

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №11 им. В.И. Смирнова г. Томска

Утверждено приказом № 217 от 01.09.2020 г.



Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Ваш выбор»
(социальная деятельность)
для среднего уровня образования
(10 классы).
1 час в неделю, 34 часа в год

Составитель:
педагог-психолог,
Замятина Е.И.

Томск, 2020

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Ваш выбор» составлена на основе следующих документов и материалов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Закон Томской области от 12.08.2013 года № 149 – ОЗ «Об образовании в Томской области»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 № 1015 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 года N 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»
- Фундаментальное ядро содержания общего образования; программы развития и формирования универсальных учебных действий, которые обеспечивают формирование российской гражданской идентичности, овладения ключевыми компетенциями, составляющими основу для саморазвития и непрерывного образования.
- Санитарно – эпидемиологических правил и нормативов СанПин2.4.2.2821 – 10 «Санитарно – эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях». (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. N 189 г.)
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 августа 2017 г. № 09 – 1672 « О направлении методических рекомендаций «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»
- Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий (Приложение № 1 к письму Минпросвещения России от 7 мая 2020 года № ВБ-976/04)

«Ваш выбор» является курсом, реализующим интересы обучающихся 10 классов в сфере профориентации.

Целью данного курса является активизация профессионального самоопределения учащихся и выбора профиля обучения.

Задачи:

- обеспечение обучающихся системой сведений о мире современного профессионального труда;
- приобретение обучающимися опыта применения общеучебных умений для профессиональной ориентации с учетом требований будущей профессии, собственных индивидуальных качеств, состояния здоровья;
- формирование мотивации к сохранению своего профессионального здоровья и решению экологических проблем местного сообщества с помощью своей будущей профессиональной деятельности;
- развитие способности адаптироваться в реальных социально-экономических условиях.

Общая характеристика курса:

Выбор профессии или профессиональное самоопределение - основа самоутверждения человека в обществе, одно из главных решений в жизни. Выбор профессии определяет очень многое, а именно кем быть, к какой социальной группе принадлежать, где и с кем работать, какой стиль жизни выбирать.

Задача самоопределения встает перед подростком дважды. Первый раз в 9-ом классе, когда подростку следует решить, продолжать обучение в школе или начать овладевать какой-либо специальностью. Второй раз в 10 классе, так как именно в этом возрасте школьники обычно осуществляют свой выбор, а в 11 классе окончательно определяются с вузом.

Профориентационный курс «Ваш выбор» направлен на повышение уровня профессиональной зрелости, то есть способности сделать правильный профессиональный выбор, умение сопоставить профессиональное «хочу» и «могу»; на решение проблем экологии и здоровья в своей профессии; на развитие умений рациональной организации труда как составной части своего здорового образа жизни в профессии, на определение профиля обучения и планирование предполагаемого места работы.

Программа ориентирована на достижение планируемых результатов ФГОС СОО: личностные и метапредметные. В программе наблюдается принцип преемственности между уровнями НОО и ООО. Программа основана на межпредметных связях с обществознанием, литературой, математикой. В 10 классе курс рассчитан на занятия 1 час в неделю, всего 34 часа в год., с использованием ДОТ.

I. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

1. 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.

2. Метапредметные:

Регулятивные УУД

1. Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. Обучающийся сможет:

- анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты;
- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;
- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;

2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- определять необходимые действие(я) в соответствии с познавательной задачей и

составлять алгоритм их выполнения;

- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;

- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;

- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;

- составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования);

- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения;

3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. Обучающийся сможет:

- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;

- систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии планируемых результатов и оценки своей деятельности;

- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;

- находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации и/или при отсутствии планируемого результата;

- работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата;

- устанавливать связь между полученными характеристиками продукта и характеристиками процесса деятельности и по завершении деятельности предлагать изменение характеристик процесса для получения улучшенных характеристик продукта;

- сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. Обучающийся сможет:

- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;

- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;
- оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;
- обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов;
- фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной. Обучающийся сможет:

- наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки;
- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы;
- принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;
- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;
- демонстрировать приемы регуляции психофизиологических/ эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).

