

**«Программа по курсу внеурочной деятельности «Мой выбор»
(направление внеурочной деятельности «социальное»)
основное общее образование для 10 классов**

1. Пояснительная записка.

На современном этапе от учащихся требуется четкое осознание своих целей, умение планировать, корректировать свои планы и сознательно претворять их в жизнь, поэтому в Концепции модернизации российского образования в качестве одного из приоритетных направлений образовательной политики заложено создание «системы специализированной подготовки (профильного обучения) в старших классах общеобразовательной школы, ориентированной на индивидуализацию обучения и социализацию обучающихся». Таким образом, введение профильного обучения изначально заявлено как часть реформирования школы, направленная на повышение способности будущего выпускника к самостоятельному действию на рынке образовательных услуг, конструированию собственного образовательного маршрута.

Данный курс знакомит школьников с общими основами выбора профиля обучения (информационными, психологическими, практическими). Знание этих основ обеспечивает учащимся принятие адекватного решения, как о выборе конкретного профиля, так и о пути дальнейшего образования.

Программа структурирована следующим образом: всего 70 часов на два года обучения: в 10- классе - 35 часов, в 11-м классе – 35 часов. Однако изучение программного материала можно менять, варьировать, так как модули, составляющие программу, являются самостоятельными.

Особенностью предлагаемой программы является межпредметная направленность, позволяющая учащимся на практике применять знания из различных областей.

Программа не только информирует, но и дает на практике использовать методики самоорганизации, самопознания и самоконтроля.

В основу программы 10-го класса положена программа Куляпина А.С. «Выбор профессионального маршрута».

В основе программы 11-го класса лежит программа элективного ориентационного курса Чистяковой С.Н. «Слагаемые профиля выбора обучения и траектории дальнейшего образования»

Цель программы:

Психолого-педагогическое сопровождение учащихся 10,11-х классов в выборе индивидуального маршрута профессиональной деятельности с учетом индивидуальных особенностей, склонностей и возможностей.

Задачи:

1. сформировать у школьников представления о требованиях изменяющегося общества к выпускникам гимназии;
2. способствовать развитию у учащихся отношения к себе как к субъекту будущего профессионального образования и профессионального труда;
3. обеспечить учащихся способами и приемами принятия адекватных решений о выборе индивидуального образовательного и профессионального маршрута;
4. способствовать приобретению практического опыта, соответствующего интересам, склонностям личности учащегося и профилю его дальнейшего обучения.

Формы деятельности:

- самоанализ;
- анализ научных и художественных источников, СМИ;
- анализ практических примеров проблемных ситуаций;
- групповые дискуссии;
- индивидуальная работа;
- индивидуальная и групповая проектная работа;
- психотренинг;
- психодиагностические процедуры;
- ролевые и деловые игры;
- эвристические задания.

2. Общая характеристика курса.

В данной программе используются групповые и интерактивные методы обучения. Преимущества тренинговой формы проведения занятия заключаются в создании непринужденной атмосферы, стимуляции креативности и осознании личной ответственности за свой выбор.

Оценка достижений учащихся: оценивание происходит по итогам групповой рефлексии, результатам психодиагностического исследования и анализу образовательного продукта; результаты заносятся в портфолио учащихся. В конце курса обучения каждый участник принимает решение о выборе профиля обучения и моделирует личную образовательную траекторию.

В результате изучения данного курса у школьников должны быть сформированы:

- знания и представления о требованиях современного общества к профессиональной самостоятельности человека, о рынке профессионального труда и образовательных услуг; о возможностях получения образования не

только в условиях избираемого профиля, но и в дальнейшей перспективе; о психологических основах принятия решения в целом и выборе профиля обучения, в частности;

- умения находить выход из проблемной ситуации, связанной с выбором профиля обучения и пути продолжения образования; объективно оценивать свои индивидуальные возможности в соответствии с избираемой деятельностью; ставить цели и планировать действия для их достижения; выполнять творческие упражнения, позволяющие приобрести соответствующий практический опыт;
- знания о психологических особенностях процесса общения, его структуре, закономерностях и средствах, а также эффективном использовании различных средств;
- представления о способах саморегуляции в условиях межличностного взаимодействия.

3. Личностные и метапредметные результаты внеурочной деятельности.

