



## **Пояснительная записка**

Актуальность и назначение программы

Варианты реализации программы и формы проведения занятий

Взаимосвязь с программой воспитания

Особенности работы педагога по программе

## **Содержание элективного курса**

Кто выбирает? Выбор, ответственность. постановка и осознание целей

Кому это нужно? Авторство выборов. Манипуляции

Что мне предстоит выбрать? профессия. Образ жизни. выбор в стрессе.

Свобода выбора.

## **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

Личностные результаты

Метапредметные результаты

Предметные результаты

## **Тематическое планирование**

## **Приложения**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Актуальность и назначение программы.** Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения программы основного общего образования с учетом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всем пространстве школьного образования: не только на уроке, но за его пределами.

Рабочая программа факультативного курса составлена на основе авторской программы «Психология и выбор профессии» Г.В. Резапкиной, 2014г. и программой проблемно-ориентированного элективного курса «Я выбираю».

Актуальность и необходимость программы обусловлена тем, что болевые точки современного общества не в последнюю очередь связаны с молодым поколением. Таких проблем много:

- распространение среди молодежи зависимых форм поведения;
- низкая мотивация девушек и юношей к обучению;
- падение ценности семьи и деторождения;
- увеличение частоты различных форм девиантного поведения и психических нарушений;
- растет доля выпускников ВУЗов неработающих по специальности и др.

Перечисленные проблемы связаны темой выбора. Превенция зачастую оказывается единственно возможной формой помощи молодому человеку, если предупреждает его об опасности, помогает разобраться в трудных жизненных обстоятельствах. В настоящее время психолого-педагогическая работа проводится в разных подходах: интеллектуальном, эмоциональном, поведенческом, навыковом, социальном. Данная программа разработана в рамках ценностного подхода.

Одним из приоритетных направлений современного воспитания в условиях модернизации является подготовка школьника к осознанному выбору, так как возросшие требования современного общества и высокотехнологичного производства к уровню осознанности, самостоятельности, профессиональной подготовки кадров актуализируют проблемы осознанности и самостоятельности жизненных выборов. Согласно п.6 ФГОС портрет выпускника основной школы ориентирован на становление личности, осознающей ценность труда, науки и творчества, важность образования и самообразования для жизни и деятельности, способной применять полученные знания на практике, ориентирующейся в мире профессий, понимающей значение профессиональной деятельности для человека в интересах устойчивого развития общества и природы. Жизнь современного общества стремительно меняется и требует от выпускника совершенно новых компетенций. Необходима помощь в профессиональном самоопределении. Профессиональное самоопределение – это

процесс и результат сознательного и самостоятельного выбора профессии. Поэтому в школе создан и реализуется более современный подход к профориентации школьников. Чем вызвана необходимость нового подхода? Мир профессий быстро меняется. Растет конкуренция на рынке труда. Повышаются требования к уровню профессионализма. Обучающиеся нуждаются в поддержке со стороны взрослых, психолого-педагогическом сопровождении, совместной деятельности школы, семьи, социума.

Недостаточная сформированность мотивов саморазвития личности школьника и ее готовности к выбору будущей профессии - важная проблема, которую необходимо решать, не откладывая. Поэтому одна из главных задач школы на сегодняшний день - подготовить ученика (а затем и выпускника школы) к выбору и реализации дальнейшего варианта продолжения образования и к последующему профессиональному самоопределению. Для этого необходимо сформировать у школьников социально значимые внутренние (психологические) регуляторы поведения и деятельности в связи с выбором профессии; создавать внешние и внутренние условия социально ценной активной деятельности в профессиональном самоопределении. Профессиональное самоопределение - процесс развития личности, внутренним содержанием которого является формирование системы знаний о мире труда, положительной трудовой направленности, практических умений и навыков в общественно значимой деятельности. Согласно И.С. Кону, профессиональное самоопределение начинается далеко в детстве и заканчивается в ранней юности, когда уже необходимо принять решение, которое повлияет на всю дальнейшую жизнь человека. В современных условиях профессиональное самоопределение предполагает выбор карьеры, сферы приложения и саморазвития личностных возможностей, а также формирование осознанного отношения личности к социокультурным и профессионально-производственным условиям. Поэтому необходимо обучать детей осознанному выбору и совершенствовать профориентационную работу в школе, привести ее в соответствие с требованиями времени.

