

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8»  
МБОУ «СОШ №8»

---

РАССМОТРЕНА  
на заседании педагогического  
совета МБОУ «СОШ №8»  
Протокол от 31.08.23 № 1

УТВЕРЖДЕНА  
директор МБОУ «СОШ №8»

\_\_\_\_\_ А.Ю. Третьяков  
Приказ от 01.09.23 № 90/6-д

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности**

\_\_\_\_\_ Тематическая \_\_\_\_\_

(тип программы :комплексная/тематическая)

\_\_\_\_\_ **Сто дорог-одна моя** \_\_\_\_\_

(наименование)

\_\_\_\_\_ 1 год \_\_\_\_\_

(срок реализации программы)

\_\_\_\_\_ 13-14 лет \_\_\_\_\_

(возраст учащихся)

Составитель: Резванова О.Ю.

## Содержание

Содержание курса внеурочной деятельности стр.3

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности стр.6

Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы курса внеурочной деятельности стр. 7

**Содержание курса внеурочной деятельности  
с указанием форм организации и видов деятельности.**

**7 класс**

№ п/п	Тема занятия	К-во часов	Формы организации	Основные виды внеурочной деятельности
1	Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека.	1	Рассказ, беседа.	Почему важно сделать правильный выбор. Что такое психология и чем она может помочь при выборе профессии. Понятия “личность”, «профессиональные интересы», «склонности».
2	Мир профессий.	2	Показ презентации.	Дать определения: профессия, специальность, квалификация, должность. Классификация по типам профессий (Е.А. Климов), объекту, характеру труда, видам деятельности и др. Методика “Матрица профессий”.
3	Знакомство с профессиограммами (занятие с элементами практикума).	2	Диагностика.	Дать определение понятиям “профессиограмма: цель труда, предмет труда, средства и условия организации труда”, “профессиональная пригодность”. Опросник ДДО Климова, Карта интересов.
4	Профессия типа “Человек – техника”.	1	Рассказ, беседа.	Знакомство с профессиями типа “Человек – техника”.
5	Профессия типа “Человек – природа”.	1	Показ презентации.	Знакомство с профессиями типа “Человек – природа”.
6	Профессия типа “Человек – знаковая система”.	1	Рассказ, беседа.	Знакомство с профессиями типа “Человек – знаковая система”.
7	Профессия типа “Человек – человек”.	1	Показ презентации.	Знакомство с профессиями типа “Человек – человек”.
8	Профессия типа “Человек – художественный образ”.	1	Рассказ, беседа.	Знакомство с профессиями типа “Человек – художественный образ”.
9	Пути получения профессии. Формы обучения.	1	Показ презентации.	Знакомство с путями получения профессии, формами обучения. 3

10	Кто я, или что я думаю о себе.	1	Рассказ, беседа.	Внутренний мир человека и возможности его самопознания. Что такое психодиагностика, как она помогает в выборе профессии.
11	Свойства нервной системы и темперамент.	2	Диагностика .	История изучения темперамента: от Гиппократа до Павлова. Типы темперамента, их влияние на профессиональную деятельность. Теппинг - тест – определение свойств нервной системы, работоспособности; опросник типа темперамента Г.Айзенка.
12	Память.	2	Рассказ, диагностика .	Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации. Мнемотехники. Определение объема кратковременной памяти и ведущего способа запоминания.
13	Внимание.	2	Рассказ, диагностика .	Внимание и деятельность человека. Произвольное и непроизвольное внимание. Структура и характеристики внимания: объем, распределение, переключение, концентрация, устойчивость. Профессии, предъявляющие повышенные требования к развитию внимания. Изучение индивидуальных особенностей внимания: “Тест Э.Ландольта”. Приемы развития внимания.
14	Мышление.	2	Беседа, диагностика .	Функции, виды мышления. Мыслительные операции. Правополушарные и левополушарные мыслители. Диагностика структуры интеллекта по методике Р.Амтхауэра. Приемы развития.
15	Эмоциональное состояние личности.	2	Рассказ, диагностика .	Эмоции в жизни человека. Формы и виды эмоциональных состояний, их влияние на профессиональную деятельность. Стресс и дистресс. Диагностика уровня личностной и реактивной тревожности по методике Ч.Д.Спилбергер “Шкала самооценки”
16	Саморегуляция.	1	Рассказ, беседа.	Умение контролировать свое поведение. Позитивное мышление и жизненные ценности. Как выпустить “лишний пар”. Десять шагов уверенности в себе.
17	Коммуникабельность – составляющая	1	Рассказ, беседа.	Требования к работнику: профессионализм, ответственность,

