МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

УПРАВЛЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ТУТАЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА ЯРОСЛАВСКОЙ ОБЛАСТИ

Местная религиозная организация православный Приход Воскресенского собора, г.Тутаева , Рыбинской Епархии, Русской Православной Церкви.

Православная школа имени св. прав. Иоанна Кронштадтского

УТВЕРЖДЕНО

Директор

_____

Макарова Е.Н.

Приказ № 81-02

от 02.09.2026 г.

Рабочая программа

внеурочной деятельности

«Путь к профессии»

для обучающихся 8 класса

Тутаев, 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности для восьмого класса «Путь к профессии» разработана в соответствии с

- требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования,
- требованиями к основной образовательной программе основного общего образования.

Программа «Путь к профессии» учитывает возрастные, общеучебные и психологические особенности школьника среднего звена.

Цель программы: создание условий для профессионального самоопределния, расширение знаний о мире профессий и о себе.

Цель блока «Мир профессий»: сформировать у учащихся целостное представление о мире профессий, рынке труда и требованиях разных профессиональных сфер, чтобы они могли осознанно соотносить свои интересы и возможности с реальными профессиональными направлениями.

Задачи блока:

1. Познакомить с многообразием профессий, их классификацией и типологией (в т.ч. по Е.А. Климову).
2. Раскрыть социальную и личностную ценность труда, роль профессии как социального лифта.
3. Сформировать представление о пяти типах профессий: «Человек–человек», «Человек–природа», «Человек–художественный образ», «Человек–техника», «Человек–знаковая система» и их специфике.
4. Научить соотносить конкретные профессии с типами по предмету труда и отраслям экономики.
5. Сформировать понимание профессиональных медицинских противопоказаний и их влияния на выбор профессии.
6. В игровой форме закрепить знания о профессиях и развить умение аргументированно классифицировать их.

Цель блока «Самопознание»: создать условия для глубокого самопознания учащихся, выявления их интересов, способностей, личностных особенностей и ценностей, чтобы они могли использовать эти данные как основу для осознанного профессионального выбора.

Задачи блока:

1. Помочь учащимся сформулировать личные смыслы и цели в области образования и профессии.
2. Научить ставить и конкретизировать цели (целеполагание, SMART-цели), планировать шаги к ним.
3. Сформировать навыки поддержания учебной мотивации и преодоления самосаботажа.
4. Показать связь успеваемости, психических процессов (внимание, память, мышление, восприятие) и профессиональной успешности.
5. Выявить устойчивые интересы, увлечения, способности и навыки как ресурсы профессионального выбора.

6. Познакомить с влиянием темперамента, характера, акцентуаций личности на комфортность и эффективность в разных профессиях (в т.ч. через опросник Леонгарда-Шмишека).
7. Развить стрессоустойчивость как личностный ресурс для профессиональной деятельности.
8. Помочь выявить иерархию жизненных ценностей и соотнести их с требованиями и условиями различных профессий.
9. Сформировать критическое отношение к типичным ошибкам при выборе профессии и выработать личный чек-лист их предотвращения.

Цель блока «Универсальные навыки»: развить у учащихся ключевые универсальные (soft) навыки, необходимые для успешного обучения, поступления в учебные заведения и будущей профессиональной деятельности, а также сформировать практические умения самопрезентации и планирования образовательного маршрута.

Задачи блока:

1. Сформировать базовые навыки деловой коммуникации и переговоров, умение аргументировать и искать компромисс.
2. Научить осознанно управлять впечатлением о себе в учебных и профессиональных ситуациях (самопрезентация).
3. Освоить структуру и правила оформления резюме школьника; создать собственный черновик резюме.
4. Познакомить с типами учебных заведений и критериями их выбора; научить сравнивать варианты по ключевым параметрам.
5. Разобрать траектории поступления после 9 и 11 классов, экзамены, документы, сроки; составить индивидуальный план подготовки.
6. В игровой форме применить полученные знания и навыки для принятия обоснованных профессионально-образовательных решений (игра «ПрофХ»).
7. Обеспечить рефлексию всего курса и сформулировать предварительный профессионально-образовательный план с конкретными следующими шагами.

