

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение города
Новосибирска
« Образовательный центр - гимназия № 6 «Горностай»

ПРИНЯТА

решением кафедры

педагогики и психологии

_____ Бердникова А.Г

протокол № 1 от 26.08.2016 г.

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора по ВР

_____ Гальцова С.Г.

27.08.2016 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«ПРОФИОРИЕНТАЦИЯ – МОСТ В
НЕПРЕДСКАЗУЕМОЕ БУДУЩЕЕ»
основного общего образования

Составители:

Королькова Полина Анатольевна, педагог-психолог,

Пинчукова Ирина Валентиновна, учитель истории.

Новосибирск, 2016

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА

«Профориентация – мост в непредсказуемое будущее» основной школы

Программа направлена на **социализацию** и **профориентацию** учащихся **8-х классов** (1 год обучения) и предполагает формирование данных компетенций:

1.1. Личностные результаты:

- формирование познавательных интересов, интеллектуальных и творческих способностей учащихся;
- умение распознавать собственные ценности, интересы, желания и формировать на основе их личные цели, в том числе и профессиональные;
- формирование ответственности за собственный выбор: умение делать выбор и отвечать за последствия собственных поступков;
- умение планировать и достигать собственных целей, в том числе и профессиональных;
- развитие профессиональных интересов в каком-либо виде деятельности через творческий подход и интерес учащегося;
- формирование позитивной самооценки, самоуважения и адекватного уровня притязаний;
- мотивация образовательной деятельности школьников на основе личностно ориентированного подхода;
- формирование ценностных отношений друг к другу, учителю, семье, результатам обучения.
- формирование социальных компетенций: навыки работы в команде, лидерские компетенции.
- ораторские умения: формулирование итогов своей работы и умение презентовать их на аудиторию; умение кратко и точно отвечать на вопросы.
- умение находить нужную информацию, используя справочную литературу и другие источники информации.

1.2. Метапредметные результаты: включают универсальные учебные действия (УУД: познавательные, регулятивные и коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями:

- **Регулятивные** действия, обеспечивающие эффективность личностных результатов, положительную динамику развития индивидуальных возможностей и способностей, в том числе профессиональных, в каком-либо виде деятельности; формирование внутренней мотивации к профессиональной деятельности; формирование исследовательских навыков при изучении личных способностей и профессиональных интересов, а так же изучение различных профессий; преодоление возможных психологических ограничений учащихся при поиске профессии, повышение их самооценки.
- **Познавательные** действия включают действия постановки и решения задач: овладение навыками самостоятельного приобретения новых знаний, анализу и

синтезу информации, улучшение навыков работы с различными информационными источниками; овладение навыками организации своей деятельности: постановки целей, планирования, самоконтроля, достижения и оценки результатов своей профессиональной деятельности.

- **Коммуникативные** действия обеспечивают социальную компетентность и учет позиции других людей, партнера по общению или деятельности, умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

1.3. Уровни воспитательных результатов:

Предполагается, что дети получили **1 уровень** развития социальных компетенций в младших классах (с 1 по 6).

2 уровень (I семестр) формирование позитивного отношения обучающихся к базовым ценностям общества и к социальной реальности в целом, взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, то есть в защищенной, дружественной среде при поддержке и помощи преподавателя:

- ✓ положительная динамика развития коммуникативных возможностей и способностей,
- ✓ дальнейшее формирование позитивного отношения обучающихся к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом;
- ✓ дальнейшее развитие эмоционального и социального интеллектов, как необходимых факторов успешности в исследовательской, творческой и профессиональной деятельности.
- ✓ получение опыта положительного достижения результата, применяя социальный опыт и знания.

3 уровень (II семестр): получение обучающимися опыта самостоятельного общественного действия в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, в обществе других, зачастую незнакомых людей, которые вовсе не обязательно положительно к нему настроены:

- ✓ самостоятельное применение обучающимися навыков постановки целей, планирования, самоконтроля, достижения и оценки результатов своей деятельности, в том числе и профессиональной.
- ✓ самостоятельное применение умения в реальном социальном взаимодействии за пределами школы достигать поставленной цели;

- ✓ самостоятельное применение умения слушать и вступать в диалог, учитывать позиции других людей, партнеров по общению или деятельности, тем самым получая необходимые основы социальных знаний, применение грамотных социальных взаимодействий для успешной профессиональной деятельности.

1.4. Формы подведения итогов реализации программы.

