

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Московской области

ОАНО «ЛИДЕРЫ»

РАССМОТРЕНО

на заседании методического
объединения классных
руководителей

Есауленко В.В.
Протокол № 1
от «30» августа 23 г.

СОГЛАСОВАНО

На заседании
педагогического совета ОАНО
«ЛИДЕРЫ»

Протокол № 1
от «31» августа 23 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Христофорова Т. В.

Приказ № 1/2
от «31» августа 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «УРОКИ САМООПРЕДЕЛЕНИЯ»

для обучающихся 5 классов

Московская область, Одинцовский г.о., с. Ромашково 2023 г.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Уроки самоопределения» составлена на основе:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Федерального закона от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»,
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (далее – ФГОС ООО), утвержденного Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287,
- Федеральной образовательной программы основного общего образования (далее – ФОП ООО), утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 г. № 370,

В Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года¹ одним из направлений является трудовое воспитание и профессиональное самоопределение, которое реализуется посредством «воспитания у детей уважения к труду и людям труда, трудовым достижениям; содействия профессиональному самоопределению, приобщения детей к социально значимой деятельности для осмысленного выбора профессии».

Настоящая Программа разработана с целью реализации комплексной и систематической профориентационной работы для обучающихся 5 классов на основе апробированных материалов Г.В. Резапкиной «Уроки самоопределения» (система классных часов для учащихся 5 классов).

В соответствии с письмом Министерства просвещения Российской Федерации от 05 июля 2022 г. № ТВ-1290/03 «О направлении методических рекомендаций»² об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленного ФГОС ООО внеурочная деятельность рассматривается как неотъемлемая часть образовательного процесса. Под внеурочной деятельностью следует понимать образовательную деятельность, направленную на достижение планируемых результатов освоения основных

¹ Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р).

² Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования, утвержденных приказами Минпросвещения России от 31 мая 2021 г. № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» и № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»

образовательных программ (предметных, метапредметных и личностных), осуществляемую в формах, отличных от урочной.

Смысл профессионального самоопределения заключается в постепенном формировании у подростка внутренней готовности к осознанному и самостоятельному планированию, корректировке и реализации своих профессиональных планов и интересов, осознание требований профессии к человеку, степени сформированности профессионально важных качеств. Они формируются только на основе личностных качеств и жизненных ценностей. Формирование готовности к самоопределению возможно при условии сотрудничества со взрослым, от которого ученик ждет не готовых решений и советов, а честного разговора о волнующих подростка проблемах и достоверной информации, на основе которой он сам примет решение.

Задача школы – воспитание человека, умеющего ставить перед собой достижимые цели, выбирать оптимальный путь их достижения, анализировать результаты деятельности, извлекать уроки из неудач и брать на себя ответственность за свои поступки.

«Уроки самоопределения» - это система тьюторских часов для обучающихся 5 классов, направленных на изучение школьниками своих личностных особенностей в целях формирования реалистичной самооценки, знакомство с миром профессий, правилами выбора профессии и планирования карьеры. Важной частью этих занятий является самодиагностика с использованием простых и надежных методик, ролевых игр, проблемно-поисковых задач.

2. Цели и задачи изучения курса внеурочной деятельности «Уроки самоопределения».

Цель: формирование устойчивой потребности в саморазвитии и социально-профессиональной самореализации на основе самопознания, самоконтроля, самообразования и самовоспитания.

Задачи:

- содействие профессиональному самоопределению обучающихся общеобразовательных организаций;
- формирование рекомендаций для обучающихся по построению индивидуальной образовательно-профессиональной траектории в зависимости от уровня осознанности, интересов, способностей, доступных им возможностей;
- информирование обучающихся о специфике рынка труда и системе профессионального образования;

– формирование ценностного отношения к труду как основному способу достижения жизненного благополучия, залогом его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне.