**Цель программы:** повышение степени осознанности и самостоятельности жизненных выборов, совершаемых старшеклассниками, что будет способствовать уменьшению зависимых форм поведения, повышению ценности семьи, мотивации к обучению, способствующей профессиональному самоопределению выпускников школы в соответствии с желаниями, способностями, индивидуальными особенностями, и с учетом социокультурной и экономической ситуации.

#### **Задачи:**

1. Формирование психологической готовности к отказу от любых форм зависимого поведения.
2. Освоение психологических техник и приемов, повышающих качество совершаемых выборов.
3. Сформировать умение выстраивать профессионально-жизненный путь в соответствии с интересами, склонностями, способностями, а также прогнозируемым спросом на современном рынке труда.

Основное внимание обращается на формирование профессионально важных качеств в избранном виде деятельности, оценку и коррекцию профессиональных планов; знакомство со способами достижения результатов в профессиональной деятельности, самоподготовки к избранной профессии. Система отслеживания полученных знаний, умений и навыков, проводится по единой системе для всех возрастных групп: через систему разработанных тестов, практические задания, игровые упражнения. Новизна программы заключается в разработанной системе профориентационной работы, которая позволяет поэтапно давать знания обучающимся, учитывая возрастные особенности и ведущий вид деятельности, что в итоге позволит сделать правильный профессиональный выбор. Отличительной чертой программы является то, что в процессе обучения по программе, обучающиеся старшей школы осуществляют профессиональные пробы по различным профессиям. Это помогает им соотнести свои индивидуальные особенности с требованиями, которые предъявляет интересующая их профессия, в непосредственной профессиональной деятельности.

### **Варианты реализации программы и формы проведения занятий.**

Рабочая программа «Я выбираю» для 11 класса – на 34 часов в год, по 1 часу в неделю.

В рамках учебных занятий предусмотрены такие формы проведения занятий как беседы, обсуждения, дискуссии, мозговые штурмы, решения кейсов, упражнения на отработку организаторских навыков, коммуникативные и деловые игры, самостоятельная работа школьников, индивидуальные консультации педагога. Кроме того, формы занятий предполагают сочетание индивидуальной и групповой работы школьников, предоставляют им возможность проявить и развить свою самостоятельность.

### **Взаимосвязь с программой воспитания.**

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учетом рекомендаций примерной программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать ее не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребенка. Это проявляется:

- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших свое отражение и конкретизацию в примерной программе воспитания;
- в высокой степени самостоятельности старшеклассников в совместной социально- значимой деятельности, что является важным компонентом воспитания ответственного гражданина своей страны;
- в ориентации обучающихся на подчеркиваемую программой воспитания социальную значимость реализуемой ими деятельности;
- в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлеченность в совместную с педагогом и другими детьми деятельность

и возможность образования на ее основе детско-взрослых общностей, ключевое значение которых для воспитания подчеркивается примерной программой воспитания.

### **Особенности работы педагога по программе.**

На каждом этапе своей работы школьник вправе рассчитывать на помощь педагога. А педагог должен быть готов такую помощь оказать. Данный курс носит практико-ориентированный и личностно-ориентированный характер. Обсуждение большинства тем с обучающимися ведется на основе их личного опыта, их особенностей. Педагогу очень важно учитывать личностные особенности, внимательно относиться к индивидуальности каждого обучающегося. В том случае, если возникает риск психологической травматизации, конфликта, неготовности обучающегося к рефлексии следует изменить подход к обсуждению темы, сделать его более абстрактным и не оказывать давления на обучающегося. То же самое в полной мере относится ко всем практическим упражнениям, используемым в курсе.

# СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

## Раздел 1. Кто выбирает? (12 ч)

Понятие выбора и его компоненты: кто выбирает, что выбирает и как собственно этот выбор происходит. На примере известных литературных героев события жизни рассматриваются как последовательность жизненных выборов. Реальные выборы обучающихся анализируются по схеме: самостоятельность выборов, прогнозируемая длительность его следствий, осознанность и понимание, причины и цель выбора. Рефлексивные задания на оценку авторства выборов и примеры псевдовыборов. Понятие ответственности как необходимость и обязанность отвечать за свои действия и поступки. Человек безответственный является инфантильным и становится жертвой манипуляций и склонен к зависимому поведению. Пути передачи и психологические выгоды принятия и снятия ответственности. Целевой компонент выбора. Методики самостоятельной постановки цели. Возможности рефлексивного анализа целей при выборе вариантов решений.

