Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Михайловская средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза А.К. Скрылёва»

Красноярский край, Ужурский район, с. Михайловка, ул. Школьная, 1 Б

Сайт: moumix.ru Телефон: 3915636138

Электронная почта: moumix@mail.ru

Руководитель учреждения: Боркевич Светлана Егоровна

Руководитель практики: Жукова Надежда Васильевна, педагог-психолог

(Пяткина Л.Н., учитель обществознания;

Трофимова И.Л., классный руководитель)

Контактное лицо: Жукова Надежда Васильевна

Номинация: Программа элективного курса, курса внеурочной деятельности социального педагога, педагога-психолога, направленного на развитие индивидуальных ресурсов обучающегося.

Наименование практики: «Психология успеха».

С. Михайловка

2024 г.

Содержание

Раздел 1. «Актуальность».

Раздел 2. «Содержание и организация работы. Результативность практики».

Раздел 3. «Практические разработки, иллюстрирующие содержание практики».

**Раздел 1. «Актуальность».**

Описание практики (программы)

Старший школьный возраст – это тот уникальный период, в котором наиболее эффективно происходит обучение основным поведенческим стратегиям, приводящим впоследствии к успешной самореализации, наиболее полному раскрытию интеллектуального и творческого потенциала личности.

Данный курс рассматривает вопросы, относящиеся к самопознанию, самосовершенствованию. Обучающиеся получат возможность обучиться широкому ряду личностных и социальных навыков и приложению этих навыков к конкретным ситуациям. Изучая методики, обучающиеся смогут применить эти умения в жизни. Темы, рассматриваемые в рамках данного курса, сочетаются таким образом, что полученные обучающимися теоретические знания дополняются элементами психологического практикума, анализом ситуаций, получением обратной связи. Данный курс поможет обучающимся удовлетворить потребности в самопознании, поможет узнать, что такое психология, конфликтология. Поможет научиться понимать себя и свое окружение, как устанавливать живой контакт в личном и деловом общении, научит управлять собой в ситуации выбора, овладеть элементарными приемами саморегуляции и психологической помощи. Научит навыкам эффективного социального взаимодействия, поможет в становлении личного и профессионального самоопределения.

Следствием проведения курса станут непосредственные и отсроченные во времени результаты.

Непосредственные результаты выражаются в овладении навыками практического самопознания и углублении знаний о своих психологических ресурсах.

Ввиду того, что процесс самоопределения не детерминируется временем обучения в школе, то прогностически результатом работы можно считать готовность и психологическую обеспеченность готовности к позитивной жизненной самореализации, успешную социализацию выпускников школы.

**Цель курса:**

* создание условий для накопления личностных ресурсов для конструктивного подхода к осознанному выбору жизненного пути и успешной социализации после окончания школы.

**Задачи курса:**

* актуализация и активизация процесса исследования собственных личностных ресурсов, необходимых для успешного жизненного самоопределения,
* повышение психологической компетентности обучающихся через расширение и углубление знаний о своей индивидуальности,
* прояснение перспективы будущего,
* осмысление старшеклассниками своих жизненных ценностей,
* формирование практических навыков применения полученных знаний в жизни,
* формирование готовности брать на себя ответственность за свой выбор.

Курс рассчитан на и предназначен для обучающихся 10 класса.

Методическое обеспечение курса:

1. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте.М.:1968.
2. Вагин И.О. Как стать первым. Практический коучинг по-русски/И.Вагин, А.Глущай.-М.:ООО «Издательство АСТ»: «Издательство Астрель»: ЗАО НПП «Ермак» 2003.-288 с.
3. Вехова А.П., Кузибецкий А.Н. Жизненное самоопределение старшеклассников: педагогические условия развития. Волгоград: ВГИПК РО,2003.
4. Гинзбург М.Р. Психологическое содержание личностного самоопределения//Вопросы психологии. 1994.№ 3.С.17-21.
5. Голованова Н.Ф. Социализация школьников как явление педагогическое// Педагогика.1998.№ 5.С.42-46.
6. Дереклеева Н.И. Модульный курс учебной и коммуникативной мотивации учащихся или Учимся жить в современном мире. – М.:ВАКО,2004.-122 с.- (Педагогика. Психология. Управление).
7. Загашев И. Как решить любую проблему. - СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК,2001.-128 с. (Серия «Школа мастера».)
8. Игры-обучение, тренинг, досуг./Под ред.В.В Петрусинского//В четырёх книгах. - М.:Новая школа,1994.-368 с.
9. Истратова О.Н., Эсказуто Т.В. Справочник психолога средней школы/серия «Справочники». - Ростов на/Д: «Феникс»,2003.-512с.
10. Лабиринты психологии. Под ред. Трушковой С.В.-М.:Издат. отдел УНЦ ДО МГУ,1996.-168 с.
11. Мнацаканян Л.И. Личность и оценочные способности старшеклассников.- М.:Просвещение,1991.-191 с.
12. Обозов Н.Н. Психология субъекта познания. СПб., Школа практической психологии,1997 г.-56 с.
13. Пряжников Н.С. Карточные профконсультационные методики. М.,19993.
14. Смирнова Е.Е. На пути к выбору профессии. - СПб,2003.
15. Столин В.В. Самосознание личности.- М.,1983.-286 с.
16. Тюшев Ю.В.Выбор профессии: тренинг для подростков. - СПб.: Питер,2006.-160 с.: ил. - (Серия «Практическая психология»).

