

Рабочая программа
среднего общего образования
по курсу внеурочной деятельности «Профориентация»
для 5-9 классов
Срок реализации - 3 года

г. Костомукша
2026г.

Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения Программы основного общего образования с учётом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всём пространстве школьного образования: не только на уроке, но и за его пределами.

Актуальность реализации данной программы обусловлена потребностью подростков в самоопределении, в том числе в определении сферы будущей профессиональной деятельности. А это влечёт за собой необходимость в педагогическом сопровождении профессионального самоопределения школьников, в развитии мотивации школьника к осуществлению трудовой деятельности, в формировании готовности школьников к выбору профессионального пути и к обучению в течение всей жизни. Эти важные задачи лишь отчасти решаются в учебном процессе. Работа по программе внеурочной деятельности «Профориентация» позволит педагогу реализовать эти актуальные для личностного развития учащегося задачи.

Цели и задачи курса:

Курс внеурочной деятельности «Профориентация» нацелен на помощь учащемуся:

- в освоении профессиональных компетенций (навыков общения, навыков работы в команде, навыков поведения в конфликтной ситуации, навыков сотрудничества, навыков принятия решений и ответственности за них). Эти навыки являются важными для любой профессии, владение ими позволит учащемуся в будущем реализовать себя как в профессиональной сфере, так и в личной жизни;
- в ориентации в мире профессий и в способах получения профессионального образования. Это позволит учащемуся в большей степени самостоятельно делать выборы в профессиональной сфере, объективнее оценивать свои шансы на получение профессии, корректировать свой школьный образовательный маршрут;
- в познании себя, своих мотивов, устремлений, склонностей. Эти навыки помогут учащемуся стать увереннее в себе, честнее с самим собой, понимать и оценивать степень влияния других людей на свои решения, в том числе в сфере выбора профессии; М в формировании и развитии трёх компонентов готовности к профессиональному самоопределению: мотивационно-личностного (смыслового), когнитивного (карьерная грамотность) и деятельностного;

- в планировании жизненного и профессионального пути. Это позволит учащемуся строить образ своего будущего, видеть задачи, которые предстоит решить для достижения этого образа;
- в поддержании мотивации учащегося к осуществлению трудовой деятельности. Это позволит ему видеть социальный характер любого труда, понимать естественность каждодневных усилий как для повышения своего будущего профессионального уровня, так и для обычного труда в семье, во дворе своего дома

Место в учебном плане.

Программа реализуется из расчета 1 ч. в неделю в 5-9 классах, в рамках которых предусмотрены такие формы работы, как беседы, дискуссии, мастер-классы, экскурсии на производство, решения кейсов, встречи с представителями разных профессий, профессиональные пробы, коммуникативные и деловые игры, консультации педагога и психолога.

Взаимосвязь с программой воспитания.

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций Программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие учащегося. Это проявляется: в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение и конкретизацию в примерной программе воспитания; в возможности включения школьников в деятельность, организуемую образовательной организацией в рамках модуля «Профориентация» программы воспитания; в возможности комплектования разновозрастных групп для организации профориентационной деятельности школьников, воспитательное значение которых отмечается в примерной программе воспитания; в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлечённость в совместную с педагогом и другими детьми деятельность и возможность образования на её основе детско-взрослых общностей, ключевое значение которых для воспитания подчёркивается Программой воспитания.

Планируемые результаты

Результатом обучения по программе должны стать:

Личностные результаты освоения программы внеурочной деятельности должны отражать:

- воспитание российской гражданской идентичности;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, формирование уважительного отношения к труду, развитие опыта участия в социально значимом труде;

- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное многообразие современного мира;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах; участие в общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные результаты освоения программы внеурочной деятельности должны отражать: универсальные учебные действия: регулятивные, познавательные и коммуникативные.

Регулятивные:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

Познавательные:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- овладение навыками смыслового чтения.

Коммуникативные:

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

Предметные результаты изучения данной программы внеурочной деятельности должны отражать:

- ориентация в мире профессий;
- ориентация в цепочке «хочу»-«могу»-«надо», формула выбора профессии;
- выявление склонностей и развитие способностей как индивидуальных качеств личности;
- соотнесение интересов и способностей с миром профессий.

Учащийся научится:

- планировать и выполнять учебные действия, связанные с поиском информации;
- выбирать и использовать методы, соответствующие рассматриваемой проблеме;
- распознавать и ставить вопросы, ответы на которые могут быть получены путём исследования, отбирать адекватные методы исследования, формулировать вытекающие из исследования выводы;
- использовать игровые приёмы для решения практико-ориентированных задач;
- использовать некоторые методы получения знаний, характерные для социальных и исторических наук: постановка проблемы, опросы, описание, сравнительное описание, объяснение, использование статистических данных, интерпретация фактов.