## Раздел 2. Кому это нужно? (12 ч)

Получение представления о манипуляциях и целях воздействия на человека. анализ личных зон риска. Цель воздействия на человека. ситуации психологических ловушек. Способы воздействия на психику человека. Умение отличить манипуляции от совместных выборов. Знания о типичных манипуляциях сектантов и распространителей наркотиков. Освоение правил безопасного поведения с ними. распознавания скрытых манипулятивных посланий. формирование представления о линиях саморазвития как средства противостояния манипуляции и дороги к самостоятельным выборам жизни.

Манипулятивное воздействие в ситуациях выборов (Кому это нужно?) на примере манипуляций сектантов и распространителей наркотиков. Рефлексивный анализ мишеней для манипуляций, целей манипуляторов и собственных зон риска. Схема безопасного поведения с манипуляторами. Навыки переводов скрытых посланий. Основные линии саморазвития, позволяющие делать правильные выборы. типичные примеры манипуляций в группе сверстников.

Подвести к осознанию настоящего авторства выборов. Различные ограничения выборов – юридические, экономические, социальные, психофизиологические, экзистенциальные.

Психологические опасности вовлечения в секту. Типичные формы воздействия на человека. Развитие критического мышления как средства свободы.

Цели распространителей наркотиков и типичные манипуляции. Типичные заблуждения о зависимом поведении.

### **Раздел 3. Что мне предстоит выбрать? (12 ч)**

Какие важные выборы мне необходимо сделать в ближайшее время? Рефлексия заданных возрастом и социальной ситуацией выборов.

Как я выбираю? почему именно это выбираю? Ознакомление с процессуальными характеристиками выбора. Опыт рефлексии мотивов.

Какие следствия моего выбора? Развитие умения прогнозировать результат. повышение осознанности собственных мыслей и действий в ситуациях выборов.

Как сделать нужный выбор в трудной жизненной ситуации? психологический навык оценки ресурсов и условий в ситуациях выбора. Оценка эффективности собственных стратегий и моделей поведения. Опыт психологической оценки ситуаций, ограничивающих возможность выбора. Рефлексия внутренних выборов и осознание их неограниченности внешними условиями.

Возрастные задачи самоопределения как необходимость совершения выборов. Выборы в значимых жизненных ситуациях. Выбор профессии. процессуальный анализ различных видов выборов. Внутренние и внешние мотивы выборов. анализ ресурсов при совершении выбора. психологическое прогнозирование его следствий. Предопределенность и субъектность значимых жизненных выборов. Выбор в трудных жизненных ситуациях. Виды трудных жизненных ситуаций. Эффективные и неэффективные стратегии совладания и их выбор. Неограниченность внутренних выборов человека.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижений школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

### **Личностные результаты:**

*В сфере гражданского воспитания:* готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении;

*В сфере патриотического воспитания:* осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к исследованию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России, к истории и современному состоянию российских гуманитарных наук;

*В сфере духовно-нравственного воспитания:* ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора, возникающих в процессе реализации проектов или исследований, осознание важности морально-этических принципов в деятельности исследователя; готовность в процессе работы над проектом или исследованием оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков; свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства;

*В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:* осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья, способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели; умение принимать себя и других, не осуждая; умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием;

сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

*В сфере трудового воспитания:* осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей.

*В сфере экологического воспитания:* ориентация на применение знаний из гуманитарных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды.

*В сфере адаптации к изменяющимся условиям социальной и природной среды:* освоение социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональной деятельности, а также в рамках социального взаимодействия с людьми из другой культурной среды; способность действовать в условиях неопределенности, повышать уровень своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, осознавать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других; навык выявления и связывания образов, способность формирования новых знаний, в том числе способность формулировать свои идеи, понятия, гипотезы об объектах и явлениях, в том числе ранее не известных, осознавать дефициты собственных знаний и компетентностей, планировать свое развитие; умение оценивать свои действия с учетом влияния на окружающую среду, достижений целей и преодоления вызовов, возможных глобальных последствий.

### **Метапредметные результаты:**

*В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями:* выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений); устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа; выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи; выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях; самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи; формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, самостоятельно устанавливать искомое и данное; формировать гипотезу об истинности собственных суждений и суждений других, аргументировать свою позицию, мнение; прогнозировать возможное дальнейшее

развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах; применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учетом задачи; выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления; находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках.

*В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями:* воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения; выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах; распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры; понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения; в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения; сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций; публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта); самостоятельно выбирать формат выступления с учетом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов; понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи; принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы; уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться, планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнений, «мозговые штурмы» и иные); выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды; оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия; сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчета перед группой.

