

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 15 города Тюмени

РАССМОТРЕНО
на педагогическом совете МАОУ СОШ №15
города Тюмени,
протокол от 31.08.2026 № 1

СОГЛАСОВАНО
Председатель
Управляющего совета
 /Пономаренко Н.А.
протокол от 31.08.2026 № 1

УТВЕРЖДЕНО
Директор МАОУ СОШ № 15
города Тюмени
Приказ от 31.08.2026 № 297
 /И.В. Носова



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Тропинка в профессию
курс внеурочной деятельности

5 класс

2026-2027 учебный год

Педагоги, реализующий курс: Прибыткова Т.Н., Пуртова С.Н., Янковская А.П., Якупов Р.А., Алибаева А.Р., Парфёнова В.Я., Ражева Т.И.,
Перетяткина Е.А., Миланович А.В., Яковлева И.П., Истомина Н.В., Логунова Е.С.

Тюмень, 2026

Пояснительная записка

Места проведения экскурсий в Тюмени и Тюменской области определяются школой после согласования с принимающими организациями. Указание отрасли или типа учреждения не означает наличия договорённости. При невозможности очного посещения используются виртуальные экскурсии и встречи со специалистами.

В рамках Национального проекта «Образование» реализуется федеральный проект «Успех каждого ребенка», одним из направлений которого является профориентация школьников. Профессиональная деятельность занимает в жизни человека особое место. Родителей волнует будущее их детей с самого рождения. Они внимательно следят за развитием склонностей своих детей, стараются помочь им в профессиональном выборе. В современном обществе всё более актуальной становится проблема создания условий для успешного профессионального самоопределения выпускников общеобразовательных учебных заведений. Его важнейший аспект - организация сопровождения профессионального самоопределения учащихся с учётом их способностей и интересов, а также потребностей общества.

На сегодняшний день существует огромное количество различных профессий, и социализация ребенка является важнейшим звеном в мире человеческих занятий. Так как дети школьного возраста имеют поверхностные представления о профессиях, в школах необходимо уделять больше внимания профориентации среднего звена школьников.

В соответствии с федеральным проектом предусматривается обновление содержания дополнительного образования всех направленностей, повышение качества и вариативности образовательных программ. В школе учебный план не предусматривает выделение часов на профориентационную работу с обучающимися, хотя именно школа является главным звеном процесса профессионального самоопределения учащихся. Поэтому возникла необходимость создания программы по внеурочной деятельности для среднего звена школы «Тропинка в профессию».

Региональный компонент программы ориентирован на город Тюмень и Тюменскую область. Обучающиеся знакомятся с трудом жителей своего города и региона.

Программа охватывает профессии в образовании, здравоохранении, культуре, строительстве, транспорте, сфере услуг, сельском хозяйстве и нефтегазовой отрасли.

Актуальность программы связана с необходимостью знакомства обучающихся с профессиями и организациями Тюмени и Тюменской области. Знакомство с трудом жителей региона, встречи со специалистами и профессиональные пробы помогают школьникам соотнести свои интересы с возможными образовательными маршрутами.

Всем известно, чтобы познакомить ребенка с определенной профессией недостаточно рассказать о ней, необходимо чтобы ребёнок увидел предприятие, сам попробовал что-то сделать. Для этого в старших классах проводятся профессиональные пробы.

Цель программы «Тропинка в профессию»: формирование профориентационной компетентности подростков путем включения в процесс активного планирования своего профессионального будущего.

Задачи:

1. Познакомить обучающихся с особенностями различных видов профессий родного края;
2. Способствовать формированию уважительного отношения к труду и людям разных профессий;
3. Активизировать внутренние психологические ресурсы обучающихся для формирования умения составлять и корректировать свою профессиональную перспективу;
4. Осознать значимость правильного выбора будущей профессии;
5. Развивать навыки конструктивного взаимодействия при выборе будущей профессии;
6. Уметь оценивать свое решение о профессиональном выборе.

Ожидаемые результаты прохождения программы внеурочной деятельности «Тропинка в профессию»:

- В школе будет создана профориентационная среда;
- У обучающихся будут сформированы знания о труде и профессиях (знание и уважение трудовых традиций своей семьи, знания о разных профессиях и их требованиях к здоровью, морально-психологическим качествам, знаниям и умениям человека и т.п.);
- Обучающиеся получают начальный опыт самостоятельного общественно полезного действия, у подростков будут сформированы социально приемлемые модели поведения.