Познавательные УУД

6. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. Обучающийся сможет:

- выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчиненных ему слов;
- выделять общий признак двух или нескольких предметов или явлений и объяснять их сходство;
- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;
- выделять явление из общего ряда других явлений;

- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;

- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;

- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки;

- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;

- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;

- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности (приводить объяснение с изменением формы представления; объяснять, детализируя или обобщая; объяснять с заданной точки зрения);

- выявлять и называть причины события, явления, в том числе возможные / наиболее вероятные причины, возможные последствия заданной причины, самостоятельно осуществляя причинно-следственный анализ;

- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

7. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- обозначать символом и знаком предмет и/или явление;

- определять логические связи между предметами и/или явлениями, обозначать данные логические связи с помощью знаков в схеме;

- создавать абстрактный или реальный образ предмета и/или явления;

- строить модель/схему на основе условий задачи и/или способа ее решения;

- преобразовывать модели с целью выявления общих законов, определяющих данную предметную область;

- строить схему, алгоритм действия, исправлять или восстанавливать неизвестный ранее алгоритм на основе имеющегося знания об объекте, к которому применяется алгоритм;

- строить доказательство: прямое, косвенное, от противного;

- анализировать/рефлексировать опыт разработки и реализации учебного проекта, исследования (теоретического, эмпирического) на основе предложенной проблемной ситуации, поставленной цели и/или заданных критериев оценки продукта/результата.

8. Смысловое чтение. Обучающийся сможет:

- находить в тексте требуемую информацию (в соответствии с целями своей деятельности);

- ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст;

- устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов;

- резюмировать главную идею текста;

- критически оценивать содержание и форму текста.

9. Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации. Обучающийся сможет:

- определять свое отношение к природной среде;

- анализировать влияние экологических факторов на среду обитания живых организмов;

- проводить причинный и вероятностный анализ экологических ситуаций;

- прогнозировать изменения ситуации при смене действия одного фактора на действие другого фактора;

- распространять экологические знания и участвовать в практических делах по защите окружающей среды;

- выражать свое отношение к природе через рисунки, сочинения, модели, проектные работы.

10. Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем. Обучающийся сможет:

- определять необходимые ключевые поисковые слова и запросы;

- осуществлять взаимодействие с электронными поисковыми системами, словарями;

- формировать множественную выборку из поисковых источников для объективизации результатов поиска;

соотносить полученные результаты

Коммуникативные УУД

11. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение. Обучающийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;
- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);
- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;
- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);
- устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

12. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью. Обучающийся сможет:

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;
- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими

людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);

- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;
- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей;
- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

13. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ). Обучающийся сможет:

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;
 - выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;
 - выделять информационный аспект задачи, оперировать данными, использовать модель решения задачи;
 - использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программно-аппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: вычисление, написание писем, сочинений, докладов, рефератов, создание презентаций и др.;
 - использовать информацию с учетом этических и правовых норм;
 - создавать информационные ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.
- ***Первый уровень результатов – (Приобретение школьником социальных знаний)***

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями как значимыми для него носителями положительного

социального знания и повседневного опыта.

- ***Второй уровень результатов – (формирование ценностного отношения к социальной реальности):***

получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, то есть в защищенной, дружественной социальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребенок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

- ***Третий уровень результатов – (получение школьником опыта самостоятельного общественного действия)*** школьник может приобрести опыт общения с представителями других социальных групп, опыт самоорганизации, организации совместной деятельности с другими детьми и работы в команде; нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами. Получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии юный человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьника с социальными субъектами в открытой общественной среде.

II. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

10 класс (34ч)

Раздел 1. «Что я знаю о своих возможностях» (10ч).

Жизненные ценности; самооценка и уровень притязаний; темперамент и профессия. Чувства и эмоции, стресс. Как связана реакция на стресс с темпераментом человека, его личностными качествами, самооценкой, самочувствием.

Уровень развития психических процессов: определение типа мышления и как развивать мышление, связь типа мышления с профессией; внимание и память, как их тренировать.

