

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Самарской области**

**ГБОУ СОШ с.Натальино**

**РАССМОТРЕНО**

на заседании педагогического совета

протокол №39  
от «29» августа 2025 г.

**СОГЛАСОВАНО**

и.о. зам. директора по УВР  
Поскываткина С.Н.

от «29» августа 2025 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

директор ГБОУ СОШ с.  
Натальино

Машукаева Д.К.  
приказ № 53  
от «01» сентября 2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности**

**«Моя карьера и профессиональное самоопределение»**

для обучающихся 9 класса

## АКТУАЛЬНОСТЬ И НАЗНАЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

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 ФГОСов с пространством 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 к обучению в течение всей жизни. Эти важные задачи лишь отчасти решаются в учебном процессе. Работа по программе внеурочной деятельности «Моя карьера и профессиональное самоопределение» позволит педагогу реализовать эти актуальные для личностного развития учащегося задачи.

Программа станет востребованной как школьниками, которые планируют после окончания основной школы продолжить обучение в колледжах и техникумах, так и теми, кто планирует получить среднее образование в стенах школы. Сегодня профессионал у любой сферы деятельности не обязательно владеть набором универсальных навыков, поэтому программа ориентирована на всех школьников вне зависимости от профиля (направленности) предполагаемой будущей профессии.

## ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «МОЯ КАРЬЕРА И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ»

Курс внеурочной деятельности «Моя карьера и профессиональное самоопределение» нацелен на помощь учащемуся:

- в освоении надпрофессиональных компетенций (навыков общения, навыков работы в команде, навыков поведения в конфликтной ситуации, навыков сотрудничества, навыков принятия решений и ответственности за них тд).

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 на профессии и способах получения профессионального образования. Это позволит учащемуся - в большей степени - самостоятельно делать выбор в профессиональной сфере, объективно 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;

- в формировании трёх компонентов готовности к профессиональному: мотивационно-личностного (смысло-вого), 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 учащемуся видеть социальный характер любого труда, понимать, что есть вклад в будущего профессионального уровня, а также для обычного трудолюбия, для семьи, для вореца своего дома.

## ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Программа может быть реализована в работе с обучающимися 9 класса.

Программакурса рассчитанана 34 часа, в рамках которых предусмотрены такие формы работы, как беседы, дискуссии, мастер-классы, экскурсии на производство, решения кейсов, встречи с представителями разных профессий, профессиональные probы, коммуникативные и деловые игры, консультации педагога и психолога. Программа реализуется в течение одного учебного года с 9-ми школьниками 1 раз в неделю (1 час).

## ВЗАИМОСВЯЗЬ С ПРОГРАММОЙ ВОСПИТАНИЯ

в приоритетных результатах реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение в конкретизацию в примерной программе воспитания;

возможности включения школьников в деятельность, организуемую образовательной организацией в рамках модуля «Профориентир» программы воспитания;

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 образований на её основе детско-взрослых общностей, ключевое значение которых для воспитания подчёркивается Примерной программой воспитания.

## ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ ПЕДАГОГА ПО ПРОГРАММЕ

Задача педагога состоит в том, чтобы сопровождать процесс профессиональной ориентации школьника, раскрывая потенциал каждого через вовлечение в многообразную деятельность, организованную в разных формах. При этом результатом работы педагога в первую очередь является личностное развитие учащегося. Личностных результатов педагог может достичь, увлекая учащегося совместной интересной и им обойм деятельностью, устанавливая вовремя занятий доброжелательную, поддерживающую атмосферу, насыщая занятия ценностным содержанием.

