

Комитет по образованию города Барнаула  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Гимназия №80»

«Согласовано» на заседании МО	«Согласовано»	«Утверждаю»
Протокол № 1 от 25.08.2022г	Заместитель директора по ВР	Директор МБОУ «Гимназия 80»
/Романенкова И.Л	/Соболева Е.А.	/А.А. Миронов
подпись /расшифровка/	подпись /расшифровка/	подпись /расшифровка/
	Дата «29» августа 2022 г.	Приказ № 279-осн Дата «29» августа 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Курса внеурочной деятельности:

«Школа личностного самоопределения»

7 «А, Б, В, Г» класс основного общего образования

срок реализации программы 2022/2023 учебный год

Составители:

Микушина Елена Борисовна  
учитель математики

Потапова Альбина Алексеевна  
учитель русского языка и литературы

Скворцова Дарья Евгеньевна  
учитель истории и обществознания

Головина Ирина Валерьевна  
учитель математики

г. Барнаул, 2022

### **Пояснительная записка**

Современный мир заставляет предъявлять все более высокие требования к индивидуальным особенностям человека, кардинально менять характер и цели труда: возрастает интенсивность деятельности, усиливается напряженность, требуется высокий профессионализм, выносливость и ответственность.

В современных условиях профессиональное самоопределение предполагает выбор карьеры, сферы приложения и саморазвития личностных возможностей.

Трудовая деятельность представляет собой важную сферу самореализации и самовыражения личности, обеспечивает раскрытие потенциальных возможностей и способностей человека.

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования необходимы условия для создания социальных ситуаций развития обучающихся, обеспечивающих их социальную самоидентификацию посредством личностно значимой деятельности.

Профессиональное просвещение включает в себя работу по пропаганде сведений о мире профессий, личностных и профессионально важных качествах человека, существенных для самоопределения, о системе учебных заведений и путях получения профессии с учетом потребностей рынка труда. Частью профессионального просвещения является профессиональное воспитание, которое включает в себя формирование склонностей и профессиональных интересов школьников.

В условиях современного общества, рыночных отношений необходимо подойти к осознанному профессиональному выбору, зная свои склонности и способности. Склонность развивается в процессе деятельности, а профессиональные знания успешно накапливаются при наличии профессиональных интересов.

Удовлетворение в потребности профессионального самоопределения или самоутверждения происходит в процессе практической деятельности человека. Изучение особенностей характера школьника выявляет психофизиологические особенности личности, что необходимо для определения его как исполнителя определенных видов трудовой деятельности.

Актуальность данной программы обусловлена еще и тем, что в современных условиях жизнедеятельность детей предполагает проявление активности, мобильности и самостоятельности в ходе социализации. Одно из условий формирования у детей адаптации к быстроизменяющимся условиям социума - формирование жизнестойкости. Выявлено, что современные школьники испытывают значительные трудности с преодолением стрессовых и других трудных жизненных ситуаций, не знают, куда адресно обратиться за поддержкой по разрешению их важных проблем. Поэтому, одно из важных направлений системы образования должно стать формирование у школьников жизнестойкости, развивая у них навыки совладания с трудными жизненными ситуациями. А прохождение ими этой программы поможет через комплекс профориентационных услуг в виде бесед, лекториев, занятий и консультаций по профессиональному самоопределению.

**Отличительные особенности программы внеурочной деятельности** является то, что в ходе реализации программы обучающиеся будут участвовать в «ПроеКТОрия», профессиональных пробах.

Программа предполагает взаимодействие всех участников образовательного процесса.

**Формы обучения и виды занятий по программе:**

Работа в микрогруппах, мини-дискуссия, лектории, профпробы, беседы.

**Адресат программы:** учащиеся 7 класс

**Объем программы:** 34 часов.

**Срок освоения программы:** 9 месяцев

**Режим занятий:**

№	Направление программы	Возрастная категория	Наполняемость группы	Количество занятий в неделю	Число и продолжительность занятий в день
1	Занятия, направленные на удовлетворение профессиональных интересов и потребностей обучающихся	12-13лет	28 -30 человек	1	1 по 30 минут

**Цель программы** - формирование профессионального самоопределения обучающихся в соответствии с индивидуальными особенностями, способностями, через повышение уровня жизнестойкости подростков.

**Задачи:**

- формировать адекватное представление учащихся о своем профессиональном потенциале на основе самопознания и изучения мира профессий;
  - знакомить со спецификой современного рынка труда, правилами выбора и способами получения профессии;
  - формировать навыки конструктивного взаимодействия (работа в команде, поведение в конфликтной ситуации, создание благоприятного психологического климата в коллективе);
  - формирование у учащихся позитивного самосознания собственной личности и личности других людей.
- организация и включение подростков практические профессиональные пробы проекта «Билет в будущее», «ПроеКТОриЯ».