Учащийся получит возможность научиться:

- самостоятельно задумывать, планировать и выполнять учебные действия, связанные с решением практико-ориентированных задач;
- целенаправленно и осознанно развивать свои коммуникативные способности;

осознавать свою ответственность за достоверность полученных знаний, за качество выполненных работ.

Содержание курса внеурочной деятельности

5-6 классы (34 часа)

Введение. Вводные понятия (2ч)

Работа, труд, профессия, профориентация. Представления о различных профессиях, возникновении профессий в обществе.

Раздел 1 Индивидуально – психологические особенности личности (8 ч)

«Понятие личности». Личность – атрибут человека и общества. Различные подходы к определению личности. Проблема индивидуальности. Личность – как системное качество, приобретаемое индивидом во взаимодействии с окружающей средой. Общая характеристика способностей. Виды способностей. Задатки. Факторы развития способностей. Типы характера и его особенности. Виды темперамента: холерик, сангвиник, флегматик, меланхолик. Значимость выбора профессии для человека.

Практическая работа Определение склонностей и интересов, способствующих профессиональному и личностному самоопределению. Работа с раздаточным материалом, тесты на выявление способностей.

Практическая работа Определение акцентуаций характера, работа с раздаточным материалом «Тесты на выявления характера», характерологический опросник Карла Леонгарда.

Практическая работа Определение темперамента по личностному опроснику Яна Стреляу (опросник темперамента), работа с раздаточным материалом.

Раздел 2 Лабиринт профессий (24 ч)

«Типология профессий». «Человек – человек»: категория профессий, в которых на первое место ставится умение налаживать и поддерживать контакт с другими людьми. Названия профессий, трудовых действий. «Человек-техника»: профессии, связанные с разработкой, сборкой, монтажом технических приборов, а также с их эксплуатацией и ремонтом. Названия профессий, трудовых действий, орудий труда. «Человек-знак»: профессии, направленные на создание и оформление документов, труд в которых направлен на числа и системы условных знаков. Программист, редактор газеты, информационные программы. «Человек - художественный образ». Профессии, труд в которых направлен на художественные объекты или условия их создания. Актер, писатель, художник. «Человек-природа». Профессии, труд в которых направлен на объекты живой природы. Агроном, ландшафтный дизайнер, метеоролог.

Практическая работа. Выполнение упражнений: «Профессия на букву... или алфавит профессий», «Ассоциация», Отдел кадров».

Практическая работа. Конкурс рисунков «Все работы хороши».

Практическая работа. Ответить на вопросы относящиеся содержания профессий. Профориентационная игра «О, счастливчик!».

Практическая работа Ознакомление с профессиями. Посещение учащимися экскурсий на производства.

Практическая работа Моделирование профессиональных ситуаций в деловой игре «Моя профессия». Подведение итогов.

7-8 классы (34 часа)

Раздел 1. Мир профессий (1 ч.)

Введение в мир профессий Труд в жизни человека. Важность выбора профессии в жизни человека. Специфика трудовой и профессионально-трудовой деятельности. Многообразие мира профессий.

Раздел 2. Стратегии выбора профессий «Хочу – Могу – Надо» (13 ч.)

Слагаемые успешного выбора профессии Условия выбора профессии. Зона оптимального выбора профессии: сочетание интересов, способностей и востребованности профессии на рынке труда. Учет интересов при выборе профессии («Хочу») «Хочу» – интересы, желания, склонности личности в профессиональном выборе. Роль интересов в формировании профессиональной направленности человека. Значимость расширения круга интересов и развития склонностей через внеучебную деятельность (кружки, секции, студии). Влияние склонностей на выбор профессии («Хочу»). Учет состояния здоровья при выборе профессии («Могу») «Могу» – человеческие возможности, ресурсы личности, профессионально важные качества. Медицинские противопоказания при выборе профессии. Роль общих способностей при выборе профессии («Могу»). Общие способности – интеллектуальные, физические, коммуникативные. Значение специальных способностей при выборе профессии («Могу»). Специальные способности – способности, обеспечивающие успешность в определенных видах деятельности (музыкальные, математические, спортивные и др.) Многообразие профессий на рынке труда («Надо») «Надо» – потребности рынка труда в кадрах. Изменчивость рынка труда. Востребованные профессии. «Старые» и «новые» профессии на рынке труда («Надо») Профессии новые и исчезающие. Причины «обновления» рынка труда.

Игры: «Крокодил», «Алфавит профессий», «Снежный ком» (по профессиям), «Люблю – не люблю», «Да-Нет», «Остров надежды», «Профессия и личность», «Профессиональные качества». «Кто говорит?», «Найди пару», «Азбука профессий», «Словарь профессий», «Новое время – новые профессии». Викторина «Угадай профессию». Упражнения: «Мои интересы».

Практическая работа «Древо профессий»

Практическая работа Ознакомление с профессиями. Посещение учащимися экскурсий на производства.

Раздел 3. Формула профессии (20 ч.)

