

**Приложение к ООП НОО  
МБОУ «Кольчегизская ООШ»**

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
**«Кольчегизская основная общеобразовательная школа»**

Программа рекомендована к работе педагогическим советом Протокол № <u>1</u> от <u>28.08.2021</u> <b>Согласовано</b> Заместитель директора по УВР <u>А.Бор</u> /Бордукова Е.Н./	<b>Утверждено</b> приказом директора МБОУ «Кольчегизская ООШ» от <u>30.08.21</u> № <u>143</u> <u>Мисакова</u> - Мисакова Н.В./
--	---



**Рабочая программа внеурочной деятельности  
«Твой выбор»**

для 5-9 классов

**Автор - составитель:**  
*Исаева Л.В., учитель биологии*

Поселок Кольчегиз, 2021 год

## **Содержание**

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности
2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности
3. Тематическое планирование

# **1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

## **Личностные результаты:**

1. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
2. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
3. 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;

## **Метапредметные результаты:**

1. Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
3. 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;
4. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
5. 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 учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
6. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
7. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ - компетенции);

развитие мотивации к овладению культурой активного пользования

**словарями и другими поисковыми системами.**

## **2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### **1. Профессия и карьера.**

Понятия профессия, карьера. Типология карьерных стратегий.

### **2. Основы профессионального самоопределения.**

Понятие профессионального самоопределения, сущность профессионального самоопределения, профессиональное развитие личности.

### **3. Сферы профессиональной деятельности.**

Отрасли экономики. Профессия, специальность.

### **4. Классификация профессий.**

Классификация по основным признакам. Парная работа учащихся по классификации профессий по предмету труда, по целям труда, по орудиям труда, по условиям труда.

### **5. «Профессии по типу «Человек – человек»**

Беседы о конкретных профессиях .

### **6. «Профессии по типу «Человек – природа»**

Беседы о конкретных профессиях .

### **7. «Профессии по типу «Человек – художественный образ»**

Беседы о конкретных профессиях .

### **8. «Профессии по типу «Человек – знаковая система»**

Беседы о конкретных профессиях .

### **9. «Профессии по типу «Человек – техника»**

Беседы о конкретных профессиях .

### **10. «Профессии, которые нас окружают»**

Знакомство с различными профессиями благодаря просмотру м/м презентации. Групповая работа учащихся по выбору понравившейся профессии. Сбор и предоставление расширенной информации о выбранной профессии благодаря дополнительным источникам.

### **11. Профессиограмма и психограмма профессии.**

Знакомство с профессиограммами.

### **12. Профессиональное древо моей семьи.**

Профессии моих родителей, профессиональная династия.

### **13. Профессиональные интересы.**

Что такое интерес? Составление и заполнение карты интересов.

### **14. Внутренний мир человека и профессиональное самоопределение.**

Внутренний мир человека и возможности его самопознания. Что такое психодиагностика, как она помогает в выборе профессии.

### **15. Профессиональные склонности и способности.**

Что такое склонности? Опросник Е. А. Климова. Способности, методы их развития.

### **16. Роль темперамента в профессиональном самоопределении**

Типы темперамента, их влияние на профессиональную деятельность. Теппинг - тест – определение свойств нервной системы, работоспособности; опросник типа темперамента Г. Айзенка.

**17. Роль характера в профессиональном самоопределении.**

Черты характера. Влияние характера на выбор профессии. Методика выявления стержневых черт характера

**18. Психические процессы, важные для профессионального самоопределения: ощущение и восприятие.** Виды ощущений и восприятия.

**19. Психические процессы, важные для профессионального самоопределения: представление, воображение и память.**

Виды памяти. Законы и механизмы запоминания, сохранения и забывания информации. Мнемотехники.

**20. Психические процессы, важные для профессионального самоопределения: внимание и мышление.**

Внимание и деятельность человека. Произвольное и непроизвольное внимание.

Структура и характеристики внимания: объем, распределение, переключение, концентрация, устойчивость.

Профессии, предъявляющие повышенные требования к развитию внимания.

Приемы развития внимания. Функции, виды мышления.

