Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Набережные Челны «СОШ №37»

Рабочая программа

«Шаг в будущее»

Направление деятельности - социальное

Составитель: Сафина Лилия Рашитовна

(учитель татарского языка и литературы, первой квалификационной категории)

2019 год

Пояснительная записка

Программа «Шаг в будущее» предназначена для обучающихся 10 классов, учитывает запросы, индивидуальные особенности и способности обучающихся.

В подростковом возрасте молодой человек открывает для себя свой внутренний мир. Он идет к познанию действительности во многом «от себя», через свои переживания. Без достаточной уверенности в себе, принятия себя он не сможет сделать нужный шаг, определить свой дальнейший путь. Старшеклассник решает, кем быть и каким быть в дальнейшей жизни. Вопрос «Кем я буду?» задает себе каждый молодой человек. И здесь главное – не растеряться, сориентироваться и сделать правильный выбор, соответствующий интересам, способностям, возможностям, ценностным установкам, и наконец, требованиям, которые предъявляют профессии к личности кандидата.

Ценность данной программы состоит в том, что профессиональное самоопределение – событие, которое часто в корне меняет все течение жизни, затрагивая все ее сферы.

Любимая работа – важнейшая составляющая жизни. Заниматься в жизни любимым делом – значит, жить в согласии с собой. Люди, нашедшие «свою работу», могут четко осознавать: «Я на своем месте, это верно сделанный выбор жизни».

Правильно сделанный старшим подростком выбор – это начало пути к успеху, к самореализации, к психологическому и материальному благополучию в будущем.

Согласно ежегодно проводимым исследованиям лишь 10-15 % обучающихся имеют твердые профессиональные намерения. Примерно столько же вообще не задумываются о своих профессиональных планах. Около 70% не имеют четкой позиции, сомневаются в своем выборе; их одолевают противоречивые чувства: «Выбор сделать надо, но не знаю, что мне надо».

В основе профориентации должно лежать уважительное отношение к человеку как к субъекту профессионального и личностного самоопределения. И тогда, когда он ориентирован на сложные варианты построения своей карьеры (и фактически выходит на уровень самоопределения) и даже тогда, когда он стремится строить свою жизнь и карьеру, ориентируясь на большинство людей, т.е. используя уже проверенные (другими людьми) варианты построения своего успеха. Призывать (и тем более обязывать) каждого человека быть полноценным субъектом самоопределения нельзя.

Учащийся, совершая первый профессиональный выбор, приобретает ценный личный опыт. Препятствия вынуждают молодого человека собрать все силы и волю. Формируются необходимые навыки и умения, связанные с преодолением трудностей. Это непременно отразится на благополучии и комфорте подростка как в эмоциональном, так и в личностном планах.

Направленность программы: социальная

Срок освоения программы: 1 год

Форма организации деятельности на занятиях – групповая.

Цели программы:

1. Содействовать личностному развитию школьников и выбору жизненных целей, основанных на конструктивном социальном поведении.
2. Оказание эффективной поддержки подростков в их профессиональном самоопределении.
3. Мобилизация личностных резервов подростков и выявление их творческого потенциала необходимых для успешной самореализации в современном обществе.
4. Оказание позитивного влияния на сверстников при выборе ими жизненных ценностей.

Задачи программы:

1. Сформировать умения и навыки выделения приоритетов в жизни и учёбе и определения путей их достижения.
2. Развить умения и навыки межличностного взаимодействия и их использования в различных ситуациях.
3. Сформировать умения и навыки публичного выступления.
4. Сформировать умения и навыки проектной деятельности.
5. Сформировать актуальное для подростков «информационное поле о современных профессиях».
6. Дать определения понятий «профессия и профессиональная деятельность.
7. Исследовать, диагностировать способности и возможности подростков, участвующих в программе.
8. Развить навыки и умения по целеполаганию и планированию.
9. Сформировать мотивацию к саморазвитию, личностному росту.
10. Активизировать процесс профессионального самоопределения подростка.
11. Актуализировать значение профессионального самоопределения в жизни человека.