Личностными результатами обучающихся, формируемыми при изучении содержания курса внеурочной деятельности, являются:

- мотивированность и направленность на активное и созидательное участие в будущем в общественной и государственной жизни;
- заинтересованность не только в личном успехе, но и в развитии различных сторон жизни общества, в благополучии и процветании своей страны;
- ценностные ориентиры, основанные на идеях патриотизма, любви и уважения к Отечеству; на отношении к человеку, его правам и свободам как высшей ценности; на стремлении к укреплению исторически сложившегося государственного единства; на признании равноправия народов, единства разнообразных культур; на убежденности в важности для общества семьи и семейных традиций; на осознании необходимости поддержания гражданского мира и согласия и своей ответственности за судьбу страны перед нынешними и грядущими поколениями;

Метапредметные результаты изучения обществознания выпускниками основной школы проявляются в:

- умении сознательно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата);
- умении объяснять явления и процессы социальной действительности с научных, социально-философских позиций; рассматривать их комплексно в контексте сложившихся реалий и возможных перспектив;
- способности анализировать реальные социальные ситуации, выбирать адекватные способы деятельности и модели поведения в рамках реализуемых основных социальных ролей (производитель, потребитель и др.);

- овладении различными видами публичных выступлений (высказывания, монолог, дискуссия) и следовании этическим нормам и правилам ведения диалога;
- умении выполнять познавательные и практические задания, в том числе с использованием проектной деятельности на уроках и в доступной социальной практике, на:
 - использование элементов причинно-следственного анализа;
 - исследование несложных реальных связей и зависимостей;
 - определение сущностных характеристик изучаемого объекта; выбор верных критериев для сравнения, сопоставления, оценки объектов;
 - поиск и извлечение нужной информации по заданной теме в адаптированных источниках различного типа;
 - перевод информации из одной знаковой системы в другую (из текста в таблицу, из аудиовизуального ряда в текст и др.), выбор знаковых систем адекватно познавательной и коммуникативной ситуации;
 - объяснение изученных положений на конкретных примерах;
 - оценку своих учебных достижений, поведения, черт своей личности с учетом мнения других людей, в том числе для корректировки собственного поведения в окружающей среде; выполнение в повседневной жизни этических и правовых норм, экологических требований;
 - определение собственного отношения к явлениям современной жизни, формулирование своей точки зрения.

Календарно – тематическое планирование (10 класс)

№	Дата	Тема	Кол-во часов
Модуль 1			
1	3.09	Я - личность	
2-3	10-17.09	Характер и темперамент	1 час
3-5	24.09-1.10	Психические качества личности	2 часа
6	8.10	Интересы и склонности	1 час
7	15.10	Самооценка	1 час
8-9	22-29.10	Мотивация личности	2 часа
10-11	12-19.11	Здоровье и профессиональный выбор	2 часа
Модуль 2. «Сущность профессионального самоопределения»			
12-13	26.11-3.12	Профессиональное самоопределение – что это?	2 часа
14-15	10-17.12	Типы самоопределения человека	2 часа
16	24.12	Профессиональные ценности	1 час
Модуль 3. Портфолио (портфель достижений)			
18-19	14-21.01	Проектирование основного и дополнительного образования	2 часа
20-21	28.01-	Анализ успешности человека	2 часа

	4.02		
Модуль 4. «Классификация мира труда»			
22-24	11-25.02	Мир профессий	3 часа
25-26	3-10.03	Профессиография	2 часа
27-28	17.03-7.04	Профессиональные пробы	2 часа
Модуль 5. «Переговорная площадка с родителями»			
29	14.04	Мои родословные ценности	1 час
30-31	21-28.04	Совместное проектирование профессионального будущего	2 часа
Модуль 6. «Жизнь по собственному выбору»			
32-33	5-12.05	Самоконтроль	2 часа
34-35	19-26.05	Мой выбор	2 часа
		Всего	35 часов

Тема 1. Я - личность (2 часа).

Личность. Индивид. Анализ собственной личности и выявление уровня развития собственного Я (телесного, социального, рефлексивного, духовного). Рефлексия – обращенность познания человека на самого себя.

Тема 2. Характер и темперамент (2 часа).

Врожденные особенности человека. Диагностика темперамента. Влияние темперамента на выбор профессии. Устойчивые особенности личности: черты характера.