Педагогические технологии, методы, приемы, используемые для достижения планируемых результатов.

 Педагогические технологии:

Технология личностно-ориентированного обучения. <https://spravochnick.ru/pedagogika/lichnostno-orientirovannaya_tehnologiya_obucheniya/>

Технология сотрудничества. [https://studfile.net/preview/8949319/page:16/](https://studfile.net/preview/8949319/page%3A16/)

Информационно-коммуникативные технологии. <https://solncesvet.ru/blog/baza-znanij/ikt-informaczionno-kommunikativnye-tehnologii/>

 Технология рефлексивного самовоспитания. <https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/80751-primenenie-tehnologii-individualnogo-refleksi>

Методы: частично-поисковый, работа в группах, анализ информационных источников, систематизация информации.

Приемы:

 «Мозговой штурм».

 Обобщение на основе собственных практических наблюдений.

**Раздел 2. «Содержание и организация работы. Результативность практики».**

Курс рассчитан на 1 год обучения (34 часа).

Алгоритм реализации практики.

Ведущими методами реализации курса являются: объяснительно-иллюстративный, частично-поисковый, исследовательский: наблюдение, анализ информации, постановка эксперимента, проведение исследований. Эти методы в наибольшей степени обеспечивают развитие познавательного интереса, интеллектуальных и творческих способностей.

Формы организации занятий: беседа, объяснение, рассказ, языковые эксперименты и опыты, исследовательская работа, практические занятия.

Формы организации познавательной деятельности учащихся: индивидуальные, парные, групповые.

***Педагогические средства и формы работы:***

        создание кластеров;

        написание сочинений-рассуждений;

        наблюдение и обсуждение в педагогически организованной ситуации различных поступков;

         создание текстов разных видов и жанров.

Курс «Психология успеха» состоит из пяти разделов:

1. Введение.
2. Что такое жизненный успех?
3. Личностное самоопределение
4. Социальное самоопределение.
5. Профессиональное самоопределение.
6. Что может нарушить процесс самоопределения?
7. Заключение.

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Дата** | **Наименование темы** | **Кол-во часов** |
| 1 |  | **Введение** | **1** |
| 2 |  | **Тема 1. Что такое жизненный успех?** Моё представление об успехе | **4**1 |
| 3 |  | Юность – пора самоопределения | 1 |
| 4 |  | Шаги к успеху | 1 |
| 5 |  |  «Что значит быть успешным человеком?» (Сочинение-рассуждение) | 1 |
| 6 |  | **Тема 2. Личностное самоопределение**Человек как личность и индивид | **12**1 |
| 7 |  | Чувства, эмоции, эмоциональные состояния | 1 |
| 8 |  | Высшие чувства | 1 |
| 9 |  | Что такое характер? | 1 |
| 10 |  | Тестирование | 1 |
| 11 |  | Темперамент | 1 |
| 12 |  | Тестирование | 1 |
| 13 |  | Материальные, социальные, духовные, личностные и творческие потребности | 1 |
| 14 |  | Способности | 1 |
| 15 |  | Мальчик-юноша-мужчина | 1 |
| 16 |  | Девочка-девушка-женщина | 1 |
| 17 |  | Конфликт и его проявления | 1 |
| 18 |  | **Тема 3. Социальное самоопределение** Роль и значение семьи в жизни человека | **6**1 |
| 19 |  | Психологические особенности мужчин и женщин, социальные стереотипы | 1 |
| 20 |  | Любовь в семье | 1 |
| 21 |  | Проблемы в семье | 1 |
| 22 |  | Психологическая  совместимость | 1 |
| 23 |  | Любовный треугольник | 1 |
| 24 |  | **Тема 4. Профессиональное самоопределение** Классификация профессий | **7**1 |
| 25 |  | Тестирование | 1 |
| 26 |  | Личностные факторы профессионального самоопределения | 1 |
| 27 |  | Условия успешного профессионального самоопределения. Выбор будущей профессии | 1 |
| 28 |  | Индивидуальный стиль деятельности. Карьера | 1 |
| 29 |  | Человек на рынке труда | 1 |
| 30 |  | Что такое резюме? | 1 |
| 31 |  | **Тема 5**. **Что мажет нарушить процесс самоопределения?**Психологический  стресс, его причины, формы  и способы преодоления | **3**1 |
| 32 |  | Психологические барьеры | 1 |
| 33 |  | Психологические зависимости. Способы уверенного отказа | 1 |
| 34 |  | **Заключение.** | **1** |
|  |  | **ИТОГО** | **34** |

Дидактический материал.

