Типы профессий. Игра «Аукцион».	1	18.12.23-23.12.23	Работают с интернет источниками в группах.	
16.	Профессиограмма. Характеристика профессий.	1	25.12.23-30.12.23	Выполняют упражнение «Или-или».	
17.	Составление профессиограмм.	1	08.01.24-13.01.24	Работают с интернет источниками в группах.	
18.	Презентация «Защита профессий»	1	15.01.24-20.01.24	Представляют презентацию	
19.	Тест Дж. Холланда. Обработка.	1	22.01.24-27.01.24	Выполняют тест	
20.	Формула выбора профессии. Ошибки при выборе профессии.	1	29.01.24-03.02.24	Работают с интернет источниками в группах.	
21.	Мир профессий. Понятие о профессии и специальности. Классификация профессий.	1	05.02.24-10.02.24	Работают с интернет источниками в группах.	

**Раздел 4. Правильный выбор профессии - 9 часов**

22.	Правила выбора профессии	1	12.02.24-17.02.24	Профориентационная игра «Пришельцы».	Ролевая игра «Выбери свою дорогу»
23.	Первый шаг на пути к профессии.	1	19.02.24-24.02.24	Читают утверждения и оценивают, насколько точно они отражают поведение по методике «Мыслитель или художник?»	
24.	Современный рынок труда и его	1	26.02.24-	Методика «Карта интересов»	

	требования.		02.03.24		
25.	Мотивы и основные условия выбора профессии.	1	04.03.24-09.03.24	Выполняют упражнение «Моя будущая профессия»	
26.	Что требует профессия от меня?	1	11.03.24-16.03.24	Готовят мини-презентации в группах.	
27.	Перспективы профессионального старта.	1	18.03.24-23.03.24	Анализируют материал, делают выводы.	
28.	Составление плана профессионального самоопределения.	1	01.04.24-06.04.24	Заполняют опросник «Профессиональные склонности».	
29.	Построение образа профессионального будущего.	1	13.04.20-18.04.20	Проверяют свои способности к общению, отвечают на вопросы.	
30.	Подготовка к будущей карьере.	1	08.04.24-13.04.24	Рассуждают, в чем проявляется подготовка к будущей карьере.	
31.	Экскурсии на предприятия города	4	06.05.24-11.05.24	Заполняют листы самооценки.	
32.	Итоговое занятие “Перелистывая страницы”	1	13.05.24-28.05.24	Заполняют листы самооценки.	Презентация

### **Источники и литература (для учителя)**

1. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. N 413)
2. Климов Е.А. Как выбирать профессию, М., Просвещение, 2020.
3. Лутошкин А. Н. Как вести за собой, М., Просвещение, 1986.
4. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии, М., Генезис, 2021.
5. Резапкина Г.В. Скорая помощь в выборе профессии, М., Генезис, 2021.
6. Резапкина Г.В. Комплексная диагностика в условиях профильного обучения, журнал «Школьный психолог» ИД «Первое сентября», №11-13, 2020.
7. Резапкина Г.В. Уроки самоопределения, журнал «Классное руководство и воспитание школьников», №15(2007) - №9 (2020).
8. Резапкина Г.В. Я и моя профессия, М., Генезис, 2000.

### **Литература (для учащихся и родителей)**

1. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов.- М.: Генезис, 2021.-208с.
2. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии: программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов.- М.: Генезис, 2021.-208с.
3. Резапкина Г.В. Отбор в профильные классы.- М.: Генезис, 2020.- 124с.
4. Шевченко М.Ф. Тренинг «Профориентация для старшеклассников». – СПб.: Речь, 2020. – 168 с.