Тема 3. Психические качества личности (2 часа).

Внимание, память, мышление, воображение. Интеллектуальные возможности человека.

Тема 4. Интересы и склонности (1 час).

Интерес и склонности как важные составляющие успеха в жизни. Диагностика собственных интересов.

Тема 5. Самооценка (1 час).

Понятие самооценки. Диагностика собственного уровня самооценки.

Тема 6. Мотивация личности (2 часа).

Жизненные и профессиональные ценности, цели, мотивы. Мотивация достижений.

Тема 7. Здоровье и профессиональный выбор (2 часа).

Модуль 5. «Переговорная площадка с родителями» (3 часа)

Тема 16. Мои родословные ценности (1 час) Профессиональная история семьи.

Тема 17. Совместное проектирование профессионального будущего (2 часа).

Влияние семьи на выбор профессионального маршрута.

Модуль 6. «Жизнь по собственному выбору» (4 часа).

Тема 18. Самоконтроль (2 часа).

Как управлять собой. Чувство собственного достоинства. Самопринятие. Самоуважение. Самоодобрение. Тренинг «Как управлять собой»

Тема 19. Мой выбор (2 часа).

Составление профиограмм, списков необходимых книг, журнальных и газетных статей, адресов сайтов, телефонных справочников. Мини-проект «Мой выбор».

Учебно – тематическое планирование (11 класс)

№ п\п	Тема	Кол-во часов
Модуль 1. «Мой выбор»		
1	Твои возможности без границ	2 час
2	Изменения, происходящие в обществе и мире профессионального труда	2 часа
3	Рынок труда и образовательных услуг	3 часа
	Пути продолжения образования и приобретения профессии	3 часа
	Притязания человека и его профессиональная карьера	2 часа
	Принятие решения о выборе профиля обучения	2 часа
	Проектирование индивидуальной образовательной траектории	3 часа
Модуль 2. «Развитие компетентности в общении»		
	Значение общения в жизни человека	2 часа
	Вербальные средства общения	1 час
	Виды общения	1 час
	Слушание собеседника	2 часа
	Передача информации	2 часа
	Эффективное общение	2 часа
	Роль самопрезентации в общении	1 час
	Публичное выступление на «5»	2 часа
	Барьеры в общении	1 час
	Деструктивное общение	1 час
	Агрессивно-конфликтное взаимодействие	1 час
	Итоговое обобщение по курсу	1 час

Модуль 1. «Мой выбор» (17 часов).**Тема 1. Твои возможности без границ (2 часа).**

Варианты выбора продолжения образования по окончании основной школы. Профиль обучения. Право на собственное содержание образования. Возможности и ограничения. Вера в успех. Противоречия мира профессионального образования и образовательного труда. Человек как «делатель» общественной пользы. Интерес к собственному будущему.

Тема 2. Изменения, происходящие в обществе и мире профессионального труда (2 часа).

Особенности индустриального и постиндустриального общества. От цивилизации исполнителей к цивилизации индивидуальностей. Изменения, происходящие в обществе, и их влияние на жизнь человека. Самобытность человека в меняющемся мире.

Слагаемые оценки труда ученика старшей школы, студента, современного профессионала.

Тема 3. Рынок труда и образовательных услуг (3 часа).

Изменения на отечественном рынке труда. Мозаичная профессиональная культура.

«Синие», «белые», «золотые» воротнички. Универсальный работник и специалист в определенной области знания. Потребность общества в профессионалах с различным уровнем и типом образования. Индивидуальные и профессиональные качества человека. Человек как субъект выбора. Помощники человека в поиске работы. Образование и профессия.

Тема 4. Пути продолжения образования и приобретения профессии (3 часа).

Начальное, среднее, высшее профессиональное образование. Виды учебных заведений. Перспективы профессионального становления в условиях региона (территории).

Рынок образовательных услуг. Риски предстоящего выбора.

Тема 5. Притязания человека и его профессиональная карьера (2 часа).

Современные представления о профессиональной карьере. Пути достижения карьеры.

Ценностные ориентации в жизни человека. Воля и профессиональный успех. Способы согласования притязаний человека с требованиями его деятельности. Определение и характеристика «формулы успеха».

