

Муниципальное автономное учреждение
центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
«ЦДК»

ПРИНЯТО
Советом Центра
Протокол № 1
от «31» августа 2026г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ЦППМСП «ЦДК»
С.В.Иванова
Приказ №54к
от «04» сентября 2026г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-педагогической направленности
«ПЕРСПЕКТИВА»
Для детей 13-18 лет
Срок обучения 1 год

Составители:
Мизгулина Марина Альязмовна,
педагог-психолог высшей квалификационной категории;
Черкасова Майя Николаевна,
социальный педагог высшей квалификационной категории

Новоуральский городской округ
2026г.

Пояснительная записка

Направленность программы: социально-педагогическая.

Для учащихся старших классов выбор профессии – самый главный вопрос их образовательного развития. Его разрешение поможет им сориентироваться в перспективности выбора дальнейших путей получения образования, определиться с будущей сферой профессиональной деятельности.

Актуальность программы в том, что она способствует повышению уровня информированности детей в вопросах профессионального самоопределения в широком контексте планирования своей жизни. Курс занятий способствует развитию способности к систематическому самовоспитанию культурных стремлений и навыков, хорошей психической саморегуляции, творческому подходу к делу, умения познавать и реалистически оценивать свои возможности.

Новизна программы заключается в том, что программа состоит из модулей, которые можно использовать все или выборочно на определенном возрастном этапе учащихся в соответствии с целями воспитательной работы. Один и тот же модуль в течение учебного года может одновременно реализовываться в разных классах и разных образовательных учреждениях.

Педагогическая целесообразность

Во ФГОС последовательно реализуется системно-деятельностный подход, который предполагает:

воспитание и развитие качеств личности, отвечающих требованиям информационного общества, инновационной экономики, задачам построения демократического гражданского общества на основе толерантности, диалога культур и уважения многонационального, поликультурного и поликонфессионального состава российского общества;

переход к стратегии социального проектирования и конструирования в системе образования на основе разработки содержания и технологий образования, определяющих пути и способы достижения социально желаемого уровня (результата) личностного и познавательного развития обучающихся;

ориентацию на результаты образования как системообразующий компонент Стандарта, где развитие личности обучающегося на основе усвоения универсальных учебных действий, познания и освоения мира составляет цель и основной результат образования;

признание решающей роли содержания образования, способов организации образовательной деятельности и взаимодействия участников образовательного процесса в достижении целей личностного, социального и познавательного развития обучающихся;

учет индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся, роли и значения видов

деятельности и форм общения для определения целей образования и воспитания и путей их достижения;

разнообразие организационных форм и учет индивидуальных особенностей каждого обучающегося (включая одаренных детей и детей с ограниченными возможностями здоровья), обеспечивающих рост творческого потенциала, познавательных мотивов, обогащение форм взаимодействия со сверстниками и взрослыми в познавательной деятельности.

Цель программы:

развитие личности, способной к самоопределению и самореализации, осознанному выбору будущей профессии.

Задачи:

образовательные

- обеспечение профпросвещения, профдиагностики учащихся
- формирование практических умений вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов
- обучение приемам саморегуляции в стрессовых ситуациях; умению конструктивно преодолевать конфликты

развивающие.

- формирование готовности и способности к самостоятельной и ответственной деятельности

воспитательные

- осознание ценности других людей, ценности человеческой жизни, нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу жизни, физическому и нравственному здоровью;
- толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;
- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей;
- осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов.

Адресат программы. Программа «Перспектива» ориентирована на подростков и молодежь от 13 до 18 лет, с нормальным психическим развитием.

Объем программы. Программа рассчитана на 18 академических часов и состоит из 7 модулей.

Форма реализации занятий – групповая работа. Оптимальное количество участников группы 12-15 человек, допускается до 25.

Режим занятий

В неделю с учащимися класса целесообразно проводить не более одного занятия модуля.

