

Рассмотрено на заседании ПК
учителей-предметников
Протокол от 30.08.2023г. № 1

Утверждено приказом от
31.08.2023г. № 72

**Рабочая программа внеурочного курса
«Россия- мои горизонты»
9 класс
2023 - 2024 учебный год**

разработана на основе адаптированной основной общеобразовательной
программы образования учащихся с легкой умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями) (вариант 1)

Трубникова Александра Витальевна, учитель
(Ф.И.О. педагога, должность)
первая
(квалификационная категория)

Всего 34 часов; в неделю 1 час

I четверть 8 часов
II четверть 8 часов
III четверть 11 часов
IV четверть 7 часов

I полугодие 16 часов
II полугодие 18 часов

г. Бодайбо 2023 г.

Пояснительная записка

Программа внеурочного курса «Россия - мои горизонты» для 9 класса разработана на основе АООП УО (вариант 1) для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и обеспечивает достижение планируемых результатов.

Профессиональная подготовка обучающихся с интеллектуальными нарушениями является одним из условий их успешной социализации, самореализации в различных видах профессиональной и социальной деятельности. Рабочая программа профессионального самоопределения обучающихся "Россия - мои горизонты" разработана в рамках внеурочной деятельности и включает в себя получение обучающимися с интеллектуальными нарушениями знаний о себе и о мире профессионального труда в современном мире.

Внеурочная деятельность является составной частью учебно-воспитательного процесса и одной из форм организации свободного времени обучающихся

Актуальность курса детерминируется значимостью формирования у обучающихся профессионального самосознания и осознанного профессионального намерения, осознанию интереса к будущей профессии. Проблема профессиональной ориентации с учётом личностных факторов становится в наши дни, как никогда актуальна. Данной программой определяется, что обучающиеся понимают роль и место психологической компетентности в построении правильно жизненной стратегии и успешного достижения поставленных целей. Правильно сделанный выбор - это начало пути к успеху, к самореализации, к психологическому и материальному благополучию в будущем. Профессиональное самоопределение является начальным звеном профессионального развития личности. Данный курс позволяет обучающимся осознать многообразие мира профессий, ответственность каждого за построение своего профессионального пути, возможности развития человека в профессиональной деятельности

Цель: формирование готовности к профессиональному самоопределению обучающихся 9 класса

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 (включая знакомство с перспективными и востребованными профессиями и отраслями экономики РФ);
- формирование у обучающихся навыков и умений карьерной грамотности и других компетенций, необходимых для осуществления всех этапов карьерной самонавигации, приобретения и осмысления профориентационно значимого опыта, активного освоения ресурсов территориальной среды профессионального самоопределения, самооценки успешности прохождения профессиональных проб, осознанного конструирования индивидуальной образовательно-профессиональной траектории и ее адаптация с учетом имеющихся компетенций и возможностей среды;
- формирование ценностного отношения к труду как основному способу достижения жизненного благополучия, залогом его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне.

Содержание

курса внеурочной деятельности «Россия- мои горизонты»

Раздел 1. Введение в курс внеурочной деятельности по профориентации (5)

- Знакомство участников программы. Игры и упражнения, помогающие познакомиться. Ожидания каждого школьника и группы в целом от совместной работы. Понятие «профессия». О чем люди думают прежде всего, когда задумываются о будущей профессии. Одна профессия на всю жизнь или сто профессий на одну жизнь. Примеры профессиональных судеб известных ученых, писателей, изобретателей, артистов. Развилки на профессиональном пути.
- Особенности современного рынка труда страны и региона. Профессии прошлого, настоящего, будущего. Профессии членов семей школьников и педагогических работников школы. С чего начать проектирование собственного профессионального пути. Первый выбор, связанный с будущей профессией, который делает школьник после получения аттестата об основном общем образовании. Собственный ранжированный список предпочитаемых профессий: первая версия.
- Профессии людей, с которыми учащиеся сталкиваются по пути из дома в школу. Общее и особенное каждой профессии. Что важно для людей любой профессии. Профессиональные и надпрофессиональные навыки. Современные исследования об определяющей роли надпрофессиональных навыков человека для поиска работы, карьерного роста, самореализации в профессии. Профессии, которые ушли в прошлое.