Тема 6. Принятие решения о выборе профиля обучения (2 часа).

Определение понятия «готовность к принятию решения». Характеристика компонентов и вариантов выбора профиля обучения. Факторы выбора профиля обучения. Согласование рационального и интуитивного в выборе.

Тема 7. Проектирование индивидуальной образовательной траектории (3 часа) Значимость способностей и мотивов в выборе профиля обучения и пути продолжения образования.

Алгоритм проектирования индивидуальной образовательной программы. Критерии готовности к принятию решения о выборе профиля обучения.

Модуль 2. «Развитие компетентности в общении» (17 часов).

Тема 1. Значение общения в жизни человека (2 часа).

Человек как социальное существо. Роль общения в развитии личности. Общение: отдельный вид деятельности или составная часть любой деятельности человека?

Функции общения: контактная, информационная, побудительная, координационная, функция понимания, эмотивная, функция установления отношений, функция оказания влияния.

Уровни общения: социально-ролевой, деловой, интимно-личностный.

Тема 2. Вербальные средства общения (1 час).

Общая характеристика средств общения: вербальные и невербальные.

Речь как процесс осуществления коммуникации. Язык как средство говорения. Различные стороны речи: содержательная сторона и звуковое оформление речи. Звуковое оформление процесса говорения (тон, тембр, высота, интонация, громкость, скорость, ритмичность и т.д.) Роль грамотности речи и языка в адекватном выражении мыслей. Особая важность владения речью для отдельных групп людей (политики, люди социальных профессий, журналисты и т.д.) и сфер жизни (в особенности делового общения) Тема 3. Невербальные средства общения (1 час).

Особенности невербальной коммуникации. Невербальные средства общения: выразительные движения тела, мимика, жесты, дистанция общения. Функции невербальных сообщений (дополнение, опровержение, замещение вербальных сообщений, регулирование разговора). Проблема корректной интерпретации невербального поведения.

Тема 4. Виды общения (1 час).

Виды общения: примитивное общение, духовно-личностное общение, манипулятивное общение, светское общение, деловое общение.

Влияние вида общения на выбираемый стиль и стратегию поведения.

Тема 5. Слушание собеседника (2 часа).

Слушание – одна из сторон взаимодействия в процессе общения. Распределение ответственности за взаимодействие между слушающим и говорящим. Внимание как основа активного слушания. Условия эффективного восприятия речи.

Тема 6. Передача информации (2 часа).

Характеристика передачи информации как одной из сторон взаимодействия в процессе общения. Модели передачи информации, эффективность передачи информации

Тема 7. Эффективное общение (2 часа).

Учет индивидуально-психологических характеристик партнера в общении (темперамент, характер, стили и способы деятельности и т.д.) для создания наиболее комфортной обстановки в ситуации общения. Тренинг «Эффективное общение»

Тема 8. Роль самопрезентации в общении (1 час).

Роль самопрезентации в общении. Приемы расположения к себе. Положительный имидж. Репутация.

Тема 9. Публичное выступление на «5» (2 часа).

Ситуации публичных выступлений. Оптимизация подготовки к выступлению. Способы поддержания внимания аудитории. Психологическое состояние оратора. Уверенность в себе. Ролевая игра «Эффектное выступление»

Тема 10. Барьеры в общении (1 час).

Наиболее распространенные барьеры общения: демонстрация разности позиций, непонимание интересов, состояния собеседника, его отношения к другим людям, вещам, событиям, переход с роли на личность. Ситуации, условия, фразы, вызывающие психологический дискомфорт собеседника. Способы избегания и преодоления таких ситуаций. Техника «Я-ориентированных высказываний».

Тема 11. Деструктивное общение (1 час).

Способы оказания нежелательного влияния: модели влияния. Защита от манипулирования.

Поведение при использовании собеседником негативных техник.

Тема 12. Агрессивно-конфликтное взаимодействие (1 час).

Конфликт и его оценка в аспекте возможностей решения.

Итоговое обобщение по курсу(1 час)

Понятие здоровья. Факторы, оказывающие положительное и отрицательное влияние на состояние здоровья подростка. Группы здоровья. Влияние состояния здоровья на выбор профессии.

Модуль 2. «Сущность профессионального самоопределения» (5 часов).