3. Место и роль курса внеурочной деятельности «Уроки самоопределения» в плане внеурочной деятельности

Программа является частью образовательных программ основного общего образования и состоит из:

- планируемых результатов освоения курса внеурочной деятельности,
- содержания курса внеурочной деятельности,
- тематического планирования.

Программа разработана с учетом преемственности профориентационных задач при переходе обучающихся из начальной школы в 5 класс.

Программа реализуется в работе с обучающимися 5 классов основного общего образования.

Программа рассчитана на 34 часа.

Программа выстроена таким образом, что в классе с учетом возрастных особенностей обучающихся последовательно развиваются восемь важнейших тем, связанных с личностным и профессиональным самоопределением: формирование реалистичной самооценки; направленность личности; развитие эмоциональной сферы; диагностика особенностей интеллектуальной сферы в целях выявления склонностей к разным видам деятельности; уточнение профессиональных интересов и склонностей; знакомство с миром профессий и правилами планирования профессиональной карьеры.

Программа внеурочной деятельности дополнена вариативным компонентом, включающим: проектную деятельность обучающихся, самодиагностику, беседы, дискуссии, мастер-классы, коммуникативные деловые игры; консультации тьютора и психолога; встречи с профессионалами, экскурсии на производство и т.п.

4. Содержание курса по профориентации «Уроки самоопределения».

Тема 1. Вводный урок самоопределения. Целеполагание и мотивация. (1 час)

В мире около 40 000 профессий, и на смену одним приходят другие. Обучающимся предлагается назвать профессии, которые они знают. Обратите внимание, что они назвали от силы 50-100 профессий, тогда как их – 40000.

Предлагается сформулировать тему занятия. Обозначить, что этой теме будет посвящены уроки в учебном году. Обучающимся предлагается заполнить анкету. Можно

обозначить, что на данный момент не на все вопросы у детей могут быть ответы, и это нормально, на некоторые можно в качестве ответа использовать свое мнение. К этим данным будет полезно вернуться в конце курса и проанализировать с обучающимися в конце учебного года (что могло измениться в их мнении). К данной анкете, в том числе, прилагается список экскурсий на производство. Обучающимся предлагается выбрать наиболее заинтересовавшие их экскурсии в этом учебном году.

Затем обучающимся предлагается игра под названием «Игра Джеффа». Обучающийся, ничего ни с кем не обсуждая, должен выбрать и встать рядом с вариантом ответа («да» или «нет») на зачитываемое тьютором утверждение. Утверждения даются последовательно, т.е. сначала первое, потом оно обсуждается, потом второе, которое также обсуждается и т.д. Утверждения относятся к теме жизненных ценностей и профессиональных выборов.

По окончании игры обучающимся предлагается обобщить, что происходило на уроке. Тьютор подводит обучающихся к мнению, что начать свое профессиональное самоопределение необходимо с изучения себя.

Тема 2. «Самооценка и образ я»» (3 часа).

Изучение обучающимися своих личностных особенностей в целях формирования реалистичной самооценки. Важной частью этих занятий является самодиагностика с использованием простых и надежных методик, ролевых игр, проблемно-поисковых задач.

Теоретический час: Очень интересно узнавать себя: какой я? в чем моя сила, есть ли у меня слабость? Ответы на эти вопросы мы будем получать на наших уроках по самоопределению.

Самоопределение — это процесс и результат выбора человеком своей позиции в жизни. Результатом самоопределения является осознание своих целей, планов, и то, как это сочетается с требованиями общества.

На каждом уроке вы будете открывать в себе что-то новое. Вы узнаете особенности своего мышления и нервной системы, свои интересы и склонности, уточните черты характера. Эта информация принадлежит только вам, поэтому свои открытия вы будете хранить в специальном месте «Кейс самопознания». Запуск работы «Кейс самопознания».

Обучающиеся выполняют задания «Знаете ли вы себя» и «Кто я?»

Знакомство с понятием «самооценка».