Формы контроля:

- Встречи, беседы, наблюдение за творческим, исследовательским процессом учащегося;
- Аудиторный опрос;
- Диагностические материалы по оценке результатов освоения обучающимися содержания программы: анкетирование, тестирование учащихся
- Выполнение учащимися практических работ;
- Выполнение учащимся творческих работ;
- Участие в олимпиадах, тематических семинарах.
- Участие в научно-практических и учебно-исследовательских конференциях школьников, защита проектных работ по профориентации;
- Соревнования,
- Формирование портфеля достижений.
- Отчет.

2. ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Введение в тему курса.

Правила пребывания на уроке. Обзорное введение в тему курса: «Что дает изучение предмета?» План курса. Обучение навыкам работы в команде. Первый совместный групповой проект «Путешествие начинается».

Выбор и его последствия.

Что такое для человека выбор. Существует ли правильный или неправильный выбор. Факторы нашего выбора: внешние и внутренние. Последствия нашего выбора.. Связь выбора человека и его потребностей, интересов, целей, ценностей. Точка выбора/точка свободы, в чем ее функция, какие преимущества она может давать человеку. Ответственность за свой выбор. Реактивное и проактивное поведение. Психология победителя и неудачника.

Проактивность. Реактивность.

Определение эффективной деятельности. Личные и профессиональные качества успешного и эффективного человека. «Неудачник» и «победитель»: в чем различие. Речь и поведение реактивного и проактивного человека. Выгоды проактивности в решении сложных жизненных задач. Пути проактивного выхода из неудач. Я сам VS Обстоятельств. Круг забот, круг влияния. Как оставаться в круге влияния, руководить обстоятельствами и формировать свой личный выбор. Инструменты силы. История Розы и пса Вульфа.

Принципы тайм-менеджмента.

Целеполагание, планирование, расстановка приоритетов. Способы постановки и достижения цели. Работа с алгоритмом формулирования цели. Практические игры и упражнения на овладения навыками управления временем. Практическая работа пошагового формулирования цели.

Анализ предназначения человека.

Проводится методика АПЧ, помогающая определить предпочитаемые интересы и склонности и сузить круг рассмотрения профессиональных предпочтений.

Тесты по профориентации.

Проведение тестирования и интерпретация результата.

Тесты:

1. «Капитан я или пассажир»;
2. Дифференциально-диагностический опросник «Я предпочту» (Е.А. Климов);
3. Профориентационная анкета «Я хочу» и «Я могу» (по Е.А. Климову);
4. Профессиональные интересы и склонности.

5. Опросник Голланда. Соотнесение типов профессий с индивидуальными особенностями человека.

Самооценка и уровень притязаний.

Что такое самооценка и чем она важна для человека. Самооценка=успех/уровень притязаний. Какое влияние оказывает заниженная самооценка. Признаки адекватной/заниженной самооценки. Тест Шварцландера. Проведение собственного исследования на уровень притязаний и адекватность самооценки. Способы формирования адекватной самооценки. Феномен «проекции», потеря информации при передаче. Как наши страхи влияют на нашу успешность. Страх не справиться с ситуацией. Страх оценки.

ЛЭБС. 6 способов делать вклады в ЛЭБС. Что уменьшает ЛЭБС. Удача и личный успех как ресурс для повышения самооценки и ЛЭБС. Дневник Пифагора. Формирование позитивного отношения к жизни и достижениям.

Командные навыки эффективности.

Три навыка командной работы и их применение на практике.

4-й навык эффективности: умение слушать и слышать. Индивидуальное восприятие человека. Для чего нам нужно уметь договариваться? Как уметь договориться? Неэффективное слушание, примеры. Стили истинного слушания. Формирование/утрата доверия.

Индивидуальные и коллективные решения. Особенности групповой проектной деятельности. Умение «слышать» другого и принимать коллегиальные решения.

Навык 5-й (командный). Взаимодействие в духе «выиграл-выиграл». Теория. Как добиться взаимного успеха, как уметь повлиять на другого человека.

Навык 6-й командной работы. Синергия, как эффективный командный навык и способы ее достижения. Разбор ситуации на примере одной семьи. Различия между людьми, как их использовать. Стихотворение «Внутренний холод». Обучение работы в команде. Командная игра «красное/черное» на достижение синергии, демонстрирующая эффект командной работы.

Ролевая командная игра «Необитаемый остров». Обучение работы в команде и командным навыкам: слушать и слышать, выиграл-выиграл, синергия. Достижение совместных договоренностей.