Планируемые результаты освоения программы

Название раздела	Предметные результаты	Метапредметные результаты	Личностные результаты
1. Введение в программу 2. Целеполагание 3. Управление временем. 4. Установление отношений и разрешение конфликтов. 5. Публичное выступление и техника речи. 6. Принятие решений.	-основные функции и характеристики лидерства, закономерности формирования лидерских качеств; -стратегию управления своим внутренним миром; -диалогические методы коммуникации; -основные условия и механизмы саморазвития личности; -наличие у выпускников жизненных планов; -наличие у выпускников элементарных профессиональных компетенций в соответствии с профилями профессиональной подготовки (рабочий зеленого хозяйства, столярное дело, рабочий по комплексному ремонту и обслуживанию зданий, уборщики служебных помещений, швейное дело, дворник); -готовность выпускников к продолжению профессионального	-умение формулировать свои ценностные ориентиры по отношению к изучаемым учебным предметам и сферам деятельности; -владеть способами самоопределения в ситуациях выбора на основе собственных позиций; -уметь принимать решения, брать на себя ответственность за их последствия; -осуществлять действия и поступки на основе выбранных целевых и смысловых установок; -осуществлять индивидуальную образовательную траекторию с учетом общих требований и норм; -уметь сделать правильный выбор своей будущей профессии; -овладеть основами компьютерной грамотности;	-принимать рациональные решения; -осознано выстраивать коммуникативное взаимодействие; -управлять эмоциональным состоянием; -разрабатывать и реализовывать социально значимые проекты; -техникой речи, техникой публичного выступления; -приемами бесконфликтного поведения со сверстниками, способами решения конфликтных ситуаций; - техникой организации и управления временем; -навыками достижения личной победы каждого участника программы; -навыками достижения общей победы участников программы; -формирование ответственного отношения к осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий

	образования; -соответствие поведения выпускников принятым в обществе нормам и правилам.	знать свои гражданские права и уметь их реализовывать	и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде.
7. Профориентация.			

Содержание программы

Название раздела	Краткое содержание	Количество часов
1. Введение в программу (8 ч)		
1.1. Вводное занятие. Социальный договор участников программы.	Вводное занятие. Структура курса, методы и технологии реализации данного курса. Выявление ожидания учащихся по данному курсу. Притчи как философия народной мудрости. Базовые компетенции современного человека. Понятия «успешный человек». «лидер». Разработка социального договора.	2
1.2. Самодиагностика «Лидер ли я?»	Разработка рекомендаций по формированию качеств, необходимых успешному человеку. Проведение тестирования участников программы (повторная диагностика в конце учебного года), диагностика личностных качеств учащихся. Анализ и выявление сильных и слабых сторон участников программы. Рекомендации по развитию качеств, необходимых успешному человеку, лидеру: умение управлять собой; осознание цели; умение решать проблемы; наличие творческого подхода; влияние окружающих; знание правил организаторской работы; организаторские способности; умение работать с группой.	2
1.3. Этика лидерства. Лидерские качества.	Понятие «эффективно работающая команда». Лидер и команда. Структура личности лидера. Общественная ценность лидера – носителя нравственных установок. Типы, виды лидерства, классификация лидеров. Ключевые лидерские качества, навыки и ступени становления лидеров. Стили лидерства. Формирование и развитие команды. Знакомство с принципами формирования эффективно работающей команды, с основными принципами командной работы. Формирование умения и готовности понимать и принимать общие цели, сотрудничать, воспринимать мнения других, доверять друг другу. Создание команды с высоким уровнем внутригрупповой этики. Основные принципы командной работы.	4
2. Целеполагание (16 ч)		
2.1. Самооценка и	Самооценка, определение понятия, проведение теста на определение	4