Используются следующие *формы работы с группой*:

- дискуссия;
- мозговой штурм как способ быстрого включения всех членов группы в работу на основе свободного выражения мыслей по предлагаемому к рассмотрению вопросу;
- сюжетно-ролевые игры - для наработки вариантов поведения в проблемных ситуациях;
- работа в малых группах – метод, позволяющий высказаться каждому участнику тренинга. Участники малой группы приобретают навык групповой работы, навык обобщения и оформления результата;
- психологические игры – игры на знакомство, игры на сплочение группы, ритуалы завершения групповой работы, коммуникативные игры.

Способы контроля освоения программы:

1. Исследование ценностных ориентаций (Фанталовой).
2. Опросник профессиональной готовности Кабардова.
3. Методика «Карта интересов» А.Е. Голомштока.
4. Тест на профориентацию «Кем работать?».
5. Тест «Определение типа будущей профессии».
6. Тест «Интеллектуальный потенциал» (ТИП – П Ржычан)
7. Тест «Большая пятерка личностных качеств» по А. Г. Грецову.
8. Тест «Стратегия поведения в конфликте».
9. Тест на профориентацию «Кем работать?»
10. Тест «Самооценка» по Дембо-Рубинштейн.
11. Методика «Человек в трудной ситуации».
12. Личностный опросник Г. Айзенка (Методика определения темперамента).
13. Наблюдение за учащимися в процессе занятий.

Критерии и оценка эффективности программы:

- формирование готовности и способности к самостоятельной и ответственной деятельности
- формирование практических умений вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов.

Планируемые результаты

Предметные:

сформированность умения вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов;

сформированность умения применять приемы саморегуляции в стрессовых ситуациях; умения конструктивно разрешать конфликты.

Метапредметные:

Регулятивные УУД

Обучающийся научится:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

- осуществлять итоговый и пошаговый контроль результатов своей деятельности;

- адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации.

Обучающийся получит возможность

- самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы;

- основам саморегуляции в учебной и познавательной деятельности в форме осознанного управления своим поведением и деятельностью, направленной на достижение поставленных целей;

- прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения целей.

Познавательные УУД

Обучающийся научится:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения заданий;

- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера

- устанавливать причинно-следственные связи;

Обучающийся получит возможность научиться:

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;

- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;

- применять и передавать информацию (устно, письменно, с использованием ИКТ), в том числе выступать публично

Коммуникативные УУД

Обучающийся научится:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

-формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров при выработке общего решения в совместной деятельности;

-аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для партнеров образом;

-осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;

-адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач; владеть устной и письменной речью; строить монологическое высказывание;

-вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем;

-работать в группе - устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать; строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми.

Личностные:

- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

- толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;

- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;

- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей;

- осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов.

Нормативно-правовые документы, используемые при разработке программы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

2. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 годы.

3. Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа»

4. Приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 №1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»

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

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы организации занятия	Формы организации контроля
		всего	теоретические занятия	практические занятия		
Модуль 1. Самоисследование						
1	Знакомство с группой	1	-	1	Психологические методики игры,	Наблюдение
2	Исследую себя	1	-	1	Психологические диагностики, опросники	Наблюдение
Модуль 2. Современный подросток						
3	Мы – современные подростки	1	-	1	Психологическая игра, работа в малых группах, дискуссия	Заполнение опросника по теме, беседа, исходный контрольный срез
4	Ценности современных подростков	1	-	1	Мозговой штурм, дискуссия, психологические игры	Наблюдение, самодиагностика по методике определения динамики степени риска, (актуальности) риска появления зависимого поведения
Модуль 3. Кто я?						
5	Это я?	1	-	1	Дискуссия, психологические игры	Заполнение опросника по теме, наблюдение, исходный контрольный срез
6	Каким меня видят другие?	1	-	1	Дискуссия, психологические игры, работа в малых группах	Наблюдение, самодиагностика по методике определения