Основные виды деятельности во время занятий: познавательная, практическая, рефлексивная, игровая.

Программа курса внеурочной деятельности «Путь к профессии» предназначена для реализации в 8 классе и рассчитана на 34 часа (1 час в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Блок 1. «Мир профессий» (занятия 1-11)

В этом блоке учащиеся знакомятся с многообразием профессионального мира, основными типологиями профессий и их значением для общества и личности. Рассматриваются пять типов профессий по предмету труда: «Человек–человек», «Человек–природа», «Человек–художественный образ», «Человек–техника», «Человек–знаковая система», а также обсуждаются ценность труда и роль профессии как социального лифта. Отдельное внимание уделяется профессиональным медицинским противопоказаниям и их влиянию на выбор профессии.

Блок 2. «Самопознание» (занятия 12-27).

Блок направлен на углублённое самопознание учащихся: выявление интересов, способностей, личностных особенностей, ценностей и их связи с профессиональным выбором. Учащиеся осваивают целеполагание, работу с мотивацией и самосаботажем, анализируют влияние психических процессов, темперамента, характера и акцентуаций на профессиональную успешность. Особое внимание уделяется типичным ошибкам при выборе профессии и способам их предотвращения.

Блок 3. «Универсальные навыки» (занятия 28-34).

В этом блоке учащиеся развивают ключевые универсальные (soft) навыки, необходимые для успешного обучения, поступления в учебные заведения и будущей профессиональной деятельности. Особое внимание уделяется коммуникации, самопрезентации, составлению резюме, выбору учебных заведений и планированию образовательного маршрута. Игровая форма («ПрофХ») позволяет применить полученные знания и навыки в смоделированной ситуации выбора.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

В результате освоения курса учащиеся получают системные знания о мире профессий, типах и классификациях профессиональной деятельности, требованиях различных сфер труда и профессиональных медицинских противопоказаниях. У подростков формируются представления о ценности труда, роли профессии как социального лифта, связи интересов, способностей, личностных особенностей и ценностей с профессиональным выбором. Учащиеся осваивают навыки целеполагания, постановки SMART-целей, поддержания учебной мотивации, преодоления самосаботажа, а также базовые умения деловой коммуникации, самопрезентации и составления резюме.

Программа способствует осознанному самопознанию учащихся, выявлению их интересов, способностей, темперамента, характера и жизненных ценностей, что создаёт основу для обоснованного выбора профиля обучения и будущей профессии. В процессе занятий у подростков формируются навыки работы с информацией о профессиях и учебных заведениях, умение сравнивать варианты образовательного маршрута, планировать подготовку к поступлению после 9 и 11 классов, а также способность рефлексировать свой выбор и корректировать профессионально-образовательный план. В целом курс помогает снизить риск типичных ошибок при выборе профессии и повышает готовность учащихся к осознанному построению собственной образовательной и профессиональной траектории.

ОЦЕНКА ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Обучение ведется на безотметочной основе.

Для оценки эффективности занятий можно использовать следующие показатели:

1. Культура общения и взаимодействия.

Критерий: сформированность навыков деловой коммуникации, работы в команде, ведения переговоров и самопрезентации.

Показатели достижения:

1. Учащийся участвует в дискуссиях и групповых заданиях, соблюдает нормы делового этикета, умеет слушать собеседника и аргументированно выражать свою позицию.
2. Учащийся демонстрирует навыки ведения переговоров: формулирует свои интересы, ищет компромиссные решения, избегает конфликтных стратегий.
3. Учащийся проводит краткую самопрезентацию (устную или письменную), осознанно управляет впечатлением о себе в учебных и профессионально значимых ситуациях.
4. Учащийся эффективно работает в малой группе: распределяет роли, координирует действия, вносит конструктивный вклад в общий результат.

2. Информированность о мире профессий и рынке труда.

Критерий: уровень знаний о профессиях, их типологии, требованиях к работнику и возможностях профессионального развития.