Слагаемые формулы профессии. Слагаемые формулы профессии: цели труда, предметы труда, орудия труда, условия труда. Цели труда Деление профессий по цели труда: преобразующие, гностические, изыскательные. Предмет труда Деление профессий по предмету труда: Человек-Человек, Человек-Техника, Человек Знаковая система, Человек-Художественный образ, Человек-Природа. «Город профессий – Программист компьютерных игр, Биржевой брокер, Web-мастер, Системный администратор, Бухгалтер, Эксперт-криминалист. «Город профессий – Ди-джей, Модельер одежды, Дизайнер интерьеров, Мультипликатор, Фотодизайнер, Визажист. Средства труда. Деление профессий по средствам труда: ручные, функциональные средства организма, автоматизированные, машинные с ручным или ножным управлением. Условия труда. Деление профессий по условиям труда: обычные бытовые, необычные, на открытом воздухе, с повышенной моральной ответственностью за жизнь и здоровье человека или за большие материальные ценности.

Игры: «Шаг в будущее», «Один день из жизни», «Калейдоскоп профессий», «Нужные люди», «Аукцион профессий – ЧЧ», «Слова-слова – ЧЧ», «Пропавшие буквы – ЧЧ». «Аукцион профессий – ЧТ», «Слова-слова – ЧТ», «Пропавшие буквы – ЧТ», Игра по станциям «Мир профессий», «Четвертый лишний», «Действия с инструментами», «Чудо-мешочек», «Кому что нужно», «Найди конец пословицы», «Профессии в пословицах».

Практическая работа. Профессиональные пробы и мастер-классы по типу «Человек-Человек». (На усмотрение образовательного учреждения возможна организация профессиональных проб и мастер-классов как силами самого ОУ, так и с помощью приглашенных специалистов (столовая ОУ – сервировка столов; медицинский кабинет ОУ – накладывание бинтовой повязки, заполнение карт пациента; упаковка подарков, расстановка товаров на прилавках и т.п.)

Практическая работа. Профессиональные пробы и мастер-классы по типу «Человек-Техника»

Практическая работа. Профессиональные пробы и мастер-классы по типу «Человек-Знаковая система». На усмотрение образовательного учреждения возможна организация профессиональных проб и мастер-классов как силами самого ОУ, так и с помощью приглашенных специалистов (канцелярия – заполнение личного дела; библиотека – заполнение формуляров, составление каталогов; типография – верстка обложки журнала.

Практическая работа. Профессиональные пробы и мастер-классы по типу «Человек. Художественный образ». На усмотрение общеобразовательного учреждения возможна организация профессиональных проб и мастер-классов как силами самого ОУ, так и с помощью приглашенных специалистов (дизайн одежды (как вариант, создание костюма к какой-либо профессии с учетом требований к ней), каллиграфия; парикмахерское искусство, плетение кос)

Практическая работа. Профессиональные пробы и мастер-классы по типу «Человек-Природа» На усмотрение образовательного учреждения возможна организация профессиональных проб и мастер-классов как силами самого ОУ, так и с помощью приглашенных специалистов (кабинет биологии – создание проекта озеленения пришкольного участка,

посадка цветов и овощных культур; кабинет ОБЗР – ориентирование на местности по природным явлениям; создание флористических композиций т.п.).

9 класс (34 часа)

Раздел 1. Введение в курс внеурочной деятельности «Профориентация» (2 ч)

Знакомство участников программы. Игры и упражнения, помогающие познакомиться. Ожидания каждого школьника и группы в целом от совместной работы. Понятие «профессия». О чём люди думают прежде всего, когда задумываются о будущей профессии. Одна профессия на всю жизнь или сто профессий на одну жизнь. Примеры профессиональных судеб известных учёных, писателей, изобретателей, артистов. Развилки на профессиональном пути. Особенности современного рынка труда страны и региона. Профессии прошлого, настоящего, будущего. Профессии членов семей школьников и педагогических работников школы. С чего начать проектирование собственного профессионального пути. Первый выбор, связанный с будущей профессией, который делает школьник после получения аттестата об основном общем образовании. Собственный ранжированный список предпочитаемых профессий: первая версия. Профессии людей, с которыми учащиеся сталкиваются по пути из дома в школу. Общее и особенное каждой профессии. Что важно для людей любой профессии. Профессиональные и надпрофессиональные навыки. Современные исследования об определяющей роли надпрофессиональных навыков человека для поиска работы, карьерного роста, самореализации в профессии. Профессии, которые ушли в прошлое

Раздел 2. Универсальные навыки (7 ч)