						динамики степени риска, (актуальности) риска появления зависимого поведения
Модуль 4. Уверенная личность						
7	Как поступить?	1	-	1	Мозговой штурм, дискуссия, психологические игры, работа в малых группах	Наблюдение
8	Уверенное поведение	1	0,5	0,5	Информационный блок, дискуссия, психологические игры, работа в малых группах	Заполнение опросника по теме, исходный контрольный срез
Модуль 5. Успешная личность						
9	Ключи к успеху	1	-	1	Просмотр документального фильма, дискуссия, психологические игры,	Заполнение опросника по теме, наблюдение, исходный контрольный срез, самодиагностика по методике определения динамики степени риска, (актуальности) риска появления зависимого поведения
10	Мой путь к успеху	1	1	-	Информационный блок, мозговой штурм, психологические игры	Заполнение опросника по теме, наблюдение
11	Ставлю цель	1	-	1	Психологические игры, методика	Наблюдение
12	Знаю в лицо прокрастинацию	1	0,5	0,5	Информационный блок, дискуссия,	Наблюдение

					психологические игры, работа в малых группах	
13	Основы тайм-менеджмента	1	1	-	Информационный блок	Наблюдение
Модуль 6. Выбираю профессию						
14	Командная работа	1	0,5	0,5	Информационный блок, психологические игры	Наблюдение
15	Есть в мире множество профессий	1	-	1	Дискуссия, психологические игры, работа в малых группах	Наблюдение
16	Кем быть?	1	0,5	0,5	Информационный блок, психологические диагностики, опросники	Наблюдение
Модуль 7. Я - подарок						
17	Самоотношение	1	-	1	Психологические игры, работа в малых группах, диагностика, методика	Наблюдение
18	Самоценность	1	-	1	Психологические игры, работа в малых группах	
Итого		18	4	14		

Содержание программы

Тема	Основное содержание	Кол ичес тво часо в	Планируемые результаты освоения обучающимися программы курса внеурочной деятельности			
			Метапредметные результаты			Личностные результаты
			Познавательны е УУД	Регулятивные УУД	Коммуникативны е УУД	
Модуль 1. Самоисследование						
Знаком- ство с группой	1. Оформление бейджей. 2. Приветствие «Моя погода». 3. Принятие правил работы группы. 4. Упражнение «Профиль». 5. Методика «Карта интересов» А.Е. Голомштока. 6. Рефлексия занятия.	1	Постановка и формулирован ие проблемы, структурирова ние знаний	Целеполагание как постановка задачи на основе того, что уже известно и того, что еще не известно Саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии	Постановка вопросов- инициативное сотрудничество Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; постановка вопросов – инициативное сотрудничество	Смыслообразование Личностное самоопределение; нравственно- этическая ориентация и оценивание содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личный моральный выбор
Исследую себя	1. Упражнение «История моего имени». 2. Личностный опросник Г. Айзенка (методика определения	1	Постановка и формулирован ие проблемы, структурирова ние знаний	Саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в	Личностное самоопределение; нравственно- этическая ориентация и оценивание

	темперамента). 3. Тест Интеллектуальный потенциал (ТИП) (П. Ржычан) 4. Методика «Вычеркни слово»				соответствии с задачами и условиями коммуникации	содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор
Модуль 2. Современный подросток						
Мы – современные подростки	1. Упражнение «Счет с закрытыми глазами». 2. Рисунок современного подростка. 3. Рефлексия занятия.	1	Самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели; структурирование знаний	Целеполагание как постановка учебной задачи на основе того, что уже известно и усвоено, и того, что еще неизвестно	Постановка вопросов – инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации	Личностное, жизненное самоопределение. Нравственно-этическая ориентация и оценивание содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор
Ценности современных подростков	1. Исследование ценностных ориентаций (по Фанталовой). 2. Упр. «Карта жизненного пути». 3. Рефлексия занятия.	1	Самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели; структурирование знаний	Прогнозирование – предвосхищение результата и уровня усвоения знаний. Оценка – выделение и осознание того, что уже	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации	Личностное, жизненное самоопределение. Нравственно-этическая ориентация и оценивание содержания (исходя из социальных и личностных