Показатели достижения:

1. Учащийся знает и правильно использует понятия «профессия», «специальность», «должность», «тип профессии», «профессиональные противопоказания».
2. Учащийся умеет классифицировать профессии по типам («Человек–человек», «Человек–природа», «Человек–художественный образ», «Человек–техника», «Человек–знаковая система») и аргументировать свой выбор.
3. Учащийся ориентируется в основных сферах труда, востребованных профессиях региона, типах учебных заведений (колледжи, техникумы, вузы) и возможностях профессионального роста.
4. Учащийся понимает роль профессии как социального лифта, ценность труда и связь образования с жизненными возможностями.

3. Самопознание и осознанный профессиональный выбор.

Критерий: сформированность представлений о собственных интересах, способностях, личностных особенностях, ценностях и их связи с профессиональным выбором.

Показатели достижения:

1. Учащийся выявил и описал свои устойчивые интересы, увлечения, способности и навыки, понимает их как ресурс для выбора профессии.
2. Учащийся знает свои особенности темперамента, характера, акцентуаций (по результатам диагностики, в т.ч. опросника Леонгарда-Шмишека) и может соотнести их с требованиями профессий.
3. Учащийся определил иерархию жизненных ценностей и понимает, как они влияют на удовлетворённость профессией и условия труда.
4. Учащийся осознанно соотносит результаты самопознания с конкретными профессиональными направлениями, избегает типичных ошибок при выборе профессии.

4. Целеполагание и планирование образовательного маршрута.

Критерий: умение ставить цели, планировать шаги к их достижению и выстраивать индивидуальный образовательный маршрут.

Показатели достижения:

1. Учащийся формулирует личные цели в области образования и профессии, отличает цели от желаний и мечтаний.

2. Учащийся использует критерии SMART при постановке целей, формулирует конкретные, измеримые, реалистичные задачи с дедлайном.
3. Учащийся понимает траектории поступления после 9 и 11 классов, требования экзаменов, сроки и необходимые документы.
4. Учащийся составил предварительный индивидуальный образовательный план (выбор профиля, учебных заведений, шагов подготовки) и может его обосновать.

5. Универсальные учебные и профессиональные навыки.

Критерий: сформированность навыков самоорганизации, работы с информацией, стрессоустойчивости и практических умений (резюме, портфолио, самопрезентация).

Показатели достижения:

1. Учащийся поддерживает учебную мотивацию, распознаёт и преодолевает формы самосаботажа (прокрастинация, страх ошибки и др.).
2. Учащийся демонстрирует навыки саморегуляции и стрессоустойчивости в учебных и профессионально значимых ситуациях.
3. Учащийся составляет черновик резюме и/или элементы портфолио, соблюдая структуру и правила оформления.
4. Учащийся умеет искать, отбирать и анализировать информацию о профессиях, учебных заведениях, требованиях к работнику, использует профессиограммы и официальные источники.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема	Задачи занятия
1	Многообразный мир профессий.	Сформировать представление о разнообразии профессий и сфер труда; научить классифицировать профессии по отраслям и уровням квалификации.
2	Ценность труда.	Раскрыть социальную и личностную ценность труда; сформировать уважительное отношение к разным видам профессиональной деятельности.
3	Типология профессий.	Познакомить с основными типологиями профессий (в т.ч. по Е.А. Климову); научить относить конкретные профессии к типам по предмету труда.
4	Профессии типа «Человек – человек».	Выделить особенности профессий, где основной предмет труда — другие люди; показать необходимые качества и риски выгорания.
5	Профессии типа «Человек – природа».	Познакомить с профессиями, связанными с живой и неживой природой; обсудить условия труда и требования к здоровью.
6	Профессии типа «Человек – художественный образ».	Раскрыть специфику творческих профессий; показать связь интересов, способностей и требований к портфолио.
7	Профессии типа «Человек – техника».	Познакомить с техническими профессиями; выделить важность точности, ответственности и пространственного мышления.
8	Профессии типа «Человек – знаковая система».	Показать особенности работы с числами, кодами, текстами; обсудить требования к вниманию, усидчивости, логике.
9	Профессиональные медицинские противопоказания.	Сформировать понимание, как состояние здоровья ограничивает выбор профессий; научить находить информацию о медицинских противопоказаниях, познакомиться с рядом таких противопоказаний.
10	Игра «Карта профессий».	Закрепить знания о типах профессий в игровой форме; развить умение аргументированно относить профессию к определённому типу.
11	Профессия как социальный лифт.	Показать, как образование и профессия влияют на социальный статус и возможности; обсудить реальные истории и стратегии.
12	Найти свой «Икигай».	Познакомить с концепцией икигай; помочь учащимся выявить пересечение интересов, способностей, потребностей мира и того, за что могут платить.
13	Целеполагание.	Научить формулировать личные цели в области образования и профессии; отличать цели от желаний и мечтаний.
14	SMART цели.	Освоить критерии SMART и перевести свои цели в конкретный, измеримый, реалистичный формат с дедлайном.
15	Как поддерживать мотивацию к обучению?	Выявить источники мотивации и демотивации; освоить простые техники поддержания учебной мотивации в долгосрочной перспективе.
16	Коучинговая игра «Самосаботаж».	Осознать типичные формы самосаботажа (прокрастинация, страх ошибки и др.); отработать

