

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №252 Красносельского района  
Санкт-Петербурга**

Рекомендована к использованию  
Педагогическим советом  
ГБОУ СОШ № 252  
Протокол от 31.08.2021 № 01

«Утверждаю»  
Директор ГБОУ СОШ № 252  
Приказ от 31.08.2021 № 12-од  
\_\_\_\_\_ С. А. Романенко

**Рабочая программа  
внеурочной деятельности**

**«Путь в профессию»**

Направление: Социальное  
для обучающихся 7 классов  
Срок реализации: один год, 68 часов  
учебный год

**Учитель: Киреева Е.Н.**

ГБОУ СОШ №252  
Санкт-Петербурга

Санкт-Петербург  
2021 год

## **Пояснительная записка**

Внеурочная деятельность является составной частью учебно-воспитательного процесса и одной из форм организации свободного времени обучающихся.

Актуальность курса определяется значимостью формирования у школьников профессионального самосознания и осознанного профессионального намерения, осознанию интереса к будущей профессии. Мир профессий огромен. Найти свое место в нем, обрести уверенность в себе, стать профессионалом – процесс длительный. Проблема профессиональной ориентации с учётом личностных факторов становится в наши дни, как никогда актуальна. Данной программой определяется, что обучающиеся понимают роль и место психологической компетентности в построении правильно жизненной стратегии и успешного достижения поставленных целей. Успешность профессионального самоопределения тесно связана с общим развитием личности, показателем психического развития, способностью к самоанализу, уровнем мотивации. Правильно сделанный выбор – это начало пути к успеху, к самореализации, к психологическому и материальному благополучию в будущем. Профессиональное самоопределение является начальным звеном профессионального развития личности. Данный курс позволяет обучающимся осознать многообразие мира профессий, ответственность каждого за построение своего профессионального пути, возможности развития человека в профессиональной деятельности.

**Цель** изучения курса «Путь в профессию»: создание условий для осознанного социального и профессионального самоопределения обучающихся.

### **Задачи программы:**

- помочь обучающимся раскрыть психологические особенности своей личности;
- подготовить детей к осознанному выбору будущей профессии;
- расширить знания обучающихся о мире профессий, о рынке труда;
- развивать умение определять соответствие требований выбранной профессии их склонностям, способностями и возможностям;
- развивать умения выделять профессионально важные качества профессий;

- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования;

- способствовать формированию у обучающихся качеств творческой, активной и легко адаптирующейся личности, способной реализовать себя в будущей профессии в современных социально-экономических условиях.

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета**

#### **Личностные** результаты освоения учебного предмета:

- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;

- составлять личный профессиональный план и уметь изменять его;

- использовать приёмы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;

- анализировать информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности;

- пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

#### **Метапредметные** результаты освоения учебного предмета:

- развить самостоятельность;

- оценить собственные возможности, способствовать овладению обучающимися умениями получать из разнообразных источников и критически осмысливать социальную информацию;

- систематизировать, анализировать полученные данные;

- освоить способы познавательной, коммуникативной, практической деятельности, необходимых для участия в жизни гражданского общества и правового государства.

#### **Предметные** результаты освоения учебного предмета:

- значение профессионального самоопределения, требования к составлению личного профессионального плана;

- правила выбора профессии;

- ориентация в цепочке «хочу»-«могу»-«надо», формула выбора профессии;
- понятие о профессиях и о профессиональной деятельности;
- определение требований, предъявляемых профессиями к человеку с учетом распределения профессий на типы и классы;
- понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а так же психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии: понятие о темпераменте, ведущих отношениях личности, эмоционально - волевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения;
- выявление склонностей и развитие способностей как индивидуальных качеств личности; соотнесение интересов и способностей с миром профессий;
- выявление требований, предъявляемых профессиями к физической форме и состоянию здоровья человека;
- значение творческого потенциала человека, карьеры;
- о смысле и значении труда в жизни человека и общества;
- о современных формах и методах организации труда;
- о рынке труда.

## **Содержание программы**

### **Введение**

Предмет и задачи курса. Роль профессионального самоопределения в жизни человека. Понятия профессии, специальности, специализации, квалификации.

