

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №13 г. Лениногорска»
муниципального образования «Лениногорский муниципальный район»
Республики Татарстан

«Рассмотрено» Протокол №1 заседания методического объединения классных руководителей МБОУ «СОШ №13 г. Лениногорска» от 18 августа 2025 года <u>Валеева Р.Н.</u> подпись руководителя МО Ф.И.О.	«Согласовано» Заместитель директора по УВР МБОУ «СОШ №13 г. Лениногорска» МО «ЛМР» РТ <u>Шайдуллина Р.Г.</u> подпись Ф.И.О. «27» августа 2025 г.	«Утверждаю» Руководитель МБОУ «СОШ №13 г. Лениногорска» МО «ЛМР» РТ <u>Павлов Т.В.</u> подпись Ф.И.О. Приказ № 108-ОД от «28» августа 2025 г.
--	---	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Я делаю выбор» для обучающихся 5 класса

Период освоения рабочей программы: 1 год;

Автор составитель: советник директора по воспитательной работе Зарипова Э.И

I. Пояснительная записка

Актуальность программы

Программа внеурочной деятельности «Я делаю выбор» актуальна в связи с рядом ключевых факторов современного общества и образовательного процесса:

1. Вызовы современного мира: Подростки живут в условиях информационной перегрузки, многообразия (часто противоречивых) ценностей, динамичного рынка труда и необходимости постоянно адаптироваться к изменениям. Это создаёт высокий уровень неопределённости и стресса при принятии жизненно важных решений.
2. Профилактика рисков: Неосознанный или вынужденный выбор часто приводит к рискам: асоциальному поведению, зависимостям, участию в деструктивных сообществах, психологическим проблемам. Программа направлена на формирование внутреннего «иммунитета» к негативным влияниям через развитие критического мышления и осознанной позиции.
3. Запрос на самоопределение: В соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами (ФГОС) личностное, профессиональное и социальное самоопределение обучающихся является одной из приоритетных задач образования. Программа напрямую отвечает этому запросу.
4. Практический дефицит: В рамках основных учебных дисциплин часто не хватает времени на отработку навыков принятия решений в контексте личной жизни подростка. Данная программа восполняет этот пробел, предоставляя безопасное пространство для анализа, рефлексии и проб.
5. Формирование субъектности: Актуальность заключается в переходе от позиции пассивного «исполнителя» к позиции активного, ответственного автора собственной жизни, способного ставить цели, оценивать последствия и делать осознанный выбор. Программа «Я делаю выбор» является своевременным ответом на эти вызовы, обеспечивая подростков инструментами и поддерживающей средой для построения своей жизненной траектории.

Цель программы: Формирование у обучающихся способности к осознанному, ответственному и самостоятельному принятию решений в различных сферах жизни.

Задачи программы:

1. Развивать самопознание: помочь подросткам исследовать свои интересы, способности, ценности, сильные и слабые стороны.
2. Формировать критическое мышление: научить анализировать информацию, отделять факты от мнений, видеть причинно-следственные связи и возможные последствия решений.
3. Воспитывать ответственность: понимать, что выбор влечёт за собой последствия, и учиться нести за них ответственность перед собой и окружающими.
4. Развивать волевую саморегуляцию: укреплять способность ставить цели, планировать шаги для их достижения и преодолевать трудности.

Программа рассчитана (на учащихся 5 класса)

срок реализации 1 год (1 раз в неделю, 34 ч. в год).

II. Содержание курса внеурочной деятельности «Я делаю выбор».

Знакомство. Мои личные профессиональные планы. Ценностные ориентации. Самооценка и уровень притязаний. Интересы и склонности в выборе профессии. Классификация профессий по Климову. Концепция индивидуальности Голланда.

Правила выбора профессии. Ошибки и затруднения при выборе профессии.

Кем работают мои родные. Кем работают мои родители? Что такое профессиограмма?