саморазвитие.	самооценки. Заниженная и завышенная самооценка. Способы повышения самооценки. Адекватная самооценка.	
2.2. Целеполагание. Мечты и планы.	Значение цели в жизни человека. Различие мечты и цели. Правила постановки цели. Определение приоритетной области жизни. Составление индивидуальной диаграммы целей.	2
2.3. Эффект призмы и принципы, управляющие эффективностью человеческой деятельности.	Понятие установки. Влияние установок на восприятие человеком ситуации. Сущность «эффекта призмы». Знакомство с основным принципом изменения ситуации. Определение принципов, управляющих эффективностью человеческой деятельности.	2
2.4. Навык и привычка. Навык проактивной личности.	Влияние привычек на формирование характера человека. Навык как базовая фундаментальная привычка. Введение понятий реактивной и проактивной личности. Конструкция реактивной и проактивной речи.	2
2.5. Проектная деятельность	Введение понятий «проектная деятельность» , «социальное проектирование», «программа», «концепция», «проект». Этапы подготовки социального проекта: - постановка проблемы; - формулировка цели проекта; - постановка задач; - методы и участники проекта; - ресурсы проекта; - PR-кампания проекта; - план реализации; - ожидаемые результаты реализации проекта.	2
2.6. Практическое занятие по разработке социального проекта.	Практические занятия	4
3. Управление временем. (8 ч)		
3.1. Тайм-менеджмент	Анкетирование «Эффективно ли вы используете время?». Анализ полученных данных. Ценность времени и денег, сравнение понятий. Важность тайм-менеджмента. Скрытые ресурсы и основные правила тайм-менеджмента: выполнение работы вовремя, выполнение сложной работы и правила экономии времени.	2

3.2. Планирование	Первый закон Паркинсона. Правила выполнения работы в установленные сроки. Время недоступности. Планирование: основные принципы планирования. Похитители времени. Методика подготовки и проведения встреч.	2
3.3. Практическое занятие по обработке техники планирования.	Практические занятия	4
4. Установление отношений и разрешение конфликтов. (20 ч)		
4.1. Общение, формальное и неформальное общение. Принципы эффективного общения.	Общение как многомерное явление. Формальное, неформальное общение. Нормы общения. Эффективное и неэффективное общение, их виды: понимающее общение, рефлексивное общение, принижающее, агрессивное и защитно-агрессивное общение. Установление контакта, активное слушание. Открытые и закрытые вопросы, невербальное сообщение. Тестовая диагностика «Умеете ли вы слушать и воспринимать собеседника?»	2
4.2. Коммуникативные навыки. Вербальное и невербальное общение. Типы собеседников.	Вербальное и невербальное общение. Формальное и неформальное общение. Стратегия эффективной коммуникации. Навыки эффективного общения. Приемы и техники эффективного общения. «Трудный собеседник» и «агрессивный собеседник»: разница понятий. Типология «трудных собеседников». Стратегии взаимодействия с представителями различных «проблемных категорий». Плюсы и минусы поведения разных категорий «трудных собеседников» для окружающих	6
4.3. Межличностные отношения, коллектив. Конфликт. Основы конфликтологии.	Личность, группа, коллектив, межличностные отношения в коллективе. Межличностное взаимодействие. Формальный, неформальный коллектив, уровни развития коллектива. Стабильная команда, социальные командные роли. Личность и группа, стадии и стратегии вхождения в группу. Конфликтные ситуации. Толерантность в общении. Формирование конфликтной компетентности учащихся и способности толерантного поведения. Эмоциональное общение. Диагностика сформированных методов решения конфликтов у участников программы – самотестирование: «Оценка собственного поведения в конфликтной	4

