

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Алтайского края
Комитет по образованию города Барнаула
МБОУ "СОШ №98"

РАССМОТРЕНО
Методическим объединением
психолого-педагогической
службы
МБОУ «СОШ №98»
Протокол от 24.08.2023 №2

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
МБОУ «СОШ №98»
Протокол от 25.08.2023 №13



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Основы социализации личности»
для 10-11 класса среднего общего образования
на 2023-2024 учебный год

Составитель: Павленко Г.А.,
педагог-психолог

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе Федерального Государственного образовательного стандарта, Федерального базисного учебного плана и программы Н.Р.Огневой, Л.А.Симоненко «Основы социализации личности».

Курс «Основы социализации личности» рассчитан для обучающихся **10-11 х классов по общеобразовательной программе**. Общее количество часов – 34 часа, 1 час в неделю.

Программа разработана согласно следующим нормативно-правовым актам:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (Приказ МОиН РФ № 1897 от «17» декабря 2010 года, зарегистрирован в Минюсте России 01.02.2011 г., регистрационный номер 19644);

- санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10 (постановление главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 г. № 189, зарегистрировано в Минюсте России 03.03.2011 г., регистрационный номер 19993);

- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.

Современные социально–экономические условия, характеризующиеся динамичным развитием, определяют новые требования к процессу социализации молодого поколения. Сегодня на первый план выдвигается идеальный образ успешного человека, обладающего большим потенциалом знаний и умений, которые он использует для достижения своих профессиональных и жизненных целей.

Процесс освоения индивидом ценностей, норм, установок присущих данному обществу начинается с рождения и продолжается в течение всей жизни. Активный период социализации личности приходится на период 14 – 17 лет. Поэтому на данном этапе могут возникать различные трудности и как следствие социальная дезадаптация.

Содержание учебного курса направлено на формирование умений и навыков, способствующих успешному взаимодействию с социумом:

- адекватная система отношений с окружающими;
- объективная оценка своего поведения в ситуации взаимодействия окружающими;
- получение установки на успешное взаимодействие в коллективе;
- адекватный уровень притязаний;
- мотивация достижения успеха.

Цель курса: Актуализация процессов личностного и профессионального самоопределения, включающего в себя получение знаний о себе и мире профессий.

Задачи:

- Повышение психологической компетентности обучающихся за счёт развития уровня самосознания, выработки собственного мировоззрения, определение жизненной позиции;
- Формирование умения адекватно оценивать себя в ситуации взаимодействия с другими людьми;
- Развитие навыков эмоциональной и волевой саморегуляции;
- Формирование гибкости как качества личности;
- Развитие у обучающихся готовности выбирать тот или иной вариант профессионального будущего.

Программа курса рассчитана для обучающихся 10-11 классов общеобразовательной школы. Общее количество часов – 34 часа, 1 час в неделю.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Данная программа обеспечивает формирование личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностными результатами являются:

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

Формирование ответственного отношения к обучению, 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 профсоциальных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;

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

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;

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

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;

Формирование коммуникативной компетентности в общении со сверстниками, старшими и младшими, в процессе образовательной, общественно - полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видах деятельности;

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

Формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;

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

Развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера;

Стремление к совершенствованию речевой культуры в целом;

Формирование коммуникативной компетенции в межкультурной и межэтнической коммуникации;

Развитие таких качеств, как воля, целеустремлённость, креативность, инициативность, трудолюбие, дисциплинированность;

Формирование общекультурной и этнической идентичности как составляющих гражданской идентичности личности;

Стремление к лучшему осознанию культуры своего народа и готовность содействовать ознакомлению с ней представителей других стран; толерантное отношение к проявлениям иной культуры; осознание себя гражданином своей страны и мира;

Готовность отстаивать национальные и общечеловеческие (гуманистические, демократические) ценности, свою гражданскую позицию;

Готовность и способность обучающихся к саморазвитию; сформированность мотивации к обучению, познанию, выбору индивидуальной образовательной траектории; ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их личностные позиции, социальные компетенции; сформированность основ гражданской идентичности.