Практический час: Диагностика «Определение уровня самооценки». Обработка результатов. Обсуждение. По итогам диагностики рекомендуется проведение консультации по полученным результатам (в индивидуальном или групповом формате).

Практический час: Диагностика он-лайн «Тест на тип личности Майерс-Бриггс» (МВТИ) <https://my-type.ru/test>. Тест на психотип позволяет узнать сильные стороны и скрытые ресурсы личности. Обсуждение результатов. По итогам диагностики рекомендуется проведение консультации по полученным результатам (в индивидуальном или групповом формате).

Тема 3. Встреча с профессионалом (1 час)

В класс приглашается родитель-профессионал, который рассказывает обучающимся о своей профессии, ее специфике, востребованности на рынке труда, пути образования для получения данной профессии и т.п.

Тема 4. Направленность личности. «Что такое хорошо и что такое плохо?» (1 час)

Побуждаем обучающихся ориентироваться в нравственных ситуациях, самостоятельно находить выход через понимание «хорошо-плохо». Формируем ценностно-смысловые установки, закрепляем стремление совершать хорошие, добрые поступки, учим аргументировать свои ответы. Воспитываем уважительное отношение друг к другу, ответственность за свои слова и поступки на примере произведения Г.Х. Андерсена «Гадкий утенок».

Обучающиеся выполняют задание «Хорошие и плохие качества». Подводим к выводу, что есть хорошие черты характера, которые помогают человеку, а есть и плохие, те, которые тормозят его развитие, делают его жизнь менее качественной. Много зависит от самого человека, какие черты своего характера он будет укреплять, а от каких, наоборот, избавляться.

Тема 5. Направленность личности «Мои недостатки и достоинства» (2 часа).

Знакомство обучающихся с понятием «характер», положительными и отрицательными чертами характера; помощь обучающимся в определении своего отношения к базовым нравственным ценностям на примере произведения «Маленький принц» Сент-Экзюпери.

Викторина по афоризмам. Игра «Назови противоположные качества».

1 час практический: «Цветок моей души». Обучающиеся рисуют цветок с семью лепестками. На каждом лепестке пишут качество характера, которым хотели бы обладать. На обратной стороне листа пишут, как знание своих достоинств и недостатков может помочь с самоопределением? Представление результатов. Обсуждение.

Тема 6. Экскурсия на производство (1 час)

Обучающиеся выезжают на производственную экскурсию. Объект экскурсии выбирается путем анкетирования пятиклассников (см. Тема 1).

Тема 7. Эмоционально-волевая сфера. Я управляю стрессом. (1 час)

Учим обучающихся справляться со стрессовыми ситуациями. Знакомство с понятиями «тревога», «тревожность», «стресс», значение стресса для организма человека. Выполнение упражнения «Качества характера, провоцирующие конфликты и препятствующие их возникновению». Самодиагностика «Определение уровня своей тревожности». Обработка и интерпретация результатов. Выполнение теста «Оценка школьных ситуаций».

Тема 8. Эмоционально-волевая сфера. Я чувствую, значит я существую. (2 часа).

Теоретический час. Знакомство обучающихся с эмоциями, развитие способности их идентифицировать, конструктивно выражать; определение уровня и типа своей агрессивности.

Упражнения «Нарисуй эмоцию», «Назови эмоцию», «Угадай эмоцию».

Уровень эмоциональности индивидуален: от эмоциональной холодности до сверхчувствительности, при которой легко передаются эмоции собеседника. Эмоции, как любая инфекция, легче всего распространяются при большом скоплении народа. Недовольный, раздражительный, агрессивный человек способен принести больше вреда, чем больной заразной болезнью. Часто в толпе вспыхивают ссоры, переходящие в драки. Поводом может быть нечаянный толчок, язвительное замечание, даже неодобрительный взгляд. А причина в том, что окружающие «настроены» на ту же волну, что и возмутитель спокойствия, и поэтому заводятся с полуоборота, делая наблюдателей — соучастниками.