Формы проведения занятий:

- лекция;
- групповые дискуссии;
- беседы.

Данный раздел является вводным в учебный курс и предполагает использование теоретического материала в форме беседы, а также практических заданий в форме сочинения, тестирования.

### **Что я знаю о своих возможностях**

Типы нервной системы. Типы темперамента. Роль нервной системы и темперамента в профессиональной деятельности. Роль эмоционально-волевых качеств личности.

Память. Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации. Приемы развития памяти.

Внимание и деятельность человека. Произвольное и непроизвольное внимание. Профессии, предъявляющие повышенные требования к развитию внимания. Приемы развития внимания.

Мышление. Приемы развития.

Особенности интеллектуальной сферы. Типы интеллекта.

### **Формы проведения занятий:**

- лекция;
- работа в малых группах;
- групповые дискуссии;
- тренинги;
- беседы.

Данный раздел направлен на изучение внутриличностных особенностей обучающихся с помощью теоретического материала в форме беседы, дискуссии и практических работ в виде психологических тестов, упражнений, тренингов.

### **Интересы, склонности и способности в профессиональном выборе**

Профессиональные интересы и склонности. Способности. Мотивы. Классификация мотивов.

Формы проведения занятий:

- лекция;

- работа в малых группах;
- групповые дискуссии;
- беседы.

Данный раздел нацелен на изучение мотивов, внешних и внутренних социальных факторов выбора профессии с помощью практических заданий в форме бесед, дискуссий, психологических тестов, опросников.

### **Профессиональная пригодность**

Раздел нацелен на анализ взаимосвязи здоровья и выбора профессии, а также на изучение понятий «профессионально важные качества» и «профессиональная пригодность». Раздел включает рассмотрение специфических профессионально важных качеств для разных типов профессий. Также рассматривается вопрос об ограничениях профессиональной пригодности при различных заболеваниях.

Формы проведения занятий:

- лекция;
- работа в малых группах;
- групповые дискуссии;
- беседы.

Изучение данного раздела предполагает проведение бесед, проведение практических занятий в форме психологических тестов, опросников, упражнений на развитие координации.

### **Мир профессий и его многообразие**

Раздел посвящен изучению классификации профессий, изучению следующих терминов: «профессия», «должность», «профессиограмма». Раздел включает в себя ознакомление с требованиями к индивидуальным особенностям специалистов, с требованиями к профессиональной подготовке. Даёт информация о мире профессий, знакомство с профессиями своих родителей, трудовыми династиями.

Формы проведения занятий:

- работа в малых группах;
- групповые дискуссии;

- ролевые игры;
- тренинги;
- беседы.

Изучение данного раздела предполагает использование теоретического материала в виде лекций, бесед, дискуссий. Практические занятия предполагают применение психологических тестов, опросников, экскурсий, ролевых игр.

### **Внутренний мир человека и возможности его познания**

Понятие личности. Уникальность личности каждого человека. Многообразие личностных особенностей. Общее представление о памяти, внимании, мышлении. Условия их развития. Диагностические процедуры. Эмоции и чувства, их функции в профессиональной деятельности. Основные формы эмоциональных переживаний (стрессовые состояния, тревожность). Темперамент в профессиональном становлении личности. Общее представление о темпераменте. Психологическая характеристика основных типов темперамента, особенности их проявления в учебной и профессиональной деятельности. Самооценка. Методика самооценки индивидуальных особенностей.

Формы проведения занятий:

- урок-лекция;
- работа в малых группах;
- групповые дискуссии;
- тренинги;
- беседы.

Данный раздел направлен на изучение внутриличностных особенностей обучающихся с помощью теоретического материала в форме беседы, дискуссии и практических работ в виде психологических тестов, опросников, упражнений, тренингов.