Метапредметными результатами являются:

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;

Умение самостоятельно планировать альтернативные пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

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;

Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;

Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

Осознанное владение логическими действиями определения понятий, обобщения, установления аналогий и классификации на основе самостоятельного выбора оснований и критериев, установления родо-видовых связей;

Умение устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и выводы;

Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

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;

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

Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ– компетенции);

Развитие умения планировать своё речевое и неречевое поведение;

Развитие коммуникативной компетенции, включая умение взаимодействовать с окружающими, выполняя разные социальные роли;

Развитие исследовательских учебных действий, включая навыки работы с информацией: поиск и выделение нужной информации, обобщение и фиксация информации;

Развитие смыслового чтения, включая умение выделять тему, прогнозировать содержание текста по заголовку/ключевым словам, выделять основную мысль, главные

факты, опуская второстепенные, устанавливать логическую последовательность основных фактов;

Осуществление регулятивных действий самонаблюдения, самоконтроля, самооценки в процессе коммуникативной деятельности на иностранном языке.

Предметными результатами являются:

Освоение понятий: темперамент, характер, тип мышления, привычки, способности, Личность, индивидуальность, самопознание, социум, социальная роль, социализация, рынок, труда, профессия, самопознание, самоопределение, эффективное общение, карьерная стратегия.

Понимание закономерности жизнедеятельности человека как целостного образования, роли самопознания человека в жизнедеятельности человека, закономерности успешности человека в социуме, свои потребности в области образования и профессиональной самореализации.

Уметь осуществлять самопознание в целях формирования целостной Я-концепции, принимать решения по вопросам самоопределения, использовать техники эффективного общения в процессе собственной жизнедеятельности, соотносить собственное поведение с социальными нормами, определять личностные и профессиональные цели и пути их реализации.

Ожидаемые результаты:

Обучающиеся владеют:

- навыками эффективного общения;
- приёмами самопознания и самосовершенствования.

Обучающиеся умеют:

- определять свои способности;
- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями профессии к человеку;
- строить стратегию своего будущего.

У обучающихся сформированы:

- навыки регуляции поведения в группе;
- навыки разрешения конфликтных ситуаций;
- навыки адекватной реакции на критику;
- представление о своем личностном потенциале;
- навыки эмоциональной и волевой саморегуляции;
- образовательная стратегия;

В ходе работы предусмотрено использование различных психологических методик (диагностические, проективные, игровые).

В процессе преподавания курса используются формы организации занятий и методы обучения: комбинированный урок, индивидуальные и групповые беседы, диалог, дискуссия, метод проблемного обучения, игры, практические занятия, метод конкретных ситуаций.

1. СОДЕРЖАНИЕ

Тема № 1 «Введение в предмет» (2 часа)

1.«Психологические основы эффективного общения», 1 час.

Определение целей и задач курса. Содержание, специфика занятий по психологическим основам эффективного общения, самопознания, эмоциональной и волевой саморегуляции, выбора профессии.

Проведение начальной диагностики.

Задачи диагностики: выявить группы риска (слабая степень социально – психологической адаптации, низкая самооценка) для последующей разработки и введения психокоррекционных программ.

Предмет диагностики: уровень самооценки (самооценка в значительной степени определяет социальную адаптацию личности, является регулятором поведения и деятельности);

Диагностический комплекс:

1) Тест на определение самооценки.

2. «Самопознание как процесс осмысления выбора профессии, 1 час.

Мотивация обучающихся на самопознание, на процесс осмысления выбора профессии.

Проведение начальной диагностики.

Задачи диагностики:

- оценить возможности влияния курса на процесс личностного и профессионального самоопределения обучающихся;

Предмет диагностики:

- уровень притязаний (определяет во многом содержание целей, которые человек ставит перед собой и влияет на их адекватность);

Диагностический комплекс:

1) Тест на определение уровня притязаний: «Опросник Мехрабина».