*В сфере овладения универсальными учебными регулятивными действиями:* выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях; ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в

группе, принятие решений группой); самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи с учетом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений; составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учетом получения новых знаний об изучаемом объекте; делать выбор и брать ответственность за решение; владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии; давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения; учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам; объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации, вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей; оценивать соответствие результата цели и условиям; различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других; выявлять и анализировать причины эмоций; ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого, регулировать способ выражения эмоций; осознанно относиться к другому человеку, его мнению; признавать свое право на ошибку и такое же право другого; принимать себя и других, не осуждая;

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Темы	Основное содержание	Деятельность школьников
<b>Раздел 1</b> <b>Кто выбирает? (12 ч)</b>		
<b>Что такое выбор? (2ч)</b>	Дать понятие выбора и его компонентов; показать жизненный путь человека как цепочку его выборов; заинтересовать обучающихся темой курса. Подведение итогов занятия.	Дается задание составить список основных событий жизни. Затем эти события представить в виде жизненных выборов. Дискуссия на тему выбора жизненного пути
<b>Какие я делал выборы в своей жизни? (2ч)</b>	Шеринг, рефлексия прошедшего с последнего занятия. Рассмотреть и проанализировать реальные жизненные выборы обучающихся. Наметить основные линии изучения выборов человека и структуры их самоанализа (субъект выбора, процессуальные характеристики выбора, объект выбора). Обсуждение результатов упражнений.	В рамках рефлексивного практикума реальные выборы реальные выборы школьников анализируются по схеме: самостоятельность, длительность следствий, осознанность, причины, цель, откуда пришел выбор.
<b>Как я выбираю? (2)</b>	Понятие о субъекте выбора. Рефлексивные задания на оценку авторства выборов. Примеры псевдовыборов. Приводятся примеры решений, которые кажутся результатом выбора, а на самом деле выбор отсутствовал.	Ролевая игра на тему псевдовыборов. в виде шоу, в котором педагог-ведущий, один человек – герой, остальные зрители, имеющие право голоса.
<b>Кто отвечает? (2ч)</b>	Понятие ответственности. Ответственность как необходимость и обязанность отвечать за свои действия и поступки. Мера	Игровая форма научной телевизионной передачи «Научные группы» пытаются раскрыть эти темы для своих

	<p>ответственности. необходимость ответственности. Тяжесть ответственности. Пути и способы ее присвоения и передачи. Психологические выгоды принятия и снятия ответственности.</p>	<p>родителей, друзей, малышей, людей будущего...</p>
<p><b>Зачем мне это? (2ч)</b></p>	<p>Целевой компонент выбора. Выбор профессионального будущего. Целеустремленность человека. Методики самостоятельной постановки целей или их осознание. Возможности рефлексивного анализа целей при выборе вариантов решения.</p>	<p>Игра-диалог:– Давай сделаем это...– А для чего... Разбор примера выбора с точки зрения анализа целей.</p>
<p><b>Итоговое диагностическое (2ч)</b></p>	<p>Подведение итогов. Обобщение и систематизация изученных вопросов. Беседа обобщающего характера по основным вопросам раздела: Кто выбирает? С какой целью выбирает? Кто и что влияет на меня при выборе? Зачем мне это?</p>	<p>Анализ выборов известных литературных героев по схеме: авторство выбора, осознанность и эмоциональность, влияни е на выбор, личное отношение к выбору героя.</p>

<b>Раздел 2</b> <b>Кому это нужно? (12 ч)</b>		
<b>Когда выбирают за меня (2ч)</b>	Осознание настоящего авторства выборов. Формирование позитивного отношения к родительским выборам. Оценка их уместности, правоты и необходимости, граней допустимости. Копилка прав обучающихся. копилка родительских перегибов. Проект «Закона об ограничении прав родителей». Программа по формированию позитивного отношения к родительским выборам. Соавторство выборов. Ограничение выборов человека. Экзистенциальные ограничения	Работа в группах по формированию проекта закона. Упражнение «Я не могу...»
<b>Кто такие манипуляторы? (2ч)</b>	Понятие о манипуляции. представление о манипуляциях и целях воздействия на человека. Ситуации психологических ловушек. примеры манипулятивного поведения. Способы воздействия на психику человека.	Список людей, которые живут за счет манипуляций с обозначением их цели. Психологические переводы скрытых посланий.
<b>Как на меня можно воздействовать (2ч)</b>	Психологические мишени, используемые для оказания влияния на человека. Анализ личных зон риска. Качества и линии саморазвития, способные снизить риск стать жертвой манипуляции. Скрытые механизмы управления другим человеком. Приемы манипуляций: нарушение личного пространства, резкое изменение темпа беседы, раздражающие высказывания, введение в заблуждение, клевета, различные виды шантажа, преувеличенная демонстрация своей слабости или доброты.	Обучающиеся приводят примеры как можно добиться от другого сделать так как тебе нужно. Разрабатывают модели защиты от мишеней.
<b>Что нужно от меня</b>	Психологические опасности	Старшеклассники дают

