

ДЕПАРТАМЕНТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ ВОЛГОГРАДА  
Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Лицей №1 Красноармейского района Волгограда»  
Брестская ул., д. 15, Волгоград, 400096. Тел. (8442) 61-01-62. Факс (8442) 65-31-55.  
ОКПО 10537635, ОГРН 1033401196949, ИНН/КПП 3448013142/344801001

**РАССМОТРЕНО**  
на заседании МО КР  
МОУ Лицея № 1  
*Сухоф* О. М. Сухорукова  
протокол  
от «29» авг 2025 г. № 1

**СОГЛАСОВАНО**  
Заместитель директора по  
УВР МОУ Лицея № 1  
*Г. В. Андреева*  
«29» авг 2025 г. № \_\_\_\_\_



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«МИР ПРОФЕССИЙ»**

для обучающихся 5 классов

срок реализации 1 год

Волгоград, 2025 год

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности для 5 классов  
«Мир профессий»  
Пояснительная записка**

- Рабочая программа по профориентации для 5 классов разработана в соответствии:
- с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования;
  - с учебным планом МОУ Лицей № 1;
  - с рекомендациями Примерной рабочей программы по внеурочной деятельности «Профориентация», одобренной решением Федерального учебно-методического объединения по общему образованию;
  - с рабочей программой воспитания МОУ Лицей № 1

**Цели изучения курса внеурочной деятельности «Профориентация»**

Курс нацелен на помощь учащемуся:

- в освоении над профессиональных компетенций (навыков общения, навыков работы в команде, навыков поведения в конфликтной ситуации, навыков сотрудничества, навыков принятия решения и ответственности за них и т.д.), так как 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 в мире профессий и в способах получения профессионального образования, что позволит учащемуся в большей степени самостоятельно делать выборы в профессиональной сфере, объективнее оценивать свои шансы на получение профессии, корректировать свой школьный образовательный маршрут;
- в познании себя, своих мотивов, устремлениях, склонностей, так как 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 сфере выбора профессии;
- в формировании и развитии трех компонентов готовности к профессиональному самоопределению: мотивационно-личностного (смыслового), когнитивного (карьерная грамотность) и деятельностного;
- в планировании жизненного и профессионального пути, что позволит учащемуся строить образ своего будущего, видеть задачи, которые предстоит решить для достижения этого образа;
- в поддержании мотивации учащегося к осуществлению трудовой деятельности, что позволит видеть ему социальный характер любого труда, понимать естественность ежедневных усилий, как для повышения своего будущего профессионального уровня, так и обычного труда в семье, во дворе своего дома.

## Содержание учебного предмета

### 1. Введение (1 ч)

1. Что такое профессия. Труд. Трудовая деятельность. Физический и интеллектуальный труд. Профессиональная деятельность. Карьера

### 2. Многообразие профессий (7 ч)

Профессиональное становление. Личные профессиональные планы. Трудовая династия. Рынок труда и профессий. Забытые и редкие профессии. Профессии будущего. Профессии родителей и близких. Ранжированный список значимых профессий. Альманах «Атлас профессий будущего». Пути выбора профессии. Квалификация, мастерство, качество профессиональной деятельности.

### 3. Изучаем себя и свои профессиональные ориентиры (10 ч)

Личностные приоритеты в выборе профессии. Привлекательность профессии для отдельных людей. Ценностные ориентации при выборе профессии. Самооценка и уровень притязаний. Типы темпераментов. Темперамент человека и его роль в выборе профессии. Классификация профессий по Климову. Психологическая карта профессий. Человек-человек. Человек-техника. Человек-природа. Человек - знаковая система. Человек - художественный образ. Тест по классификации Климова. Оценка профессиональных типов по Голланду. Карты интересов А. Голомшток в модификации Г. Резапкиной.

### 4. Правила выбора профессии. (8 ч)

Интересы и склонности в выборе профессии.(внутренние и внешние). Возможности и способности.(общие, специальные). Спрос выбранной профессии в обществе. «Вечные», «сквозные». «дефицитные», «перспективные». «свободные» профессии. «Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо») Правила подготовки к будущей профессии Ошибки и затруднения при выборе профессии. Знакомство со схемой анализа профессий, разработанной Н.С. Пряжниковым. Что такое профессиограмма? Виды и примеры профессиограмм. Что такое СУЗы и ВУЗы. Трудовое право для несовершеннолетних.

