**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**Ростовской области «Красносулинская школа-интернат**

**спортивного профиля»**

Рассмотрено Утверждаю:

на заседании педагогического совета директор ГБОУ РО

Протокол №\_\_\_\_\_\_ «Красносулинская школа-интернат

спортивного профиля»

«\_\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_\_г.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Л.П.Деревянченко

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по курсу внеурочной деятельности «Твой выбор»

Учитель Анискина Елена Михайловна

Класс 8

Количество часов в неделю 1

Общее количество часов по учебному плану 35 часов.

Количество часов согласно календарному учебному графику, расписанию уроков и с учетом праздничных дней: 33 часа.

Рабочая программа разработана на основе примерной программы по профориентации в школе Пряжниковым Н. С.– М. Академия, 2008., авторской программы Н.Н.Нечаева «Проектное моделирование как творческая деятельность» (М., «Просвещение», 1990).

Срок реализации программы 2022-2023 учебный год

р.п.Горный

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

# Обоснование выбора программы

Программа составлена с учётом требований федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования. Рабочая программа ориентирована на помощь в выборе профессии для будущих выпускников.

# Актуальность

В последние 5-10 лет в политической и экономической жизни страны произошли большие изменения, оказавшие влияние на все сферы общества. Ситуация настоящего периода требует пересмотра воспитательных функций школы и семьи, главной целью которых становится подготовка ребёнка к безболезненному включению во взрослую жизнь. Изменившиеся социальные условия диктуют необходимость перехода к воспитательной стратегии, в основе которой лежит принцип личностно- ориентированного воспитания, что позволяет сформировать личность ребёнка, обладающего социальной ответственностью, независимой жизненной позицией. Чем раньше человек задумается о том, кем и каким ему быть, чем раньше он примет верное решение, тем меньше сделает ошибок на пути к профессиональному успеху. Эффективность воспитательной деятельности семьи и школы оценивается тем, насколько успешно готовится ребёнок к самостоятельной трудовой деятельности. Современные школьники раньше начинают задумываться о своём будущем, включаться в деятельность, занятия, обеспечивающие их знания и умения, которые потребуются в их предстоящей работе. Они способны понять свои слабости, недостатки, сравнить себя с другими, способны к самоанализу, рефлексии. Таким образом, в современном обществе всё более актуальной становится проблема создания условий для успешного профессионального самоопределения выпускников средних общеобразовательных учебных заведений. Её важнейший аспект - организация сопровождения профессионального самоопределения учащихся с учётом их способностей и интересов, а также потребностей общества

**Цель:** формирование профориентационной компетентности подростков путем включения в процесс активного планирования своего профессионального будущего, чтобы этот процесс был интересным и значимым для него.

**Задачи:**

*Образовательные:*

* углубление знаний по профориентации:
* выработка у обучающихся навыков самостоятельной исследовательской деятельности;
* активизация внутренних психологических ресурсов обучающихся для формирования умения составлять и корректировать свою профессиональную перспективу:

*Развивающие:*

* развитие навыков конструктивного взаимодействия; - творческое саморазвитие и совершенствование личности школьника.

*Воспитывающие:*

* создание комфортной среды для развития интересов, способностей обучающихся;
* развитие мотивации личности к познанию и творчеству;
* воспитание целеустремлённости и настойчивости в достижении цели,
* умения организации своего рабочего времени;
* создание условий для выявления одаренных детей, их дальнейшего
* интеллектуального, творческого развития.

В соответствии с учебным планом на курс «Твой выбор» в 8 классе отводится по 1 часу в неделю, всего 35 часов. Продолжительность занятий – 30 минут, непрерывная работа на компьютере не более 10-15 минут.

# ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В рабочей программе заложены возможности формирования у обучающихся универсальных учебных действий (личностных, регулятивных, познавательных и коммуникативных) и ключевых компетенций.

# Личностные

-потребность повышать свой культурный уровень, само реализовываться в разных видах деятельности;

-готовность и способность к осознанному выбору профессии и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования;

* самооценка способностей для трудовой деятельности в различных сферах с позиции будущей социализации;
* проявление познавательности и активности при изучении данного курса; - планирование образовательной и профессиональной карьеры.

