

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Таллинская средняя общеобразовательная школа»**

Рассмотрено	Согласовано	Утверждено
На заседании методического совета Протокол № ___ «__»_____2023г	Зам. директора по ВР _____ Курсанова Е.Н. «__»_____2023г.	Директор МБОУ «Таллинская СОШ» _____ Павлова И.А. «__»_____2023г.

Твоя профессиональная карьера

«Твой выбор»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ПО СОЦИАЛЬНОМУ НАПРАВЛЕНИЮ

для обучающихся 7 -9 классов

Составитель:

Коваль Михаил Александрович
учитель физической культуры

2023-2024 уч. год

Содержание

		стр.
1.	Пояснительная записка к программе курса «Твой выбор»	3
2.	Тематический план программы «Твой выбор» 7-9 класс	7
3.	Содержание программы 7-9 класс	8
4.	Методическое обеспечение программы	10
5.	Учебно-методическая литература	11

Пояснительная записка

Профессиональная ориентация – это многоаспектная система, включающая в себя просвещение, воспитание, изучение психофизиологических особенностей.

Наряду с существующими программами организации профориентационной работы в образовательных учреждениях, которые, безусловно, имеют большое значение в профессиональном определении выпускников, имеет место необходимость введения внеурочной деятельности, позволяющей более глубоко раскрыть мир профессий и направить учащихся в нужное русло уже в младшем подростковом возрасте. Это позволит получить больший процент выпускников, осознанно выбравших свой профессиональный путь.

Цель: создание условий для формирования самостоятельной, ответственной и социально мобильной личности, способной к успешной социализации в обществе и активной адаптации на рынке труда.

Задачи:

- расширить систему профинформирования;
- получить данные о предпочтениях, склонностях и возможностях учащихся;
- оказать профориентационную поддержку учащимся в процессе выбора профиля обучения и сферы будущей профессиональной деятельности;
- стимулировать творческое саморазвитие и самосовершенствование личности школьника;

Рабочая программа «Твой выбор» разработана на 1 год, рассчитана на 34 занятия в год, по 1 часу в неделю.

Рабочая программа «Твой выбор» предназначена для учащихся 7-9 классов, детей 13-15 лет. Занятия проводятся в свободной форме и в дружеской обстановке, что дает возможность учащимся проявить себя, а также воплотить найденное решение или оптимальный вариант поведения в реальность.

В процессе реализации рабочей программы «Твой выбор» используются следующие формы работы:

- Групповые формы работы;
- Индивидуальные формы работы;

Занятия рабочей программы «Твой выбор» имеют тренинговую структуру и включают в себя:

- психодиагностические упражнения;
- коррекционные упражнения;
- Релаксационные упражнения;
- профориентационные упражнения;
- телесно-ориентированные упражнения;

- развивающие упражнения;
- психотехнические упражнения;
- педагогические упражнения;
- дискуссии;
- решение проблемных ситуаций;
- психодиагностические процедуры

Используются следующие методы работы: консультирование, психологический эксперимент, метод экзистенциальной интерпретации, современные методы индивидуальной и групповой диагностики, современные методы индивидуальной и групповой работы в рамках оказания психологической помощи, методы арт-терапии, сказка-терапии, поисковая деятельность учащихся.

Итоги подводятся после каждого года обучения, а также по окончанию всего курса в форме мониторинга личного плана и результативности участия в конкурсах.

Личностные и метапредметные результаты освоения рабочей программы «Твой выбор».

Личностные универсальные учебные действия

Личностными результатами рабочей программы «Твой выбор» будут следующие умения:

- развитие познавательных интересов;
- желание приобретать новые знания, умения, совершенствовать имеющиеся;
- осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению;
- осваивать новые виды деятельности, участвовать в творческом, созидательном процессе;
- осознание себя как индивидуальности и одновременно как члена общества;
- признание для себя общепринятых морально-этических норм, способность к самооценке своих действий, поступков.

Средством достижения этих результатов служат: игры и задания, развивающие психологические процессы, развитие смыслообразования, развитие самопознания.

Регулятивные универсальные учебные действия

В процессе реализации рабочей программы «Твой выбор» учащиеся научатся:

- определять и формулировать цель деятельности на занятиях с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий на занятиях;
- высказывать свое предположение (версию);
- работать по предложенному плану.

