**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**«Средняя школа № 4 городского округа Стрежевой**

**с углубленным изучением отдельных предметов»**

636785, Томская область, г. Стрежевой, 4 микрорайон, д. 458,

E-mail: [shkola4@guostrj.ru](mailto:shkola4@guostrj.ru), тел/факс: (382-59) 5-76-32

**Рабочая программа**

**элективного курса**

**«Психология успеха»**

**(11 класс)**

Составил:Леухина Мария Викторовна,

педагог- психолог

Количество часов – 34 ч, 1 час в неделю

Стрежевой

Пояснительная записка.

Элективный курс «Психология успеха».

Программа элективного курса разработана в соответствии с ФГОС СОО, на основе научно-методического журнала «Психолог», на основе авторских программ Л.С. Киреевой «Путь к успеху», Н.В. Тиминой «Поверь в себя», Г.В. Рязапкиной «Психология и выбор профессии», предназначена для обучающихся 11 классов и рассчитана на 34 часа, 1 раз в неделю.

Предлагаемый курс «Психология успеха», рассчитанный на старшеклассников, делает попытку реализовать задачу формирования успешности подростков, подготовить их к взрослой жизни, научить решать личные и профессиональные проблемы, возникающие в жизни.

Его содержание нацелено, прежде всего, на формирование навыков и качеств, способствующих успешному взаимодействию с социумом:

1. Адекватная система отношений и общения с окружающими;
2. Адекватное оценивание себя в ситуации взаимодействия с другими людьми;
3. Эмоциональная уравновешенность;
4. Установки на успешное взаимодействие;
5. Изменчивость поведения в соответствии с ролевыми ожиданиями других;
6. Адекватный уровень притязаний;
7. Мотивация достижения успеха;
8. Умение строить жизненные перспективы.

Основной мотивацией выбора курса «Психология успеха» послужило то, что курс:

* развивает кругозор
* развивает личность.

Изучение курса предполагает изучение теоретического материала без глубокого проникновения в теоретические основы психологии, более важным представляется формирование умений и навыков самостоятельного успешного выхода из проблемной жизненной ситуации, формирование компетентностей социализации в постшкольную образовательную и общественную среду. Важно, что психолог, не учит «правильному выбору», не «руководит» выбором, не «диагностирует» все, что связано с выбором. Роль психолога заключается в том, чтобы создать условия для повышения готовности учащихся к адекватному поведению в ситуации выбора образовательного, профессионального, жизненного пути.

**ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:**

* Формирование психолого-педагогических условий для повышения уровня социально-психологической адаптации учащихся; актуализация процесса личностного и профессионального самоопределения, включающего в себя получение знаний о себе (представление о трех компонентах «Я - образа»: когнитивном, эмоционально-оценочном, поведенческом) и о мире профессий.

**ЗАДАЧИ:**

* Повышение психологической компетентности учащихся за счет развития уровня самосознания, выработки собственного мировоззрения, определения позиции в жизни.
* Формирование адекватного оценивания себя в ситуации взаимодействия с другими людьми.
* Развитие навыков волевой и эмоциональной саморегуляции.
* Формирование гибкости как качества личности.
* Развитие у учащихся готовности свободно выбирать тот или иной вариант своего профессионального будущего.

ФОРМЫ И МЕТОДЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ

-Комбинированный урок

-Индивидуальные и групповые беседы

-Диалог

-Дискуссия

-Игры

-Метод конкретных ситуаций

-Ролевые и деловые игры

**Планируемые результаты:**

**Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса.**

Личностными результатами освоения учащимися программы курса «Психология успеха» являются:

формирование адекватных представлений о себе и своём профессиональном соответствии;

повышение мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

достаточный объем активного и пассивного словарного запаса для свободного выражения мыслей и чувств в процессе делового общения;

развитие навыков сотрудничества с окружающими в различных социальных ситуациях, умений не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

проявление познавательных интересов и активности в данном курсе;

овладение установками, нормами и правилами научной организации своей деятельности.

Метапредметными результатами освоения учащимися программы курса «Психология успеха» являются:

умение самостоятельно планировать пути достижения учебно-профессиональных целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения профессиональных задач;

умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

способность соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями конкретной профессии;

умение договориться о распределении ролей в совместной деятельности; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

умение выступать перед аудиторией сверстников с небольшими сообщениями, докладом;

адекватное понимание информации устного и письменного сообщения;

применение приобретенных знаний, умений и навыков в повседневной жизни, умение пользоваться сведениями о путях получения профессионального образования;

приведение примеров, подбор аргументов, формирование выводов по обоснованию выбора профессии и отражение в устной или письменной форме результатов своей деятельности;

выбор для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, интернет-ресурсы и другие базы данных.

*ученик научится:*

* Навыка эффективного общения;
* Приемам самопознания и самосовершенствования

*ученик получит возможность научиться:*

* Определять свои способности;
* Соотносить свои индивидуальные особенности с требованиями профессии к человеку;
* Строить стратегию своего будущего.

В ходе работы предусмотрено использование психологических методик (диагностические, проективные, развивающие игровые процедуры и т.д.).