Тема № 2 «Мои сильные и слабые стороны» (10 часов).

«Мои сильные и слабые стороны», 2 часа.

Внутренний мир человека и возможности его познания. Образ «Я», структура образа «Я» (знание о себе, самооценка, умение управлять собой).

Практические упражнения: «Знаешь ли ты?», «Предмет рассказывает о хозяине», «Кто ты?».

«Палитра способностей», 2 часа.

Понятие «способности». Общие и специальные способности.

Потенциальные (скрытые) возможности для развития способностей.

Диагностика способностей методика «КОС – 1».

«Почерк как качество личности», 2 часа.

Знакомство с понятием графологии. Формирование навыка анализа почерка.

Практическое задание: «Охарактеризуй человека по почерку».

«Темперамент», 2 часа.

Понятие «темперамент». Теория Гипократа. Связь темперамента с типом высшей нервной деятельности (теория Павлова). Характеристика типов темперамента (сангвиник, холерик, флегматик, меланхолик). Темперамент и профессия.

Практическая работа: определение типа темперамента.

«Характер» Тест Т. Лири, 1 час.

Заключительное занятие по теме: «Мои сильные и слабые стороны», 1 час.

Методы самопознания и самовоспитания, программа развития.

Практические упражнения: «Мои достоинства», «Комплимент», «Самореклама».

Тема № 3: «Эмоциональная и волевая саморегуляция» (7 часов)

1. «Эмоциональное состояние», 2 часа.

Введение понятия «эмоции», «чувства», «воля». Значение эмоций, чувств, воли в жизни человека. Базовые эмоции. Формирование умения разрешать стрессовые и аффективные состояния.

Практические упражнения: «Список чувств», «Крокодил».

«Эмоциональное общение», 2 часа.

Способы эмоционального общения: «поглаживание», «укол». Виды эмоционального «поглаживания»: поддакивание, комплимент, похвала, содружество и т.д. Виды эмоциональных «уколов»: демонстрирование безразличия, холодности, пренебрежения, насмешливые высказывания, высокомерные высказывания и т.д.

Практические упражнения на отработку положительного эмоционального общения и эффективного реагирования «Отрази укол».

«Воля. Волевая регуляция, 2 часа

Понятие «воля». Базовые волевые свойства: целеустремлённость – нецелеустремлённость; решительность – нерешительность; смелость – трусость; выдержанность – невыдержанность; самообладание – отсутствие самообладания; упорство – отсутствие упорства. Волевая саморегуляция: самоприказ, саморазъяснение, самокритика, самоубеждение.

Практические задания: тест «Оцените свою силу воли», мини – сочинение «Я и мои волевые качества».

4. Заключительное занятие по теме: «Эмоциональная и волевая саморегуляция», 1 час.

Сочинение на тему «Роль эмоций в моей жизни».

Тема № 4: «Эффективное общение – залог успеха» (8 часов)

1. «Общение и конфликт», 2 часа.

Введение понятия «общение». Виды общения. Невербальное и вербальное общение.

Функции общения: функция эмоционального общения, функция побуждения, функция информирования.

Основные стили общения: конвенциальный, примитивный, манипулятивный, актуализирующий, духовный.

Основные стратегии поведения в процессе взаимодействия: избегание, противодействие, сотрудничество, компромисс, уступчивость.

Практические упражнения: «Общительный ли Я», «Зеркало», «Эстафетная палочка».

2. «Язык жестов», 2 часа.

Работа с «психологическим атласом проявлений человеческого тела». Что «говорят» позы и жесты собеседника. Открытые и закрытые позы.

Практические упражнения на «чтение» языка жестов.

3. «Техники эффективного общения», 2 часа.

Основной порядок выслушивания. Открытые, закрытые вопросы. Техники эффективного общения: самораскрытие, отражение чувств, отражения значения, фокусировка, пересказ, поддержка, обратная связь, резюме.

Практические упражнения на отработку техник эффективного общения: «Возможные варианты беседы».