<p><b>сектантам? (2ч)</b></p>	<p>вовлечения в секту. Феномен деструктивных культов представляет собой криминальную реализацию современных возможностей практической психологии. Искажения психики сектантов. модели их первичных бесед. типичные формы воздействия на сознание человека. Психологические «мишени» на которые воздействуют сектанты. Развитие критического мышления. Техники прекращения мышления. Правила безопасного поведения с представителями сект.</p>	<p>пояснения приемам контроля сектами своих членов. Ролевые игры– сцены бомбардировки лестью. Практическая отработка навыка опознания ситуации манипулирования.</p>
<p><b>Кто и зачем предлагает наркотики и алкоголь. (2ч)</b></p>	<p>Цели распространения наркотиков. Типичные манипуляции и правила поведения. Как внешние причины поведения отличаются от истинных? Правила отслеживания скрытых манипуляций продавцов наркотиков. Психологический портрет зависимого человека. Типичные заблуждения о зависимом поведении, выполняющие роль психологических ловушек.</p>	<p>Практическая отработка навыка опознания ситуации манипулирования.</p>
<p><b>Итоговое диагностическое. (2ч)</b></p>	<p>Обобщение и систематизация изученных вопросов. Когда выбирают за меня? Кто такие манипуляторы?</p>	<p>Игра «Поговори со мной»</p>



**Раздел 3.**  
**Что мне предстоит выбрать? (10ч)**

<p><b>Какие важнейшие выборы мне необходимо сделать в ближайшее время? (2ч)</b></p>	<p>Возрастные задачи самоопределения как необходимость сделать выбор. Особенности и задачи возрастного развития. Реальные затруднения в процессе самоопределения. Система критериев для выбора профессии. Другие плоскости выборов – мир ценностей, мир отношений, образ жизни. Методика проектирования шагов достижений. Выборы в процессе обучения. Оценка отсроченных последствий профессионального выбора.</p>	<p>Дискуссия на тему «Ценности, дающие счастье» Самостоятельная работа на тему – критерии, на основании которых выбирают профессию. Задание «Рабочий день через 10 лет».</p>
<p><b>Как я выбираю? (1ч)</b></p>	<p>Процессуальные характеристики выборов. Схема рефлексивного анализа собственного выбора. Осознание внутренних мотивов, влияющих на совершение выбора. Анализ условий выбора. Внешние условия, внутренние ресурсы, прогнозирование следствий и их вариантов.</p>	<p>Работа со схемой принятия решения.</p>
<p><b>Какое будущее я бы выбрал? (2ч)</b></p>	<p>Методика психологической самодиагностики устремленности в будущее. Значимость и реальность выборов стиля и образа жизни. Различные варианты жизни человека по целям. Представления о приоритете ценностно-смысловых выборов и их влиянии на всю жизнь человека.</p>	<p>Ролевая игра «Два варианта жизни» Блиц опрос «Главные ценности человека»</p>

<b>Как сделать нужный выбор в трудной жизненной ситуации.(2ч)</b>	Представления о трудных жизненных ситуациях и их видах.Объективные и субъективные трудности. Возможности и ограничения в трудных жизненных ситуациях. Заданность и творчество выборов в трудных жизненных ситуациях. Эффективные и неэффективные стратегии совладания в трудных жизненных ситуациях.	Работа с таблицей «Список стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями»
<b>Бывают ли выборы абсолютно свободными? (2ч)</b>	Предопределенность и субъективность значимых жизненных выборов.Психологические перспективы и опасности позиции «изменить то, что изменить нельзя». Принятие и смирение.Свобода человека. внешние границы несвободы. Неограниченность внутренних выборов.	Общая картина «Яне могу изменить»
<b>Итоговое диагностическое. (1ч)</b>	Обобщение и систематизация изученных вопросов.	Итоговая диагностика.