Тема 8. Профессиональное самоопределение – что это? (2 часа).

Культурно-исторические аспекты профессионального самоопределения.

Тема 9. Типы самоопределения человека (2 часа).

Типы самоопределения человека: самоопределение в конкретной трудовой функции, самоопределению на конкретном трудовом посту, самоопределение в специальности, самоопределение в профессии, жизненное самоопределение, личностное самоопределение.

Тема 10. Профессиональные ценности (1 час).

Ценности профессиональной элиты, с которой себя отождествляет школьник.

Модуль 3. Портфолио (портфель достижений) (4 часа)

Тема 11. Проектирование основного и дополнительного образования (2 часа).

Начальная стадия выбора: «хочу», «могу» и «надо». Профессиональный план: основной вариант, запасной вариант.

Тема 12. Анализ успешности человека (2 часа).

Понятие «Портфолио». Структура портфолио. Информация в портфель достижений.

Модуль 4. «Классификация мира труда» (7 часов).

Тема 13. Мир профессий (3 часа).

Типы профессий: «человек-техника», «человек-человек», «человек-природа», «человек-знаковая система», «человек – художественный образ». Классы профессий в соответствии с целями труда: гностические, преобразующие, изыскательские. Отделы профессий, в основе которых лежат применяемые орудия труда и средства производства: профессии ручного труда, профессии механизированного труда, профессии автоматизированного труда, профессии, в которых основными орудиями труда выступают функциональные свойства организма.

Тема 14. Профессиография (2 часа) Понятие профессиографии.

Формула профессии.

Тема 15. Профессиональные пробы (2 часа).

Мини-проект «Профессиональная проба».

Учащиеся должны знать: значение профессионального самоопределения, требования к составлению личного профессионального плана; правила выбора профессии; понятие о профессиях и профессиональной деятельности; понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, а также психофизиологических и психологических ресурсах личности в связи с выбором профессии; понятие о темпераменте, ведущих отношениях личности, эмоционально-волевой сфере, интеллектуальных способностях, стилях общения; значение творческого потенциала человека, карьеры.

Учащиеся должны иметь представления: о смысле и значении труда в жизни человека и общества; о современных формах и методах организации труда; о сущности хозяйственного механизма в условиях рыночных отношений; о предпринимательстве; о рынке труда. Учащиеся должны уметь: соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии; составлять личный профессиональный план и мобильно изменять его; использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности; анализировать профили профессий, информацию о профессиях по общим признакам профессиональной деятельности, а также о современных формах и методах хозяйствования в условиях рынка; пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования.

6. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения курса внеурочной деятельности Учебно-методическое обеспечение

1. Анастаси А. Психологическое тестирование: в 2 т. М., 2002
2. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. Ростов н/Д, 1996
3. Куляпин А.С. Выбор профессионального маршрута. Программа для учащихся общеобразовательных школ / Под ред. Н.Н.Захарова. Пермь, 2004
4. Куляпин А.С. Выбор профессионального маршрута. Рабочая тетрадь для профессионального самоопределения учащихся / Под ред. Н.Н.Захарова. Пермь, 2004
5. Микляева А.В. Я - подросток. Встречи с самим собой. Программа уроков психологии (8 класс). – СПб., 2003
6. Ребус Б.М. Психологические основы делового общения: Учебное пособие. – М.: 2005
7. Пряжников Н.С. Профорентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы). – М., 2005
8. Савченко М.Ю. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам (9-11 класс): Практическое руководство – М., 2005
9. Садилова О.Л., Шевченко Ю.А. Психология делового общения. Пермь, 2004
10. Чистякова С.Н. Слагаемые выбора профиля обучения и траектории дальнейшего образования: Элективный ориентационный курс (9 класс): Учебное пособие /С.Н. Чистякова, Н.Ф.Родичев, Е.О.Черкашин. – 2-е изд., стер. – М.: Образовательно-издательский центр «Академия»; 2005
11. Чистякова С.Н. Слагаемые выбора профиля обучения и траектории дальнейшего образования: Элективный ориентационный курс (9 класс): Программа курса. Методическое пособие для учителя /С.Н. Чистякова, Н.Ф.Родичев, Е.О.Черкашин. – 2-е изд., стер. – М.: Образовательно-издательский центр «Академия», 2005