Программа внеурочной деятельности «Тропинка в профессию» социальной направленности с практической ориентацией разработана для обучающихся 5 классов.

На усвоение программы отведено 34 часа для 5 класса. Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО.

Планируемые результаты освоения программы внеурочной деятельности «Тропинка в профессию»

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности «Тропинка в профессию» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- 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 приёмов саморегуляции в процессе подготовки мероприятий разного уровня, участие в них, в том числе и в качестве конкурсанта.

Познавательные УУД:

- Навык делать выводы, устанавливать причинно-следственные связи на основе полученной информации о профессиях
- Анализ и принятие опыта разработки и реализации проекта исследования разной сложности;
- Умение находить в тексте требуемую информацию, ориентироваться в тексте, устанавливать взаимосвязи между описываемыми событиями и явлениями;
- Критическое оценивание содержания и форм современных текстов;
- Овладение культурой активного использования словарей и других поисковых систем.

Коммуникативные УУД:

- Умение организовать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками в клубе;
- Приобретение навыков работы индивидуально и в коллективе для решения поставленной задачи;
- Умение находить общее решение и разрешать конфликты;
- О правилах конструктивной групповой работы;
- Опыт публичного выступления;
- Опыт самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности;
- Соблюдение норм публичной речи в процессе выступления.

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;
- Об этике и эстетике повседневной жизни человека в обществе;
- О принятых в обществе нормах поведения и общения;
- Об основах здорового образа жизни;
- Развитие ценностного отношения подростков к труду.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- Участвовать в исследовательских работах;
- Знать о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации;
- Иметь представление о правилах проведения исследования;
- Получение первоначального опыта самореализации.

Занятия проводятся в форме групповой работы с элементами тренинга. При проведении занятий курса используются следующие формы и методы работы:

- Профориентационные игры.
- Игровые профессиональные упражнения.
- Самоописание.
- Групповая дискуссия.
- Использование конструктивной обратной связи.

Формы работы

- Рассказ.
- Познавательная беседа.
- Практика.
- Тренинг.
- Тестирование.
- Анкетирование.
- Экскурсии.
- Встречи с людьми интересных профессий.

Введение. Знакомство

Содержание программы 1 год обучения (5 класс, 34 часа)

Готов ли ты к выбору профессии?

Основные элементы личности. Психологическая защита. Введение в мир профессий. Ценность труда

Понятие «профессия». Что отличает профессиональную деятельность от хобби? Чем отличается профессиональная деятельность от трудовой? Многообразие мира профессий. Рисунок профессии (все учащиеся рисуют какую-либо профессию по собственному выбору, рисунки вывешивают в классе, учащиеся должны определить, что за профессия изображена). Упражнение «Древо профессий» (профессии родителей, прародителей).

Характеристики профессий: Характеристики, признаки, объединяющие разные профессии: условия труда, орудия труда, предметы труда. Игры: «Алфавит профессий», «Снежный ком» (по профессиям), «Семь нот», «Чем пахнут ремесла?», «Отгадай профессию по действию».

Деление профессий по предмету труда: Типы профессий «Человек-Человек», «Человек-Художественный образ», «Человек-Техника», «Человек-Знаковая система», «Человек-Природа». Игры: «Пасьянс профессий», «Четвертый лишний», «Доскажи словечко».

Тип профессий «Человек-Техника»: Игры: «Словарь профессий – ЧТ», «Слова-слова – ЧТ», «Четвертый лишний – ЧТ», «Синонимы – ЧТ», «Самая-самая – ЧТ» Упражнение «Пантомима» Ребусы – ЧТ, анаграммы – ЧТ, загадки – ЧТ Кроссворд по профессиям типа ЧТ.

Викторина «Профессии типа ЧТ» по принципу интеллектуального телешоу «Своя игра» (возможные рубрики: Люди, прославившие свою профессию, Атрибуты профессий, Профессии литературных героев, Пословицы и поговорки о труде, Профессии в фильмах и др.).

Экскурсии по типу «Человек – Техника»: Предприятие технического профиля в Тюмени – по предварительному согласованию; при отсутствии возможности посещения – виртуальная экскурсия.

