

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Школа № 5 г.Черемхово»**

РАССМОТРЕНО

Педагогическим советом
МОУ Школа № 5 г. Черемхово

Протокол № 2 от “4” сентября 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ Школа № 5 г.
Черемхово

Приказ № 320 от “5” сентября 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

элективного курса

«Развитие личностного потенциала подростков»

(среднее общее образование)

Г. Черемхово, 2023

Пояснительная записка

1. Актуальность, назначение программы

Мир меняется чрезвычайно быстро: исчезают старые профессии, появляются новые, которые нельзя было представить ещё пару десятилетий назад, стремительно растёт конкуренция из-за сокращения рабочих мест, приобретённые знания и навыки могут остаться невостребованными. В этой ситуации неопределённости и постоянной изменчивости особенно важными для каждого человека становятся самоопределение и поиск своего жизненного пути, в том числе профессионального. В основе этого процесса лежит умение совершать выбор. «Мы не всегда выбираем то, что хотим, но всегда делаем то, что выбрали»¹, и это иногда имеет серьёзные последствия. В вашем окружении наверняка есть те, кого изматывает необходимость принимать решение, и те, кто идёт наугад, не слишком задумываясь о последствиях, и те, кто собирает мнения «авторитетов», и совсем немного тех, кто принимает взвешенные решения, ориентируясь на свои собственные мотивы и ценности, готов взять на себя ответственность за каждый шаг. Способность выбирать не врождённая, а результат опыта, который необходимо прожить. Но даём ли мы возможность подросткам совершать самостоятельный, свой выбор и пожинать его плоды? Чаще всего нам, взрослым, уже известны «правильные» ответы, и мы ограничиваемся предоставлением «выбора без выбора», лишая, таким образом, подростков возможности «прокачать» этот жизненно важный навык.

Содержание модуля «Я и мой выбор» ориентировано на создание таких условий, которые бы помогли подрастающему поколению определиться со своими ценностными ориентирами, накопить опыт принятия самостоятельных решений и почувствовать их последствия, познакомиться и освоить некоторые инструменты качественного выбора и, возможно, стать более подготовленными к ситуациям неопределённости. Модуль входит в состав учебно-методического комплекта «Развитие личностного потенциала подростков» и относится к его вариативной части.

Данная рабочая программа разработана на основе:

1. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.
2. Основной образовательной программы основного общего образования МОУ Школа № 5 г. Черемхово,
4. Учебного плана МОУ Школа № 5 г. Черемхово,
5. Календарного учебного графика МОУ Школа № 5 г. Черемхово,
6. Положения о рабочей программе учебных предметов, курсов, в том числе внеурочной деятельности МОУ Школа № 5 г. Черемхово,

Цель курса: способствовать развитию потенциала выбора и самоопределения.

Задачи:

1. способствовать развитию умения прогнозировать будущее.
2. создать условия для определения ориентиров в выборе профессии.
3. способствовать формированию своего образа будущего.
4. содействовать более полному осознанию своего Я.
5. способствовать формированию умения составлять планы (проекты) собственного развития.

Принципы построения и реализации курса РЛП.

- *Поддержка автономии.* Взрослый поощряет инициативу подростка и предоставляет ему возможность самому принимать решение и отвечать за последствия.
- *Создание образовательной среды.* Взрослый является проводником и дает подростку конструктивную обратную связь.
- *Включенности.* Взрослый уделяет ребенку необходимое время и внимание, а также дает возможность проявлять свои качества.

2. Варианты реализации программы и формы проведения занятий

Формат занятий, проводимых в рамках модулей отличается от традиционного урока. В них нет привычного объяснения нового материала и экспертной учительской позиции, нет обязательного для усвоения объема знаний. В фокусе оказываются навыки, которые в процессе группового взаимодействия и индивидуальных упражнений получают свое развитие. Занятия по РЛП подразумевают свободный диалог всех участников коммуникации. Одной из основных задач модуля «Я и мой выбор» является сплочение коллектива, что требует включения всех подростков классного коллектива, а также классного руководителя и по возможности психолога школы.

Занятия по модулю «Я и мой выбор» рассчитаны на второй год (11класс) обучения по данному курсу. Всего по программе для 11 класса предполагается 34 занятия по 45 минут.

3. Взаимодействие с программой воспитания

Программа спецкурса разработана с учетом рекомендаций программы воспитания МОУ Школа №5 г. Черемхово.

Программа реализуется в единстве учебной и воспитательной деятельности общеобразовательной организации по основным направлениям воспитания в соответствии с ФГОС:

- духовно-нравственное воспитание — воспитание на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям;
- эстетическое воспитание — формирование эстетической культуры на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщение к лучшим образцам отечественного и мирового искусства;
- ценности научного познания — воспитание стремления к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний,

качественного образования с учетом личностных интересов и общественных потребностей.