Практический час. Обучающиеся выполняют «Тест эмоций» (авторская модификация теста Басса-Дарки). Обработка и интерпретация результатов. Обсуждение.

Тема 9. Мыслительные способности. Память и внимание. (1 час)

Показываем обучающимся значение хорошей памяти и внимания для человека и его профессиональной деятельности.

Обучающиеся выполняют упражнения на развитие произвольной памяти и внимания. Игра «Двойной счет». «Муха»

Самодиагностика уровня зрительной, слуховой памяти и внимания.

Рекомендации «Как развить память», «Как развить внимание».

Тема 10. Мыслительные способности. Тип мышления. (2 часа).

Теоретический час. Знакомство с понятием «тип мышления». Самодиагностика «Определение типа мышления». Обработка и интерпретация результатов. Обсуждение.

Практический час. Обучающиеся выполняют тесты «Определение типа мышления» онлайн. <https://psytests.org/trait/ttyper.html> и <https://testometrika.com/intellectual/what-is-your-mindset/> /Сравнивают результаты с тестом, выполненным на предыдущем уроке.

Тема 11. Встреча с профессионалом (1 час)

В класс приглашается родитель-профессионал, который рассказывает обучающимся о своей профессии, ее специфике, востребованности на рынке труда, пути образования для получения данной профессии и т.п.

Тема 12. Интересы и склонности в выборе профессии. Профессиональные интересы. (1 час).

Предварительное знакомство обучающихся с классификацией профессий, понятием «предмет труда»; начальная диагностика профессиональных интересов.

Выбор профессии - сложный и ответственный шаг в жизни каждого человека. От продуманного выбора профессии во многом зависит судьба. Правильно выбрать профессию - значит найти свое место в жизни.

Обучающиеся выполняют упражнения «Или-или», «Найди пару».

Называют профессии, относящиеся к «предмету труда».

Тема 13. Интересы и склонности в выборе профессии. Профессиональные склонности. (2 часа)

Теоретический час. Знакомство обучающихся с признаками проявления интереса, со значением интереса в жизни человека; развитие представлений о классификации видов деятельности. Самодиагностика профессиональных склонностей; выявление особенностей своих интересов и склонностей; соотнесение области своих интересов и склонностей с требованиями различных профессий.

Практический час. Обучающиеся выполняют онлайн тест Йовайши «Определение профессиональных склонностей» <https://postupi.online/test/yovayshi/> Обсуждение результатов.

Тема 14. Способности и профессиональная пригодность. Задатки и способности (1 час).

Каждый человек от рождения имеет особенности строения тела, органов чувств и мозга, которые называют «задатками», то есть заранее данными качествами, дарами, которые мы получаем при рождении. Хорошая память, внимание, ум одним даны от природы, другие развивают их упражнениями. Задатки — это наши возможности, которые в благоприятных условиях могут вырасти в способности, а могут погибнуть, как семена, упавшие на каменистую почву.

На основании задатков возникают способности — индивидуально-психологические особенности человека.

Способности бывают общими и специальными. Общие способности зависят от сформированности мышления, памяти, внимания.

Обучающиеся выполняют упражнения «Я умею», «Кто ближе?»

Говорим о способностях, которые мы развиваем на уроках. Самодиагностика «Способности у школьников».

Тема 15. Мыслитель или художник? (1 час).

Обобщаем знания обучающихся о ведущем типе восприятия и право-/левополушарном развитии человека. Выявляем уровень усвоения этих знаний, для разнообразия используемых методов проверки обучающиеся проходят опросник «Мыслитель или художник?» и тест «Определение ведущей руки, глаза, уха, ноги».

Тема 16. Технические способности (1 час)

Обучающиеся решают задачи на технические проблемы. Обсуждение отрывка из книги В.И. Речицкого «Профессия — изобретатель». Выполняют упражнение «Гимнастика для ума».

