

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Добринская основная общеобразовательная школа имени Спиридонова  
Николая Семеновича»**

**ПРИНЯТО**

на заседании педагогического совета  
МБОУ «Добринская ООШ  
им. Спиридонова Н.С.».  
Протокол №1 от 28.08.2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

директором МБОУ «Добринская ООШ  
им. Спиридонова Н.С.».  
Насим М.В.  
Приказ №178 от 28.08.2024 г.

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности  
«Профессиональные пробы»**

Разработчик: педагог-психолог  
МБОУ «Добринская ООШ  
им. Спиридонова Н. С.»  
Прокопова Валентина Сергеевна

п. Тростники  
2024 г.

## **Раздел 1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА**

### **Личностные результаты:**

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и само- образованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- готовность и способность к осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным по- ступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образователь- ной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

- развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

#### Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

#### Предметные результаты:

- понимание основных принципов жизни общества, роли окружающей среды как важного фактора формирования качеств личности, ее социализации;
- приобретение теоретических знаний и опыта их применения для адекватной ориентации в окружающем мире, выработки способов адаптации в нем, формирования собственной активной позиции в общественной жизни при решении задач в области социальных отношений;

- развитие умения чувственно-эмоционально оценивать гармоничность человеческих взаимоотношений;
- развитие эстетического, эмоционально-ценостного видения окружающего мира;
- развитие умения управлять своими эмоциями;
- осознание взаимосвязи между своим интеллектуальным и социальным ростом, способствующим духовному, нравственному, эмоциональному, творческому, этическому и познавательному развитию.

## **Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **Тема 1. Все об эмоциях**

Эмоции – что это. Функции эмоций. Виды эмоций. Где живут эмоции. Физиология эмоций. Что влияет на эмоции. Особенности эмоций. Валентность. Интенсивность. Базовые эмоции: понятия, классификации.

### **Тема 2. Мимика и эмоции**

Что такое мимика. Основы понимания мимики. Использование мимики. Анализ мимики. Феномен эмоционального заражения. Мимические проявления эмоций. Микровыражения и микромимики.

### **Тема 3. Управление эмоциями**

Эмоциональный процесс. Классификация эмоциональных процессов. Причины возникновения различных эмоциональных процессов. Методы борьбы с негативными эмоциями. Техники управления эмоциями. Как использовать эмоции для развития, для жизни и для учебы. Фиксация эмоций.

### **Тема 4. Практическая работа в рамках пришкольного лагеря «Дети детям».**

Этика вожатого. Периодизация смены. Режимные моменты организации детского отдыха. Основы безопасности жизнедеятельности. Основные формы и виды работы с отрядом.

### **Раздел 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование темы</b>	<b>Количество часов</b>
1	Все об эмоциях.	8
2	Мимики и эмоции.	6
3	Управление эмоциями.	6
4	Практическая работа в рамках пришкольного лагеря «Дети детям».	10
5	Экскурсии в образовательные организации Калининградской области.	4
<b>Итого</b>		<b>34</b>