

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Курской области**

**Администрация Октябрьского района Курской области**

**МКОУ «Залининская СОШ» Октябрьского района Курской области**

**РАССМОТРЕНА**

на заседании МО учителей  
естественно-  
математических наук  
от «30» августа 2023 года  
Протокол №1  
Руководитель МО  
О. А. Талдыкина

**ПРИНЯТА**

на заседании  
педагогического совета  
школы от «31» августа 2023  
года  
Протокол №1  
Председатель  
педагогического совета  
Т.И. Рудакова

**ВВЕДЕНА В ДЕЙСТВИЕ**

приказом по МКОУ  
«Залининская СОШ» от «31»  
августа 2023 года №83  
Директор школы  
Т. И. Рудакова



**Рабочая  
ПРОГРАММА  
элективного курса  
«10 шагов к успеху»  
на 2023 – 2024 учебный год  
(10 классы)**

с. Дьяконово 2023 год

Психолого-педагогическое сопровождение перехода на профильную подготовку и профильное обучение включает в себя организацию всестороннего изучения индивидуальных и личностных особенностей выпускников, их интересов и склонностей.

Чтобы сделать правильный выбор, необходимо знать мир профессий, знать, какие требования предъявляет профессия к человеку, надо изучить самого себя: свои личностные особенности, особенности мышления, нервной системы, характера и т.д.

Психологическая компетентность является неотъемлемой частью профессионального мастерства любого представителя социономических профессий, следовательно, в рамках предпрофессиональной подготовки школьников по социально-педагогическому профилю формирование основ психологической культуры можно рассматривать как залог будущего успеха и в ходе профессионального обучения, и в процессе будущей педагогической и социальной деятельности. Программа нацелена на формирование у обучающихся пропедевтических знаний.

Программа нацелена на формирование у обучающихся пропедевтических знаний.

Рабочая программа разработана на основании следующих документов:

- Письмо Минобрнауки РФ от 12 мая 2011 № 03–296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- Письмо Министерства просвещения РФ от 5 сентября 2018 г. № 03-ПГ-МП-42216 «Об участии учеников муниципальных и государственных школ РФ во внеурочной деятельности»;
- Письмо Минобрнауки РФ от 12 мая 2011 № 03–296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования».

Программа относится к программам социального направления.

Программа рассчитана на 1 год обучения. Общий объем программы: 34 часа. Программа адресована обучающимся 10 классов.

**Проблема** выбора профессии стоит перед старшеклассниками всегда, а сейчас она становится особенно актуальной в связи с изменениями, происходящими в нашем обществе. В связи с переходом к профильному обучению, учащиеся должны определиться со своим дальнейшим образовательным маршрутом.

#### **Актуальность.**

Самоопределение означает определение себя в мире, своего места в обществе. Но выбор – это всегда сложно. Выбирая кем быть, он отказывается от возможности «пройти» другие жизненные пути, может быть, и привлекательные, но оставшиеся за чертой сделанного выбора. В связи с внедрением в школе новых образовательных стандартов ФГОС перед психологической службой встают следующие задачи:

сопровождение и помощь в адаптации учащимся на всех ступенях обучения в школе,

поддержка в решении задач личностного и ценностно-смыслового самоопределения и саморазвития,

помощь в решении проблем социализации, выбора профиля обучения, а также дальнейшего образовательного и профессионального маршрута.

Важно в профессиональной деятельности готовить учащихся к реальной борьбе за свое место в жизни через профессиональную деятельность, с помощью которой он войдет в ту систему отношений, где будет чувствовать себя значимым и востребованным. Для психолого-педагогического сопровождения обучающихся 10-х классов была разработана развивающая программа по профориентации “В поиске призвания”.

**Цель:**

формирование и развитие адекватного представления учащихся о своем профессиональном и личностном потенциале на основе самодиагностики; знакомство с правилами выбора и способами получения профессии и формирование у обучающихся пропедевтических знаний в области педагогики и психологии, связанных с выбором профессий социально-педагогической направленности.

**Задачи программы:**

- дать школьнику знания о самом себе и научить его получать эти знания;
- мотивировать стремление обучающихся к самопознанию и познанию других людей, саморазвитию;
- развивать навыки эффективной коммуникации и безопасного поведения;
- способствовать мобилизации личностных ресурсов участников, направленных на формирование активной жизненной позиции;
- формировать предпосылки осознанного отношения к профессиональной педагогической и социальной деятельности.

**Форма проведения:**

учебный курс.

**Адресат:** учащиеся 10-го класса.

**Продолжительность курса:**

программа занятий рассчитана на 34 часов. Продолжительность занятия – 40 минут (1 час=40 минутам). Занятия 1 раза в неделю.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

**Личностные результаты:**

- формирование мотивации к саморазвитию и самовоспитанию в соответствии с общечеловеческими ценностями; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку; 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 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 поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, творческой и других видов деятельности;

**Метапредметные результаты:**

- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- умение работать в группе – владение навыками самопрезентации, умение эффективно сотрудничать и взаимодействовать на основе координации различных позиций при выработке общего решения в совместной деятельности; умение слушать партнера, формулировать и аргументировать свое мнение, корректно отстаивать свою позицию и координировать ее с партнерами, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- владение языковыми средствами – умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства в процессе коммуникации;
- владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