**21. Мыслительные операции. Правополушарные и левополушарные мыслители.**

**22. Проведение тестов.**

**23. Приемы развития**

**24. Мотивы и ценностные ориентации самоопределения.**

“Хочу – могу – надо” - необходимые условия правильного выбора.

“Мышеловки” легких денег, или возможность попадания в финансовую зависимость.

**23. Профессиональная пригодность.**

Понятие профессиональная пригодность. Матрица выбора профессии.

**24. Здоровье и выбор профессии.**

Факторы здоровья при выборе профессии. Медицинские противопоказания при выборе профессии. «Анкета здоровья».

**25. Профессиональные и жизненные планы.**

Упражнение «Стратегический жизненный анализ». Упражнение

«Оперативный жизненный анализ». Упражнение «Тактический жизненный анализ».

**26. Личное и профессиональное планирование жизни.**

Упражнение «Письмо самому себе». Коробка счастья.

**27. Основные принципы планирования времени.**

Зачем нужно планирование времени? Основное правило планирования времени. Биоритм.

**28. Принципы организации поиска работы.**

Основные информационные источники. Способы формирования сети контактов. Временная работа.

**29. Навыки самопрезентации.**

Правила поведения на собеседовании. Интервью при приеме на работу.

**30. Ролевая игра «Интервью»**

**31. Профессиональное резюме.**

Как правильно составить резюме.

### **32. Пути получения профессии.**

Пути получения профессии. Построение индивидуальной траектории профессиона «Рынок образовательных услуг в Кузбассе»

Просмотр видеороликов о профессиональных учебных заведениях Прокопьевского района

Рынок образовательный услуг в Кузбассе

### **32. «Рынок труда в Кузбассе»**

Прогноз потребности в профессиях. Работодатель и работник.

### **33. Итоговое занятие «Кем я хочу стать?»**

Обобщение приобретенных учащимися знаний и умений, необходимых для принятия решения при выборе профессии и планирования своего профессионального пути.

### **ОСНОВНЫЕ ВИДЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Познавательная, игровая деятельность, проблемно-ценностное общение, художественное творчество, досугово - развлекательная деятельность (рассказ, беседа, практика, ролевая игра, тренинг, тестирование, анкетирование, экскурсии, участие в ярмарках рабочих мест, встречи с людьми интересных профессий и др.).

## **3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

№ урока	Тема урока	Количество часов
1	Профессия и карьера.	1
2	Основы профессионального самоопределения.	1
3	Сферы профессиональной деятельности.	1
4	Классификация профессий.	1
5	«Профессии по типу «Человек – человек»	1
6	«Профессии по типу «Человек – природа»	1
7	«Профессии по типу «Человек – художественный образ»	1
8	«Профессии по типу «Человек – знаковая система»	1
9	«Профессии по типу «Человек – техника»	1
10	«Профессии, которые нас окружают»	1
11	Профессиограмма и психосограмма профессии.	1
12	Профессиональное древо моей семьи.	1
13	Профессиональные интересы.	1

14	Внутренний мир человека и профессиональное самоопределение.	1
15	Профессиональные склонности и способности.	1
16	Роль темперамента в профессиональном самоопределении	1
17	Роль характера в профессиональном самоопределении.	1
18	Психические процессы, важные для профессионального самоопределения: ощущение и восприятие.	1
19	Психические процессы, важные для профессионального самоопределения: представление, воображение и память.	1
20	Психические процессы, важные для профессионального самоопределения: внимание и мышление.	1
21	Проведение тестов.	1
22	Мотивы и ценностные ориентации самоопределения.	1
23	Профессиональная пригодность.	1
24	Здоровье и выбор профессии.	1
25	Профессиональные и жизненные планы.	1
26	Личное и профессиональное планирование жизни.	1
27	Основные принципы планирования времени.	1
28	Принципы организации поиска работы.	1
29	Навыки самопрезентации.	1
30	Ролевая игра «Интервью»	1
31	Профессиональное резюме.	1
32	Пути получения профессии.	1
33	«Рынок образовательных услуг в Кузбассе»	1
34	«Рынок труда в Кузбассе» Итоговое занятие «Кем я хочу стать?»	1