В процессе преподавания курса необходимо использовать разнообразные **формы организации занятий**и **методы обучения**: комбинированный урок, индивидуальные и групповые беседы, диалог, дискуссия, метод проблемного обучения, игры, практические занятия, метод конкретных ситуаций и т.д.

Примерное тематическое планирование курса

« ПСИХОЛОГИЯ УСПЕХА » 11 класс ( 34 часа )

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Темы и разделы** | **Количество часов** |
| 1 | **«Я-уникальный»**  Знакомство. | 1 |
| 2 | Моя уникальность. | 1 |
| 3 | Все о моей памяти. | 1 |
| 4 | Эффективная память. | 1 |
| 5 | Мой внутренний мир. Внимание. | 1 |
| 6 | Мыслю - значит существую. | 1 |
| 7 | Творческая деятельность. Воображение. | 1 |
| 8 | Расскажи мне обо мне. | 1 |
| 9 | Мир вокруг меня. | 1 |
| 10 | Об индивиде, личности и душе. | 2 |
| 11 | **«Трон успеха»**  Понятие о профессии и специальности. | 2 |
| 12 | Типы, классы, отделы, группы профессий. | 2 |
| 13 | Требования профессии к человеку. | 1 |
| 14 | Способности и профпригодность. | 1 |
| 15 | Интересы и склонности. | 1 |
| 16 | Темперамент и профессия. | 1 |
| 17 | Мои цели. | 1 |
| 18 | Внимание и профессия. | 1 |
| 19 | Память и профессия. | 1 |
| 20 | Мышление и профессия. | 1 |
| 21 | Воображение и профессия. | 1 |
| 22 | Координация движений. | 1 |
| 23 | Характер. | 1 |
| 24 | Профессиограмма-характеристика профессий. | 2 |
| 25 | **«Управление впечатлением»** | 1 |
| 26 | Мой язык тела. | 1 |
| 27 | Мой речевой стиль. | 1 |
| 28 | Мой имидж. | 1 |
| 29 | Резюме - как форма самопрезентации. | 1 |
| 30 | Мое публичное выступление. | 1 |
|  | Итого | 34 ч |

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**:

1. Абульханова - Славская К.А. Стратегия жизни. -М., 1991.
2. Азаров Ю.П. Радость учить и учиться. - М., 1990.
3. Берг В. Карьера - суперигра. - Нетривиальные советы на каждый день. - АО  «Интерэксперт», М., 1998.
4. Бауман З. Мыслить социологически. - М.,1996.
5. Вайцвайг П. Десять заповедей творческой личности. - М., 1990.
6. Вайнярд Б., Кимбрелл Г. Kimbrell G., Ben Vineyard. Succeding in the World of Work. Glencoe, IIIinois, Ohio, California, 1992.
7. Воробьев Г.Г. Ищи свой талант. - М., 1983.
8. Вудкок М.  Френсис Д. Раскрепощенный менеджер. - М., 1991.
9. Глухов В.В. Основы менеджмента. - Спб. 1995.
10. Гримак Л.П. Общение с собой. Начало психологии активности. - М.: Политиздат, 1991.
11. Головаха Е.И., Кроник А.А. Психологическое время личности. – Киев: Наукова думка, 1984.
12. Данилова В.Д. Как стать собой. Психотехника индивидуальности. Пособие для самообразования. - М., 1994.
13. Божович Л.И. Проблемы формирования личности. М., 1995.
14. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры.- М., 1988.
15. Готфруа Ж Что такое психология? М., 1992.
16. Газарян С.С. Ты выбираешь профессию. -М., 1985.
17. Гриман Л.П. Резервы человеческой психики. -М., 1989.
18. Добрович А.Б. Общение: наука и искусство.- М.,1980.
19. Дорохов Л.М. Про тебя самого. М., 1995.
20. Кочетов А.И. Как заниматься самовоспитанием. М.,1986.Леви В.Л. Искусство быть собой. М., 1977.
21. Лук А.Н. Психология творчества. М., 1978.
22. Лупьян Я.А. Барьеры общения, конфликты, стресс. Минск., 1996.
23. Макаров. Ю.В.Формирование групповой сплоченности средствами социально психологического тренинга./Ю.В. Макаров., Известия Российского государственного педагогического университета им.А.И. Герцена., № 128/2010г.
24. Нагорный В.Э. Гимнастика для мозга. М., 1975.
25. Пекелис В. Твои возможности, человек! М., 1996.
26. Платонов К.К. Занимательная психология. М., 1986.
27. Подлиняев О.Л. Эффективная память. Иркутск., 2006.
28. Рувинский Л.И., Хохлов С.И. Как воспитывать волю и характер. М., 1986.
29. Симонов П.В., Ершов П.М. Темперамент, характер, личность. М., 1984.
30. Селевко Г.К. Серия «Самосовершенствование личности» Нар.обр. 2006г
31. Фолкен Ч. «Психология -это просто». М.2000.
32. Фопель. К. Сплоченность и толерантность в группе. Москва «Генезис» 2002г.
33. «Я хочу провести тренинг» Изд. 3, переработанное и дополненное (С) НГОО «Гуманитарный проект» ЮНИСЕФ, 2005г.