### 5. Знакомимся с миром профессий (6ч)

Требования к людям разных профессий. Плюсы, минусы и перспективы отдельных профессиональных групп. Профессии сферы образования Медицинские профессии. Профессии сферы обслуживания. Военные профессии. Деятельность правоохранительных органов.

**6. Итоговое обобщение (2 ч)** Цели, задачи, структура, форма, содержание проекта «Моя будущая профессия». Правила презентации проекта. Как добиться внимания аудитории.

## **Планируемые результаты освоения внеурочного курса «Мир профессий»**

### ***Личностные результаты***

К важнейшим личностным результатам относятся следующие убеждения и качества:

#### *в сфере патриотического воспитания:*

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;
- ценностное отношение к достижениям своей Родины - России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа;
- уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране.

#### *в сфере гражданского воспитания:*

- уважение прав, свобод и законных интересов других людей;
- активное участие в жизни семьи, образовательной организации, местного сообщества, родного края, страны.

#### *в духовно-нравственной сфере:*

- представление о традиционных духовно-нравственных ценностях народов России;
- ориентация на моральные ценности и нормы современного российского общества в ситуациях нравственного выбора;
- готовность оценивать свое поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков;
- активное неприятие асоциальных поступков.

#### *в понимании ценности научного познания:*

- осмысление значения истории как знания о развитии человека и общества, о социальном, культурном и нравственном опыте предшествующих поколений;
- овладение навыками познания и оценки событий прошлого с позиций историзма;
- формирование и сохранение интереса к истории как важной составляющей современного общественного сознания.

#### *в сфере эстетического воспитания:*

- представление о профессиональном многообразии мира труда;
- осознание важности культуры как воплощения ценностей общества и средства коммуникации.

в формировании ценностного отношения к жизни и здоровью:

- осознание ценности жизни и необходимости ее сохранения (в том числе — на основе примеров из истории);
- представление об идеалах гармоничного физического и духовного развития человека в исторических обществах (в античном мире, эпоху Возрождения) и в современную эпоху.

в сфере трудового воспитания:

- понимание на основе знания о профессиях значения трудовой деятельности людей как источника развития человека и общества;
- представление о разнообразии существовавших в прошлом и современных профессий;
- определение сферы профессионально-ориентированных интересов, построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов;
- уважение к труду и результатам трудовой деятельности человека.

в сфере экологического воспитания:

- осмысление исторического опыта взаимодействия людей с природной средой;
- осознание глобального характера экологических проблем современного мира и необходимости защиты окружающей среды;
- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;
- готовность к участию в практической деятельности экологической направленности.

в сфере адаптации к меняющимся условиям социальной и природной среды:

- представления об изменениях природной и социальной среды в истории, об опыте адаптации людей к новым жизненным условиям, о значении совместной деятельности для конструктивного ответа на природные и социальные вызовы.

### **Метапредметные результаты**

Метапредметные результаты выражаются в следующих качествах и действиях.

В сфере универсальных учебных познавательных действий:

- владение базовыми логическими действиями: систематизировать и обобщать факты (в форме таблиц, схем); выявлять характерные признаки различных явлений; раскрывать причинно-следственные связи событий; сравнивать события, ситуации, выявляя общие черты и различия; формулировать и обосновывать выводы;
- владение базовыми исследовательскими действиями: определять познавательную задачу; намечать путь ее решения и осуществлять подбор исторического материала, объекта; систематизировать и анализировать исторические факты, соотносить полученный результат с имеющимся знанием; определять новизну и обоснованность

полученного результата; представлять результаты своей деятельности в различных формах (сообщение, эссе, презентация, реферат, учебный проект и др.);

- работа с информацией: осуществлять анализ учебной и вне- учебной информации (учебник, тексты исторических источников, научно-популярная литература, интернет-ресурсы и др.) — извлекать информацию из источника; различать виды источников исторической информации; высказывать суждение о достоверности и значении информации источника (по критериям, предложенным учителем или сформулированным самостоятельно).