Вербальная и невербальная коммуникация и их роль в профессиональной жизни человека. Устная и письменная речь. Нужно ли профессионалу быть грамотным? Общение как умение не только высказывать свои мысли, но и слушать чужие. Невербальные средства общения. Жесты, мимика, телодвижения как источник информации о человеке (например, для потенциального работодателя). Влияние интонации на слушателя. Эффективная коммуникация. Что значит быть «активным слушателем»? Основные правила делового этикета. Составление перечня профессий, для представителей которых навык коммуникации является приоритетным. Понимание, как основа взаимоотношений между людьми. Умение поставить себя на место другого человека. Эмпатия как способность человека осознанно сопереживать эмоциональному состоянию других людей. Перечень профессий, для представителей которых важно обладать эмпатией. О чём говорят поступки человека. Личная страница в соцсетях как возможность понять других людей. Что такое «личное пространство человека». Значение личного пространства для самочувствия, настроения, работоспособности человека. Почему нас раздражает переполненный транспорт или давка в очереди. Дистанции в общении. Нарушение личных границ. Способы

сохранения личных границ в личной и профессиональной сфере. Чем опасен конфликт в профессиональной жизни человека? Польза конфликта. Нужно ли и как избегать конфликтных ситуаций? Конфликт как стимул к дальнейшему развитию. Конструктивный и деструктивный путь развития конфликта «Я-высказывания» против «ты-высказываний». Способы взаимодействия в конфликте. Ролевые игры, помогающие получить навык разрешения конфликта. «Конфликтоёмкие» профессии. Влияние профессии на здоровье человека. Профессиональные риски, возникающие не только в травмоопасном производстве. Риск возникновения заболеваний, связанных с профессией. Способы профилактики.

Раздел 3. Какой я? (6 ч)

Что мы наследуем от предков и что приобретаем в процессе развития. Учёт психологических особенностей человека в процессе выбора профессии. Игры, развивающие внимание, память, логику, абстрактное и критическое мышление. Правила командных игр. Профессии, требующие максимальной концентрации внимания. Способность к самопознанию как особенность человека. Возникновение лженаук астрологии и нумерологии как ответ на запрос человека о познании себя. Способы получения знаний о себе «Я» в зеркале «другого». Понимание себя как одно из условий успешного профессионального самоопределения. Профессии «психолог» и «психотерапевт». Профориентационные тесты стандартизированной методики оценки (при разработке и использовании профориентационной диагностики целесообразно опираться на Российский стандарт тестирования персонала). О точности их результатов. Экстремальные ситуации и «экстремальные» профессии. Какое впечатление мы производим на людей и какое впечатление люди производят на нас. Внешняя красота и внутренняя. Проблема неравенства при приёме на работу. Кому и когда важно презентовать себя. На что обращают внимание при первом знакомстве во время приёма на работу. Язык тела. Грамотная речь, как ресурс человека. Создание собственного стиля и уместность его демонстрации при приёме на работу. Резюме — что это такое и как его составить.

Раздел 4. Образовательная траектория (4 ч)

Ошибки, которые мы совершаем в жизни. Причины ошибок. Ошибка в выборе профессии и её последствия. Как не ошибиться в выборе колледжа, вуза, профессии. Пути исправления ошибок. Ориентация на собственное будущее как залог сегодняшних успехов. Построение траектории собственной жизни. Сегодняшние успехи и достижения. Факторы, влияющие на успех в карьере. Примеры траекторий становления известных людей мира, страны, города. Большая профориентационная игра, как способ конструирования школьником собственного образовательного и профессионального маршрута. Этапы проведения игры. Цели и задачи игры

Раздел 5. Профессиональные возможности нашего региона (7 ч)

Обзор учреждений среднего профессионального образования региона: место расположения, проходной балл, направления подготовки, бюджетные, внебюджетные и целевые места, возможности трудоустройства после окончания. Встреча с приглашённым в школу директором, преподавателем или студентом колледжа, куда часто поступают выпускники 9 класса школы. Судьбы выпускников школы, окончивших колледжи региона. Экскурсия по территории колледжа, знакомство с условиями поступления и обучения в колледже, беседы, интервью. Обзор учреждений высшего профессионального образования региона: место расположения, проходной балл прошлого года на разные факультеты, направления подготовки, возможности трудоустройства после окончания вуза. Судьбы выпускников школы, окончивших вузы региона в разные годы. Поиск нужной информации на сайтах вузов. Обзор ведущих предприятий региона. Профессиональные судьбы людей региона. Встреча с родителями школьников, работающими на предприятиях региона. Потребность региона в кадрах, динамика роста заработной платы в регионе, социальные гарантии, перспективы карьерного роста и повышения квалификации в своём регионе и в соседних регионах. Проведение экскурсии на одно из предприятий региона. Встреча с представителями предприятия. Блиц-интервью. Мастер-класс/тренажёр, позволяющие получить представление об отдельных элементах профессии. Профессиональные, предметные конкурсы и олимпиады, их роль в поступлении в вуз или колледж, их роль в профессиональном самоопределении. Гранты и проекты региона и страны, которые могут быть интересны школьнику и которые могут помочь в запуске собственного стартапа.

