

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 237
Красносельского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТА

Решением Педагогического совета
ГБОУ СОШ №237
Красносельского района Санкт-Петербурга
Протокол от 29.08.2023 № 1

УТВЕРЖДЕНА

Приказом директора
ГБОУ СОШ №237
Красносельского района Санкт-Петербурга
от 29.08.2023 № 66-ахд

И.Т.Морарь

УЧТЕНО

Мнение Совета родителей
(законных представителей) ГБОУ СОШ
№237
Красносельского района Санкт-Петербурга
Протокол от 28.08.2023 № 1



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Найди себя»
(спортивно-оздоровительное направление)9 класс
Срок реализации программы-1 год**

Составители программы:

Пудова Ольга Станиславовна

Санкт-Петербург 2023

Нормативно-правовые документы, локальные акты ОУ и методические пособия, на основании которых разработана рабочая программа:

Рабочая программа данного учебного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- распоряжения Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 год»;
- приказа Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Письма Минпросвещения России от 05.07.2022 № ТВ-1290/03 направлении методических рекомендаций»;
- основной образовательной программы основного общего ГБОУ СОШ № 237 Красносельского района Санкт-Петербурга, в том числе с учетом рабочей программы воспитания

Место учебного курса в плане внеурочной деятельности ГБОУ СОШ 237 Красносельского района:

учебный курс предназначен для обучающихся 9-х классов; рассчитан на 1 час в неделю в каждом классе

	9 класс
Количество часов в неделю	1
Количество часов в год	34

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ЛИЧНОСТНЫЕ

9– е классы

1. Готовность к равноправному сотрудничеству; уважение к личности и её достоинству, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия и готовность противостоять им.
2. Уважение к ценностям семьи, любовь к природе, признание ценности здоровья, своего и других людей, оптимизм в восприятии мира.
3. Потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании; позитивная моральная самооценка и моральные чувства — чувство гордости при следовании моральным нормам, переживание стыда и вины при их нарушении.
4. Готовность и способность к участию в школьном самоуправлении в пределах возрастных компетенций (дежурство в школе и классе, участие в школьном самоуправлении, школьных и внешкольных мероприятиях).
5. Готовность и способность к выполнению норм и требований школьной жизни, прав и обязанностей ученика.
6. Умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; умение конструктивно разрешать конфликты; готовность и способность к выполнению моральных норм в отношении взрослых и сверстников в школе, дома, во внеучебных видах деятельности.
7. Потребность в участии в общественной жизни ближайшего социального окружения, общественнополезной деятельности.
8. Умение строить жизненные планы с учётом конкретных социально-исторических, политических и экономических условий.
9. Устойчивый познавательный интерес и становление смыслообразующей функции познавательного мотива.
10. Готовность к выбору профильного образования.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ

1. Формирование действий целеполагания, включая способность ставить новые учебные цели и задачи, планировать их реализацию, в том числе во внутреннем плане; осуществление выбора эффективных путей и средств достижения целей.
2. Контроль и оценка своих действий, как по результату, так и по способу действия; внесение соответствующих корректив в их выполнение.
3. Самостоятельный анализ условий достижения цели на основе учёта выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале; умение самостоятельно контролировать своё время и управлять им; принятие решения в проблемной ситуации на основе переговоров.
4. Самостоятельная оценка правильности выполнения действия и умение вносить необходимые

коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации; основы прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса.

5. Предпринимать действия по организации и планированию учебного сотрудничества с учителем и сверстниками, умения работать в группе и приобретение опыта такой работы, практическое освоение морально-этических и психологических принципов общения и сотрудничества

6. Учет разных мнений и стремление к координации различных позиций в сотрудничестве; формулирование собственного мнения и позиции, аргументы и координация её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности.

7. Становление и сравнение разных точек зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;

8. Умение аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом; способность задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;

9. Осуществление взаимного контроля и оказание в сотрудничестве необходимой взаимопомощи; адекватное использование речи для планирования и регуляции своей деятельности.

10. Организация и планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками, определение цели и функции участников, способов взаимодействия; планирование общих способов работы;

11. Осуществление контроля, коррекции, оценки действий партнёра, умение убеждать, работа в группе — установление рабочих отношений, эффективное сотрудничество; интеграция в группу сверстников и построение продуктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми; основы коммуникативной рефлексии; использование адекватных языковых средств для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей.

12. Практическое освоение учащимися основ проектно-исследовательской деятельности; развитие стратегии смыслового чтения и работа с информацией.

13. Практическое освоение методов познания, используемых в различных областях знания и сферах культуры, регулярное обращение в учебном процессе к использованию общеучебных умений, знаково-символических средств, широкого спектра логических действий и операций.

14. Проведение наблюдения и эксперимента под руководством учителя; осуществление расширенного поиска информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета.