	успеха будущей карьеры.			коммуникабельность Умение конструктивно разрешать конфликты. Изучение коммуникативных и организаторских способностей по методике “КОС”.
18	Первый шаг на пути к профессии.	1	Просмотр фильма.	Способности, профессиональная пригодность, состояние физического здоровья, как основные составляющие правильного выбора. Формула успеха. Ошибки в выборе профессии.
19	Современный рынок труда и его требования.	1	Рассказ, беседа.	Социально-профессиональная мобильность – качество современного человека. Самостоятельность и ответственность в профессиональной деятельности. Коллективность трудового процесса. Профессионализм и самосовершенствование.
20	Мотивы и основные условия выбора профессии.	1	Показ презентации.	“Хочу – могу – надо” - необходимые условия правильного выбора. “Мышеловки” легких денег, или возможность попадания в финансовую зависимость.
21	Что требует профессия от меня?	1	Беседа.	Понятие рынка профессий. Определение требований к соискателю (по газете, рубрика “работа для вас”), “Центр занятости населения”.
22	Перспективы профессионального старта.	2	Ролевая игра.	Навыки самопрезентации. Как правильно составить резюме. Правила поведения на собеседовании. Интервью при приеме на работу (ролевая игра).
23	Составление плана профессионального самоопределения.	1	Индивидуальная работа.	Алгоритм принятия решения.
24	Построение образа профессионального будущего.	1	Рассказ, беседа.	Планирование карьеры. Цепочка ближних и дальних целей. Пути и средства достижения целей. Внешние и внутренние условия достижения целей. Запасные варианты, пути их достижения. Как получить хорошую работу в современной России.
25	Подготовка к будущей карьере.	1	Ролевая игра.	Психологический портрет личности. Ролевая игра “Встреча через 10 лет”.
26	Итоговое занятие “Перелистывая страницы”.	1	Рефлексия.	Обобщение приобретенных учащимися знаний и умений, необходимых для принятия решения при выборе профессии и планирования своего профессионального пути.

## Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

### Личностные результаты:

- потребность повышать свой культурный уровень, само реализовываться в разных видах деятельности;
- 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;
- об этике и эстетике повседневной жизни человека в обществе;
- о принятых в обществе нормах поведения и общения;
- об основах здорового образа жизни;
- развитие ценностного отношения подростков к труду.

### Метапредметные результаты:

- умение оценивать свою деятельность, аргументируя при этом причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- формирование умения находить достаточные средства для решения своих учебных задач;
- навык делать выводы, устанавливать причинно-следственные связи на основе полученной информации о профессиях
- умение находить в тексте требуемую информацию, ориентироваться в тексте, устанавливать взаимосвязи между описываемыми событиями и явлениями;
- критическое оценивание содержания и форм современных текстов;
- овладение культурой активного использования словарей и других поисковых систем.
- 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;
- о правилах конструктивной групповой работы;
- опыт публичного выступления;
- опыт самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности;
- соблюдение норм публичной речи в процессе выступления.

## Календарно-тематическое планирование

7 класс

№ п/п	Тема	Количество часов	Дата проведения
1	Жизненное и профессиональное самоопределение – один из важнейших шагов в жизни человека.	1	сентябрь
2	Мир профессий.	1	сентябрь
3	Мир профессий.	1	сентябрь
4	Знакомство с профессиограммами (занятие с элементами практикума).	1	сентябрь
5	Знакомство с профессиограммами (занятие с элементами практикума).	1	октябрь
6	Профессия типа “Человек – техника”.	1	октябрь
7	Профессия типа “Человек – природа”.	1	октябрь
8	Профессия типа “Человек – знаковая система”.	1	октябрь
9	Профессия типа “Человек – человек”.	1	ноябрь
10	Профессия типа “Человек – художественный образ”.	1	ноябрь
11	Пути получения профессии. Формы обучения.	1	ноябрь
12	Кто я, или что я думаю о себе.	1	декабрь
13	Свойства нервной системы и темперамент.	1	декабрь
14	Свойства нервной системы и темперамент.	1	декабрь
15	Память.	1	декабрь
16	Память.	1	январь
17	Внимание.	1	январь
18	Внимание.	1	январь
19	Мышление.	1	февраль
20	Мышление.	1	февраль
21	Эмоциональное состояние личности.	1	февраль
22	Эмоциональное состояние личности.	1	февраль
23	Саморегуляция.	1	март
24	Коммуникабельность – составляющая успеха будущей карьеры.	1	март
25	Первый шаг на пути к профессии.	1	март
26	Современный рынок труда и его требования.	1	март
27	Мотивы и основные условия выбора профессии.	1	апрель
28	Что требует профессия от меня?	1	апрель
29	Перспективы профессионального старта.	1	апрель
30	Перспективы профессионального старта.	1	апрель

31	Составление плана профессионального самоопределения.	1	май
32	Построение образа профессионального будущего.	1	май
33	Подготовка к будущей карьере.	1	май
34	Итоговое занятие “Перелистывая страницы”.	1	май