Средством формирования регулятивных УУД служит технология психологического саморегулирования.

Познавательные универсальные учебные действия

- познание внутреннего мира личности через рассказы, игры;
- самостоятельное формулирование познавательной цели;
- умение находить ответы на вопросы;
- делать выводы в результате совместной работы;
- поиск и выделение необходимой информации;
- структурирование знаний;
- осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной и письменной форме;
- выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- рефлексия (способность выражать свои чувства словами);
- самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера.

Средством формирования познавательных УУД служат логические, проблемные задания.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Учащийся в ходе реализации рабочей программы «Твой выбор» научится:

- оформлять свои мысли в устной и письменной форме;
- слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками о правилах поведения и общения и следовать им;
- научится работать в паре, в группе (выполнять различные роли: лидера, исполнителя);
- получит навыки в планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками;
- приобретет навыки в постановке вопросов;
- получит навыки разрешения конфликтов;
- получит навыки управления поведением партнера.

Средством формирования коммуникативных УУД служит продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми; умение слушать и

вступать в диалог, участвовать в коллективном решении проблем, интегрироваться в группу сверстников.

Планируемые результаты освоения учащимися рабочей программы «Твой выбор»

Обучающиеся должны:

Знать:

- особенности рынка труда;
- новые, модные профессии и их специфику;
- о востребованных профессиях.

Уметь:

- составлять профиограммы;
- в совокупности анализировать свои качества и возможности;
- подготовить материал для участия в конкурсах.

Иметь представление:

- о жизни;
- собственном смысле и цели
- о своих личностных особенностях.

Объективными методами измерения эффективности рабочей программы «Твой выбор» служат мониторинг результативности участия учащихся в конкурсах; диагностические опросные методы:

- диагностика жизненно важных ценностей для учащихся (методика «Общечеловеческие ценности»);
- диагностика профессионально важных качеств у учащихся (методика «Коммуникативные навыки»);
- диагностика познавательных процессов;
- диагностика склонностей и интересов;
- анализ поступлений учащихся в учебные заведения и дальнейшего их самоопределения.

Календарно-тематическое планирование

Наименование разделов и тем	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Количество часов			норма проведения	Дата
		Всего	Теория	практика		
Раздел 1. Введение в курс						
Вводное занятие «Здравствуйтесь»	Релаксационные упражнения, развивающие упражнения	1	1	-	Занятие с элементами тренинга	
Итого по разделу:		1	1	-		
Раздел 2. Мир профессий вокруг нас						
Запрос рынка труда	Исследовательская деятельность, активное обсуждение вопроса	1	1	-	Лекторий, подготовка доклада	
Новые модные профессии	Исследовательская деятельность, активное обсуждение вопроса	2	1	1	Лекторий, подготовка доклада	
Конкурс «Кто больше знает о профессиях?»	Соревнование	1	-	1	Викторина	
Составление профессиограммы	Изучение теоретического материала, методики составления, практическое составление	4	2	2	Лекторий, практическая работа	
«Здравствуйтесь, я – профессионал...»	Активное обсуждение вопроса	4	2	2	Экскурсии, беседы.	
Профориентационные игры	Изготовление карточных профориентационных игр, знакомство с методикой игры, участие в играх в	9	4	5	Игра	

	групповой, микро групповой и индивидуальной форме					
Итого по разделу:		21	11	11		
Раздел 3. Самопознание и саморазвитие						
Смысл и цель жизни человека	Активное обсуждение вопроса, развивающие и релаксационные упражнения	1	1	-	Лекторий, занятие с элементами тренинга	
Система представлений о себе	Активное обсуждение вопроса, развивающие и релаксационные упражнения	1	1	-	Лекторий, занятие с элементами тренинга	
Изучение особенностей личности учащихся	Тестирование, анкетирование, обсуждение результатов	4	2	2	Диагностические процедуры	
Открытие. Выступление с проектами.	Анализ литературы, подбор материала, проведение исследования	6	3	3	Исследовательская деятельность	
Итого по разделу:		12	7	5		
Раздел 4. Заключение						
Заключительное занятие	Элементы арт-терапии, релаксационные упражнения	1	-	1	Занятие с элементами тренинга	
Итого по разделу:		1	-	1		
Всего:		35	19	17		

Содержание рабочей программы «Твой выбор»

Раздел 1. Введение в курс

Занятие 1.