**Характер: Тест «Пять черт характера» С. Грачева.** <https://psycabi.net/testy/59332-test-pyat-chert-kharaktera-s-gracheva-oprosniki-po-psikhologii-lichnosti>

 **Темперамент:** **«Какой у вас темперамент?» (опросник Г. Айзенка).** <https://dzen.ru/list/education/oprosnik-aizenka-na-opredelenie-temperamenta>

**Классификация профессий:** «Дифференциально-диагностический опросник» Е.А. Климова. <https://multiurok.ru/files/differentsialno-diagnosticheskii-oprosnik-e-a-klim.html>

Для реализации данного курса специалисту необходимо иметь средне-специальное или высшее педагогическое/психологическое образование. Необходимо помещение – классный кабинет. Сайты, книги, видеоролики, мультимедийное оборудование.

**ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЛОК.**

Учитель обществознания, педагог-психолог: расширить представление обучающихся о современном мире профессий, о возможностях реализовать свои жизненные цели и планы через избранный способ образования и возможную сферу профессиональной деятельности.

***Задачи:***

# 1.     Познакомить обучающихся с понятиями «успешность», «профессиональный выбор», «ценностные установки», «зрелый выбор».

# 2.     Дать старшеклассникам информацию о секретах и правилах выбора профессии, о схеме описания и анализа профессий, о типичных ошибках при выборе профессий.

# 3.     Познакомить обучающихся со схемой осуществления коммуникации, с понятиями «деловое общение», «коммуникативный барьер».

# 4.     Показать выпускникам наиболее эффективные способы предъявления себя на рынке труда.

**ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК.**

Педагог-психолог: оказание помощи учащимся в профессиональном и личностном самоопределении через диагностику и самодиагностику.

**Задачи:**

1.  Изучение эмоционально-личностной сферы учащихся;

2.  изучение способностей учащихся;

3.  изучение профессиональных предпочтений и склонностей учащихся;

4.  научение учащихся навыкам самодиагностики и умению анализировать полученные данные.

**ПРАКТИЧЕСКИЙ БЛОК.**

Педагог-психолог, классный руководитель, учитель обществознания, родитель: научить обучающихся применять результаты самопознания при прогнозировании своего профессионального будущего.

**Задачи:**

1.     Научить обучающихся  составлять алгоритмы по:   анализу своих сильных и слабых сторон;   принятию решений;   самоанализу и способу определения целей;

##  2. научить обучающихся навыкам планирования своего жизненного и профессионального пути

##  3.  стимулировать у старшеклассников личную ответственность за использование результатов самопознания при прогнозировании своего профессионального будущего.

В результате освоения программы элективного курса обучающиеся должны:

**знать:** основные понятия психологической науки, место и роль психологии в системе наук, особенности формирования личности, специфику социальных отношений; основы профессионального самоопределения;

**уметь:** осуществлять проведение, обработку и интерпретацию психодиагностических методик, направленных на углубление знаний о своих индивидуально-психологических особенностях и возможностях; ориентироваться в психологической информации; саморегулировать и контролировать психологическое здоровье;

**владеть навыками:** применения теоретических знаний для решения практических задач, эффективных способов межличностных коммуникаций, способов разрешения конфликтов.

Критерии оценки достижения планируемых результатов: результаты тестов, творческие работы учащихся (защита авторского плана карьеры). Оценка достижений обучающихся будет проводиться на основании выполненных практических работ, а также путем устного тестирования полученных теоретических знаний и демонстрирования практических навыков.

**3. Раздел. «Практические разработки, иллюстрирующие содержание практики».**

Программа курса «Путь к успеху» <https://infourok.ru/kurs-na-temu-psihologiya-uspeha-7190846.html>

Сценарии занятий:

«Общение» <https://infourok.ru/integrirovanniy-urokobschenie-klass-2101453.html>

«Сила Сибири» (профориентация) <https://infourok.ru/urok-znaniy-sila-sibiri-2101427.html>

«Любовь в семье» <https://infourok.ru/zanyatie-lyubov-v-seme-6674943.html>

 «Кто я в будущем?» <https://infourok.ru/zanyatie-po-proforientacii-kto-ya-v-budushem-6674951.html?is_new&f=1>

Проект «Шаг навстречу» <https://infourok.ru/proekt-shag-navstrechu-2018-4238786.html>

Программа индивидуальной работы «Путь к успеху» <https://infourok.ru/programma-individualnoj-raboty-put-k-uspehu-6676732.html>