



**Муниципальное бюджетное
общеобразовательное
учреждение «Гимназия № 32»
г. Новокузнецка**



Программа принята
к работе педагогическим
советом гимназии
Протокол № 1 от 29.08. 2019г.

Утверждаю
Директор гимназии
Морозова М.В.
"02" сентября 2019 г.



Программа рассмотрена на
методическом объединении
классных руководителей
Протокол № 1 от 29.08. 2019г.

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Мой выбор»
класс 8
количество часов 34**

Составитель программы
Пикалова Дарья Игоревна,
классный руководитель 8_

**Новокузнецкий ГО
2019**

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Мой выбор»: личностные, метапредметные

Личностные

1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

9) формирование основ экологической культуры соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные

1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

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;

4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;

5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

б) 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 и по аналогии) и делать выводы;

7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

8) смысловое чтение;

9) 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 учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;

11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ– компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами

12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

Содержание курса внеурочной деятельности «Мой выбор» с указанием форм организации и видов деятельности

8 класс (34 часа)

ВВЕДЕНИЕ (1 ЧАС)

Занятие направлено на знакомство учащихся с предлагаемой программой, личное и групповое целеполагание. Тренинг «Знакомство».

РАЗДЕЛ 1. «ЧТО Я ЗНАЮ О СЕБЕ?» (10 часов).

Тема 1. Я – человек и личность (1 час).

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 (1 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).

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

РАЗДЕЛ 2. «СУЩНОСТЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ» (5 ЧАСОВ).

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

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.

РАЗДЕЛ 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.

РАЗДЕЛ 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».

РАЗДЕЛ 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.

РАЗДЕЛ 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 (3 час).

Составление профессиограмм, списков необходимых книг, журнальных и газетных статей, адресов сайтов, телефонных справочников.

Мини-проект «Мой выбор».

Формы организации

Групповые занятия.

Виды деятельности

Познавательная, игровая, проблемно-ценностное общение.

Тематическое планирование

№ урока	Название раздела, темы	Количество часов, отводимое на изучение разделов, темы
	Введение	1 час
1	Тренинг «Знакомство».	1
	Раздел 1. «Что Я Знаю О Себе?»	10 часов
2	Я - человек и личность	1
3	Врожденные особенности человека. Темперамент	1
4	Устойчивые особенности личности. Характер	1
5	Психические качества личности	1
6	Интеллектуальные возможности человека	1
7	Интересы и склонности	1
8	Самооценка	1



№ урока	Название раздела, темы	Количество часов, отводимое на изучение разделов, темы
9	Жизненные и профессиональные ценности	1
10	Мотивы выбора профессии	1
11	Здоровье и профессия	1
	Раздел 2. «Сущность Профессионального Самоопределения»	5 часов
12	Культурно-исторические аспекты профессионального самоопределения	1
13	Профессиональное самоопределение	1
14	Типы самоопределения человека	1
15	Личностное самоопределение	1
16	Профессиональные ценности	1
	Раздел 3. Портфолио (Портфель Достижений)	4 часа
17	Проектирование основного и дополнительного образования	1
18	Профессиональный план: Основной вариант, запасной вариант	1
19	Анализ успешности человека	1
20	Сбор информации в портфель достижений	1
	Раздел 4. «Классификация Мира Труда»	7 часов
21	Типы профессий	1
22	Классы профессий	1
23	Отделы профессий	1
24	Профессиография	1
25	Формула профессии	1
26	Профессиональная проба	1
27	Профессиональная проба	1
	Раздел 5. «Переговорная Площадка С Родителями»	3 часа
28	Мои родословные ценности	1
29	Совместное проектирование профессионального будущего	1
30	Совместное проектирование профессионального будущего	1
	Раздел 6. «Жизнь По Собственному Выбору».	4 часа
31	Самоконтроль	1
32	Тренинг «Как управлять собой»	1
33	Мой выбор	1
34	Мой выбор Защита проектов	1