Примерная схема проведения занятий попрограмме может быть такой: приветствие школьников; эмоциональная разрядка (короткие игры, маленькая притча, размышления учащихся определенном высказывании или цитате и т.п.); проблематизация темы предстоящего занятия; работа по теме занятия; рефлексия Особенностью занятий являются их интерактивность и многообразие используемых педагогом форм работы: в ходе даже одного занятия педагог может чередовать разнообразные игры, групповую работу, обмен мнениями, самостоятельную работу, дискуссии. Кроме того, программа предусматривает организацию экскурсий, мастер-классов, профориентационных проб, проведение которых будет более успешным при участии самих школьников в их организациях, при участии других педагогов школы, родителей социальных партнёров школы.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «МОЯ КАРЬЕРА И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ»

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижения школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов

## ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### *Всферегражданского воспитания:*

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважения прав, свобод из законных интересов других людей, с которыми школьникам предстоит взаимодействовать в рамках реализации программы «Моя карьера и профессиональное самоопределение»;
- готовность к разнообразной совместной деятельности;
- выстраивание доброжелательных отношений с участниками курса на основе взаимопонимания и взаимопомощи

### *Всферепатриотического воспитания:*

- осознание российской гражданской идентичности в политической культуре множества конфессий в обществе, проявление интереса к познанию истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;
- ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам трудовым достижениям народа, с которыми школьники будут знакомиться в ходе профориентационных экскурсий напредприятия своего региона

### *Всфередуховно-нравственного воспитания:*

- ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;
- готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение других людей в спозиции нравственных и правовых норм с учетом сознания последствий поступков;
- осознание важности свободы и необходимости братья на себя ответственность в ситуации подготовки к выбору будущей профессии

### *Всферезстетического воспитания:*

- осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения для представителей множества профессий;
- стремление к самовыражению в разных видах искусства, в том числе прикладного;
- стремление создавать вокруг себя эстетическую привлекательную среду вне зависимости от той сферы профессиональной деятельности, которой школьник планирует заниматься в будущем

### *Всфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:*

- осознание необходимости соблюдения правил безопасности в любой профессии, в том числе на выкове безопасности в интернет-среде;
- ответственное отношение к своему здоровью и установкам на здоровый образ жизни;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, вызванным необходимостью профессионального самоопределения, осмыслия собственный опыт выстраивания дальнейшие цели, связанные с будущей профессиональной жизнью;
- умение принимать себя и других, не осуждая;
- умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием для экономии внутренних ресурсов;
- сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека

### *Всферетрудового воспитания:*

- установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, образовательной организации, города, края) технической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность;
- интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе знаний, полученных в ходе изучения курса «Моя карьера и профессиональное самоопределение»;
- осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности;

еятельности и развитие необходи́мых умений для этого;

- готовность адаптироваться в профессиональной среде;

- уважение к труду и результатам трудовой деятельности;

- осознанный выбор и построение индивидуальной образовательной траектории и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей

*В сфере экологического воспитания:*

- повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения, в том числе в процессе знакомления с профессиями сферы «человек-природа»;
- активное участие в приятии действий, приносящих вред окружающей среде, в том числе осознание потенциального ущерба природе, который сопровождает ту или иную профессиональную деятельность;
- осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред;

*В сфере понимания ценности науки и научного познания:*

- ориентация на деятельность, связанной с освоением курса «Моя карьера и профессиональное самоопределение»; на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;
- овладение языком читательской культуры как средством познания мира, средством само совершенствования человека, в том числе в профессиональной сфере;
- овладение основными навыками исследовательской деятельности в процессе изучения мира профессий, установки на осмысливание собственного опыта, наблюдений, поступков и стремления совершенствовать путь достижения цели индивидуального и коллектива благополучия

*В сфере адаптации, изменяющейся условиями социальной и природной среды:*

- освоение социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ходу деятельности в возрасте, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные профессиональному признаку;
- способность действовать в условиях неопределённости, повышать уровень своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, осознавать совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других, проходить профессиональные пробыв различных сферах деятельности;
- навык выявления и связывания образов, способность осознавать дефициты собственных знаний и компетентностей, планировать своё развитие, в том числе профессиональное;
- умение оперировать терминами и представлениями в области концепции устойчивого развития;
- умение анализировать и выявлять взаимосвязи природы, общества и экономики; умение оценивать свои действия с учётом влияния на окружающую среду, достижений целей и преодоления вызовов, возможных глобальных последствий;
- способность осознавать стрессовую ситуацию, оценивать происходящие изменения и их последствия, формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации

## МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

*В сфере владения универсальными учебными и познавательными действиями:*

- выявлять дефицит информации о той или иной профессии, необходимой для полноты представлений о ней, и находить способы для решения возникшей проблемы;
- использовать вопросы как инструмент для познания будущей профессии;
- аргументировать свою позицию, мнение;
- оценивать применимость и достоверность информации,

полученной в ходе работы с интернет-источниками;

- самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведённого обсуждения и в группе или в паре;

- прогнозировать возможноедальнейшее развитие процессов, событий и их последствия, связанные с выбором будущей профессии;

- выдвигать предположения о возможном росте и падении

спроса на ту или иную специальность в новых условиях;

- применять различные методы, инструменты из запросы при поиске информации, связанный с профессиональной деятельностью или дальнейшим обучением;

- выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;

- находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одно и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;

- самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации, предназначенную для остальных участников курса «Моя карьера и профессиональное самоопределение» *Всфере владения универсальными учебными коммуникативными действиями:*

- воспринимать и формулировать суждения в соответствии с целями и условиями общения в рамках ах занятий, включённых в курс «Моя карьера и профессиональное самоопределение»;

- выражать свою точку зрения; распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и стараться смягчать конфликты;

- понимать намерения других участников занятий курса «Моя карьера и профессиональное самоопределение», проявлять уважительное отношение к ним и к взрослым, участвующим в занятиях, в корректной форме формулировать свои выражения;

- в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения друг с другом;

- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;

- публично представлять результаты работы, проделанной в рамках выполнения заданий, связанных с тематикой курса по профориентации;

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, принимать цель совместной деятельности, коллективно планировать действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

- уметь обобщать мнения нескольких участников курса «Моя карьера и профессиональное самоопределение», проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться; участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, мозговые штурмы и др.);

- выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с действиями других участников курса «Профориентация»

*Всфере владения универсальными учебными регулятивными действиями:*

- выявлять проблемы, возникающие в ходе выбора будущей профессии;

- ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);

- делать выбор и брать на себя ответственность за решения, принимаемые в процессе профессионального самоопределения;

- владеть способами самоконтроля, самомотивации рефлексии;

- предвидеть трудности, которые могут возникнуть при выборе будущей профессии;

- объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку опыта, приобретённому в ходе прохождения курса по профориентации, уметь находить позитивно-любой ситуации;

- уметь вносить коррективы в свою деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся в ситуациях, установленных ошибок, возникших трудностей;

- различать, называть и управлять собственными эмоциями;

- уметь ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения участников курса, осознанно относиться к ним.

## ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Предметные результаты освоения Программы основного общего образования представлены с учётом специфики содержания предметных областей, затрагиваемых в ходе профориентационной деятельности школьников:
- формирование умений речевого взаимодействия (в том числе общения при помощи современных средств устной и письменной речи): создание устных монологических высказываний на основе жизненных наблюдений или личных впечатлений, чтения учебно-научной, художественной и научно-популярной литературы: монолог-описание; монолог-рассуждение; монолог-повествование;
- участиев диалоге разных видов: побуждение к действию, обмен мнениями, запрос информации, сообщение информации;
- обсуждение и чёткая формулировка цели, плана совместной групповой деятельности;
- овладение умением использовать словари и справочники, в том числе информационно-справочные системы в электронной форме, подбирать проверенные источники в библиотечных фондах, Интернете для выполнения учебной задачи; применять ИКТ, соблюдать правила информационной безопасности;
- овладение основными понятиями: информация, передача, хранение, обработка информации, алгоритм, модель, цифровой продукт — их использованием для решения учебных и практических задач;

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «МОЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ САМООПРЕДЕЛЕНИЕ»

## КАРЬЕРА И

### Раздел 1. Я и профессия. (4 ч)

Понятие «профессия». Очём люди думают прежде всего, когда задумываются о будущей профессии. Одна профессия на всю жизнь или сто профессий на одну жизнь. Примеры профессиональных судебизвестных, 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 предпочтаемых профессий: первая версия.