# Метапредметные

## Познавательные

* начало формирования навыка поиска необходимой информации для выполнения учебных заданий;
* сбор информации;
* обработка информации (*с помощью ИКТ);*
* анализ информации;
* передача информации (устным, письменным, цифровым спосо-

бами);

* самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель;
* контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;
* моделировать, т.е. выделять и обобщенно фиксировать группы существенных признаков объектов с целью решения конкретных задач.
* подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков;
* синтез;
* сравнение;
* классификация по заданным критериям;
* установление аналогий;
* построение рассуждения.

## Регулятивные

* навыки умения формулировать и удерживать учебную задачу;
* преобразовывать практическую задачу в познавательную;
* ставить новые учебные задачи в сотрудничестве с учителем;
* выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
* умение выполнять учебные действия в устной форме;
* использовать речь для регуляции своего действия;
* сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона;
* адекватно воспринимать предложения учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
* выделять и формулировать то, что уже усвоено и что еще нужно усвоить, определять качество и уровня усвоения;

## Коммуникативные

В процессе обучения дети учатся:

* работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных;
* ставить вопросы;
* обращаться за помощью;
* формулировать свои затруднения;
* предлагать помощь и сотрудничество;
* договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
* слушать собеседника;
* договариваться и приходить к общему решению;
* формулировать собственное мнение и позицию;
* осуществлять взаимный контроль;
* адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

# Результативность программы

**Первый уровень результатов** – приобретение обучающимися знаний 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.). Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося со своими учителями и родителями (в урочной, внеурочной деятельности) как значимыми для него носителями профессионального знания и положительного повседневного опыта.

**Второй уровень результатов** – получение обучающимися опыта переживания и позитивного отношения к труду, как базовой ценности общества, ценностного отношения к профессиональной и социально значимой деятельности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающихся между собой на уровне класса, образовательного учреждения,

т. е. в защищённой, дружественной просоциальной среде, в которой ребёнок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретённых знаний, начинает их ценить (или отвергает).

**Третий уровень результатов** – получение обучающимся начального опыта самостоятельного общественно полезного действия, формирование у подростка социально приемлемых моделей поведения. Только в самостоятельном общественно полезном действии человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) гражданином, социальным деятелем, свободным человеком. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося с представителями различных профессиональных и социальных субъектов за пределами образовательного учреждения, в открытой общественной среде.

С переходом от одного уровня результатов к другому существенно возрастают эффекты профориентации:

* на первом уровне профориентация приближена к обучению, при этом предметом профориентирования как учения являются не столько теоретические знания, сколько знания о ценностях;
* на втором уровне профориентация осуществляется в контексте жизнедеятельности школьников и ценности могут усваиваться ими в форме отдельных профессионально ориентированных поступков:
* на третьем уровне создаются необходимые условия для участия обучающихся в профессионально ориентированной, социально значимой деятельности и приобретения ими элементов опыта трудового творческого сотрудничества и общественно полезного труда.

Таким образом, знания о труде как о ценности переводятся в реально действующие, осознанные мотивы трудового поведения, его значение присваивается обучающимися и становится их личностным смыслом.

**Формы достижения результатов**: При организации процесса обучения в рамках данной программы предполагается применением следующих педагогических технологий обучения: организация самостоятельной работы, проектной деятельности, самоконтроля, рефлексивного обучения, организация работы в парах.

**Форма оценки** – демонстрация, защита работы.

# СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

# (8 класс)

**Тема 1.** Вводное занятие. (1 час)

Анкета «Планы на ближайшее будущее».

Теоретические сведения Цели и содержание курса. Специфика занятий.

**Тема 2.** Самооценка и уровень притязаний. (1 час)

Методика самооценки индивидуальных возможностей, карта интересов, опросник профессиональной готовности.

**Тема 3.** Темперамент и профессия. Определение темперамента. (1час)

Методика выявления стержневых черт характера. Уровень развития волевых качеств. Внутренний мир человека и возможности его познания. Теоретические сведения. Темперамент. Особенности проявления основных типов темперамента в учебной и профессиональной деятельности.

**Тема 4.** Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций. (1 час)

Ведущие отношения личности: к деятельности, к людям, к самому себе, к предметному миру. Эмоциональные состояния личности.

**Тема 5.** Стресс и тревожность. (1 час)

Работоспособность. Психология принятия решения. Диагностические процедуры: анкета здоровья, теппинг-тест, опросник Айзенека, ориентировочная анкета, опросники «Беспокойство-тревога», «Какая у меня воля».