15. Создание и преобразование модели и схемы для решения задач; осуществление выбора наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий.

16. Умение давать определение понятиям, установление причинно-следственных связей; осуществление логической операции установления родовидовых отношений, ограничение понятия.

17. Осуществление сравнения, классификации, самостоятельный выбор основания и критерий для указанных логических операций; структурирование текстов, включение умения выделять главное и второстепенное, главную идею текста, выстраивание последовательности описываемых событий; работа с метафорами — понимание переносного смысла выражений, понимание и употребление оборотов речи, построенных на скрытом уподоблении, образном сближении слов.

ПРЕДМЕТНЫЕ

1. Изучить понятие «потребность» как главный источник активности человека; знать суть понятия «мотив».
2. Понимать деятельность как целенаправленную активность человека.
3. Иметь представление о том, чем определяется восприятие успеха или неуспеха в деятельности.
4. Знать психологическое значение оценки; выделять особенности оценки, способствующие повышению успешности деятельности.
5. Иметь представление о «самооценке»; раскрывать влияние на успешность деятельности таких характеристик самооценки, как ее адекватность, уровень, устойчивость.
6. Иметь представление о том, что такое притязания в деятельности: видеть взаимосвязь притязаний и самооценки, выделять необходимость изменения уровня притязаний для обеспечения деятельности.
7. Знать о движении как о моторной функции организма, раскрывать связь движения и способов выполнения действий; раскрывать понятие «действие», иметь представление о действии как компоненте структуры деятельности.
8. Иметь представление о знаниях, умениях и навыках как основных условиях, определяющих успешность выполнения деятельности; раскрывать роль привычек в жизни человека.
9. Знать об основных видах деятельности человека; видеть процесс возникновения деятельности в истории человечества
10. Анализировать историю возникновения игровой, учебной и профессиональной деятельности; ее суть и специфику; выделять виды и мотивы различных видов деятельности.
11. Видеть социальную обусловленность человеческой психики и поведения, их независимость от генетически обусловленных видов активности.
12. Сформировать понятия «профессия», «специальность», «занятие»; выявлять различия между ними.
13. Иметь общее представление о типах профессий, знать психологические особенности профессий различного типа; сформировать представление о профессиональном общении.

Цель программы: приобщение каждого школьника к психологической культуре, которая является необходимой частью общей культуры человека.

Данная цель предполагает развитие психологической готовности молодого человека к полноценному и позитивному взаимодействию с миром природы, миром людей, миром культуры, его собственным внутренним миром.

Реализация цели требует решения психолого-педагогических **задач**, обеспечивающих становление личности ребёнка:

- формирование у школьников общих представлений о психологии как науке;
- оказание детям помощи в открытии внутреннего мира человека;
- пробуждение интереса ребёнка к другим людям и к самому себе;
- развитие интеллектуальной сферы (общих и специальных способностей, познавательной направленности и пр.);
- развитие самосознания (чувства собственного достоинства, адекватной самооценки);
- раскрытие сущности личностной направленности (потребностей, желаний, целей, смыслов, идеалов, ценностных ориентаций);
- развитие эмоциональной сферы (чувства, переживания, настроение и так далее);
- понимание чувств настроений, переживаний других людей.

Содержание курса

Введение (1 час)

Общее понятие о деятельности. Самооценка и уровень притязаний.

Раздел 1. Что я знаю о своих возможностях (7 часов)

Темперамент и профессия. Определение темперамента. Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций. Что такое стресс. Определения типа мышления. Внимание и память. Уровень внутренней свободы. Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях».

Раздел 2. Что я знаю о профессиях (8 часов)

Классификации профессий. Признаки профессии. Формула профессии. Профессия, специальность, должность. Определение типа будущей профессии. Интересы и склонности в выборе профессии. Определение профессионального типа личности. Профессионально важные качества. Профессия и здоровье. Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях».

Раздел 3. Способности и профессиональная пригодности (8 часов)

Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности. Способности к интеллектуальным видам деятельности. Способности к профессиям социального типа. Способности к офисным видам деятельности. Способность к предпринимательской деятельности. Эстетические способности. Уровни профессиональной пригодности. Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность».

Раздел 4. Планирование профессиональной карьеры (8 часов)

Мотивы и потребности. Ошибки в выборе профессии. Современный рынок труда. Пути получения профессии. Навыки самопрезентации. Стратегия выбора профессии.

Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры».
Заключительный урок-конференция «Моя будущая профессия».

Практико-ориентированное мероприятие «Лаборатория будущего» (1 час).

Заключение (1 час) Подведение итогов.