Тип профессий «Человек-Знаковая система»: Игры: «Словарь профессий – ЧЗ», «Слова-слова – ЧЗ», «Четвертый лишний – ЧЗ», «Синонимы – ЧЗ», «Самая-самая – ЧЗ» Упражнение «Пантомима». Ребусы – ЧЗ, анаграммы – ЧЗ, загадки – ЧЗ Кроссворд по профессиям типа ЧЗ. Викторина «Профессии типа ЧЗ» по принципу интеллектуального телешоу «Своя игра» (возможные рубрики: Люди, прославившие свою профессию, Атрибуты профессий, Профессии литературных героев, Пословицы и поговорки о труде, Профессии в фильмах и др.). Экскурсии по типу «Человек – Знаковая система»: Знакомство с работой органов местного самоуправления и банковского отделения в Тюмени: встреча со специалистом или виртуальная экскурсия.

Тип профессий «Человек-Художественный образ»: Игры: «Словарь профессий – ЧХ», «Слова-слова – ЧХ», «Четвертый лишний – ЧХ», «Синонимы – ЧХ», «Самая-самая – ЧХ» Упражнение «Пантомима» Ребусы – ЧХ, анаграммы – ЧХ, загадки – ЧХ Кроссворд по профессиям типа ЧХ. Викторина «Профессии типа ЧХ» по принципу интеллектуального телешоу «Своя игра» (возможные рубрики: Люди, прославившие свою профессию, Атрибуты профессий, Профессии литературных героев, Пословицы и поговорки о труде, Профессии в фильмах и др.).

Экскурсии по типу «Человек – Художественный образ»: Театральное учреждение Тюмени: знакомство с театральными профессиями; посещение по согласованию.

Тип профессий «Человек-Человек»: Игры: «Словарь профессий – ЧЧ», «Слова-слова – ЧЧ», «Четвертый лишний – ЧЧ», «Синонимы – ЧЧ», «Самая-самая – ЧЧ», Упражнение «Пантомима» Ребусы – ЧЧ, анаграммы – ЧЧ, загадки – ЧЧ Кроссворд по профессиям типа ЧЧ. Викторина «Профессии типа ЧЧ» по принципу интеллектуального телешоу «Своя игра» (возможные рубрики: Люди, прославившие свою профессию, Атрибуты профессий, Профессии литературных героев, Пословицы и поговорки о труде, Профессии в фильмах и др.).

Экскурсии по типу «Человек – Человек»: Экскурсия в магазин. Экскурсия в парикмахерскую.

Тип профессий «Человек-Природа»: Игры: «Словарь профессий – ЧП», «Слова-слова – ЧП», «Четвертый лишний – ЧП», «Синонимы – ЧП», «Самая-самая – ЧП», Упражнение «Пантомима» Ребусы – ЧП, анаграммы – ЧП, загадки – ЧП Кроссворд по профессиям типа ЧП. Викторина «Профессии типа ЧП» по принципу интеллектуального телешоу «Своя игра» (возможные рубрики: Люди, прославившие свою профессию, Атрибуты профессий, Профессии литературных героев, Пословицы и поговорки о труде, Профессии в фильмах и др.).

Экскурсия по типу «Человек – Природа»: Сельскохозяйственное предприятие Тюменской области: очное знакомство по согласованию либо

виртуальная экскурсия. Конкурс «Профессии от А до Я» (интеллектуальный марафон) (1ч.). Викторина по принципу интеллектуального телешоу «Своя игра» (возможные рубрики: Люди, прославившие свою профессии, Атрибуты профессий, Профессии литературных героев, Пословицы и поговорки о труде, Ребусы, Анаграммы, Синонимы и др.).

Тематическое планирование 5 класс. «В мире профессий»

№	Тема	Кол-во часов
1	Введение. Знакомство.	1
2	Готов ли ты к выбору профессии?	1
3	Основные элементы личности. Психологическая защита.	1
4	Введение в мир профессий. Ценность труда.	2
5	Характеристики профессий.	1
6	Деление профессий по предмету труда.	2
7	Тип профессий «Человек – Техника».	3
8	Экскурсия по типу «Человек – Техника».	2
9	Тип профессий «Человек – Знаковая система».	3
10	Экскурсия по типу «Человек – Знаковая система».	2
11	Тип профессий «Человек – Художественный образ».	3
12	Экскурсия по типу «Человек – Художественный образ».	2
13	Тип профессий «Человек – Человек».	3
14	Экскурсия по типу «Человек – Человек».	2
15	Тип профессий «Человек – Природа».	3
16	Экскурсия по типу «Человек – Природа».	2
17	Конкурс «Профессии от А до Я» (интеллектуальный марафон).	1