**Тема 6.** Определение типа мышления. (1час)

Понятие «мышление». Типы мышления. Формы логического мышления. Основные операции мышления: анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, конкретизация, обобщение. Основные качества мышления.

**Тема 7.** Внимание и память (1час)

Память. Процессы памяти: запоминание, сохранение, воспроизведение. Виды памяти. Приемы запоминания.

Внимание. Качества внимания. Виды внимания. Выявление особенностей внимания личности.

**Тема 8.** Уровень внутренней свободы. (1 час)

**Тема 9.** Мой психологический портрет. (1 час)

**Тема 10.** Классификация профессий. Признаки профессии. (1 час) Типы профессий. Ведущий предмет труда каждого типа профессии. Матрица выбора профессии. Выявление профессиональных предпочтений учащихся.

**Тема 11.** Определение типа будущей профессии. (1час)

Характеристика профессий типа «человек – человек». Подтипы профессий типа «человек – человек». Понятие «профессионально важные качества» (ПВК). ПВК профессий типа «человек – человек». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – человек». Профессиональные пробы.

Характеристика профессий типа «человек – техника». Подтипы профессий типа «человек – техника». ПВК профессий типа «человек – техника». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – техника». Профессиональные пробы.

Характеристика профессий типа «человек – знаковая система». Подтипы профессий типа «человек – знаковая система». ПВК профессий типа «человек – знаковая система». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – знаковая система». Профессиональные пробы.

Характеристика профессий типа «человек – природа». Подтипы профессий типа «человек – природа». ПВК профессий типа «человек – природа». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – природа». Профессиональные пробы.

Характеристика профессий типа «человек – художественный образ». Подтипы профессий типа «человек – художественный образ». ПВК профессий типа «человек – художественный образ». Анализ характеристик профессий различных подтипов типа «человек – художественный образ». Профессиональные пробы.

**Тема 12.** Профессия, специальность, должность. Формула профессии. (1 час) Классификация профессий. Цели труда. Классификация профессий по Е.А. Климову. Формула профессии. Работа с таблицей Е.А. Климова. Профессиограмма:

подробное описание профессии.

**Тема 13.** Интересы и склонности в выборе профессии. (1 час)

Анкета: «Карта интересов»; упражнение: «Проверка устойчивости своих интересов»; дискуссия: «Как вы относитесь к идее испытания способностей?».

**Тема 14.** Определение профессионального типа личности. (1 час)

Тесты: «Определение направленности личности», «16-факторный опросник Р. Кеттелла».

**Тема 15.** Профессионально важные качества. (1 час)

**Тема 16.** Профессия и здоровье. (1 час)

*З*доровье и профессия. Профессиональная пригодность. Показатели профессиональной пригодности: успешность и удовлетворенность. Степени профессиональной пригодности: непригодность, пригодность, соответствие, призвание. Причины ошибок и затруднений в выборе профессии.

**Тема 17.** Моя будущая профессия. (1 час)

**Тема 18.** Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности. (1 час)

Три признака понятия по Б. М. Тепловой. Общие и специальные способности. Формирование способностей. Взаимосвязь задатков и способностей. Интересы (содержание, широта, длительность, глубина). Интересы и склонности. Влияние интересов, склонностей и способностей на выбор профессии.