4. «Основные каналы получения и переработки информации», 1 час.

Каналы получения и переработки информации, различие между ними. Сенсорная типология (аудиалы, визуалы и киноэстетики). Необходимость учёта ведущих каналов во время общения и обучения. Практическое упражнение по определению собственного канала получения и переработки информации.

5. Заключительное занятие по теме:

«Эффективное общение – залог успеха», 1 час.

Определение личностных качеств важных для общения. Мини- сочинение «Я и общение».

Тема №5: «Профессиональный успех» (7 часов)

1. «Я выбираю профессию», 2 часа.

Введение понятий: «профессиональное самоопределение», «специальность», «должность», «квалификация». Отличие от других видов деятельности. Интересы, склонности. Способности человека и их роль при выборе профессии. Здоровье и профессия. Профессиональная пригодность и её степени. Призвание.

Практические упражнения: «Ассоциации», «Кто он?», определение интересов и склонностей личности.

2 «В мир профессий по компасу», 1 час.

Профессиональная направленность. Профессиональная направленность личности по Дж. Голланду (исследовательский, конвенциональный, социальный, реалистичный, артистичный, предприимчивый).

Диагностика профессионального типа личности по Дж. Голланду.

3 «Знакомство с миром профессий», 1 час.

Классификация профессий по Е.А. Климову. Характеристика типов профессий. Формула профессии.

Проведение диагностики: методика «ДДО» Е.А. Климова. Составление формулы подходящей профессии.

4 «Стратегия профессионального выбора», 2 часа.

Схема построения профессионального образа будущего. Ошибки, сопутствующие выбору профессии. Построение прогноза престижных профессий.

Практическое упражнение: «Моды – 2».

5. «Итоговая диагностика эффективности курса», 1 час.

Для оценки полученных знаний, необходимо провести самостоятельную работу по следующим вопросам:

1. Общение это –
2. Эффективной стратегией поведения в конфликте является –
3. Что, на ваш взгляд является помехами в общении?
4. Что является техниками эффективного общения?
5. Что такое эмоция?
6. Воля это –
7. Способностями называются:
8. Профессия это –
9. Для успешного выбора профессии необходимо-

Учебно-методический комплект

Учебник: Дневник личностного роста: Практикум для обучающихся 10-11 классов по курсу «Основы социализации личности» /Под ред. канд. пед. наук Н.Р. Огневой – Томск: Изд-во НТЛ, 2007/

Методическая литература: Огнева Н.Р., Симоненко Л.А. Основы социализации личности. Методическое пособие для педагогов и психологов к учебному курсу для 10-11 классов.

Дополнительная литература:

1. Пряжников Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение – Москва, 1996.
2. Психологическое сопровождение выбора профессии /под ред. Э.М. Митиной – М, 1988./
3. Чистякова С.Н. Основы профессиональной ориентации школьников. М,1983.

2. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Содержание блока	Количество часов
Тема: Введение в предмет.	2
Психологические основы эффективного общения.	1
Самопознание как процесс осмысления выбора профессии.	1
Тема: «Эффективное общение – залог успеха»	8
Общение и конфликт.	2
Язык жестов	2
Техники эффективного общения.	2

Основные каналы получения и переработки информации.	1
Заключительное занятие по теме «Эффективное общение - залог успеха».	1
Тема: «Эмоциональная и волевая саморегуляция».	7
Эмоциональное состояние человека.	2
Эмоциональное общение.	2
Воля. Волевая регуляция.	2
Заключительное занятие по теме: «Эмоциональная и волевая саморегуляция»	1
Тема: «Мои сильные и слабые стороны».	10
Мои сильные и слабые стороны.	2
Палитра способностей.	2
Почерк как качество личности.	2
Темперамент.	2
Заключительное занятие по теме: « Мои сильные и слабые стороны личности».	2
Тема: «Профессиональный успех»	7
Я выбираю профессию.	2
В мир профессий «по компасу».	1
Знакомство с миром профессии.	1
Стратегия профессионального выбора	2