### Раздел 2. Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении (30 ч)

Понимание как основа взаимоотношений между людьми. Умение поставить себя на место другого человека. Эмпатия как способность человека осознанно переживать эмоциональное состояние других людей. Перечень профессий, для представителей которых важно обладать эмпатией. О чём говорят поступки человека. Личная страница в соцсетях как возможность понять других людей. 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. Способы взаимодействия в конфликте.

Влияние профессии на здоровье человека. Профессиональные риски, возникающие не только в травмоопасном производстве. Риск возникновения заболеваний, связанных с профессией. Способы профилактики.

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.

Обзор учреждений среднего профессионального образования региона: место расположения, проходной балл, направления подготовки, бюджетные, внебюджетные и целевые места, возможности трудоустройства после окончания.

### Тематическое планирование.

№п/п	Название темы	Количество часов	Форма проведения занятия	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
	Раздел 1. Я и профессия.			
1-2	Чтотакоепрофессия?	2	беседа	Атлас новых профессий <a href="http://atlas100.ru/">http://atlas100.ru/</a>
3-4	Интересыивыборпрофессии.	2	дискуссия	Атлас новых профессий <a href="http://atlas100.ru/">http://atlas100.ru/</a>
	Раздел 2. Слагаемые успеха в профессиональном самоопределении.			
5-6	Характеривыборпрофессии.	2	беседа	<a href="http://bilet-help.worldskills.ru/">http://bilet-help.worldskills.ru/</a>
7-8	Рольспособностейвпрофессиональной деятельности.	2	решение кейсов	<a href="https://navigatum.ru/">https://navigatum.ru/</a>
9-10	Типличности ивыборпрофессии.	2	диагностика	<a href="http://bilet-help.worldskills.ru/">http://bilet-help.worldskills.ru/</a>
11-12	Здоровьеивыборпрофессии.	2	беседа	<a href="https://proektoria.online/lessons">https://proektoria.online/lessons</a>
13-14	Профессиональная пригодность исамооценка.	2	беседа	<a href="https://proektoria.online/lessons">https://proektoria.online/lessons</a>
15-16	Диагностикапотеме «Человек и профессия».	2	диагностика	<a href="http://bilet-help.worldskills.ru/">http://bilet-help.worldskills.ru/</a>
17-18	Анализпрофессиональной деятельности.	2	беседа	<a href="https://proektoria.online/lessons">https://proektoria.online/lessons</a>
19-20	Профессиональныепробывтворческиепроекты.	2	профпроба	<a href="http://bilet-help.worldskills.ru/">http://bilet-help.worldskills.ru/</a>
21-22	Профильное обучение, предпрофильная подготовка.	2	беседа	<a href="https://navigatum.ru/">https://navigatum.ru/</a>
23-24	Пути получения профессионального образования.	2	дискуссия	<a href="https://navigatum.ru/">https://navigatum.ru/</a>
25-26	Профессиональная консультация(экскурсии напредприятия, в центр занятости).	2	экскурсия, мастер-класс	Атлас новых профессий <a href="http://atlas100.ru/">http://atlas100.ru/</a>
27-28	Профессиональноесаморазвитиеисамовоспитание.	2	решение	

			кейсов	
29-30	Творческий проект «Мой выбор»: разработка оформление.	2	проект	
31-32	Деловая игра «Мой выбор».	2	деловые игра	
33-34	Итоговое занятие «Я и мир профессий».	2	деловые игра	