Раздел 6. Проба профессии (7ч)

Окончание 9 класса и первый профессиональный выбор школьника. Что и кто влияет на выбор дальнейшего образовательного и профессионального пути. Значение ОГЭ для будущей профессиональной карьеры. «Примерка» профессии. Профессиональная проба — что это такое. Профессиональная проба «Интервью»¹. Основные направления деятельности журналиста. Жанры в журналистике. Профессиональные качества и этика журналиста. Особенности работы в периодической печати, особенности новостной информации и её виды. Поиск информации и особенности работы корреспондента. Российский закон о праве на частную жизнь. Жанр интервью. Типы интервью: о событии, о личности, о мнении. Подготовка и проведение интервью, обработка информации и подготовка к публикации, комментарии. Профессиональная проба «Фитодизайн». Фитодизайн и взаимосвязь между здоровьем человека и растением. Цели и задачи фитодизайна. Характеристика основных типов интерьера. Температурно-влажностный режим. Краткая характеристика видового состава тропических и субтропических растений в основных типах интерьеров. Биологическая совместимость растений. Художественно-эстетическое равновесие композиций из растений. Группа профессий, связанных с фитодизайном. Профессиональная проба «Экспозиционер». Основные сведения о сфере профессиональной деятельности

экспозиционера. Музейная экспозиция как основная форма музейной коммуникации. Профессионально важные качества, необходимые для музееведческой сферы деятельности. Знания в области музееведения, культурологии и истории искусства, способы их приобретения. Группа профессий, связанных с музееведением.

Тематическое планирование

Тематические блоки, темы	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
5-6 классы		
<i>Введение. Вводные понятия (2ч)</i>	Работа, труд, профессия, профориентация. Представления о различных профессиях, возникновении профессий в обществе.	Слушают, отвечают на вопросы, участвуют в беседе.
<i>Раздел 1 Индивидуально – психологические особенности личности (8 ч)</i>	«Понятие личности». Личность – атрибут человека и общества. Различные подходы к определению личности. Проблема индивидуальности. Личность – как системное качество, приобретаемое индивидом во взаимодействии с окружающей средой. Общая характеристика способностей. Виды способностей. Задатки. Факторы развития способностей. Типы характера и его особенности. Виды темперамента: холерик, сангвиник, флегматик, меланхолик. Значимость выбора профессии для человека.	Слушают, участвуют в беседах, обсуждениях, дискуссиях, играх, выполняют упражнения, тестирования.
<i>Раздел 2 Лабиринт профессий (24 ч)</i>	«Типология профессий». «Человек – человек»: категория профессий, в которых на первое место ставится умение налаживать и поддерживать контакт с другими людьми. Названия профессий, трудовых действий. «Человек-техника»: профессии, связанные с разработкой, сборкой, монтажом технических приборов, а также с их эксплуатацией и ремонтом. Названия профессий, трудовых действий, орудий труда. «Человек-знак»: профессии, направленные	Слушают, участвуют в беседах, обсуждениях, дискуссиях, играх, практических работах, выполняют упражнения, тестирования.

	на создание и оформление документов, труд в которых направлен на числа и системы условных знаков. Программист, редактор газеты, информационные программы. «Человек - художественный образ». Профессии труд в которых направлен на художественные объекты или условия их создания. Актер, писатель, художник. «Человек-природа». Профессии, труд в которых направлен на объекты живой природы. Агроном, ландшафтный дизайнер, метеоролог.	
7-8 классы		
<i>Раздел 1. Мир профессий (1 ч.)</i>	Введение в мир профессий. Труд в жизни человека. Важность выбора профессии в жизни человека. Специфика трудовой и профессионально-трудовой деятельности. Многообразие мира профессий.	Слушают, участвуют в беседах.
<i>Раздел 2. Стратегии выбора профессий «Хочу – Могу – Надо» (13 ч.)</i>	Слагаемые успешного выбора профессии. Условия выбора профессии. Зона оптимального выбора профессии: сочетание интересов, способностей и востребованности профессии на рынке труда. Учет интересов при выборе профессии («Хочу»). «Хочу» – интересы, желания, склонности личности в профессиональном выборе. Роль интересов в формировании профессиональной направленности человека. Значимость расширения круга интересов и развития склонностей через внеучебную деятельность (кружки, секции, студии). Влияние склонностей на выбор профессии («Хочу»). Учет состояния здоровья при выборе профессии («Могу»). «Могу» – человеческие возможности, ресурсы личности,	Слушают, участвуют в беседах, обсуждениях, дискуссиях, играх, практических работах, экскурсиях, выполняют упражнения, тестирования. Делают выводы.