	ситуации», «Уровень конфликтности личности» (повторное тестирование проводится после тренингов). Сказки как пример конфликта и его разрешения. Социально-психологические и межличностные причины конфликтов.	
4.4. Пути разрешения конфликтных ситуаций	Стратегии поведения в конфликтах. Пути выхода из конфликта на основе взаимовыгодных уступок и соглашений. Варианты решения конфликта. Медиатр-посредник в конфликте.	4
4.5. Интегрированное занятие «Конфликт и пути его преодоления».	Интегрированное занятие «Конфликт и пути его преодоления». Ролевая игра «Сглаживание конфликтов». Отработка умения разрешать конфликтные ситуации. Тестирование.	4
5. Публичное выступление. (10 ч)		
5.1. Ораторское мастерство. Принципы, правила публичного выступления; структура выступления.	Формирование понятия стратегии вербального воздействия коммуникатора на аудиторию. Определение публичного выступления. Знакомство с видами публичного выступления. Основные принципы, правила публичного выступления. Знакомство со структурой выступления, правилами подготовки текста выступления.	4
5.2. Правила подготовки к выступлению.	Требования к внешнему виду выступающего. Приемы установления контакта со слушателем. Виды контакта: зрительный, эмоциональный, вербальный, невербальный, содержательный. Приемы управления вниманием слушателей. Методы и приемы преодоления страха и волнения.	2
5.4. Практические занятия по подготовке и проведению публичного выступления.	Практические занятия	4
6. Принятие решений. (6 ч)		
6.1. Решение как выбор альтернативы	Природа процесса принятия решений. Интуитивные решения и решения, основанные на суждениях. Рациональные решения. Этапы принятия рационального решения. Условия оптимального решения. Стратегии поведения человека, стоящего перед необходимостью принять важное решение. Основные правила принятия решений.	2
6.2. Практикум	Тренинги по командообразованию, по разработке и принятию решений в группе	2

6.3. Практикум	Моделирование ситуаций, позволяющих научиться делать выбор с опорой на ценностную шкалу, включающую в себя такие основополагающие общечеловеческие ценности, как добро, ответственность, свобода, выбор, гражданственность	2
7. Профориентация. (34 ч)		
7.1. Многообразие мира профессий. Я и выбор профессии.	Социальные проблемы труда: - разделение труда - профессии и специальности - классификации профессий - мотивы выбора профессии - здоровье и выбор профессии	8
7.2. Анализ профессий. Современный рынок труда и его требования к профессионалу	Профессиональная перспектива. Составление резюме. Социально – экономические условия современной России. Основы экономических знаний. Рынок образовательных услуг.	8
7.3. Проекты	Подготовка и защита профориентационных проектов	6
7.4. Экскурсии	Экскурсии на предприятия города по плану. Встречи с представителями разных профессий (родительская общественность).	12

Тематическое планирование

№ п/п	Название разделов, тема занятий	Кол-во часов	Основные формы организации занятий	Основные виды деятельности обучающихся
1. Введение в программу (8 ч)				
1	Понятие «успешный человек», «лидер».	1	Вводное занятие	Занятие на сплочение коллектива Разработка социального договора. Проведение тестирования участников программы, диагностика личностных качеств учащихся. Базовые компетенции современного человека. Понятия «успешный человек», «лидер». Самостоятельная работа учащихся.
2	Социальный договор участников программы	1	Лекция	
3	Самодиагностика «Лидер ли я?»	2	Тестирование	
4	Этика лидерства. Лидерские качества.	2	Лекция	
5	Практическая работа. Эффективно работающая команда.	2	Практическое занятие	
2. Целеполагание (16 ч)				
6	Самооценка и саморазвитие.	2	Самоуправление	Самооценка, определение понятия, проведение теста на определение самооценки. Заниженная и завышенная самооценка. Способы повышения самооценки. Адекватная самооценка. Работа над составлением индивидуальной программы саморазвития Правила постановки цели. Определение приоритетной области жизни. Составление индивидуальной диаграммы целей. Участие в разнообразных видах и типах отношений в основных сферах своей жизнедеятельности: общение, учёба, игра, спорт, творчество, увлечения (хобби). Разрабатывают на основе полученных знаний и активно участвуют в реализации посильных
7	Составление индивидуальной программы саморазвития.	2	Самоуправление	
8	Целеполагание. Мечты и планы.	2	Самоуправление	
9	Эффект призмы и принципы, управляющие эффективностью человеческой деятельности.	2	Самоуправление	
10	Навык и привычка. Навык проактивной личности.	2	Самоуправление	
11	Проектная деятельность.	2	Проект	
12	Практическое занятие по разработке социального проекта.	4	Практическое занятие	