## Планируемые результаты

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий

### *Регулятивные*

- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- извлекать с помощью учителя необходимую информацию
- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению
- строить речевое высказывание в устной форме

### *Познавательные*

- формировать у подростков осознанный выбор профессии
- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя
- учиться исследовать свои индивидуальные особенности, качества
- учиться овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- учиться наблюдать
- иметь представление об особенностях личности человека, о способностях человека, его мотивационной составляющей в личностном развитии, о классификации мире профессий и современном рынке труда;
- знать круг вопросов, касающихся своих личностных возможностей в плане индивидуального развития и профессионального выбора;
- уметь использовать знания, полученные в ходе изучения курса для своего личностного развития учащихся и будущего профессионального потенциала
- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя
- учиться исследовать свои качества и свои особенности

### *Коммуникативные*

- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах
- учиться работать в паре и в группе
- выполнять различные роли
- слушать и понимать речь других ребят
- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

### *Личностные результаты*

Знать:

- о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии;
- правила поведения в обществе, семье, со сверстниками;
- правила игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению;

Уметь:

- анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели
- налаживать контакт с людьми;
- соблюдать правила игры и дисциплину;

- правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.).
- формирование установки на здоровый образ .

### Содержание курса 7 классов

Способности общие и специальные. Способности и возможности человека. Чувства и эмоции. Личные психологические зоны риска подростков.  
 Навыки саморегуляции. Я - личность и индивидуальность. Способы общения с ровесниками. Развитие умения сотрудничать. Формирование ценностного отношения к себе, своей жизни, близким. Личные стратегии успеха в трудных жизненных ситуациях.  
 Классификации профессий. Признаки профессии. Формула профессии. Профессия, специальность, должность. Интересы и склонности в выборе профессии.  
 Профессионально важные качества. Самопрезентация.  
 Современный рынок труда. Пути получения профессии. Жизнь по собственному выбору.

### Тематическое планирование

#### 7 классы

Раздел	Наименование раздела	Количество часов
1	Что я знаю о своих возможностях и способностях	10
2	Личное самоопределение	14
3	Мир профессий.	10
		34

### Календарно-тематическое планирование

#### 7 классы

№	Тема	Дата проведения
<i>Что я знаю о своих возможностях и способностях</i>		
1.	Знакомство с собой. Мои жизненные ценности.	
2.	Вверх по лестнице жизни.	
3.	Вверх по лестнице жизни.	
4.	Путь к себе.	
5.	Путь к себе.	
6.	Способности человека общие и специальные.	

7.	Способности человека общие и специальные.	
8.	Способности и возможности человека.	
9.	Способности и возможности человека.	
10.	Мир эмоций.	
<i>Личное самоопределение</i>		
11.	Как мы воспринимаем окружающий мир. О правилах поведения и безопасности на улице.	
12.	Способы общения с ровесниками.	
13.	Развитие умения сотрудничать.	
14.	Навыки саморегуляции. Как успешно преодолевать трудности.	
15.	Навыки саморегуляции. Как успешно преодолевать трудности.	
16.	Что такое агрессия? Бояться страшно. Действовать не страшно.	
17.	Буллинг как стадный допинг. Безопасное поведение.	
18.	Добро против насилия. Способы решения конфликтов с ровесниками.	
19.	Как не стать жертвой насилия.	
20.	Игра «Секреты сотрудничества»	
21.	Игра «Секреты сотрудничества»	
22.	Жизнестойкий человек и как им стать.	
23.	Формирование ценностного отношения к себе, своей жизни, близким.	
24.	Личные стратегии успеха в трудных жизненных ситуациях.	
<i>Мир профессий</i>		
25.	Мир профессий.	
26.	Классификации профессий.	
27.	Профессия, специальность, должность.	
28.	Профессия, специальность, должность.	
29.	Интересы и склонности в выборе профессии.	
30.	Профессионально важные качества.	
31.	Профессионально важные качества.	
32.	Самопрезентация.	
33.	Самопрезентация.	
34.	Современный рынок труда. Пути получения профессии.	

**Формы подведения итогов реализации программы внеурочной деятельности:**

- анкетирование
- проект «Моя профессия»

**Методическое обеспечение программы внеурочной деятельности**

**Технические средства:** мультимедийный проектор и экран; принтер монохромный; оборудование компьютерной сети.

**Рекомендуемая литература:**

Вачков И., Битянова М.Р. Я и мой внутренний мир. Психология для старшеклассников.- СПб, 2009.-111 с.

Книжникова С.В. Педагогическая профилактика суицидального поведения поведения на основе формирования жизнестойкости (Монография).- Краснодар: «АВС-полиграфия», 2009

Климов Е. А. Как выбирать профессию / Е. А. Климов. - М. : Просвещение, 2000.

Особенности формирования жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних в образовании: методическое пособие. Составители: Борисенко О.В., Матерова Т.А., Ховалкина О.А., Шамардина М.В.- Барнаул, 2014,- 184 с.

Резапкина Г. В. Психология и выбор профессии : программа предпрофильной подготовки. Учебно-методическое пособие.- 6-е изд.- М.: Генезис, 2014.

Тренинг жизненных навыков для подростков с трудностями социальной адаптации/Под ред. А.Ф. Шадуры.- СПб.: «Речь», 2005.- 176с.

Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Средняя школа (5-6 классы). - М.: Генезис, 2005,- 207с.