				усвоено и что еще нужно усвоить, оценка результатов работы		ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор
Модуль 3. Кто я?						
Это я	1. Упражнение «Кто я?». 2. Упражнение «Поднимите руку те, кто...» 3. Тест «Большая пятерка личностных качеств» по А.Г. Грецову 4. Тест «Стратегия поведения в конфликте» - с пословицами 5. Сюжетно-ролевая игра «Поведение в конфликте» 6. Анализ и обсуждение поведенческой стратегии. 7. Рефлексия занятия.	1	Самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели; структурирование знаний	Целеполагание как постановка учебной задачи на основе того, что уже известно и усвоено, и того, что еще неизвестно	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации	Нравственно-этическая ориентация и оценивание содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор
Каким меня видят другие	1. Упражнение «Ассоциации». 2. Упражнение «Характеристика по карточкам». 3. Упражнение «Сложи листок». 4. Упражнение «Зубы дареного коня». 5. Мультимедийная презентация «Незатейливые каракульки». 6. Рефлексия занятия.	1	Самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели; структурирование знаний; осознанное и произвольное	Прогнозирование – предвосхищение результата и уровня усвоения знаний, его временных характеристик	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации,	Нравственно-этическая ориентация и оценивание содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный

			построение речевого высказывания		постановка вопросов – инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации	моральный выбор
Модуль 4. Уверенная личность						
Как поступить?	1. Проективная рисуночная методика «Человек в трудной ситуации». 2. Упражнение «Донорское сердце». 3. Упражнение «Презентация». 4. Рефлексия занятия.	1	Самостоятель ное выделение и формулирован ие познавательной цели; структурирова ние знаний; осознанное и произвольное построение речевого высказывания	Целеполагание как постановка учебной задачи на основе того, что уже известно и усвоено, и того, что еще неизвестно	Постановка вопросов – инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации	Нравственно- этическая ориентация и оценивание содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личный моральный выбор
Уверенное поведение	1. Упражнение «2 портрета» / Упражнение «Сплетня». 2. Работа по группам: обсуждение «Чем уверенное поведение отличается от агрессивного». 3. Сюжетно-ролевая игра на отработку навыков уверенного поведения. 4. Рефлексия занятия.	1	Определение основной и второстепенно й информации; свободная ориентация и восприятие научного стиля	Оценка – выделение и осознание того, что уже усвоено и что еще нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения, оценка	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации	Смыслообразовани е, т.е. установление связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Нравственно- этическая ориентация и оценивание содержания (исходя из социальных и

				результатов работы		личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор
Модуль 5. Успешная личность						
Ключи к успеху	1. Просмотр Д/ф «4 ключа к твоим победам». 2. Упражнение « Качества, которые...» 3. Рефлексия занятия.	1	Самостоятельн ое выделение и формулирован ие познавательной цели; структурирова ние знаний; осознанное и произвольное построение речевого высказывания	Прогнозирован ие – предвосхищени е результата и уровня усвоения знаний, его временных характеристик	Умение с достаточной и полнотой точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации	Нравственно- этическая ориентация и оценивание содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор
Мой путь к успеху	1. Упражнение «Войди в круг». 2. Упражнение «2 звезды в зеркале». 3. Упражнение «Баланс». 4. Упражнение «Полоса препятствий». 5. Рефлексия занятия.	1	Определение основной и второстепенно й информации; свободная ориентация и восприятие научного стиля	Оценка – выделение и осознание того, что уже усвоено и что еще нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения, оценка результатов	Постановка вопросов – инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации	Смыслообразовани е, т.е установление связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Нравственно- этическая ориентация и оценивание содержания (исходя из социальных и личностных