Календарно-тематическое планирование курса

Тематическое планирование курса составлено с учетом рабочей программы воспитания. Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию следующих целевых приоритетов воспитания обучающихся ООО:

- развитие ценностного отношения к семье как главной опоре в жизни человека и источнику его счастья;
- развитие ценностного отношения к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогом его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне;
- развитие ценностного отношения к своему Отечеству, своей малой и большой Родине как месту, в котором человек вырос и познал первые радости и неудачи, которая завещана ему предками и которую нужно оберегать;
- развитие ценностного отношения к природе как источнику жизни на Земле, основе самого ее существования, нуждающейся в защите и постоянном внимании со стороны человека;
- развитие ценностного отношения к миру как главному принципу человеческого общежития, условию крепкой дружбы, налаживания отношений с коллегами по работе в будущем и создания благоприятного микроклимата в своей собственной семье;
- развитие ценностного отношения к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда;
- развитие ценностного отношения к культуре как духовному богатству общества и важному условию ощущения человеком полноты проживаемой жизни, которое дают ему чтение, музыка, искусство, театр, творческое самовыражение;
- развитие ценностного отношения к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир; – развитие ценностного отношения к окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимоподдерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избегать чувства одиночества;
- развитие ценностного отношения к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.

№ п/п	Тема занятия	Дата (план)	Дата (факт)	Примечание
1.	Общее понятие о деятельности. Самооценка и уровень			

	притязаний.			
2.	Темперамент и профессия. Определение темперамента.			
3.	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.			
4.	Что такое стресс?			
5.	Определения типа мышления.			
6.	Внимание и память.			
7.	Уровень внутренней свободы.			
8.	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о своих возможностях».			
9.	Классификации профессий. Признаки профессии.			
10.	Формула профессии. Профессия, специальность, должность.			
11.	Определение типа будущей профессии.			
12.	Интересы и склонности в выборе профессии.			
13.	Определение профессионального типа личности.			
14.	Профессионально важные качества.			
15.	Профессия и здоровье.			
16.	Обобщающий урок по теме «Что я знаю о профессиях».			
17.	Способности общие и специальные. Способности к практическим видам деятельности.			
18.	Способности к интеллектуальным видам деятельности.			
19.	Способности к профессиям социального типа.			
20.	Способности к офисным видам			

	деятельности.			
21.	Способность к предпринимательской деятельности.			
22.	Эстетические способности.			
23.	Уровни профессиональной пригодности.			
24.	Обобщающий урок по теме «Способности и профессиональная пригодность».			
25.	Мотивы и потребности.			
26.	Ошибки в выборе профессии.			
27.	Современный рынок труда.			
28.	Пути получения профессии.			
29.	Навыки самопрезентации.			
30.	Стратегия выбора профессии.			
31.	Обобщающий урок по теме «Планирование профессиональной карьеры».			
32.	Заключительный урок-конференция «Моя будущая профессия».			
33.	Практико-ориентированное мероприятие «Лаборатория будущего»			
34.	Заключение. Подведение итогов.			

Обучение с использованием ЭО и ДОТ

В программе предусмотрена возможность организации учебного процесса с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. В обучении с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются следующие организационные формы учебной деятельности: - онлайн-урок новых знаний в режиме видеоконференцсвязи с использованием платформы Сферум;

- онлайн-урок контроля знаний в режиме видеоконференцсвязи с использованием платформы Сферум;

- онлайн-консультация в режиме видеоконференцсвязи с использованием платформы Сферум;

- комбинированный онлайн-урок в режиме видеоконференцсвязи с использованием платформы Сферум;

- онлайн-тестирование и самооценка знаний; -синхронная/асинхронная телеконференция; - офлайн-урок с использованием платформы ДО.

В зависимости от возможностей и актуальности применения, учитель выбирает удобные для качественного освоения темы обучающимися интернет-ресурсы и порталы.

В том числе:

- Портал дистанционного обучения (<http://do2.rcokoit.ru>).
- Интерактивные курсы по основным предметам школьной программы.
- Российская электронная школа. <https://resh.edu.ru/>. Видеоуроки и тренажеры по всем учебным предметам.
- Московская электронная школа <https://uchebnik.mos.ru/catalogue>. Видеоуроки и сценарии уроков.
- Интернет урок <https://interneturok.ru/>. Библиотека видеоуроков по школьной программе
- ЯКласс <https://www.yaklass.ru/>. Видеоуроки и тренажеры.
- Учи.ру <https://uchi.ru/>
- интерактивная образовательная онлайн-платформа. – Площадка Образовательного центра «Сириус» (<http://edu.sirius.online>).
- Портал для подготовки обучающихся к участию во всероссийских проверочных работах “РешуВПР” (<https://vpr.sdangia.ru/>);
- Электронные учебники издательства “Просвещение” (<https://media.prosv.ru/>).
- Интерактивные рабочие тетради и тренажеры от онлайн-школы Skyeng, корпорации «Российский учебник» и группы компаний «Просвещение» <https://edu.skysmart.ru> .