Тема: Вводное занятие «Здравствуйте».

Цель: Создание доверительной обстановки. Познакомить участников с содержанием программы на год. Настроить учащихся на продуктивную деятельность.

Занятие проводится в групповой форме, включает в себя психогимнастические упражнения, дискуссии.

Раздел 2. Мир профессий вокруг нас

Занятие 2.

Тема: Запрос рынка труда.

Цель: Раскрытие понятия рынка труда. Информирование о востребованных профессиях.

Занятие проходит в лекционно-дискуссионной форме.

Занятие 3

Тема: Новые модные профессии.

Цель: Расширение знаний о современных профессиях и их специфике. В форме выступления учащихся с докладами.

Занятие 4

Тема: Конкурс «Кто больше знает о профессиях?»

Цель: Расширение знаний о мире профессий. Занятие проходит в соревновательной форме.

Занятие 5

Тема: Составление профессиограммы.

Цель: Создание картотеки профессиограмм. поисково-исследовательские методы.

Занятие 6

Тема: «Здравствуйте, я - профессионал».

Цель: Расширение знаний о мире профессий. На занятия приглашаются различные специалисты.

Занятие 7

Тема: Профориентационные игры.

Цель: Развлекательно-познавательная цель.

На занятиях используются различные профориентационные игры, соответствующие возрасту учащихся.

Раздел 3. Самопознание и саморазвитие.

Занятие 8

Тема: Смысл и цель жизни человека.

Цель: сформировать понимание собственного смысла и цели жизни.
Дискуссионная форма проведения занятия.

Занятие 9

Тема: Система представлений о себе.

Цель: Сформировать способность в совокупности анализировать свои качества и возможности.

Дискуссионно-лекционная форма проведения с решением проблемных ситуаций.

Занятие 10

Тема: Изучение особенностей личности учащихся.

Цель: Исследование психофизиологических особенностей личности, для дальнейшего составления психологического портрета.

На занятиях проводятся психодиагностические процедуры, ведутся индивидуальные журналы.

Занятие 11

Тема: Открытие.

Цель: подготовка материалов для участия в конкурсах.
поиск конкурсов для участия, подготовка материалов для конкурсов.

Раздел 4. Заключение

Занятие 12

Тема: Заключительное занятие.

Цель: Подведение итогов.

Занятие построено в виде интеллектуального марафона, который носит характер практической реализации полученных в течение года знаний и сформированных умений.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Дидактические и раздаточные материалы по программе:

- Психологические методики: (ДДО Климова, карта интересов Голомшток, Тест Айзенка, Тест Равена, Тест Амтхауэра, Тест Кеттела, Тест Сонди, Тест Люшера, Тест Холлонда, Методика прихожан, Тест САН, Опросник Басса-Дарки, Акцентуации характера по Леонгарду, Личностный рост)

Аудиозаписи, слайды по содержанию программы:

- Диски с записями инструментальных фоновых мелодий:
Океан
Закат
Огонь
Весна
Лунная ночь

Компьютерные, информационно-коммуникационные средства:

- компьютер;

Учебно-практическое оборудование:

- наборы принадлежностей: гуашевые краски, кисти, баночки для воды, цветные и простые карандаши, фломастеры, маркеры, ластик, бумага формата А4, А2, А1, клей, степлер, скотч-лента, ножницы, бейджи, мячи;
- тетрадь для занятий, ручки для каждого участника;

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для учителя.

1. Чистякова С.Н., Шалавина Т.И., Методика преподавания курса «Твоя профессиональная карьера»: книга для учителя [Текст] / Чистякова С.Н., Шалавина Т.И., - М.: Просвещение, 1999. – 189с.
2. Чистякова С.Н. Дидактический материал по курсу «Твоя профессиональная карьера»: Книга для учителя [Текст] / Чистякова С.Н. - М.: Просвещение, 1998. – 112с.
3. Пряжников Н.С. Профессиональное самоопределение. Ученое пособие. ПряжниковН.С. – М.: Академия, 2018. – 368 с. 11.