*В сфере универсальных учебных коммуникативных действий:*

- общение: представлять особенности взаимодействия людей в различных обществах и современном мире; участвовать в обсуждении событий и различных точек зрения, раскрывать различие и сходство высказываемых оценок; выражать и аргументировать свою точку зрения в устном высказывании, письменном тексте; публично представлять результаты выполненного исследования, проекта; осваивать и применять правила межкультурного взаимодействия в школе и социальном окружении;

- осуществление совместной деятельности: осознавать на основе примеров значение совместной работы как эффективного средства достижения поставленных целей; планировать и осуществлять совместную работу, коллективные учебные проекты по истории; определять свое участие в общей работе и координировать свои действия с другими членами команды; оценивать полученные результаты и свой вклад в общую работу.

*В сфере универсальных учебных регулятивных действий:*

- владение приемами самоорганизации своей учебной и общественной работы (выявление проблемы, требующей решения; составление плана действий и определение способа решения);

- владение приемами самоконтроля - осуществление самоконтроля, рефлексии и самооценки полученных результатов; способность вносить коррективы в свою работу с учетом установленных ошибок, возникших трудностей.

*В сфере эмоционального интеллекта, понимания себя и других:*

- выявлять на примерах исторических ситуаций роль эмоций в отношениях между людьми;

- ставить себя на место другого человека, понимать мотивы действий другого (в жизненных ситуациях и окружающей действительности);

- регулировать способ выражения своих эмоций с учетом позиций и мнений других участников общения.

Предметные результаты выражаются в следующих качествах и действиях

- владеть приёмами исследовательской деятельности, навыками поиска необходимой информации;
- использовать полученные знания и навыки по подготовке и проведению социально значимых мероприятий;
- владеть основами разработки социальных проектов и организации коллективной творческой деятельности;
- приобретение опыта исследовательской деятельности;
- участвовать в исследовательских работах;
- знать о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации;
- иметь представление о правилах проведения исследования;
- получение первоначального опыта самореализации.

**Тематическое планирование курса «Мир профессий»**

№	Раздел (модуль) / тема	Кол-во часов	Форма проведения занятий	Электронные ресурсы
<b>I. Введение (1 ч)</b>				
1	Что такое профессия?	1	беседа	<a href="https://infourok.ru/konspekt-vneurochnogo-zanyatiya-proforientaciya-klass-3341833.html">https://infourok.ru/konspekt-vneurochnogo-zanyatiya-proforientaciya-klass-3341833.html</a>
<b>II. Многообразие профессий (8 ч)</b>				
2	Кем я хочу стать. Мои личные профессиональные планы	1	дискуссия	<a href="https://ilmen.minobr63.ru/wp-content/uploads/профуроки/5.pdf">https://ilmen.minobr63.ru/wp-content/uploads/профуроки/5.pdf</a>
3	Профессии моего рода. Что такое трудовая династия	1	урок-рассуждение	<a href="https://nsportal.ru/shkola/vneklassnaya-rabota/library/2020/11/02/proforientatsionnaya-igra-puteshestvie-v-mir-professii">https://nsportal.ru/shkola/vneklassnaya-rabota/library/2020/11/02/proforientatsionnaya-igra-puteshestvie-v-mir-professii</a>
4	Забытые и редкие профессии	1	решение кейсов	<a href="https://infourok.ru/poznavatelnyaya-beseda-zabytye-professii-4930267.html">https://infourok.ru/poznavatelnyaya-beseda-zabytye-professii-4930267.html</a>
5	Профессии будущего. Реальность или фантастика?	1	беседа	<a href="https://psychology.snauka.ru/2016/12/7546">https://psychology.snauka.ru/2016/12/7546</a> <a href="https://xn--jlahfl.xn--p1ai/library/klassnij_chas_po_proforientacii_professii_budushego_152939.html">https://xn--jlahfl.xn--p1ai/library/klassnij_chas_po_proforientacii_professii_budushego_152939.html</a>
6	Профессии будущего. Атлас профессий	1	практическая работа	<a href="http://atlas100.ru/">http://atlas100.ru/</a> <a href="https://atlas100.ru/examples/games-and-practices/games/igra-karty-budushchego/">https://atlas100.ru/examples/games-and-practices/games/igra-karty-budushchego/</a> <a href="https://atlas100.ru/examples/games-and-practices/games/kvest-igra-kompas-professiy-budushchego/">https://atlas100.ru/examples/games-and-practices/games/kvest-igra-kompas-professiy-budushchego/</a>
7	Самая важная профессия в мире	1	коммуникативные бои	<a href="https://multiurok.ru/files/5-klass-urok-43-kakaia-professiia-samaia-vazhnaia.html">https://multiurok.ru/files/5-klass-urok-43-kakaia-professiia-samaia-vazhnaia.html</a> <a href="https://videouroki.net/razrabotki/putieshiestvie-v-professiuu.html">https://videouroki.net/razrabotki/putieshiestvie-v-professiuu.html</a>
8	Исследование «Необычная творческая профессия»	1	исследование	