### **Тематическое планирование**

| Раздел | Кол-во |
|--------|--------|
|--------|--------|

|  | <b>часов</b> |
|--|--------------|
| Введение   | 4            |
| <b>Что я знаю о своих возможностях</b>                       | 14           |
| Интересы, склонности и способности в профессиональном выборе | 8            |
| Профессиональная пригодность                                 | 8            |
| Мир профессий и его многообразие                             | 16           |
| Внутренний мир человека и возможности его познания           | 18           |
| <b>Итого</b>   | <b>68</b>    |

## Календарно-тематическое планирование

### 7 класс

| №<br>п/п                               | Тема урока  | Дата  |       |
|--|---|-------|-------|
|  |   | План. | Факт. |
| <b>Введение</b>                        |   |       |       |
| 1                                      | Жизненное и профессиональное самоопределение. Сочинение на тему «Кем я хочу быть» |       |       |
| 2                                      | Труд и профессия  |       |       |
| 3                                      | Кем быть  |       |       |
| <b>Что я знаю о своих возможностях</b> |   |       |       |
| 4                                      | Внутренний мир человека и система представлений о себе.                           |       |       |
| 5                                      | Свойства нервной системы и темперамент.   |       |       |
| 6                                      | Темперамент и выбор профессии.  |       |       |
| 7                                      | Память. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение.                |       |       |
| 8                                      | Тренируем память.   |       |       |
| 9                                      | Внимание.   |       |       |
| 10                                     | Тренируем внимание.   |       |       |
| 11                                     | Мышление. Определение типа мышления.  |       |       |
| 12                                     | Ощущение и восприятие.  |       |       |

|   |  |  |  |
|---|--|--|--|
|   | Наблюдательность и профессиональный труд.  |  |  |
| 13  | Эмоциональное состояние личности.  |  |  |
| 14  | Эмоции и профессия   |  |  |
| <b>Интересы, склонности и способности в профессиональном выборе</b> |  |  |  |
| 15  | Профессиональные интересы и склонности.  |  |  |
| 16  | Способности, условия их проявления и развития.                                       |  |  |
| 17  | Палитра ваших способностей   |  |  |
| 18  | Мотивы, ценностные ориентации в самоопределении.                                     |  |  |
| <b>Профессиональная пригодность</b>                                 |  |  |  |
| 19  | Профессиональные и жизненные планы. Профессиональная пригодность.                    |  |  |
| 20  | Здоровье и выбор профессии   |  |  |
| 21  | Координация движений и профессиональная пригодность                                  |  |  |
| <b>Мир профессий и его многообразие</b>                             |  |  |  |
| 22  | Что такое профессиограмма?   |  |  |
| 23  | Знакомство с четырехуровневой классификацией профессий Е.А. Климова. Типы профессий. |  |  |
| 24  | Кем быть?  |  |  |
| 25  | «Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо»)                                  |  |  |
| 26  | Мир профессий  |  |  |
| 27  | Первый шаг на пути к профессии.  |  |  |
| 28  | Мотивы и основные условия выбора профессии.  |  |  |
| 29  | Что требует профессия от меня?   |  |  |
| 30  | Я и моя будущая профессия  |  |  |
| 31  | Требования профессии к человеку  |  |  |
| 32  | Урок-игра «Марафон профессий»  |  |  |
| 33  | Великие личности нашей страны и пути их становления.                                 |  |  |
| 34  | Итоговое занятие “Перелистывая страницы”   |  |  |

|   |  |  |  |
|---|--|--|--|
| 35  | Итоговое занятие “Перелистывая страницы”<br>Сочинение-рассуждение: «Если бы я был президентом» |  |  |
| <b>Внутренний мир человека и возможности его познания</b> |  |  |  |
| 36  | Личность и профессия   |  |  |
| 37  | Восприятие, внимание, память и мышление. Их роль в профессиональной деятельности.              |  |  |
| 38  | Восприятие, внимание, память и мышление. Их роль в профессиональной деятельности.              |  |  |
| 39  | Темперамент и профессия. Определение темперамента.   |  |  |
| 40  | Характер и профессиональное становление личности.  |  |  |
| 41  | Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций  |  |  |
| 42  | Волевые качества личности. Выполнение упражнений по воспитанию воли.                           |  |  |
| 43  | Стресс и тревожность   |  |  |
| 44  | Исследование самооценки  |  |  |
| 45  | Самооценка и уровень притязаний.   |  |  |
| 46  | Уровень внутренней свободы   |  |  |
| 47  | Что я знаю о своих возможностях  |  |  |
| 48  | Самореализация   |  |  |
| 49  | Мой психологический портрет и мои возможности в профессиональной деятельности.                 |  |  |