Раздел 2. Универсальные навыки (12)

- Вербальная и невербальная коммуникация и ее роль в профессиональной жизни человека. Устная и письменная речь. Нужно ли профессионалу быть грамотным? Общение как умение не только высказывать свои мысли, но и слушать чужие. Невербальные средства общения. Жесты, мимика, телодвижения как источник информации о человеке (например, для потенциального работодателя). Влияние интонации на слушателя. Эффективная коммуникация. Что значит быть «активным слушателем»? Основные правила делового этикета. Составление перечня профессий, для представителей которых навык коммуникации является приоритетным.
- Понимание как основа взаимоотношений между людьми. Умение поставить себя на место другого человека. Эмпатия как способность человека осознанно сопереживать эмоциональному состоянию других людей. Перечень профессий, для представителей которых важно обладать эмпатией. О чем говорят поступки человека. Личная страница в соцсетях как возможность понять других людей.
- Что такое «личное пространство человека». Значение личного пространства для самочувствия, настроения, работоспособности человека. Почему нас раздражает переполненный транспорт или давка в очереди. Дистанции в общении. Нарушение личных границ. Способы сохранения личных границ в личной и профессиональной сфере.
- Чем опасен конфликт в профессиональной жизни человека? Польза конфликта. Нужно ли и как избегать конфликтных ситуаций? Конфликт как стимул к дальнейшему развитию. Конструктивный и деструктивный путь развития конфликта. «Я-высказывания» против «ты-высказываний». Способы взаимодействия в конфликте. Ролевые игры, помогающие получить навык разрешения конфликта. «Конфликтостойкие» профессии.
- Влияние профессии на здоровье человека. Профессиональные риски, возникающие не только в травмоопасном производстве. Риск возникновения заболеваний, связанных с профессией.

Способы профилактики.

Раздел 3. Какой я? (4)

- Что мы наследуем от предков и что приобретаем в процессе развития. Учет психологических особенностей человека в процессе выбора профессии. Игры, развивающие внимание, память, логику, абстрактное и критическое мышление. Правила командных игр. Профессии, требующие максимальной концентрации внимания.
- Способность к самопознанию как особенность человека. Возникновение псевдонаук астрологии и нумерологии как ответ на запрос человека о познании себя. Способы получения знаний о себе. «Я» в зеркале «другого». Понимание себя как одно из условий успешного профессионального самоопределения. Профессии «психолог» и «психотерапевт». Профориентационные тесты стандартизированной методики оценки. О точности их результатов. Экстремальные ситуации и «экстремальные» профессии.
- Какое впечатление мы производим на людей и какое впечатление люди производят на нас. Внешняя красота и внутренняя. Проблема неравенства при приеме на работу.
- Кому и когда важно презентовать себя. На что обращают внимание при первом знакомстве во время приема на работу. Язык тела. Грамотная речь как ресурс человека. Создание собственного стиля и уместность его демонстрации при приеме на работу. Резюме – что это такое и как его составить.

Раздел 4. Образовательная траектория (2)

- Ошибки, которые мы совершаем в жизни. Причины ошибок. Ошибка в выборе профессии и ее последствия. Как не ошибиться в выборе колледжа, вуза, профессии. Пути исправления ошибок.
- Ориентация на собственное будущее как залог сегодняшних успехов. Построение траектории собственной жизни. Сегодняшние успехи и достижения. Факторы, влияющие на успех в карьере. Примеры траекторий становления известных людей мира, страны, города.
- Большая профориентационная игра как способ конструирования школьником собственного образовательного и профессионального маршрута. Этапы проведения игры. Цели и задачи игры.

Раздел 5. Профессиональные возможности нашего региона (4)

- Обзор учреждений среднего профессионального образования региона: место расположения, направления подготовки, возможности трудоустройства после окончания. Встреча с приглашенным в школу директором, преподавателем или студентом колледжа, куда часто поступают выпускники 9-го класса школы. Судьбы выпускников школы, окончивших колледжи региона.
- Экскурсия по территории колледжа, знакомство с условиями поступления и обучения в колледже, беседы, интервью.
- Обзор ведущих предприятий региона. Профессиональные судьбы людей региона. Встреча с родителями школьников, работающими на предприятиях региона. Потребность региона в кадрах, динамика роста заработной платы в регионе, социальные гарантии, перспективы карьерного роста и повышения квалификации в своем регионе и в соседних регионах.

- Проведение экскурсии на одно из предприятий региона. Встреча с представителями предприятия. Блиц-интервью. Мастер-класс/тренажер, позволяющий получить представление об отдельных элементах профессии.
- Профессиональные, предметные конкурсы и олимпиады, их роль в поступлении в колледж, их роль в профессиональном самоопределении.

Раздел 6. Проба профессии (6)

- Окончание 9-го класса и первый профессиональный выбор школьника. Что и кто влияет на выбор дальнейшего образовательного и профессионального пути. «Примерка» профессий. Профессиональная проба – что это такое.
- Профессиональная проба «Слесарь-ремонтник автомобиля»
- Профессиональная проба «Швея»
- Профессиональная проба «Штукатур-маляр»
- Профессиональная проба «Рабочий по обслуживанию зданий»
Основные сведения о сфере профессиональной деятельности по отдельным профессиям
- Итоги изучения курса внеурочной деятельности «Россия – мои горизонты». Основные эмоции, знания, выводы, сомнения, открытия.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Россия- мои горизонты»

Личностные результаты освоения курса внеурочной деятельности:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, в том числе владение вербальными и невербальными коммуникативными компетенциями, использование доступных информационных технологий для коммуникации;
- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) способность к осмыслению картины мира, ее временно-пространственной организации; формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;
- 11) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 12) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 13) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 14) проявление готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты:

Минимальный уровень:

- иметь представление о наиболее известных профессиях и профессиональной деятельности;
- классифицировать профессии по определённым признакам (с помощью учителя);
- составлять личный профессиональный план (с помощью учителя).