### Календарно- тематическое планирование

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения: план и факт. 11А
---------	------------	--------------	-----------------------------------

#### *Раздел 1 Кто выбирает? (12 ч)*

1	Что такое выбор.Понятие о выборе	1 час	6.09
2	Что такое выбор.Понятие о выборе	1 час	13.09
3	Какие я делал выборы в своей жизни?	1 час	20.09

4	Какие я делал выборы в своей жизни?	1 час	27.09
5	Как я выбираю? Знакомство с процессуальными характеристиками выборов	1 час	4.10
6	Как я выбираю? Знакомство с процессуальными характеристиками выборов	1 час	11.10
7	Кто отвечает? Присвоение и передача ответственности.	1 час	18.10
8	Кто отвечает? Присвоение и передача ответственности	1 час	25.10
9	Зачем мне это? Постановка и осознание целей.	1 час	8.11
10	Зачем мне это? Постановка и осознание целей	1 час	15.11
11	Итоговое диагностическое занятие	1 час	22.11
12	Итоговое диагностическое занятие	1 час	29.11

*Раздел 2  
Кому это нужно? (12ч)*

13	Когда выбирают меня?	1 час	6.12
14	Когда выбирают меня?	1 час	13.12
15	Кто такие манипуляторы?	1 час	20.12
16	Кто такие манипуляторы?	1 час	27.12
17	Как на меня можно воздействовать? Анализ личных зон риска	1 час	10.01
18	Как на меня можно воздействовать? Анализ личных зон риска	1 час	17.01
19	Знакомство с типичными манипуляциями сектантов и правилами безопасного поведения с ними.	1 час	24.01
20	Знакомство с типичными манипуляциями сектантов и правилами безопасного поведения с ними.	1 час	31.01
21	Знакомство с типичными манипуляциями распространителей наркотиков и	1 час	7.02

	правилами безопасного поведения с ними.		
22	Знакомство с типичными манипуляциями распространителей наркотиков и правилами безопасного поведения с ними.	1 час	14.02
23	Итоговое диагностическое занятие	1 час	21.02
24	Итоговое диагностическое занятие	1 час	28.02

*Раздел3.  
Что мне предстоит выбрать?  
(10ч)*

25	Важные выборы в ближайшее время	1 час	6.03
26	Важные выборы в ближайшее время	1 час	13.03
27	Как я выбираю?	1 час	27.03
28	Как я выбираю?	1 час	3.04
29	Какое будущее я бы выбрал?	1 час	10.04
30	Какое будущее я бы выбрал?	1 час	17.04
31	Выбор в трудной жизненной ситуации. Стратегии совладания	1 час	24.04
32	Бывают ли выборы абсолютно свободными?	1 час	8.05
33	Бывают ли выборы абсолютно свободными?	1 час	15.05
34	Итоговое диагностическое занятие	1 час	22.05

**Перечень цифровых образовательных ресурсов**

№ п/п	Название	Сайт
1.	Федеральный портал. Российское образование	<a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a>
2.	Официальный сайт издательства «Просвещения»	<a href="http://www.prosv.ru/">http://www.prosv.ru/</a>
3.	Издательский дом «Первое сентября»	<a href="http://1september.ru/">http://1september.ru/</a>
4.	Российская психология	<a href="http://rospany.ru">rospany.ru</a>
5.	Психологическая газета	<a href="http://psy.su">psy.su</a>

6.	Сеть творческих учителей	<a href="http://www.it-n.ru/">http://www.it-n.ru/</a>
7.	Сеть творческих учителей. Библиотека методик проведения уроков и готовых учебных проектов	<a href="http://www.it-n.ru">http://www.it-n.ru</a>
8.	Федеральный институт педагогических измерений	<a href="http://www.fipi.ru/view">http://www.fipi.ru/view</a>
9.	Информационно-коммуникационные технологии в образовании	<a href="http://www.ict.edu.ru/">http://www.ict.edu.ru/</a>
10.	Сеть творческих учителей	<a href="http://www.it-n.ru/">http://www.it-n.ru/</a>
11.	Уроки.Net	<a href="http://www.uroki.net/docinf.htm">http://www.uroki.net/docinf.htm</a>
12.	Официальный сайт ЕГЭ	<a href="http://www.ege.edu.ru/">http://www.ege.edu.ru/</a>
13.	Российская государственная детская библиотека:	<a href="http://www.rgdb.ru/catalogs">http://www.rgdb.ru/catalogs</a>