<b>III. Изучаем себя и свои профессиональные ориентиры (10ч)</b>				
9	Ценностные ориентации при выборе профессии. Самооценка и уровень притязаний	1	лекция	<a href="https://schoolcollection.edu.ru">https://schoolcollection.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru/zanyatie-po-proforientacii-samoocenka-i-uroven-prityazaniy-2174979.html">https://infourok.ru/zanyatie-po-proforientacii-samoocenka-i-uroven-prityazaniy-2174979.html</a>
10	Темперамент человека и его роль в выборе профессии	1	практическая работа	<a href="https://nsportal.ru/shkola/klassnoe-rukovodstvo/library/2016/03/13/vybor-professii-po-tipu-temperamenta">https://nsportal.ru/shkola/klassnoe-rukovodstvo/library/2016/03/13/vybor-professii-po-tipu-temperamenta</a>
11	Классификация профессий по Климову. Человек-человек	1	лекция с элементами беседы	<a href="https://infourok.ru/konspekt-zanyatiya-klassifikaciya-professiy-po-klimovu-3178458.html">https://infourok.ru/konspekt-zanyatiya-klassifikaciya-professiy-po-klimovu-3178458.html</a> <a href="https://infourok.ru/konspekt-zanyatiya-chelovek-chelovek-5127470.html">https://infourok.ru/konspekt-zanyatiya-chelovek-chelovek-5127470.html</a>
12	Классификация профессий по Климову. Человек-техника.	1	лекция с элементами беседы	<a href="https://infourok.ru/konspekt-zanyatiya-chelovek-tehnika-5126744.html">https://infourok.ru/konspekt-zanyatiya-chelovek-tehnika-5126744.html</a>
13	Классификация профессий по Климову. Человек-природа	1	Лекция с элементами беседы	<a href="https://videouroki.net/video/05-klassifikaciya-professij-chelovek-priroda.html">https://videouroki.net/video/05-klassifikaciya-professij-chelovek-priroda.html</a>
14	Классификация профессий по Климову. Человек - знаковая система	1	лекция с элементами беседы	<a href="https://zaochnik.ru/blog/professii-tipa-chelovek-znakovaja-sistema-znak-spisok-professij-harakteristika/">https://zaochnik.ru/blog/professii-tipa-chelovek-znakovaja-sistema-znak-spisok-professij-harakteristika/</a>
15	Классификация профессий по Климову. Человек - художественный образ	1	лекция с элементами беседы	<a href="https://zaochnik.ru/blog/professii-tipa-chelovek-hudozhestvennyj-obraz-spisok-opisanie-harakteristiki/">https://zaochnik.ru/blog/professii-tipa-chelovek-hudozhestvennyj-obraz-spisok-opisanie-harakteristiki/</a>
16	Отвечаем на вопросник Климова	1	практическая работа	<a href="https://test-proforientaciya.ru/test/test-klimova-onlain/">https://test-proforientaciya.ru/test/test-klimova-onlain/</a> <a href="https://infourok.ru/proforientaciya-oprosnik-klimov-ea-2451062.html">https://infourok.ru/proforientaciya-oprosnik-klimov-ea-2451062.html</a>
17	Оценка профессиональных типов по Голланду	1	практическая работа	<a href="https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2012/05/11/test-dgollanda-po-opredeleniyu-tipa-lichnosti">https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2012/05/11/test-dgollanda-po-opredeleniyu-tipa-lichnosti</a>
18	Карты интересов А. Голомшток в модификации Г. Резапкиной	1	практическая работа	<a href="http://proforientir42.ru/testirovanie/issledovanie-professionalnyh-interesov/">http://proforientir42.ru/testirovanie/issledovanie-professionalnyh-interesov/</a>
<b>IV. Правила выбора профессии (8 ч)</b>				
19	Интересы и склонности в выборе профессии	1	беседа	РЭШ. <a href="https://resh.edu.ru/Skysmart/">https://resh.edu.ru/Skysmart/</a> <a href="https://skysmart.ru/">https://skysmart.ru/</a> Единая коллекция образовательных ресурсов <a href="https://schoolcollection.edu.ru">https://schoolcollection.edu.ru</a>
20	«Секреты» выбора профессии («хочу», «могу», «надо»)	1	решение кейсов	Единая коллекция образовательных ресурсов <a href="https://schoolcollection.edu.ru">https://schoolcollection.edu.ru</a>
21	Как готовить себя к будущей профессии?	1	интерактивная игра	<a href="https://atlas100.ru/examples/games-and-practices/games/kvest-igra-kompas-professiy-budushchego/">https://atlas100.ru/examples/games-and-practices/games/kvest-igra-kompas-professiy-budushchego/</a>