				работы		ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор
Ставлю цель	1. Упражнение «10 жетонов» («На что потратить жизнь»). 2. Притча «Полная банка». 3. Упражнение «Личные цели» («Колесо жизненного баланса»). 4. Упражнение «Сними резинку». 5. Упражнение «Ценности». 6. Рефлексия занятия.	1	Постановка и формулирование проблемы, самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем поискового характера			
Знаю в лицо прокрастинацию	1. Мультимедийная презентация «Основы планирования времени» (ч. 1 «Перфекционизм и прокрастинация») 2. Аналитическое упражнение «Поглотители времени» 3. Групповая работа: составление общего списка поглотителей времени (<i>общий список на доске</i>). 4. Рефлексия занятия.	1	Самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели; структурирование знаний; осознанное и произвольное построение речевого высказывания	Прогнозирование – предвосхищение результата и уровня усвоения знаний, его временных характеристик	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации	Нравственно-этическая ориентация и оценивание содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор
Основы тайм-менеджм	1. Групповая работа «Карта прокрастинации» (причины, признаки). 2. Мультимедийная презентация	1	Определение основной и второстепенной информации;	Оценка – выделение и осознание того, что уже	Постановка вопросов – инициативное сотрудничество в	Смыслообразование, т.е. установление связи между целью учебной

ента.	«Основы планирования времени» (ч. 2 «Методы тайм-менеджмента» (методика «5 пальцев», метод «Парео», метод «Эйзенхауэра»)). 3. Рефлексия занятия.		свободная ориентация и восприятие научного стиля	усвоено и что еще нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения, оценка результатов работы	поиске и сборе информации	деятельности и ее мотивом. Нравственно-этическая ориентация и оценивание содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор
Модуль 6. Выбираю профессию						
Командная работа	1. Упражнение «Набираем команду специалистов» 2. Мультимедийная презентация «Роли в команде». 3. Рефлексия занятия.	1	Осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной форме. Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий	Целеполагание как постановка задачи. Планирование-определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата	Постановка вопросов – инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации. Планирование сотрудничества со сверстниками	Смыслообразование, т.е. установление связи между целью учебной деятельности и ее мотивом. Нравственно-этическая ориентация и оценивание содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор

Есть в мире множество профессий	1. Упражнение «Отгадай профессию» (по характеристике) 2. Упражнение «Профессионал (Пресс-конференция со звездой)» 3. Рефлексия занятия.	1	Самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели; структурирование знаний; осознанное и произвольное построение речевого высказывания	Оценка – выделение и осознание того, что уже усвоено и что еще нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения, оценка результатов работы	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации	Нравственно-этическая ориентация и оценивание содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор
Кем быть?	1. Мультимедийная презентация «Атлас новых профессий». 2. Опросник профессиональной готовности Кабардовой. 3. Тест на профориентацию «Кем работать?». 4. Тест «Определение типа будущей профессии». 5. Рефлексия занятия.	1	Определение основной и второстепенной информации; свободная ориентация и восприятие научного стиля	Оценка – выделение и осознание того, что уже усвоено и что еще нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения, оценка результатов работы	Постановка вопросов – инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации	Нравственно-этическая ориентация и оценивание содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор

Модуль 7. Я - подарок						
Самоотн ошение	1. Приветствие «Комплимент соседу». 2. Методика «Свойства личности» 3. Тест «Самооценка» по Дембо-Рубинштейн. 4. Упражнение «Ищу друга». 5. Рефлексия занятия.	1	Самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели; структурирование знаний; осознанное и произвольное построение речевого высказывания	Целеполагание как постановка учебной задачи на основе того, что уже известно и усвоено, и того, что еще неизвестно	Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации	Нравственно-этическая ориентация и оценивание содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор
Самоцен ность	1. Упражнение «Что я даю своему классу». 2. Медитация «Я-это Я». 3. Упражнение «Волшебный магазин». 4. Упражнение «Я благодарен за...» 5. Упражнение «Пожелание». 6. Рефлексия занятия.	1	Осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной форме. Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий	Целеполагание как постановка задачи. Планирование-определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата	Постановка вопросов – инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации. Планирование сотрудничества со сверстниками	Нравственно-этическая ориентация и оценивание содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор

Учебно – методическое и материально – техническое обеспечение программы

1. Аудитория для групповых занятий.
2. Персональный компьютер (ноутбук), мультимедийный проектор/ телевизор.
3. Тематические опросники (см. приложение), бланки для работы с ними.
4. Реквизит для упражнений (см. приложение).
5. Видеофильм «4 ключа к твоим победам» Общероссийской общественной организации «Общее дело» - <https://общее-дело.рф/43846/>.
6. Мультимедийные презентации: «Основы планирования времени», «Команда. Роли в команде».
7. Бумага формата А1, А4.
8. Шариковые ручки, цветные карандаши, фломастеры.

Список литературы

1. Бельницкая, Е.А. Мотивы и факторы выбора профиля обучения сельскими и городскими школьниками / М.: 2007. - № 6.
2. Горячева, Е.Д. Профильное обучение как проблема управления развитием региональной системы образования / М.: 2005. – № 12.
3. Зеер, Э.Ф. Профориентология: Теория и практика: учебное пособие / Э.Ф.Зеер, А.М.Павлова, Н.О.Садовникова. М.: Академический проезд; Екатеринбург: Деловая книга, 2004.
4. Кухарчук, А.М. Человек и его профессия: учебное пособие / А.М.Кухарчук. – Мн., Современное слово, 2006.
5. Луцевич, Л.В. Психолого-педагогическое сопровождение формирования готовности старшеклассников к профессиональному самоопределению: от теории к практике / М.: 2006.
6. Немова, Н.В. Управление системой профильного обучения в школе / Н.В.Немова. –М.:“Сентябрь”. – 2006.
7. Пальчик, Г.В. Организационно-управленческие аспекты профильного обучения: результаты мониторинговых исследований / М.: 2007. - № 6.
8. Прошицкая. Е.Н. Выбирайте профессию: учеб. пособие для ст. кл. сред. шк. / Е.Н.Прошицкая. – М.: Просвещение, 1991.
9. Резапкина, Г.В. Отбор в профильные классы / Г.В. Резапкина. – М.: Генезис, 2005.
10. Резапкина, Г.В. Секреты выбора профессии, или Путеводитель выпускника / Г.В. Резапкина. – М.: Генезис, 2005.

11. Тесты для выбирающих профессию / сост. А.М. Кухарчук, В.В. Лях, С.Г. Макарова. – Мн.: «Соврем. Слово», 2005.
12. Хаткевич, О.А. Профессиональная ориентация учащихся / О.А. Хаткевич. – Мн.: ИООО «Красико-Принт», 2004.
13. Хвостов, В. Предпрофильная подготовка и профессиональная ориентация должны идти одновременно / В.Хвостов // Директор школы. – 2006. - № 6 – с. 83-85.
14. Чистякова С. Профессиональная ориентация школьников на этапе перехода к профильному обучению / С.Чистякова // Народное образование. – 2006. - № 9.

Информационные ресурсы:

<http://nsportal.ru/shkola/vneklassnaya-rabota/library/programma-po-proforientatsii-moi-vybor>

http://nveduga2411.narod.ru/prof_orient.htm

http://school-3312007.narod.ru/uhebn_pro_regim_proforientaciay.html

<http://school347.ru/2011-02-24-19-00-51/34-2011-02-24-19-11-07/115-2011-02-24-19-07-00.html>

<http://www.proforientator.ru/tests/po-demo/po-demo.php>

<http://www.proforientator.ru/tests/po-demo/po-demo.php>

<http://www.zhenskie-sekrety.ru/pages/testy/vybor-professii-t.htm>

<http://www.profguide.ru/>