	профессионально важные качества. Медицинские противопоказания при выборе профессии. Роль общих способностей при выборе профессии («Могу»). Общие способности – интеллектуальные, физические, коммуникативные. Значение специальных способностей при выборе профессии («Могу»). Специальные способности – способности, обеспечивающие успешность в определенных видах деятельности (музыкальные, математические, спортивные и др.) Многообразие профессий на рынке труда («Надо») «Надо» – потребности рынка труда в кадрах. Изменчивость рынка труда. Востребованные профессии. «Старые» и «новые» профессии на рынке труда («Надо») Профессии новые и исчезающие. Причины «обновления» рынка труда.	
Раздел 3. Формула профессии (20 ч.)	Слагаемые формулы профессии. Слагаемые формулы профессии: цели труда, предметы труда, орудия труда, условия труда. Цели труда. Деление профессий по цели труда: преобразующие, гностические, изыскательные. Предмет труда Деление профессий по предмету труда: Человек-Человек, Человек-Техника, Человек-Знаковая система, Человек-Художественный образ, Человек-Природа. «Город профессий – Программист компьютерных игр, Биржевой брокер, Web-мастер, Системный администратор, Бухгалтер, Эксперткриминалист». «Город профессий – Ди-джей, Модельер одежды, Дизайнер интерьеров, Мультипликатор, Фотодизайнер, Визажист. Средства труда Деление профессий по средствам труда: ручные, функциональные средства организма, автоматизированные, машинные с ручным или ножным управлением. Условия труда Деление профессий по условиям труда: обычные бытовые, необычные, на открытом воздухе, с	Слушают, участвуют в беседах, обсуждениях, дискуссиях, играх, практических работах, выполняют упражнения, тестирования. Делают выводы. Участвуют в мастер-классах, деловых играх. Делают выводы.

	повышенной моральной ответственностью за жизнь и здоровье человека или за большие материальные ценности.	
9 класс		
<i>Раздел 1. Введение в курс внеурочной деятельности «Профориентация» (2 ч)</i>	Понятие «профессия». О чём люди думают прежде всего, когда задумываются о будущей профессии. Одна профессия на всю жизнь или сто профессий на одну жизнь. Примеры профессиональных судеб известных учёных, писателей, изобретателей, артистов. Развилки на профессиональном пути. Особенности современного рынка труда страны и региона. Профессии прошлого, настоящего, будущего. Профессии членов семей школьников и педагогических работников школы. С чего начать проектирование собственного профессионального пути. Первый выбор, связанный с будущей профессией, который делает школьник после получения аттестата об основном общем образовании. Собственный ранжированный список предпочитаемых профессий: первая версия. Профессии людей, с которыми учащиеся сталкиваются по пути из дома в школу. Общее и особенное каждой профессии. Что важно для людей любой профессии. Профессиональные и надпрофессиональные навыки. Современные исследования об определяющей роли надпрофессиональных навыков человека для поиска работы, карьерного роста, самореализации в профессии. Профессии, которые ушли в прошлое.	Слушают, участвуют в беседах, обсуждениях, дискуссиях, играх, выполняют упражнения, тестирования.

Раздел 2. Универсальные навыки (4 ч)	Понимание как основа взаимоотношений между людьми. Умение поставить себя на место другого человека. Эмпатия как способность человека осознанно сопереживать эмоциональному состоянию других людей. Перечень профессий, для представителей которых важно обладать эмпатией. О чём говорят поступки человека. Личная страница в соцсетях как возможность понять других людей. Что такое «личное пространство человека». Значение личного пространства для самочувствия, настроения, работоспособности человека. Чем опасен конфликт в профессиональной жизни человека? Польза конфликта. Влияние профессии на здоровье человека	Слушают, участвуют в беседах, обсуждениях, дискуссиях, играх, выполняют упражнения, тестирования, работают в группах, обобщают результаты работы.
Раздел 3. Какой я? (6 ч)	Что мы наследуем от предков и что приобретаем в процессе развития. Учёт психологических особенностей человека в процессе выбора профессии. Способность к самопознанию как особенность человека. Возникновение лженаук астрологии и нумерологии как ответ на запрос человека о познании себя. Способы получения знаний о себе «Я» в зеркале «другого». Понимание себя как одно из условий успешного профессионального самоопределения. Профессии «психолог» и «психотерапевт». Профориентационные тесты стандартизированной методики оценки. О точности их результатов. Экстремальные ситуации и «экстремальные» профессии.	Слушают, участвуют в беседах, обсуждениях, дискуссиях, играх, выполняют упражнения, тестирования, работают в группах, обобщают результаты работы.