22	Ошибки и затруднения при выборе профессии	1	лекция с элементами беседы	<a href="https://infourok.ru/konspekt-zanyatiya-oshibki-i-zatrudneniya-v-vybore-professii-3983077.html">https://infourok.ru/konspekt-zanyatiya-oshibki-i-zatrudneniya-v-vybore-professii-3983077.html</a> <a href="https://multiurok.ru/files/urok-po-vyboru-professii-tiema-oshibki-i-trudnosti-pri-vyborie-professii-1.html">https://multiurok.ru/files/urok-po-vyboru-professii-tiema-oshibki-i-trudnosti-pri-vyborie-professii-1.html</a>
23	Знакомство со схемой анализа профессий, разработанной Н.С. Пряжниковым	1	практическая работа	<a href="https://psy.1sept.ru/article.php?ID=200001807">https://psy.1sept.ru/article.php?ID=200001807</a>
24	Что такое профессиограмма?	1	групповая работа	<a href="https://www.1urok.ru/categories/19/articles/38540">https://www.1urok.ru/categories/19/articles/38540</a> <a href="https://uchitelya.com/tehnologiya/113095-osnovy-vybora-professii-sostavlenie-professigrammy.html">https://uchitelya.com/tehnologiya/113095-osnovy-vybora-professii-sostavlenie-professigrammy.html</a>
25	В каких учебных заведениях можно получить профессию?	1	практическая работа	<a href="https://www.profguide.io/">https://www.profguide.io/</a>
26	Хочу работать! Трудовое право для несовершеннолетних	1	решение ситуативных задач	<a href="http://www.myshared.ru/slide/1279857">http://www.myshared.ru/slide/1279857</a>
<b>V. Знакомимся с миром профессий (6ч)</b>				
27	Кто дает нам знания? Профессии системы образования	1	мини-проект	<a href="https://www.kp.ru/putevoditel/obrazovanie/professii-v-sfere-obrazovaniya/">https://www.kp.ru/putevoditel/obrazovanie/professii-v-sfere-obrazovaniya/</a>
28	Будьте здоровы! Медицинские профессии	1	мини-проект	<a href="https://myslide.ru/presentation/professiya-vrach">https://myslide.ru/presentation/professiya-vrach</a>
29	На страже порядка. Профессии правоохранительных органов	1	экскурсия (встреча)	<a href="https://infourok.ru/material.html?mid=6735">https://infourok.ru/material.html?mid=6735</a> <a href="https://vplate.ru/professii/v-pravoohranitelnoj-devatelnosti/">https://vplate.ru/professii/v-pravoohranitelnoj-devatelnosti/</a>
30	Защищая покой страны. Военные профессии	1	встреча	<a href="https://urok.1sept.ru/articles/683659">https://urok.1sept.ru/articles/683659</a>
31	Как добиться успеха? Встреча с интересной личностью	1	встреча	
32	Интеллект карта «Мир современных профессий»	1	Практическая работа	<a href="https://21416s16.edusite.ru/p237aa1.html">https://21416s16.edusite.ru/p237aa1.html</a>
<b>VI. Итоговое обобщение (2 ч)</b>				
33	Проект «Моя будущая профессия»	1	защита проекта	Единая коллекция образовательных ресурсов <a href="https://schoolcollection.edu.ru">https://schoolcollection.edu.ru</a>
34	Проект «Моя будущая профессия»	1	защита проекта	