В каких учебных заведениях можно получить профессию? На работу устраиваемся по правилам. «Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо»). «Быть нужным людям...». Сочинение – рассуждение «Самая нужная профессия» Как готовить себя к будущей профессии? Исследование «Необычная творческая профессия». Сочинение «... - это призвание!» Рабочие профессии. Жизненно важная профессия. Профессия, охраняющая общественный порядок. Встреча с интересной личностью.

Великие личности нашей страны и путь их становления. «Мои родители хотят, чтобы я был похож на...и работал.....» Сочинение-рассуждение: «Если бы я был президентом...» Экскурсия на предприятия нашего города. Отчет о посещении предприятий. Подготовка к круглому столу «Представим, что я...». Итоговый круглый стол «Мир профессий». Творческий проект «Моя будущая профессия». Викторина «Угадай профессию». Игра «Выбери лишнее!

Портрет личности. Ролевая игра «Встреча через 10 лет». Итоговый урок. Дискуссия.

III. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Я делаю выбор»

Занятия внеурочной деятельности «Мой выбор: я и моя профессия» ориентированы на формирование личностных и метапредметных результатов учащихся.

Личностные результаты:

потребность повышать свой культурный уровень, само реализовываться в разных видах деятельности;

в качестве личностных результатов освоения обучающимися этой части программы выступают готовность и способность к осознанному выбору профессии и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования;

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;

непрерывное духовно-нравственное развитие, реализация творческого потенциала в социально ориентированной, общественно-полезной деятельности на основе традиционных нравственных установок и моральных норм, непрерывного образования, самовоспитания;

воспитание уважительного отношения к труду, интерес к профессиям, желание овладеть какой-либо профессиональной деятельностью;

формирование поведенческих навыков трудовой деятельности, ответственность, дисциплинированность, самостоятельность в труде.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по социальному направлению «Мир профессий» -является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД

высказывать свое предположение (версию), работать по плану. Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала
давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке
средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений;
-умение ставить цель своей деятельности на основе имеющихся возможностей;
умение оценивать свою деятельность, аргументируя при этом причины достижения или отсутствия планируемого результата (участие в конкурсах);
формирование умения находить достаточные средства для решения своих учебных задач;
демонстрация приемов саморегуляции в процессе подготовки мероприятий разного уровня, участие в них, в том числе и в качестве конкурсанта.

Познавательные УУД

перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса;
преобразовывать информацию из одной формы другую;
анализ и принятие опыта разработки и реализации проекта исследования разной сложности;
критическое оценивание содержания и форм современных текстов;
овладение культурой активного использования словарей и других поисковых систем.

Коммуникативные УУД

доносить свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи;
умение организовать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
приобретение навыков работы индивидуально и в коллективе для решения поставленной задачи;
умение находить общее решение и разрешать конфликты;
соблюдение норм публичной речи в процессе выступления.

Предметные УУД:

Обучающийся получит возможность знать и понимать:

- Ключевые понятия: значение терминов "выбор", "ответственность", "альтернатива", "последствие", "ценность", "ресурс", "риск".
- Сферы применения: основные области жизни, где требуется осознанный выбор (профессиональная, образовательная, потребительская, межличностная, досуговая).

IV. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Я делаю выбор»

№	Тема занятия	Кол - во часов	Форма проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Введение. Знакомство.	1	Дискуссия	https://infourok.ru/
2	Мои личные профессиональные планы.	1	Просмотр презентации, отгадывание загадок	https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2023/01/11/vneurochnaya-deyatelnost-shagi-v-professiyu-5
3	Ценностные ориентации.	1	Просмотр презентации, беседа	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/obshchepedagogicheskiete-khnologii/2018/11/12/vneurochnaya-deyatelnost-kak
4	Самооценка и уровень притязаний.	1	Круглый стол, беседа	https://infourok.ru/zanyatie-po-proforientacii-samoocenka-i-uroven-prityazaniy-2174979.html?ysclid=mkxmybmrjx155009064
5	Интересы и склонности в выборе профессии.	1	Написание сочинения-рассуждения	https://ru.wikipedia.org/wiki/Профессиональная_ориентация?ysclid=mkwxa99lcu850493532
6	Классификация профессий по Климову.	1	Составляем список профессий в школе, выбираем профессии, составляем вопросы для интервью	https://ru.wikipedia.org/wiki/Климов,_Евгений_Александрович_(психолог)?ysclid=mkwxb38v9b898426992