Тема 17. Экскурсия на производство (1 час).

Обучающиеся выезжают на производственную экскурсию. Объект экскурсии выбирается путем анкетирования пятиклассников (см. Тема 1).

Тема 18. Профессия и карьера. Что я знаю о профессиях? (1 час)

Обучающиеся закрепляют представления о мире профессий. Проведение конкурса «Угадай профессию», «Головоломка», «Самая-самая профессия...», «Профессия и ее инструменты», «Буква и профессии», «Что лишнее», «Пословицы о труде и профессиях».

Тема 19. Формула профессии (1 час).

Развиваем представления обучающихся о классификации профессий. Соотносим области своих интересов и склонностей с требованиями различных профессий.

Обучающиеся участвуют в игре в формате «Своя игра».

Играя, вспомнили множество разнообразных профессий. Вопрос выбора профессии решить за короткое время нельзя. К нему нужно вновь и вновь возвращаться после прочитанных книг, просмотра фильмов, бесед. Главным делом сейчас является ваша учёба, получение знаний, которые пригодятся вам в профессии обязательно.

Запуск работы мини-проектов «Личный бренд»: ФИО, прозвище (если есть), 3 описательных слова, характеризующих тебя; Хобби, интересы, увлечения; ТОП

5 качеств, твоя суперсила (что я могу делать лучше всего, за что меня ценят окружающие, в чем моя «фишка»).

Тема 20. Представление мини-проектов «Личный бренд» (2 часа).

Обучающиеся представляют результаты самопознания по плану: ФИО, прозвище (если есть), 3 описательных слова, характеризующих тебя; Хобби, интересы, увлечения; ТОП

5 качеств, твоя суперсила (что я могу делать лучше всего, за что меня ценят окружающие, в чем моя «фишка»).

Тема 21. Стратегии выбора профессии. Азы правильного выбора (1 час).

Даем начальное представление о правильной стратегии выбора, развиваем навыки реалистичной самооценки.

Обучающиеся выполняют упражнение «Хочу-могу-надо». Насколько близки сегодня ваши «МОГУ», «ХОЧУ», «НАДО»? Как вы думаете, на что вам проще влиять: на «могу», «хочу» или «надо»?

Обучающиеся выполняют упражнение «Есть». ЕСТЬ» - это те умения, навыки, качества, которыми вы располагаете уже сегодня. Это – ваш стартовый капитал. Чтобы уже сегодня задуматься о том, чем вы будете заниматься через 5-10 лет, важно правильно оценить себя сегодня. Проблема многих молодых людей – завышенный уровень притязаний. Конечно, жизнь его откорректирует в нужную сторону, но иногда такая корректировка проходит очень болезненно: не очень приятно падать даже с воображаемых вершин. Постарайтесь быть объективными, оценивая себя в этом упражнении.

Домашнее задание: поговорить со своими родителями. Насколько совпадают их «хочу», «могу» и «надо»? Довольны ли они тем, как сложилась их профессиональная карьера?

Тема 22. Ошибки в выборе профессии (2 часа)

Теоретический час. Выявление основных причин неправильного выбора профессии. Что такое ошибка в выборе профессии, чем она вызвана и какова ее цена?

Нередко интерес к профессии вспыхивает под влиянием прочитанной книги или увиденного фильма. Сделаем краткий экскурс в историю кино, чтобы увидеть, как оно влияло на выбор профессии целых поколений. Обучающиеся рассуждают о проблеме выбора профессии на примере кинофильмов, советского времени и современных.

Люди, подверженные чужому влиянию, не имеющие своих взглядов, чаще, чем нужно, следуют чужим советам. На них влияет все: телесериалы, советы случайных людей, мода. Конечно, ошибка в выборе профессии — не фатальна. Многие известные люди отмечали роль случая в выборе жизненного пути и вероятность иных вариантов.