Раздел 4. Образовательная траектория (4 ч)	Ошибки, которые мы совершаем в жизни. Причины ошибок. Ошибка в выборе профессии и её последствия. Как не ошибиться в выборе колледжа, вуза, профессии. Пути исправления ошибок. Ориентация на собственное будущее как залог сегодняшних успехов. Построение траектории собственной жизни. Сегодняшние успехи и достижения. Факторы, влияющие на успех в карьере. Примеры траекторий становления известных людей мира, страны, города.	Слушают, участвуют в беседах, обсуждениях, дискуссиях, играх, выполняют упражнения, тестирования, работают в группах, обобщают результаты работы.
Раздел 5. Профессиональные возможности нашего региона (10 ч)	Обзор учреждений среднего и высшего профессионального образования региона: место расположения, проходной балл, направления подготовки, бюджетные, внебюджетные и целевые места, возможности трудоустройства после окончания. Экскурсия в колледжи, знакомство с условиями поступления и обучения. Обзор ведущих предприятий региона. Профессиональные судьбы людей региона. Встреча с родителями школьников, работающими на предприятиях региона. Потребность региона в кадрах, динамика роста заработной платы в регионе, социальные гарантии, перспективы карьерного роста и повышения квалификации в своём регионе и в соседних регионах. Экскурсии на производство.	Слушают, участвуют в беседах, обсуждениях, дискуссиях, обобщают результаты работы.
Раздел 6. Проба профессии (7 ч)	Окончание 9 класса и первый профессиональный выбор школьника. Что и кто влияет на выбор дальнейшего образовательного и профессионального пути. Значение ОГЭ для будущей профессиональной	Слушают, участвуют в беседах, обсуждениях, дискуссиях, играх, выполняют упражнения, тестирования, работают в

	карьеры. «Примерка» профессий. Профессиональная проба — что это такое. Основные направления деятельности журналиста. Жанры в журналистике. Профессиональная проба. Фитодизайн и взаимосвязь между здоровьем человека и растением. Цели и задачи фитодизайна. Характеристика основных типов интерьера. Основные сведения о сфере профессиональной деятельности экспозиционера. Музейная экспозиция как основная форма музейной коммуникации. Итоги изучения курса внеурочной деятельности «Профориентация» Основные эмоции, знания, выводы, сомнения, открытия Список предпочитаемых профессий.	группах, обобщают результаты работы, участвуют в пробах профессий.
--	--	---

**Тематическое планирование с указанием часов, отводимых на освоение каждой темы на 2026-2027 учебный год
5-6 классы**

№ п/п	Наименование раздела программы Тема урока с указанием этнокультурных особенностей Республики Башкортостан
1	Вводное занятие. Работа, труд, профессия, профориентация. Представления о различных профессиях, возникновении профессий в обществе.
2	Многообразие мира профессий. Профессии моих родителей.
3	Понятие личности
4	Общая характеристика способностей. Виды способностей. Задатки. Факторы развития способностей.
5	Практическая работа «Тестирование способностей»
6	Типы характера и его особенности

7	Практическая работа «Тесты на выявления характера»
8	Виды темперамента: холерик, сангвиник, флегматик, меланхолик.
9	Практическая работа «Тесты на определения темперамента»
10	Значимость выбора профессии для человека.
11	Типология профессий
12	
13	
14	Тип профессии «Человек – человек»
15	
16	Тип профессии «Человек-техника»
17	
18	Тип профессии «Человек-знак»
19	
20	Тип профессии «Человек - художественный образ»
21	
22	Тип профессии «Человек-природа»
23	
24	Практическая работа «Профессия на букву...», «Ассоциация», «Отдел кадров»
25	
26	Практическая работа «Все работы хороши»
27	
28	Практическая работа «О, счастливчик!»
29	
30	Практическая работа: «Ознакомление с профессиями»
31	
32	Практическая работа «Моя профессия»
33	

**Тематическое планирование с указанием часов, отводимых на освоение каждой темы на 2026-2027 учебный год
7- 8 классы**

№ п/п	Наименование раздела программы Тема урока с указанием этнокультурных особенностей Республики Башкортостан
1	Введение в мир профессий Труд в жизни человека. Важность выбора профессии в жизни человека. Специфика трудовой и профессионально-трудовой деятельности. Многообразие мира профессий
2	Слагаемые успешного выбора профессии Условия выбора профессии. Зона оптимального выбора профессии. Игры: «Крокодил», «Алфавит профессий», «Снежный ком»
3	Учет интересов при выборе профессии («Хочу»)
4	Влияние склонностей на выбор профессии («Хочу») Упражнение «Мои интересы». Игры «Люблю – не люблю», «Да-Нет», «Остров надежды».
5	Учет состояния здоровья при выборе профессии («Могу»). Медицинские противопоказания при выборе профессии.
6	Роль общих способностей при выборе профессии («Могу»). Общие способности – интеллектуальные, физические, коммуникативные. Игры: «Профессия и личность», «Профессиональные качества».
7	Значение специальных способностей при выборе профессии («Могу»). Специальные способности – способности, обеспечивающие успешность в определенных видах деятельности. Игры: «Профессиональные качества» (вариант со специальными способностями), «Профессия специальность», «Что лишнее?».
8 9	Многообразие профессий на рынке труда («Надо») «Надо» – потребности рынка труда в кадрах. Изменчивость рынка труда. Востребованные профессии. Игры: «Кто говорит?», «Найди пару», «Азбука профессий».
10	«Старые» и «новые» профессии на рынке труда («Надо») Профессии новые и исчезающие. Причины «обновления» рынка труда. Игры: «Словарь профессий», «Новое время – новые профессии». Викторина «Угадай профессию».
11	Практическая работа. Экскурсии на предприятия.