7	Концепция индивидуальности Голланда.	1	Знакомство с содержанием профессии. Интервью(профессионально-важные качества, риски профессии), фоторепортаж.	https://ru.wikipedia.org/wiki/Психология_личности?ysclid=mkwxc558jg23531634 \
8	Правила выбора профессии.	1	Проблемная ситуация: какими должны быть учитель, воспитатель?	https://ru.wikipedia.org/wiki/Профессиональная_ориентация?ysclid=mkwxehr2q0488075495
9	Ошибки и затруднения при выборе профессии.	1	Встреча с работниками социально-психологической службы	https://itmouse.by/blog/vybor-budushhey-professii
10	Кем работают мои родные. Кем работают мои родители?	1	Экскурсия в библиотеку, интервью, фоторепортаж	https://infourok.ru/urok-po-vneurochnoy-rabote-professii-moih-roditeley-3911785.html?ysclid=mkxmzd05cj921922492
11	Что такое профессия?	1	Лекция	https://ru.wikipedia.org/wiki/Профессиограмма?ysclid=mkwxf5r9s9203470191
12	В каких учебных заведениях можно получить профессию?	1	Круглый стол. Дискуссия. Другие профессии школы. Краткая характеристика профессий	https://ru.wikipedia.org/wiki/Высшее_образование_в_России?ysclid=mkwxgagcp8412840007
13	На работу устраиваемся по правилам.	1	Викторина, презентация	https://ru.wikipedia.org/wiki/Подбор_персонала?ysclid=mkwxguyb9n718713098

14	«Секреты» выбора профессии «могу», «надо»).	1	Просмотр презентации, беседа	https://infourok.ru/vneklassnoe-meropriyatie-sekrety-vybora-professii-hochu-mogu-nado-6921905.html?ysclid=mkxn018mon654581870
15	«Быть нужным людям...».	1	Интервью, фоторепортаж	https://znanio.ru/media/beseda-na-temu--chto-znachit-byt-nuzhnym-lyudyam-2838272?ysclid=mkxn1cm2bk905745897
16	«Быть нужным людям...».	1	Интервью, фоторепортаж	https://znanio.ru/media/beseda-na-temu--chto-znachit-byt-nuzhnym-lyudyam-2838272?ysclid=mkxn1cm2bk905745897
17	Как готовить себя к будущей профессии?	1	Фоторепортаж, интервью	https://infourok.ru/programma-kursa-vneurochnoj-deyatelnosti-moya-budushaya-professiya-4083414.html?ysclid=mkxnb38lj7703407219
18	Исследование «Необычная творческая профессия».	1	Необычные профессии. Просмотр презентации, беседа	https://moeobrazovanie.ru/gotoviye_uroki_po_proforientatsii.html .
19	Сочинение «... - это призвание!»	1	Написание сочинения-рассуждения	https://moeobrazovanie.ru/gotoviye_uroki_po_proforientatsii.h tml .
20	Рабочие профессии. Жизненно важная профессия.	1	Встреча.	https://proektoria.online/lessons .