				социальных проектов — проведении практических разовых мероприятий или организации систематических программ, решающих конкретную социальную проблему школы.
3. Управление временем. (8 ч)				
13	Тайм-менеджмент	4	Самоуправление	Анализ полученных данных.
14	Планирование	4	Самоуправление	
4. Установление отношений и разрешение конфликтов. (20 ч)				
15	Общение. Формальное и неформальное общение.	2	Беседа	Решение определённых ситуаций, имитирующие социальные отношения. Знание плюсов и минусов поведения разных категорий «трудных собеседников» для окружающих.
16	Принципы эффективного общения.	2	Самоуправление	
17	Коммуникативные навыки.	2	Самоуправление	
18	Вербальное и невербальное общение.	2	Беседа	
19	Межличностные отношения, коллектив.	2	Коллективное занятие	
20	Основы конфликтологии	2	Коллективное занятие	
21	Пути разрешения конфликтных ситуаций.	2	Коллективное занятие	
22	Тренинги.	6	Практическое занятие	
5. Публичное выступление.(10 ч)				
23	Ораторское мастерство.	1	Беседа	Участие в улучшении школьной среды, доступных сфер жизни окружающего социума.
24	Виды публичного выступления.	2	Беседа	
25	Принципы, правила публичного выступления; структура выступления.	2	Беседа	
26	Правила подготовки выступления	1	Беседа	

27	Проектная деятельность.	2	Проект	
28	Практические занятия по подготовке и проведению публичного выступления	2	Практическое занятие	
6. Принятие решений. (6 ч)				
29	Решение как выбор альтернативы	2	Самоуправление	Умение принять решений. Знание основных правил принятия решений.
30	Практические занятия	4	Практическое занятие	
7. Профориентация. (34 ч)				
31	Практическая работа. Личностное самоопределение. Анкетирование.	2	Практическое занятие	Ознакомление с результатами с профдиагностики. Участвуют в экскурсиях на промышленные и сельскохозяйственные предприятия, в научные организации, учреждения культуры, в ходе которых знакомятся с различными видами труда, с различными профессиями. Знакомятся с профессиональной деятельностью и жизненным путём своих родителей и прародителей, участвуют в организации и проведении презентаций. Приобретают умения и навыки сотрудничества, ролевого взаимодействия в школе и за её пределами с социальными институтами. Участвуют во встречах и беседах с выпускниками своей школы, знакомятся с биографиями выпускников, показавших достойные примеры высокого профессионализма, творческого отношения к труду и жизни. Учатся творчески и критически работать с информацией: целенаправленный сбор информации, её структурирование, анализ и обобщение из разных
32	Мои способности. Карта интересов.	1	Беседа	
33	Темперамент и выбор профессии	1	Беседа	
34	Интересы и личностные ресурсы при выборе профессии.	1	Игры	
35	Профессиональная пригодность. Основы выбора профессии.	1	Самоуправление	
36	Эмоциональное отношение к выбору профессии	1	Самоуправление	
37	Многообразие мира профессий. Знакомство с классификацией профессий.	1	Лекция	
38	Ситуации выбора. Ошибки выбора профессии.	1	Беседа	
39	Самопрезентации как фактор выбора образовательного профиля	1	Исследование	

40	Обобщающее занятие по программе	1	Беседа	источников.
41	Проведение индивидуальных и групповых консультаций	1	Беседа	
42	Промежуточные опросы, анкетирование	1	Анкетирование	
43	Обработка результатов диагностики, опроса, тестирования.	1	Тестирование	
44	Итоговое занятие по ознакомлению с результатами профдиагностики.	2	Тестирование	
45	Проектная деятельность.	6	Проект	
46	Экскурсии	12	Экскурсия	

Список литературы:

1. Министерство образования и науки Республики Татарстан Образовательная программа личностного развития старшеклассников, формирования системы компетенций межличностного общения «Основы лидерства», Казан,2011

1. Берис Р. «Развитие Я – концепция и воспитание», М.2009 г.

2. Дик Н.Ф. Развивающие классные часы и праздники. Ростов н/Д: Феникс, 2008 г.

3.Тыртышная М.А. Программа социального развития школьника.
М. 2010 г.

4. Палкина Н.В. Программа воспитательной работы в старших классах
М. 2007 г.

5. E-mail: dialogchelni@yandex.ru
http://vk.com/public79911205