12 13	Практическая работа Ознакомление с профессиями. Посещение учащимися экскурсий на производства.
14	Конкурс «Профессии от А до Я»
15	Слагаемые формулы профессии. Слагаемые формулы профессии: цели труда, предметы труда, орудия труда, условия труда.
16	Цели труда Деление профессий по цели труда: преобразующие, гностические, изыскательные. Игры: «Шаг в будущее», «Один день из жизни».
17 18	Предмет труда Деление профессий по предмету труда: Человек-Человек, Человек-Техника, Человек Знаковая система, Человек-Художественный образ, Человек-Природа. Игры: «Калейдоскоп профессий», «Нужные люди».
19	Профессиональные пробы и мастер-классы по типу «Человек-Человек»
20 21	Экскурсия на предприятие.
22 23	Профессиональные пробы и мастер-классы по типу «Человек-Техника»
24 25	Профессиональные пробы и мастер-классы по типу «Человек-Знаковая система»
26 27	Профессиональные пробы и мастер-классы по типу «Человек-Художественный образ»
28 29	Профессиональные пробы и мастер-классы по типу «Человек-Природа»
30 31	Экскурсии на предприятие
32	Средства труда Деление профессий по средствам труда: ручные, функциональные средства организма, автоматизированные, машинные с ручным или ножным управлением
33	Условия труда Деление профессий по условиям труда: обычные бытовые, необычные, на открытом воздухе, с повышенной моральной ответственностью за жизнь и здоровье человека или за большие материальные ценности
34	Игра по станциям «Мир профессий».

Тематическое планирование с указанием часов, отводимых на освоение каждой темы на 2026-2027 учебный год
9 класс

№ п/п	Наименование раздела программы Тема урока с указанием этнокультурных особенностей Республики Башкортостан
1	Начало пути к выбору профессии
2	Мои сегодняшние профессиональные предпочтения.
3	Коммуникация
4	Я тебя понимаю
5	Моё личное пространство
6	Конфликт и негативные эмоции
7	Темперамент. Память. Внимание. Особенности мышления.
8	Как узнать, какой я на самом деле.
9	Секреты восприятия
10 11 12	Первый опыт самопрезентации
13	Ошибки, которые мы совершаем
14	Я через 5, 10, 20, 50 лет
15 16	Большая профориентационная игра
17	Учреждения среднего профессионального образования нашего региона
18	Учреждения высшего профессионального образования нашего региона
19	Промышленные, научные, сельскохозяйственные предприятия региона
20 21	Экскурсия в Костомукшский политехнический колледж

22	Экскурсия на производство
23	
24	
25	
26	Сам себе стартап
27	Как «примерить» профессию
28	Профессиональная проба «Интервью»
29	Профессиональная проба «Фитодизайн»
30	
31	Профессиональная проба «Экспозиционер»
32	
33	Итоговое занятие. Тестирование. Диагностика. Анализ результатов.
34	

Описание материально-технического, учебно-методического и информационного обеспечения образовательного процесса

Литература

1. Вострикова Е. «Проблема выбора», разработанная Е. Казаровой и опубликованная в журнале «Школьный психолог» №2, -2007.
2. Дорога в страну профессий / Школьный психолог. -№2. -2009.
3. Исаев Д.Н. Умственная отсталость у детей и подростков. Санкт-Петербург, 2003.
4. Орлов В., Галецкая Л. Шаги к профессии / Школьный психолог. №13.2006.
5. Профессиональная и трудовая ориентация детей с ограниченными возможностями.

Методические рекомендации. - М., 2006.

6. Резапкина Г.В. Профессия и карьера / Школьный психолог. №2.2009

7. Старобина Е.М. Профессиональная подготовка лиц с умственной отсталостью. М., - 2003

8. Трошин О.В., Жулина Е.В., Кудрявцев В.А. Основы социальной реабилитации и профориентации. – М.: Издательство «ТЦ Сфера», 2007. –384с.

9. Трудовая и медицинская реабилитация детей и подростков с ограниченными возможностями / Под ред. Ю.А. Блинкова, С.А. Игнатьева, Н.К. Горшунова. - М., 2002. – 304с.

10. Профориентация и социализация обучающихся с сложными нарушениями развития. В.В. Ткачёва, И.В. Евтушенко. М.В. Жигорева - М. ИНФРА-М 2022 год.

Дидактические материалы

1. Печатные пособия: наборы сюжетных картинок, в том числе и в цифровой форме;

2. Аудиозаписи, видеофильмы, слайды, мультимедийные презентации, презентации на основные темы курса, информационные буклеты.

Интернет-ресурсы

1. Сайт «Поступи ру.» (список профессий): <https://postupi.online/professii/razdel-transport-nazemnyj-vozdushnyjvodnyj/>