Человек за свою жизнь может не один раз поменять профессию, потому что меняется он сам, меняется рынок труда – одни профессии уходят, появляются новые. Главное – любить то, чем ты занимаешься.

Практический час. Обучающиеся в онлайн выполняют тест «Ошибки в выборе профессии» <https://videouroki.net/tests/tipichnyie-oshibki-pri-vyborie-profiessii.html>

Обсуждение результатов.

Тема 23. Встреча с профессионалом (1 час).

В класс приглашается родитель-профессионал, который рассказывает обучающимся о своей профессии, ее специфике, востребованности на рынке труда, пути образования для получения данной профессии и т.п.

Тема 24. Защита Кейсов самопознания (2 часа)

Обучающиеся представляют итоги работы по самопознанию за учебный год на примере создания Личностно-ресурсной карты. Защита проходит по плану - Что я узнал о себе? В чем моя сила? В чем моя слабость? Как я могу применить свою силу в настоящем и будущем? Как сделать так, чтобы слабость не мешала?

Тема 25. Подведение итогов. Рефлексия «Классная работа» (1 час)

На урок приглашаются родители и учителя обучающихся, в ходе которого школьники представляют свои проекты «Личный бренд» и Кейсы самопознания.

5. Планируемые результаты освоения курса внеучебной деятельности «Уроки самоопределения».

5.1. Личностные результаты.

В сфере гражданского воспитания:

– готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи.

В сфере патриотического воспитания:

– ценностное отношение к достижениям своей Родины – России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа.

В сфере духовно-нравственного воспитания:

– ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора.

В сфере эстетического воспитания:

– осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения для представителей многих профессий;

– стремление к творческому самовыражению в любой профессии;

– стремление создавать вокруг себя эстетически привлекательную среду вне зависимости от той сферы профессиональной деятельности, которой школьник планирует заниматься в будущем.

В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, вызванным необходимостью профессионального самоопределения, осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели, связанные с будущей профессиональной жизнью;
- сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

В сфере трудового воспитания:

- осознание важности трудолюбия, обучения труду, накопления навыков трудовой деятельности на протяжении жизни для успешной профессиональной самореализации в российском обществе;
- интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода;
- осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого;
- уважение к труду и результатам трудовой деятельности;

В сфере понимания ценности научного познания:

- овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира;
- овладение основными навыками исследовательской деятельности в процессе изучения мира профессий, установка на осмысление собственного опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения цели индивидуального и коллективного благополучия.

5.2 Метапредметные результаты.

В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями:

- выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;
- самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учетом самостоятельно выделенных критериев);
- с учетом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях;
- предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;

- делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;
- выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;
- самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации, предназначенную для остальных обучающихся по Программе.

В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями:

- воспринимать и формулировать суждения в соответствии с целями и условиями общения;
- выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;
- распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;
- понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;
- в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;
- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
- публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта);

В сфере овладения универсальными учебными регулятивными действиями:

- выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях;
- самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи с учетом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;
- делать выбор и брать ответственность за решение;
- владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;
- давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения;
- учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;
- объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;
- вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей.

6. Тематическое планирование.