Подготовка к школьному фестивалю по профориентации: «Ярмарка профессий».

Обучение основам проектной деятельности. Обучение групповой проектной деятельности. Психологическая игра «Катастрофа на воздушном шаре». Групповой / индивидуальный проект: «Изучение моей профессии». Формирование рабочих групп, выбор профессий. Распределение проектов по рабочим группам. Распределение ролей в рабочей группе по проектной деятельности. Индивидуальные и коллективные решения. Умение «слышать» другого и принимать коллегиальные решения в духе «выиграл-выиграл». Изучение выбранной профессии, профессиональное самоопределение. Создание групповых проектов. Написание проектной работы на конференцию по плану. Подготовка презентации «Исследование моей профессии» к «Ярмарке профессий».

7-й навык эффективности «Затачивай пилу».

7-й навык эффективности, для чего он нужен. Четыре основных измерения жизни. Тело, Разум, Эмоции, Душа. Шкала личного баланса.

Правила написания резюме о приеме на работу.

Подготовка к написанию резюме. Умение себя правильно подать. Эссе «Признание в любви к самому себе». Ролевая игра «Собеседование при приеме на работу». Навыки самопрезентации при приеме на работу. Понимание позиции и требований работодателя. Написание резюме с учетом своих профессиональных предпочтений, возможного основного и дополнительного образования, желательного уровня доходов.

Практика по применению и развитию навыков эффективности.

Работа советником (вожатым) в школьном лагере «Навигатор: Школа лидерства»

2.1. Виды внеурочной деятельности:

- игровая деятельность;
- познавательная деятельность;
- проблемно-ценностное общение;
- творческая деятельность;
- научно-исследовательская деятельность;
- социальное взаимодействие.

2.2. Формы внеурочной деятельности.

При построении занятий используются формы:

- Обучающие аудиторные и внеаудиторные занятия;
- Ролевые игры;
- Соревнования;

- Тренинги на командообразование, сплочение, личностный рост;
- Создание проектов по профориентации;
- Тестирование и анкетирование учащихся.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Раздел. Тема.	Общее кол-во часов	Количество часов	
			аудиторн.	в/аудитор.
1.	Введение	1		1
2.	Выбор и его последствия	4	1	3
3.	Навыки личной эффективности	5	1	4
4.	Самооценка и способы ее повышения	5	1	4
5.	Навыки командной эффективности	6	1	5
6.	Навыки проектной деятельности	4	1	3
7.	Навыки самовосстановления	1		1
8.	Моя профессия. Резюме о приеме на работу	2		2
9.	Тесты на самопознание и профопределение	4	1	3
10.	Зачетные занятия по темам	4		4
Итого:		36	6	30

7. Календарно-тематическое планирование

№	Раздел. Тема.	Сроки	Планируемые результаты		Виды деятельности обучающихся
			Личностные	Метапредметные (УУД)	
1.	Введение – 1 ауд. час				
1.	Правила пребывания на уроке. Обзорное введение в тему курса: «Что дает изучение предмета?» План курса. Обучение навыкам работы в команде. Первый совместный групповой проект «Путешествие начинается».	1й час	Осознают правила поведения; формируют положительное отношение к курсу и к друг другу.	Р. самостоятельно планируют свою деятельность по заданию; П. учатся моделировать и перерабатывать поступающую информацию; К. вырабатывают совместные правила; делают совместный проект на знакомство.	Учащиеся знакомятся с общими положениями курса, выполняют несколько игр на знакомство и совместный проект, знакомящий с темой курса.
2.	Выбор и его последствия – 4 ауд. часа				
2.	Что такое для человека выбор. Существует ли правильный или неправильный выбор. Факторы нашего выбора: внешние и внутренние.	2й час	Осознают необходимость принятия ответственности за свой выбор, учатся видеть внешние и внутренние ресурсы.	Р. самостоятельно планируют свою деятельность по заданию; П. учатся моделировать и перерабатывать поступающую информацию; К. учатся сотрудничеству с учителем и сверстниками, адекватно воспринимать и передавать информацию.	Изучают факторы выбора, ресурсы внутренние и внешние, учатся принимать ответственность за свой выбор
3.	Последствия нашего выбора. Связь выбора человека и его потребностей, интересов, целей, ценностей.	3й час			
4.	Точка выбора/точка свободы, в чем ее функция, какие преимущества она может давать человеку.	4й час			
5.	Ответственность за свой выбор. Реактивное и проактивное поведение. Психология победителя и неудачника.	5й час			
3.	Навыки личной эффективности – 5 ауд. час				
6.	Определение эффективной деятельности. Личные и профессиональные качества успешного и эффективного человека.	6й час	Учатся понимать необходимость развития навыков личной эффективности для успешной деятельности	Р. самостоятельно планируют свою деятельность по заданию; П. учатся моделировать и перерабатывать поступающую информацию; К. учатся сотрудничеству со сверстниками, добиваться	Изучают три навыка личной эффективности : ответственность, целеполагание, планирование. Теория, практические задания, игры, тесты.
7.	«Неудачник» и «победитель»: в чем различие. Речь и поведение реактивного и проактивного человека.	7й час			
8.	Выгоды проактивности в решении сложных жизненных задач. Пути проактивного выхода из неудач. Я сам VS Обстоятельств	8й час			