Достаточный уровень:

- иметь представление о значении профессионального самоопределения;
- иметь представление о профессиях и профессиональной деятельности;
- классифицировать профессии по определённым признакам;
- соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии; Ø составлять личный профессиональный план.

Оценка результатов внеурочной деятельности

Цель: всестороннее оценивание достижений обучающегося во внеурочной деятельности, мотивация обучающегося для дальнейшего продолжения занятий внеурочной деятельностью. В целом оценка достижений ожидаемых результатов внеурочной деятельности осуществляется по следующим критериям:

- уровень мотивации заниматься творческой деятельностью;
- проявление настойчивости в достижении цели;
- владение навыками сотрудничества;
- проявление индивидуального творческого решения;
- умение критически оценивать свою работу;
- понимание причины успеха/ неуспеха своей деятельности;
- владение волевой саморегуляцией в ходе выступления на различных мероприятиях;
- участие в конкурсах различного уровня;
- желание продолжить заниматься внеурочной деятельностью по данному направлению.

5- оптимальный уровень
4- достаточный уровень
2-3 – допустимый уровень
1– недостаточный уровень

**Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности
«Россия- мои горизонты»**

№ п/п	Наименование раздела/темы	Количество часов, отводимых на освоение каждой темы	Дата
Раздел 1. Введение в курс внеурочной деятельности по профориентации			
1-2	Вводный урок «Моя Россия — мои горизонты» (обзор отраслей экономического развития РФ — счастье в труде) Начало пути к выбору профессии	2	07.09.2023 14.09.2023
3-4	Тематический профориентационный урок «Открой своё будущее» (введение в профориентацию) Мои сегодняшние профессиональные предпочтения	2	21.09.2023 28.09.2023
5	Что важно для человека любой профессии	1	05.10.2023
Раздел 2. Универсальные навыки			
6-7	Профориентационная диагностика	2	12.10.2023 19.10.2023
8	Коммуникация	1	26.10.2023
9-11	Я тебя понимаю	3	09.11.2023 16.11.2023 23.11.2023
12-13	Мое личное пространство	2	30.11.2023 07.12.2023
14-15	Конфликт и негативные эмоции	2	14.12.2023 21.12.2023
16-17	Профессиональные риски, или Кто подумает о здоровье профессионала	2	28.12.2023 11.01.2023
Раздел 3. Какой я?			
18-19	Темперамент. Память. Внимание. Особенности мышления	2	18.01.2023 25.01.2023
20	Как узнать, какой я на самом деле	1	01.02.2023
21	Секреты восприятия	1	08.02.2023

Раздел 4. Образовательная траектория			
22-23	Профориентационная игра	2	15.02.2023 22.02.2023
Раздел 5. Профессиональные возможности нашего региона			
24-25	Профориентационное занятие «Система образования России» Учреждения среднего профессионального образования нашего региона. Экскурсия	2	29.02.2023 07.03.2023
26-27	Учреждения среднего профессионального образования Иркутской области	2	14.03.2023 21.03.2023
Раздел 6. Проба профессии			
28	Как «примерить» профессию	1	04.04.2023
29	Профессиональная проба «Слесарь-ремонтник автомобиля»	1	11.04.2023
30	Профессиональная проба «Повар»	1	18.04.2023
31	Профессиональная проба «Рабочий по обслуживанию зданий»	1	25.04.2023
32	Профессиональная проба «Штукатур-маляр»	1	02.05.2023
33	Профессиональная проба «Швея»	1	16.05.2023
34	Итоговое профориентационное занятие «Моё будущее — моя страна»	1	23.05.2023

Оценка освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

№ п/п	Фамилия, имя обуча-ся	Критерии																		Общий уровень		
		Уровень мотивации заниматься творческой деятельностью		Проявление настойчивости в достижении цели		Владение навыками и сотрудничества		Проявление индивидуального творческого решения		Умение критически оценивать свою работу		Понимание причины успеха/неуспеха своей деятельности		Владение волевой саморегуляцией в ходе выступления на различных мероприятиях		Участие в конкурсах различного уровня		Желание продолжить заниматься внеурочной деятельностью по данному направлению				
1.		1п.	2п.	1п.	2п.	1п.	2п.	1п.	2п.	1п.	2п.	1п.	2п.	1п.	2п.	1п.	2п.	1п.	2п.	1п.	2п.	
2.																						

Примечание: 1 п. – 1 полугодие, 2 п. – 2 полугодие.

5- оптимальный уровень

4- достаточный уровень

2-3 – допустимый уровень

1 – недостаточный уровень