21	Профессия, охраняющая общественный порядок. Встреча с интересной личностью.	1	Анаграммы, ребусы, викторина	https://proektoria.online/lesson.s.
22	Великие личности нашей страны и путь их становления.	1	Пресс-конференция с родителями наинтересна ваша профессия?»	https://infourok.ru/planirovanie-vneurochnogo-zanyatiya-velikie-lyudi-rossii-529900.html?ysclid=mkxnk5mi4u340514236
23	В каких учебных заведениях можно получить профессию?	1	Интервью, фоторепортаж	https://infourok.ru/planirovanie-vneurochnogo-zanyatiya-velikie-lyudi-rossii-529900.html?ysclid=mkxnk5mi4u340514236
24	Сочинение-рассуждение: «Если президентом...»	1	Написание сочинения - рассуждения	https://proektoria.online/
25	Экскурсия на предприятия нашего города.	1	Интервью. Краткая характеристика профессионально - важные качества. Фоторепортаж.	https://proektoria.online/
26	Беседа о посещении предприятий.	1	Профессионально - важные качества, риски профессии.	https://proektoria.online/
27	Подготовка к круглому столу «Представим, что я...».	1	Круглый стол	https://ypok.pф/library/mir_professiy_i_my.html?ysclid=mkxmnu0icp355301071
28	Круглый стол «Мир профессий».	1	Урок - игра	https://ypok.pф/library/mir_professiy_i_my.html?ysclid=mkxmnu0icp355301071
29	Творческий проект "Моя будущая профессия".	1	Беседа. Составление плана рассказа,	https://ypok.pф/library_kids/tv_orcheskij_proekt_moya_budus

			презентации.	haya_professiya_132453.html?ysclid=mkxmn3wm4g650442402
30	Викторина «Угадай профессию».	1	Подготовка к занятию. Проведение игрового занятия	https://ypok.pf/library/urok_viktorina_ugadaj_professiyu_102133.html?ysclid=mkxmmjjfpf230777630
31	Игра «Выбери лишнее!	1	Обобщение, систематизация	https://iqsha.ru/uprazhneniya/topic/isklyuchaem-lishnee
32	Викторина «Моя любимая профессия».	1	Викторина	https://eee-science.ru/item-work/2019-2755/?ysclid=mkxmjg5pwu174454684
33	Итоговое занятие рефлексия.	1	Урок-игра	https://proektoria.online/
34	Итоговое занятие рефлексия.	1	Круглый стол	https://proektoria.online/

V. Список используемой литературы и Интернет ресурсов

1. Прилипская Е.В., Сухаревская Е.Ю. Мир профессий. Программа развивающего курса внеурочной деятельности. Изд. «ВИТА-ПРЕСС», Ростов-на-Дону, 2015
https://infourok.ru/programma_po_proforientacionnoy_rabote_i_predprofilnoy_podgotovke_uchaschihsya_ua_delayu_vybor-399610.htm?ysclid=mkxns8d0zw127705953
2. Сухаревская Е.Ю. «Мир профессий»: Ростов-на-Дону, издательство «С-ИНФО», 2008
3. Елькина О.Ю. Путешествие в мир профессий. Методические рекомендации для учителей 1 – 4 классов. М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2011
4. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России [Текст] - М.: Изд. «Просвещение», 2011
<https://search.rsl.ru/ru/record/01007210048?ysclid>
5. Борисова Е.М., Логинова Г.П. Индивидуальность и профессия. - М.: Изд. «Знание», 2009.
6. Журкова, А.Я. Чистякова С.Н. Методика формирования профессионального самоопределения школьников на различных возрастных этапах [Текст]: учеб. пособие / Кемерово, 2016
7. Загребина, Г.В. Давай устроим праздник [Текст] / Г.В. Загребина. - Ярославль, 2018
8. Игумнова, Е. Банкир, фермер или портной... кто же я буду такой? Учебное пособие для преподавателей / Е. Игумнова. - Новосибирск, 2014
9. Образцова, Т.Н. Ролевые игры для детей / Т.Н. Образцова. - М.: ООО «Этрол», ООО «ИКТЦ «ЛАДА», 2015
10. Большая детская энциклопедия «Выбор профессии». – М.: Изд. «Просвещение», 2017
<https://meshok.net/listing?pp=100&related=Энциклопедия+Выбор+профессии&ysclid=mkxnxwqbgp514856790>
11. Энциклопедия «Я познаю мир». – М.: Изд. Дрофа, 2009 <https://fantlab.ru/series6204?ysclid=mkxnxzexb4a475488979>
12. Ульева Е.А. «Профессии. Кем я стану, когда вырасту?» Энциклопедия для малышей. – М.: Изд. Феникс-Премьер, 2017