9.	Круг забот, круг влияния. Как оставаться в круге влияния, руководить обстоятельствами и формировать свой личный выбор. Инструменты силы. История Розы и пса Вульфа	9й час		командного результата	
10.	Принципы тайм-менеджмента. Целеполагание, планирование, расстановка приоритетов. Способы постановки и достижения цели. Работа с алгоритмом формулирования цели. Практические игры и упражнения на овладения навыками управления временем.	10й час			
4.	Самооценка и способы ее повышения – 5 ауд. час				
11.	Что такое самооценка и чем она важна для человека. Самооценка = успех / уровень притязаний.	11й час	Учатся осознавать свои личностные особенности и эффективно влиять на свой личностный рост и развитие	Р. самостоятельно планируют свою деятельность по заданию; П. учатся перерабатывать поступающую информацию и применять ее на практике; К. учатся совместной деятельности в команде сверстников	Учатся различным способам повышения самооценки и уровня притязаний. Теория, практические задания, игры, тесты.
12.	Какое влияние оказывает заниженная самооценка. Признаки адекватной/заниженной самооценки.	12й час			
13.	Тест Шварцландера. Проведение собственного исследования на уровень притязаний и адекватность самооценки.	13й час			
14.	Как наши страхи влияют на нашу успешность. Страх не справиться с ситуацией. Страх оценки. Феномен «проекции», потеря информации при передаче.	14й час			
15.	Способы формирования адекватной самооценки. ЛЭБС. 6 способов делать вклады в ЛЭСБ. Что уменьшает ЛЭСБ. Удача и личный успех как ресурс для повышения самооценки и ЛЭБС. Дневник Пифагора. Формирование позитивного отношения к жизни и достижениям.	15й час			
5.	Навыки командной эффективности – 6 ауд. час				
16.	Три навыка командной работы и их применение на практике. 4-й навык эффективности: умение слушать и слышать. Индивидуальное восприятие человека. Для чего нам нужно уметь договариваться? Как уметь договориться?	16й час	Учатся взаимопомощи, толерантности, эмоционально-положительному отношению к товарищу, навыкам эффективного сотрудничества	Р. самостоятельно планируют свою деятельность по заданию; П. учатся моделировать и перерабатывать поступающую информацию и применять ее на практике; К. учатся сотрудничеству со сверстниками, добиваться	Обучаются навыкам эффективной групповой деятельности: слушать и слышать, работать в духе «выиграл-выиграл», достигать «синергии»
17.	Неэффективное слушание, примеры. Стили истинного слушания. Формирование/утрата доверия. Индивидуальные и коллективные решения. Особенности групповой проектной деятельности. Умение «слышать»	17й час			