Перечень литературы

Основная:

1. Асмолов А. Г. Формирование универсальных учебных действий в основной школе: от действия – к мысли. Система заданий. Пособие для учителя. (Стандарты второго поколения).– М.: Просвещение, 2011. – 159 с.
2. Ансимова Н. П., Кузнецова И. В. Профессиональная ориентация, профотбор и про-фессиональная адаптация молодежи. – Ярославль, 2000.
3. Бендюков М., Соломин И., Ткачев М. Азбука профориентации. Как молодому человеку преуспеть на рынке труда? – СПб.: «Литера плюс», 1997.
4. Булычева Н.А. Особенности профессионального выбора выпускников классов коррекционно-развивающего обучения // Коррекционная педагогика.–2004.–№2(4).–С. 65-69.
5. Зеер Э.Ф. Психология профессий. – М.: Издательство «Академический проект», 2006.
6. Климов Е А. Как выбирать профессию: книга для учащихся старших классов средней школы. – М., 1990.
7. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. - М.: Издательский центр «Академия», - 2004.
8. Митина Л.М. Психологическое сопровождение выбора профессии. – М.: МПСИ: Флинта, 2003.
9. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. – М.: Изд-во «Просвещение», 1996. - С. 276 - 333.
10. Педагогическое сопровождение самоопределения школьников: методическое пособие для профильной и профессиональной ориентации и профильного обучения школьников/ Чистякова С.Н. – М.: Издательский центр «Академия», - 2005.
11. Пинский А.А. «Предпрофильная подготовка учащихся выпускных классов основной школы: результаты первого года эксперимента» Доклад. //
12. Всероссийская научно-практическая конференция по предпрофильной подготовке. - Москва. - 30 сент. – 1 окт. 2004.
13. Практическая психология образования / Под ред. И.В. Дубровиной. – М., ТЦ «Сфера», 2000. – С.283-427.
14. Профориентация. – Учебное пособие для студ. высш. учеб.заведений/ Е.Ю. Пряжникова, Н.С. Пряжников. – М.: Издательский центр «Академия», - 2005.
15. Пряжников Н.С., Пряжникова Е.Ю. Психология труда и человеческого достоинства. – М., 2001.
16. Психология подростка. Полное руководство / Под ред. А.А. Реана, – СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2003.
17. Степанский В.И. Психологические факторы выбора профессии. Теория. Эксперимент. - М.: Московский психолого-социальный институт, 2006.
18. Степанский В.И. Психологические факторы выбора профессии. Теория. Эксперимент. - М.: Московский психолого-социальный институт, 2006.

Дополнительная:

19. Безюлёва Г.В. Психолого-педагогическое обоснование профориентационной работы // Профессиональное образование. – 2004. - № 5. – С.10.
20. Гейхман Л.К. Коммуникативная компетентность профессионала // Профессиональное образование. – 2006. - № 3 – С. 28-29.
21. Горина И. Хочу, могу и надо // Пчела. – 2005. - № 47.
22. Киреенко Л.В., Кулагина Н.Н. Профессиональная ориентация – путь снижения безработицы. // Профессионал. – 2006. - № 3. – С.

18-20.

23. Кострикин А. Занятость в трудоустройстве молодежи: Санкт-Петербург начала XXI века (между теорией и практикой) // Пчела. – 2005. - № 47.

24. Манушина О. Центр профессиональной ориентации // Директор школы. – 2006. - № 1. – С. 81-83.

25. Мартина Н. Формирование готовности к профессиональному самоопределению. // Директор школы. – 2006. - № 3. – С. 65 –70.

26. Нодель Ф.А. О профессиях, или в поисках пути. Этюды словесника // Профессиональное образование. – 2005. - № 1, 2 – С. 35, С.

28.

27. Пряжников Н.С. Направления и методы профориентации // Директор школы. – 2006. - № 2. – С. 79 –84.

28. Источник: «Тропинка в профессию». Программа внеурочной деятельности, 2021. Региональное содержание и оформление адаптированы для МАОУ СОШ № 15 города Тюмени на 2026–2027 учебный год.