Какую определяющую роль в жизни человека играет уровень внутренней свободы. Профессиональные факторы риска для здоровья. Ограничения выбора профессии. Мир профессий.

Раздел 2 «Я выбираю профессию» (12ч).

Жизненные перспективы, осмысление ценностей, ожиданий, притязаний, освоение стратегий выбора. Изучается «банк профессий» и задачи устойчивого развития местного сообщества. Динамизм рынка труда. Группы профессий. Требования разных профессий к личностным качествам, влияние профессий на экологию и здоровье специалиста. Ограничения по медицинским показаниям. Самопознание своих профессиональных предпочтений. Примеры профессиограмм.

Понятие социального партнерства. Готовность к социальному партнерству специалистов разных профессий как условие решения задач устойчивого развития. Коммуникативные умения, умения договариваться и действовать совместно в общих целях, в команде – неременное требование к специалистам любой профессии.

Раздел 3. «Образование и карьера» (12ч).

Выбор профессии. Ошибки в выборе профессии. Мотивация и достижение успеха. Адекватность мотивации. Потребности личности. Эффективное целеполагание и планирование времени. Навыки позитивного и конструктивного общения. Условия и правила партнерства. Распределение обязанностей между членами группы с учетом их индивидуальных особенностей и предпочтений. Качества, необходимые для партнерства, возможность их развития. Метод совместного творческого решения проблемы специалистами разных профессий (синектика).

Готовность учиться в течение всей жизни как главное условие успешности в любой профессии. Пути получения профессии - ступени среднего и высшего профессионального образования, послевузовского образования, учебные заведения региона.

Навыки самопрезентации – имидж, стиль, поведение при собеседовании, телефонные переговоры, резюме.

Формы организации: аналитическая работа, анализ данных, оценка результатов;

Виды деятельности: имитационные упражнения, деловые игры, часто используются эвристическая беседа и мозговой штурм, обучающиеся выполняют задания на самостоятельный поиск, решение конкретных проблемных ситуаций, направленных на построение жизненной перспективы, работают с разными источниками информации. Отрабатываются способы свертывания информации (выписки, конспект, схема, таблица). Встречи со специалистами разных профессий (анкетирование, интервьюирование).

Организация работы с информацией в малой группе сотрудничества (по профессиям), распределение ролей.

III. Тематическое планирование.

10 класс

	Наименование тем и разделов	Количество часов
1	Раздел 1. Что я знаю о своих возможностях	10
2	Раздел 2. Я выбираю профессию	12
3	Раздел 3. Образование и карьера	12
	Итого	34

Учебно – методическое и материально – техническое обеспечение курса:

Литература:

- Афанасьева Н.В. Профориентационный тренинг для старшеклассников «Твой выбор»/ под ред. Н.В. Афанасьевой. – СПб.: Речь. 2019.
- Голуб, Г. Б., Предпрофильная подготовка учащихся: Рекомендации по организации и проведению / Под ред. проф. Е. Я. Когана. – Самара: Издательство «Учебная литература», Издательский дом «Фдоров», 2019. – 160 с.
- Резапкинна Г. В., Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов. – 2-е изд., исправл. – М.: Генезис, 2018. – 125 с.
- Климов Е.А. Как выбирать профессию? //Библиография.- М., 2019, №6 4.
- Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. Ростов н/Д: Феникс, 2010.
- Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8–11 классы). — М.: ВАКО, 2019.
- Пряжников Н.С. Направления и методы профориентации.//Директор школы. №2, М., 2016.
- Образцова Т.Н. Ролевые игры для детей. М.: ООО Этрол, ООО ИКТЦ ЛАДА, 2005.
- Савченко М.Ю. Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам (9–11 класс): Практическое руководство для классных руководителей и школьных психологов / Под науч. ред. Л.А.Обуховой.- М.: «Вако», 2019.

- Компьютер
- Проектор

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 2241331179433258965477892812032749152869128149

Владелец Ястребов Андрей Юрьевич

Действителен с 18.10.2022 по 18.10.2023