		стратегии их преодоления.
17	Успеваемость и выбор профессии.	Показать связь успеваемости по предметам с возможными профессиональными направлениями; научить анализировать свой академический профиль.
18	Влияние особенностей психических процессов на выбор деятельности.	Познакомить с влиянием внимания, памяти, мышления, восприятия на успешность в разных профессиях; провести самодиагностику.
19	Интересы и увлечения, формирующие выбор.	Выявить устойчивые интересы и хобби; показать, как они могут стать основой профессионального выбора.
20	Способности и навыки. Профессионально важные качества.	Различить способности и навыки; выделить профессионально важные качества для выбранных учащимися профессий.
21	Темперамент, характер и профессиональный выбор.	Познакомить с типами темперамента и чертами характера; обсудить их влияние на комфортность в разных видах труда.
22	Личностные особенности (опросник Леонгарда-Шмишека)	Провести диагностику акцентуаций характера; научить интерпретировать результаты в контексте профессионального выбора.
23	Влияние акцентуаций личности на выбор профессии.	Показать, как разные акцентуации могут быть ресурсом и риском в профессиях; сформировать реалистичный взгляд на свои особенности.
24	Стрессоустойчивость как профессиональный навык.	Раскрыть понятие стрессоустойчивости; отработать простые техники саморегуляции в стрессовых ситуациях.
25	Жизненные ценности: самодиагностика.	Помочь учащимся выявить иерархию личных ценностей; показать их связь с удовлетворённостью профессией.
26	Жизненные ценности и их влияние на выбор профессии.	Научить соотносить ценности с требованиями и условиями разных профессий; избежать конфликта «ценности – работа».
27	Ошибки при выборе профессии и как их избежать.	Разобрать типичные ошибки (следование за модой, давление окружения, игнорирование здоровья и др.); составить личный чек-лист.
28	Коммуникация: навык переговоров.	Сформировать базовые навыки деловой коммуникации и переговоров; отработать техники аргументации и поиска компромисса.
29	Самопрезентация: управление впечатлением.	Научить осознанно формировать впечатление о себе в учебных и профессиональных ситуациях; отработать мини-самопрезентацию.
30	Составление резюме.	Освоить структуру и правила оформления резюме школьника; создать черновик резюме с учётом достижений и навыков.
31	Учебные заведения и их выбор.	Познакомить с типами учебных заведений (колледжи, техникумы, вузы, лицеи); научить сравнивать их по ключевым параметрам.
32	Подготовка к поступлению после 9 и 11 классов.	Разобрать траектории после 9 и 11 класса, экзамены, документы, сроки; составить личный план подготовки на следующий год.
33	Игра «ПрофХ»	В игровой форме применить полученные знания: соотнести интересы, способности, ценности и требования профессий; принять обоснованное решение в

		смоделированной ситуации.
34	Игра «ПрофХ». Подведение итогов.	Рефлексировать опыт игры и всего курса; сформулировать предварительный профессионально-образовательный план и следующие шаги.