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Вводный урок самоопределения. Целеполагание и мотивация. Начинаем свое профессиональное самоопределение с изучения себя.	1	0	0	
2	«Самооценка и образ я»». Изучение обучающимися своих личностных особенностей в целях формирования реалистичной самооценки. Диагностика «Определение уровня самооценки» Тест на тип личности Майерс-Бриггс (МВТИ)	3	0	2	https://my-type.ru/test .
3	Встреча с профессионалом	1	0	0	
4	Направленность личности. «Что такое хорошо и что такое плохо?» Побуждаем обучающихся ориентироваться в нравственных ситуациях, самостоятельно находить выход через понимание «хорошо-плохо». Формируем ценностно-смысловые установки, закрепляем стремление совершать хорошие, добрые поступки, учим аргументировать свои ответы.	1	0	0	
5	Направленность личности «Мои недостатки и достоинства». Знакомство обучающихся с понятием «характер», положительными и отрицательными чертами характера; помощь обучающимся в определении своего отношения к базовым нравственным ценностям. Упражнение «Цветок моей души».	2	0	1	
6	Экскурсия на производство. Объект экскурсии выбирается путем анкетирования пятиклассников (см. Тема 1).	1	0	0	
7	Эмоционально-волевая сфера. «Я управляю стрессом» Учим обучающихся справляться со стрессовыми ситуациями.	1	0	0	
8	«Я чувствую, значит я существую». Знакомство обучающихся с эмоциями, развитие способности их идентифицировать, конструктивно выражать; определение уровня и типа своей агрессивности. «Тест эмоций» (авторская модификация теста Басса-Дарки)	2	0	1	

9	Мыслительные способности. Память и внимание. Показываем обучающимся значение хорошей памяти и внимания для человека и его профессиональной деятельности.	1	0	0	
10	Мыслительные способности. Тип мышления. Знакомство с понятием «тип мышления». Самодиагностика «Определение типа мышления». Диагностика онлайн «Определение типа мышления». Сравнение результатов нескольких тестов.	2	0	1	https://psytests.org/trait/ttper.html ; https://testometrika.com/intellectual/what-is-your-mindset
11	Встреча с профессионалом	1	0	0	
12	Интересы и склонности в выборе профессии. Профессиональные интересы. Предварительное знакомство обучающихся с классификацией профессий, понятием «предмет труда»; начальная диагностика профессиональных интересов.	1	0	0	
13	Интересы и склонности в выборе профессии. Профессиональные склонности. Знакомство обучающихся с признаками проявления интереса, со значением интереса в жизни человека; развитие представлений о классификации видов деятельности. Самодиагностика профессиональных склонностей. онлайн тест Йовайши «Определение профессиональных склонностей»	2	0	1	https://postupki.online/test/yovayshi/
14	Способности и профессиональная пригодность. Задатки и способности. Обучающиеся выполняют упражнения «Я умею», «Кто ближе?» Говорим о способностях, которые мы развиваем на уроках. Самодиагностика «Способности у школьников».	1	0	0	
15	Мыслитель или художник? Ведущий тип восприятия и право-/левополушарное развитие человека. Выявляем уровень усвоения этих знаний, для разнообразия используемых методов проверки обучающиеся проходят опросник «Мыслитель или художник?» и тест «Определение ведущей руки, глаза, уха, ноги».	1	0	0	
16	Технические способности. Обучающиеся решают задачи на технические проблемы. Обсуждение отрывка из книги В.И. Речицкого «Профессия — изобретатель». Выполняют упражнение «Гимнастика для ума».	1	0	0	
17	Экскурсия на производство	1	0	0	
18	Профессия и карьера. Что я знаю о профессиях? Обучающиеся закрепляют представления о мире профессий. Проведение конкурса «Угадай профессию»,	1	0	0	

	«Головоломка», «Самая-самая профессия...», «Профессия и ее инструменты», «Буква и профессии», «Что лишнее», «Пословицы о труде и профессиях».				
19	Формула профессии. Развиваем представления обучающихся о классификации профессий. Соотносим области своих интересов и склонностей с требованиями различных профессий. Игра в формате «Своя игра».	1	0	0	
20	Представление мини-проектов «Личный бренд». Обучающиеся представляют результаты самопознания по плану: ФИО, прозвище (если есть), 3 описательных слова, характеризующих тебя; хобби, интересы, увлечения; ТОП 5 качеств, твоя суперсила (что я могу делать лучше всего, за что меня ценят окружающие, в чем моя «фишка».	2	0	2	
21	Стратегии выбора профессии. Азы правильного выбора. Даем начальное представление о правильной стратегии выбора, развиваем навыки реалистичной самооценки. Обучающиеся выполняют упражнение «Есть».	1	0	0	
22	Ошибки в выборе профессии. Выявление основных причин неправильного выбора профессии. Онлайн тест «Ошибки в выборе профессии»	2	0	1	https://videouroki.net/tests/tipichnyie-oshibki-pri-vyborie-professii.html <u>1</u>
23	Встреча с профессионалом	1	0	0	
24	Защита Кейсов самопознания. Обучающиеся представляют итоги работы по самопознанию за учебный год на примере создания Личностно-ресурсной карты.	2	2	0	
25	Подведение итогов. Рефлексия «Классная работа»	1	0	0	
Всего часов:		34	2	9	