**Тема 19.** Способности к интеллектуальным видам деятельности. (1 час)

**Тема 20.** Способности к профессиям социального типа. (1 час)

**Тема 21.** Способности к офисным видам деятельности. (1 час)

**Тема 22.** Способности к предпринимательской деятельности. (1 час)

**Тема 23.** Артистические способности. (1 час)

**Тема 24.** Уровни профессиональной пригодности. (1 час)

**Тема 25.** Мои способности. (1 час)

**Тема 26.** Мотивы и потребности. (1 час)

**Тема 27.** Ошибки в выборе профессии. (1 час)

**Тема 28.** Современный рынок труда. Прогноз потребности в профессиях. (1 час)

**Тема 29.** Современный рынок труда. Работодатель и работник. (1 час)

**Тема 30** Понятие карьеры. Этапы построения карьеры. (1 час)

**Тема 31.** Как достичь успеха в карьере. (1 час)

**Тема 32.** Профессиональный рост. Понятие штатного расписания и должности. (1 час)

**Тема 33.** Построение личного профессионального плана. Зачёт. (1час) Заключительный.

# КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН (8 класс)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема | Дата по плану | Дата по факту | Форма  проведения |
| 1 | Вводное занятие. Самооценка и уровень притязаний | 06.09 |  | Беседа |
| 2 | Темперамент и профессия. Определение темперамента | 13.09 |  | Беседа |
| 3 | Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций | 20.09 |  | Практическая работа |
| 4 | Стресс и тревожность | 27.09 |  | Беседа |
| 5 | Определение типа мышления | 04.10 |  | Практическая работа |
| 6 | Внимание и память | 11.10 |  | Беседа |
| 7 | Уровень внутренней свободы | 18.10 |  | Беседа |
| 8 | Мой психологический портрет | 25.10 |  | Беседа |
| 9 | Классификация профессий. Признаки профессии | 15.11 |  | Беседа |
| 10 | Определение типа будущей профессии | 22.11 |  | Беседа |
| 11 | Профессия, специальность, должность. Формула профессии | 29.11 |  | Беседа |
| 12 | Интересы и склонности в выборе профессии | 06.12 |  | Беседа |
| 13 | Определение профессионального типа личности | 13.12 |  | Беседа |
| 14 | Профессионально важные качества | 20.12 |  | Беседа |
| 15 | Профессия и здоровье | 27.12 |  | Беседа |
| 16 | Моя будущая профессия | 17.01 |  | Беседа |
| 17 | Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности | 24.01 |  | Практическая работа |
| 18 | Способности к интеллектуальным видам деятельности | 31.01 |  | Практическая работа |
| 19 | Способности к профессиям социального типа | 07.02 |  | Практическая работа |
| 20 | Способности к офисным видам деятельности | 14.02 |  | Практическая работа |
| 21 | Способности к предпринимательской деятельности | 21.02 |  | Практическая работа |
| 22 | Артистические способности | 28.02 |  | Практическая работа |
| 23 | Уровни профессиональной пригодности | 07.03 |  | Практическая работа |
| 24 | Мои способности | 14.03 |  | Практическая работа |
| 25 | Мотивы и потребности | 21.03 |  | Практическая работа |
| 26 | Ошибки в выборе профессии | 04.04 |  | Беседа |
| 27 | Современный рынок труда. Прогноз потребности в профессиях | 11.04 |  | Беседа |
| 28 | Современный рынок труда. Работодатель и работник. | 18.04 |  | Беседа |
| 29 | Пути получения профессии. Матрица профессионального выбора | 25.04 |  | Практическая работа |
| 30 | Понятие карьеры. Этапы построения карьеры. | 02.05 |  | Беседа |
| 31 | Как достичь успеха в карьере | 16.05 |  | Беседа |
| 32 | Профессиональный рост. Понятие штатного расписания и должности. | 23.05 |  | Беседа |
| 33. | Построение личного профессионального плана. Зачёт.  Заключительный. | 30.05 |  | Итоговое занятие. |
|  | **Итого** | **33 часа** |  |  |

|  |
| --- |
| **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ:**  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.  Чистякова С.Н. Дидактический материал по курсу «Твоя профессиональная карьера»: Книга для учителя [Текст]/ Чистякова С.Н. - М.: Просвещение, 1998. – 112с.  Пряжников Н.С. Профориентация в школе и колледже: игры, дискуссии, задачи-упражнения [Текст]/ Пряжников Н.С– М.: Академия, 2008. – 258 с.  Пряжников Н.С. Профессиональное самоопределение. Ученое пособие. [Текст]/ ПряжниковН.С. – М.: Академия, 2008. – 320 с.  Пряжников Н.С. Мотивация трудовой деятельности. [Текст]/ ПряжниковН.С. – М.: Академия, 2008. – 368 с.  **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ:**  <http://edu.rin.ru/html/775.html> |
| <http://www.fpo.ru/psyslu/organizacionnye.html> |
| <http://www.rspb.ru/> |
| [p://www.garant.ru/student/law\_abc.htm](http://www.garant.ru/student/law_abc.htm) |
| p://www.gorfilm.3dn.ru/ |
| <http://spbmbt.ru/> |
| [http://www.embit.ru/](http://www.rspb.ru/) |
| <http://www.obrazovan.ru/> |

|  |
| --- |
| СОГЛАСОВАНО  Заместитель директора по УР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.В.Кичкина  «\_\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2022г. |