4. Содержание учебного курса

Программа «Развитие личностного потенциала подростков» для старших подростков включает шесть модулей. В каждом модуле содержится минимум по 10 занятий длительностью 45 минут. Предусмотрена возможность увеличения продолжительности и количества занятий за счёт введённых непосредственно в их сценарии дополнительных заданий и тем для обсуждения, актуальных для конкретного возраста.

Содержание модуля «Я и мой выбор» ориентировано помочь подростку в поисках и становлении внутреннего стержня.

5. Планируемые результаты освоения учебного курса

Планируемые результаты освоения программы УМК «Развитие личностного потенциала подростков» и входящего в него модуля ««Я и мой выбор»» соответствуют требованиям Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО) в части достижения личностных и метапредметных результатов. Занятия модуля «Я и мой выбор» направлены на развитие потенциала самоопределения и ориентированы на достижение следующих результатов.

Ресурсы подсистем личностного потенциала	Планируемые результаты
Мотивационные ресурсы	Проявляет готовность к саморазвитию и самообразованию.
	Способен увидеть ценности за конкретным поступком.
	Опирается в поведении на принятые правила.
	Способен найти личный смысл в выполняемом действии
Ресурсы	Видит ситуации выбора.

устойчивости	Проявляет готовность брать на себя ответственность за свой выбор.
	Чувствует себя способным влиять на ситуацию и быть причиной происходящих событий.
	Анализирует меру своего влияния на происходящие с ним события
Инструментальные ресурсы	Знает признаки качественного выбора.
	Может рассмотреть ситуацию с разных точек зрения.
	Аргументирует свой выбор.
	Знает, что при невозможности изменения ситуации можно изменить к ней отношение, умеет это делать.
	Учится адекватно оценивать свои сильные и слабые стороны при выборе
Ресурсы саморегуляции	Способен учитывать при принятии решения свои интересы, контекст и реакцию окружающих.
	Прогнозирует различные варианты будущих событий.
	Учится видеть возможности в новых и изменившихся обстоятельствах.
	Адаптируется к меняющимся обстоятельствам.
	В ситуации неопределённости проявляет любознательность и стремится собрать информацию для разрешения ситуации.
	Оценивает свою удовлетворённость результатами, сравнивая достигнутое состояние с эмоциональными ожиданиями.
	Способен анализировать свои поступки и критически относиться к ним.
	Выделяет свои сильные стороны и внутренние барьеры при решении задачи.

	Учитывает свои прошлые ошибки и старается их больше не повторять.
	Учитывает в поведении обратную связь от сверстников и взрослых. Учится слушать и слышать.
	Понимает последствия своих решений и действий.
	Учится соблюдать границы другого человека и устанавливать свои при взаимодействии
Ресурсы трансформации	Способен к рефлексии собственных действий.
	Анализирует предыдущий опыт, связывает его с текущей задачей, старается поменять стратегию поведения с учётом предыдущих ошибок

6. Тематическое планирование

11 класс Модуль «Я и Мой выбор»

№	Наименование разделов и тем	Количество академических часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Форма проведения занятий
1.	С чего начинается выбор?	1		Диалог
2.	Первый выбор	1		Круглый стол
3.	Планировать или не планировать?	1		Тренинг
4.	Влияние научно-технологического	1		Эксперимент

	о прогресса			
5.	Как выбирать	1		Круглый стол
6.	Вынужденный выбор	1	https://teacher.vbudushe.ru/program/4/module/12/lesson/285	Круглый стол
7.	Я через 10 лет	1		Индивидуальная работа
8.	Поиск оснований выбора профессий	1		Диалог
9.	Познай себя	1		Тренинг
10.	Сферы жизни	2		Диалог
11.	На что герой будет жить?	1		Игра
12.	Мотивы выбора профессии	1		Тренинг
13.	Будущее: успех или счастье?	1	https://psihdocs.ru/lichnostnie-resursi-psihologicheskogo-blagopoluchiya.html?page=13	Эксперимент
14.	Письмо из будущего	1		Эксперимент
15.	Мое будущее - в моих руках	1	https://teacher.vbudushe.ru/program/4/module/12/lesson/285	Тренинг

16.	Какие факторы оказывают значительное влияние на выбор будущей профессии	1		Круглый стол
17.	Моё будущее	3		Тренинг
18.	Свобода и ответственность	1		Тренинг
19.	Путь в будущее	3	https://teacher.vbudushe.ru/program/4/module/12/lesson/286	Игра
20.	Сотвори свое будущее	1		Тренинг
21.	Изучи себя	2		Семинар-практикум
22.	Я в профессии, профессия во мне	1		Коучинг
23.	Личные ресурсы	1		Тренинг
24.	Как вдохновить себя на подвиг	1		Тренинг

25.	Мой план развития себя	2	https://yandex.ru/video/preview/158183952589327486	Тренинг
26.	Четыре сезона	1		Игра
27.	Проект своего будущего	1		Круглый стол
	Итого:			34 часа