7. Календарно-тематическое планирование.

п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения (по плану)	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Вводный урок самоопределения. Целеполагание и мотивация.	1	0	0	7 сентября 2023	
2	«Самооценка и образ я»».	3	0	0	14 сентября 2023	
3	Диагностика «Определение уровня самооценки»		0	1	21 сентября 2023	
4	Тест на тип личности Майерс-Бриггс (МВТИ)		0	1	28 сентября 2023	https://my-type.ru/test .
5	Встреча с профессионалом	1	0	0	5 октября 2023	
6	Направленность личности. «Что такое хорошо и что такое плохо?»	1	0	0	19 октября 2023	
7	Направленность личности «Мои недостатки и достоинства».	2	0	0	26 октября 2023	
8	Упражнение «Цветок моей души».		0	1	2 ноября 2023	
9	Экскурсия на производство.	1	0	0	9 ноября 2023	
10	Эмоционально-волевая сфера. «Я управляю стрессом»	1	0	0	16 ноября 2023	
11	«Я чувствую, значит я существую».	2	0	0	30 ноября 2023	

12	«Тест эмоций» (авторская модификация теста Басса-Дарки)		0	1	7 декабря 2023	
13	Мыслительные способности. Память и внимание.	1	0	0	14 декабря 2023	
14	Мыслительные способности. Тип мышления.	2	0	0	21 декабря 2023	
15	Диагностика онлайн «Определение типа мышления».		0	1	28 декабря 2023	https://psytests.org/trait/ttype.html ; https://testometrika.com/intellectual/what-is-your-mindset
16	Встреча с профессионалом	1	0	0	11 января 2024	
17	Интересы и склонности в выборе профессии. Профессиональные интересы.	1	0	0	18 января 2024	
18	Интересы и склонности в выборе профессии. Профессиональные склонности.	2	0	1	25 января 2024	
19	Онлайн тест Йовайши «Определение профессиональных склонностей»		0	1	1 февраля 2024	https://postupi.online/test/yovayshi/
20	Способности и профессиональная пригодность. Задатки и способности.	1	0	0	8 февраля 2024	
21	Мыслитель или художник?	1	0	0	15 февраля 2024	
22	Технические способности.	1	0	0	29 февраля 2024	

23	Экскурсия на производство	1	0	0	7 марта 2024	
24	Профессия и карьера. Что я знаю о профессиях?	1	0	0	14 марта 2024	
25	Формула профессии.	1	0	0	21 марта 2024	
26	Представление мини-проектов «Личный бренд».	2	0	1	28 марта 2024	
27			0	1	4 апреля 2024	
28	Стратегии выбора профессии. Азы правильного выбора.	1	0	0	18 апреля 2024	
29	Ошибки в выборе профессии.	2	0	0	25 апреля 2024	
30			Онлайн тест «Ошибки в выборе профессии»	0	1	2 мая 2024
31	Встреча с профессионалом	1	0	0	16 мая 2024	https://videouroki.net/tests/tipichnyie-oshibki-pri-vyborie-profiessii.html
32	Защита Кейсов самопознания.	1	1	0	23 мая 2024	
33		1		0	30 мая 2024	
34	Подведение итогов. Рефлексия «Классная работа»	1	0	0	би июня 2024	