	другого и принимать коллегиальные решения.			командного результата	
18.	Навык 5-й (командный). Взаимодействие в духе «выиграл-выиграл». Теория. Как добиться взаимного успеха, как уметь повлиять на другого человека.	18й час			
19.	Навык 6-й командной работы. Синергия, как эффективный командный навык и способы ее достижения. Разбор ситуации на примере одной семьи. Различия между людьми, как их использовать. Стихотворение «Внутренний холод».	19й час			
20.	Обучение работы в команде. Командная игра «красное/черное» на достижение синергии, демонстрирующая эффект командной работы.	20й час			
21.	Ролевая командная игра «Необитаемый остров». Обучение работы в команде и командным навыкам: слушать и слышать, выиграл-выиграл, синергия. Достижение совместных договоренностей.	21й час			
6.	Навыки проектной деятельности – 4 ауд. час				
22.	Обучение основам проектной деятельности. Обучение групповой проектной деятельности. Групповой / индивидуальный проект: «Изучение моей профессии». Формирование рабочих групп, выбор профессий. Распределение проектов по рабочим группам. Распределение ролей в рабочей группе по проектной деятельности.	22й час	Учатся навыкам эффективного сотрудничества взаимопомощи, толерантности, эмоционально-положительному отношению к товарищу.	Р. самостоятельно планируют свою деятельность по заданию; П. учатся моделировать и перерабатывать поступающую информацию и применять ее на практике; К. учатся сотрудничеству со сверстниками, добиваться командного результата	Учатся написанию и презентации исследовательской работы «Моя профессия» в форме группового проекта.
23.	Психологическая игра «Катастрофа на воздушном шаре».	23й час			
24.	Индивидуальные и коллективные решения. Умение «слышать» другого и принимать коллегиальные решения в духе «выиграл-выиграл». Изучение выбранной профессии, профессиональное самоопределение.	24й час			
25.	Создание групповых проектов. Написание проектной работы на конференцию по плану. Подготовка презентации «Исследование моей профессии» к «Ярмарке профессий».	25й час			

7. Навыки самовосстановления – 1 ауд. час					
26.	7-й навык эффективности «Затачивай пилу». Для чего он нужен. Четыре основных измерения жизни. Тело, Разум, Эмоции, Душа. Шкала личного баланса.	26й час	Получают нравственно-этический опыт сохранения духовного и физического здоровья собственной личности	Р. учатся контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность П. учатся выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для подростка видах творческой деятельности; К. учатся эффективной работе в команде	Обучаются навыку самовосстановления и ведения здорового образа жизни.
8. Моя профессия. Резюме о приеме на работу – 2 ауд. часа.					
27.	Подготовка к написанию резюме. Умение себя правильно подать. Эссе «Признание в любви к самому себе». Навыки самопрезентации при приеме на работу. Ролевая игра «Собеседование при приеме на работу».	27й час	Формируют положительное отношение к своей личности и будущей профессиональной деятельности.	Р. самостоятельно планируют свою деятельность по заданию; П. учатся моделировать и перерабатывать поступающую информацию; К. учатся эффективной работе в команде	Исследуют предлагаемые профессии и свои профессиональные предпочтения и интересы с целью определиться с будущей сферой деятельности. Учатся самопрезентации при приеме на работу.
28.	Понимание позиции и требований работодателя. Написание резюме с учетом своих профессиональных предпочтений, возможного основного и дополнительного образования, желательного уровня доходов.	28й час			
9. Тесты на самопознание и проф. определение – 4 ауд. часа					
29.	Проведение тестирования и интерпретация результата. Тесты: - «Капитан я или пассажир»; - Дифференциально-диагностический опросник «Я предпочту» (Е.А. Климов);	29й час	Изучают личностные качества и навыки, способствующих профессиональному самоопределению	Р. самостоятельно планируют свою деятельность по заданию; П. учатся моделировать и перерабатывать поступающую информацию; К. учатся сотрудничеству с учителем и	Изучают свои личностные и профессиональные навыки с целью сделать правильный выбор профессии.
30.	- Профориентационная анкета «Я хочу» и «Я могу» (по Е.А. Климову); - Профессиональные интересы и склонности	30й час			

31.	Анализ предназначения человека. Методика АПЧ, помогает определить предпочитаемые интересы и склонности и сузить круг рассмотрения профессиональных предпочтений.	31й час		сверстниками.	
32.	Опросник Голланда. Соотнесение типов профессий с индивидуальными особенностями человека.	32й час			
10.	Зачетные занятия по темам – 4 ауд. часа				
33.	Зачет за I чत्व. по теме: «Капитан я или пассажир на корабле своей жизни?». Написание эссе.	33й час	Учатся подведению итогов деятельности; самоорганизации	Р. самостоятельно планируют свою деятельность по заданию; П. учатся моделировать и перерабатывать поступающую информацию, подводить итоги; К. учатся сотрудничеству со сверстниками и учителем, работать по заданию	Выполняют зачетные работы. Подводят итоги полученных знаний и навыков.
34.	Зачет за II чत्व. по темам: Выбор человека и его последствия; Три личных навыка эффективности; Ответственность, целеполагание, планирование; Самооценка и способы ее повышения.	34й час			
35.	Зачет за III четверть. Сдача проектов «Исследование моей профессии».	35й час			
36.	Зачет за IV четверть. Написание резюме с учетом своих профессиональных предпочтений, возможного основного и дополнительного образования, желательного уровня доходов.	36й час			