

Приложение 1

к содержательному разделу основной образовательной программы основного общего образования, утвержденной приказом муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №1 Яшкинского муниципального района от «02» сентября 2019 г. №150

**Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности
«Ступени роста»**

Составитель:
заместитель директора по ВР Белова Т.Л.

№	Содержание	Стр.
1	Результаты освоения курса внеурочной деятельности	3
2	Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности	5
3	Тематическое планирование	7

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- 1) российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);
- 2) гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
- 3) готовность к служению Отечеству, его защите;
- 4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- 5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- 6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;
- 7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- 8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- 9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- 10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
- 11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- 12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;
- 13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- 14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
- 15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

Метапредметные результаты:

- 1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать

- деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- 2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
 - 3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
 - 4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;
 - 5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
 - 6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;
 - 7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;
 - 8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;
 - 9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения

Учащийся научится:

- 1) умениям и навыкам формирования психологической компетентности;
- 2) конструктивному общению в школе, семье и будущей профессиональной деятельности;
- 3) навыкам самовоспитания и саморазвития,
- 4) решению задач в области социальных и межличностных отношений;
- 5) способности к осознанному выбору конструктивных способов реагирования в конфликтных ситуациях;

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

Знаете ли вы себя? Знакомство, диагностика ожиданий, обсуждение целей и задач, информирование о науке психологии.

Практическая работа. Тест «Довольны ли вы собой?».

Что такое тренинг? Правила тренинговых занятий. Обсуждение определения и функций тренинга, правил тренинговых занятий.

Практическая работа. Техника «Письмо себе, любимому».

Понятие о личности. Знакомство с понятиями «личность», «индивидуальность».

Практическая работа. Тест «Что вы за птица?».

Ценностные ориентации личности. Понятие «ценности».

Характер. Определение характера, «Притча о каменотесе, который хотел себе другой жизни». Деловые игры «Качества» и «Черты характера».

Потребности человека. Устное сочинение «Не от своего лица» (карточки), понятие о потребностях («мозговой штурм»).

Творческое задание по группам. «Пирамида» потребностей А. Маслоу, презентация работ.

Мышление. Определение понятия «мышление», виды мышления.

Практическая работа. Тест «Художник или мыслитель?», упражнение «Способы применения предметов».

Каналы восприятия информации. Умение распознавать людей с учетом ведущего канала восприятия. Определение каналов восприятия информации человеком: «аудиальный канал», «визуальный канал», «кинестетический канал».

Практическая работа. Выявление ведущего канала восприятия, характеристика человека, у которого тот или иной канал является ведущим, закрепление знаний в практических упражнениях.

Я и другие

Защита от манипуляций. Понятие, цель, свойство, виды манипуляций, примеры манипуляций, принципы самоконтроля.

Практическая работа. Тест «Насколько вы проницательны?», ролевые игры на проработку возможных действий при обнаружении манипуляций, тест «Способность воздействовать на окружающих».

Эмоции, мимика и жесты. Понятия: «эмоции», «интуиция», «наблюдательность», «ощущения», «восприятие», выполнение задания «Понимаете ли вы язык мимики?», понятие «жест», виды жестов. Практические задания на развитие умения понимать «язык жестов».

Конструктивное взаимодействие. Понятия: «конструктивное взаимодействие», «деструктивное взаимодействие».

Практическая работа. Тест «Ваш стиль общения», разработка алгоритма успешного собеседника.

Умение понимать других. Дискуссия о значении визуального контакта в процессе общения, техника «Письмо себе, любимому».

Практическая работа. Рефлексия по курсу в форме мини-сочинения на тему «Что я знаю о себе».

Я и профессия.

Что такое «профессия»? Знакомство с понятиями «профессия», «специальность».

Практикум. Классификация типов профессий по Е.А. Климову.

Интересы и выбор профессии. Знакомство с понятием «интерес» («мозговой штурм»).

Практическая работа. Опросник профессиональных предпочтений Дж. Холланда.

Склонности и профессиональная направленность. Знакомство с понятиями «склонность», «профессиональная направленность». Повторение классификации типов профессий по Е.А. Климову.

Практическая работа. Опросник Е.А. Климова «ДДО».

Как достичь успеха в профессии? Работа со слагаемыми выбора профессии:

«Хочу», «Могу», «Надо». Дискуссия на тему «Качества личности, способствующие успеху».

Профессиональные роли

Практическая работа. Профориентационная игра «Три судьбы». Обсуждение таких характеристик человека, как «труженик», «лентяй», «бездарность».

Специфические профессионально важные качества для разных типов профессий («Человек–человек», «Человек–техника», «Человек–знаковая система», «Человек–художественный образ», «Человек–природа»). Введение понятий «профессионально важные качества» (ПВК), «психограмма». Знакомства с ПВК для людей, выбирающих профессию соответственно классификации типов профессий по Е.А. Климову.

Практическая работа. Изучение методики «Логическое мышление», «Вербальная память». Самостоятельная работа в дневнике самонаблюдений «Мой мир».

Уверенность. Саморегуляция. Обсуждение по теме «Что дает человеку умение расслабляться».

Практическая работа. Обучение выполнению упражнений, направленных на восстановление дыхания; на воссоздание образов–ресурсов, способствующих снятию телесного напряжения, телесному расслаблению и мобилизации мышления. Обмен опытом «Способы снятия напряжения».

Рынок труда. Резюме. Собеседование. Знакомство с требованиями рынка труда, правилами самопрезентации. Варианты «заманчивых» предложений на рынке труда: «почтовая пирамида», «сизифов труд», «домашний офис», «испытательный срок». Введение понятий «резюме», «собеседование».

Практическая работа. Составление резюме, проведение собеседования.

Защита творческого проекта «Я в мире профессий».

Практическая работа. Представление различных форм разработанных участниками курса творческого проекта по теме «Я в мире профессий». Интерактивная игра «Мой профессиональный выбор».

Информационная работа. Организация экскурсий в центр занятости, на предприятия. Посещение Яшкинского техникума в Дни открытых дверей. Проведение встреч с людьми тех профессий, которые наиболее привлекательны для учащихся.

Формы организации деятельности

- клуб

Виды деятельности

- игровая, проблемно-ценностное общение, познавательная

3. Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Количество часов	Дата
	Я познаю себя		
1	Знаете ли вы себя?	1	
2	Что такое тренинг? Правила тренинговых занятий	1	
3	Понятие о личности	1	
4	Ценностные ориентации личности	1	
5	Характер	1	
6	Потребности человека	1	
7	Мышление	1	
8-11	Каналы восприятия информации. Умение распознавать людей с учетом ведущего канала восприятия	4	
	Я и другие		
12-15	Защита от манипуляций	4	
16	Эмоции, мимика и жесты	1	
17	Конструктивное взаимодействие	1	
18	Умение понимать других	1	
	Я и профессия		
19	Что такое профессия?	1	
20	Интересы и выбор профессии	1	
21	Склонности и профессиональная направленность	1	
22	Как достичь успеха в профессии?	1	
23-24	Профессиональные роли	2	
25-26	Специфические профессионально важные качества для разных типов профессий	2	
27	Уверенность. Саморегуляция	1	
28-29	Рынок труда. Резюме. Собеседование	2	
30-31	Защита творческого проекта «Я в мире профессий»	2	
32-34	Информационная работа	3	
35	Промежуточная аттестация по итогам 2019-2020 учебного года	1	
	Итого	35	