### **Предметные результаты:**

- понимание терминологии, предусмотренной разделами программы;
- приобретение представлений об истории развития педагогической и психологической науки;
- формирование представлений об индивидуально-психологических и индивидуально-типологических особенностях личности;
- формирование представлений о познавательной сфере личности (ощущение, восприятие, внимание, память, мышление);
- формирование представлений об эмоционально-волевой сфере личности;
- приобретение знаний о феноменах межличностного взаимодействия (убеждение, влияние, психология лжи, манипуляция и контрманипуляция);
- формирование умения осуществлять мини-исследования педагогического и психологического характера;
- получают знания о таких понятиях, как: познавательные процессы человека - внимание, память, мышление; личность, темперамент, характер, «Я-концепция», эмоциональные состояния и т.д.;
- узнают о своих личностных особенностях: особенностях мышления, нервной системы, характера, темперамента и т.д.;
- узнают о мире профессий, классификации профессий, о том, какие требования предъявляет профессия к человеку;
- узнают о возможных ошибках при выборе профессии;
- научатся с помощью тестов определять свои личностные особенности;
- научатся приемам саморегуляции;
- получают навык построения личной профессиональной перспективы;
- получают навыки самопрезентации и составления резюме.

### **Сведения практической апробации программы на базе образовательного учреждения:**

Занятия по данной программе будут проводиться с учащимися 10 классов. Основная форма занятий – электив. Программа реализуется с 1 сентября по 24 мая, в режиме 1 час в неделю.

Начальным этапом реализации данной программы является входная диагностика детей по Методике для выявления готовности школьников к выбору профессии (по В.Б.Успенскому). Выявляются дети с низким показателем готовности к выбору профессии. Далее данные дети проходят курс психологических занятий прописанных в программе. По завершению курса данные дети проходят повторное тестирование с целью выявления динамики изучаемых показателей.

### **Структура программы**

***Модуль 1. Введение. Психология как наука и как практика жизнедеятельности человека.***

***Модуль 2. Когнитивные процессы человека.***

***Модуль 3. Психология общения.***

***Модуль 4. Социально-педагогический практикум.***

### **Структура занятий.**

Каждое занятие подразделяется на три этапа: разогрев, основная часть, подведение итога.

«Разогрев» - часть занятия направленная на активизацию детей к работе, в некоторых случаях это напоминание о прошедшем материале, достижениях группы, в конце краткая теоретическая составляющая последующего занятия.

«Основная часть» - направлена на получение теоретических знаний по теме, самодиагностики, проведение различных игр, упражнений на развитие и закрепление положительных навыков, знаний и достижений ученика.

«Подведение итога» - завершающая занятие часть направлена на проверку усвоенного материала, рефлексии о прошедшем занятии. Детям дается возможность высказаться о проведенном занятии, услышать их мнение и пожелания в отношении будущих занятий.

### **Методы:**

- лекционный метод передачи знаний;
- психологические методы исследования качеств личности;
- методы социально- психологического тренинга;
- метод дискуссии;
- метод анализа конкретных ситуаций;
- метод игрового моделирования;
- метод «мозгового штурма»;
- метод предъявления и обыгрывания психологической информации (используется, чтобы дать возможность учащимся через обсуждение типичных проблем других подростков примерить их проблемы на себя);
- диагностический метод.

Динамика развития отслеживается с помощью диагностических методик – на первом и последнем занятии.

### **Учебно-тематический план**

***Категория обучающихся:*** учащиеся 10-х классов.

***Режим занятий:*** 1 час в неделю (40 мин.).

№	Наименование тем	всего часов	в том числе		дата	форма контроля
			теоретич.	практич.		
<b>Модуль 1.</b>						
<b>Введение в профессию. Знакомство с основными разделами психологии.</b>						

Тема 1.	Психология как наука и как практика жизнедеятельности человека. Житейская, научная и прикладная психология. Различные значения термина психология. Научное и житейское психологическое знание.	1				Наблюдение, обратная связь.
Тема 2.	Психология как профессия. Человек на пороге профессионального самоопределения. Интересы. Мир возможных увлечений и занятий. Жизненные перспективы и пути их реализации. Мотивация выбора профессии (социально-экономические, познавательные, индивидуально-личностные аспекты). Стадии профессионализации личности. Практическое занятие. Моя профессия.	1				Наблюдение, обратная связь.
Тема 3.	Педагогическая профессия, деятельность и культура Понятие и особенности педагогической профессии. Роль и функции педагога. Практическое занятие: функции педагога в организации учебно-воспитательной деятельности.	1				Наблюдение, обратная связь.
Тема 4.	Творчество учителя Понятие о творчестве учителя. Способы развития творчества учителя. Творческий стиль деятельности учителя. Практическое занятие: педагогическое творчество и мастерство.	1				Наблюдение, обратная связь.
Тема 5.	Личностное общение Мир человеческого общения. Человек в конфликте. Положение человека в группе. Взаимодействие в группе. Жизненная перспектива личности.	1				Наблюдение, обратная связь.
<b>Модуль 2.</b> <b>Знакомство с когнитивными процессами. Знания о себе.</b>						
Тема 6	Самопознание.	1				Наблюдение, обратная связь. Тестирование
Тема 7	Самооценка и уровень притязаний.	1				Наблюдения, обратная связь.

Тема 8	Темперамент и профессия. Определение темперамента	1				Наблюдение, обратная связь. Тестирование
Тема 9	Чувства и эмоции. Тест эмоций. Истоки негативных эмоций.	1				Наблюдение, обратная связь. Тестирование
Тема 10	Определение типа мышления.	1				Наблюдение, обратная связь, тестирование, тренинг.
Тема 11	Внимание.	1				Наблюдение и рефлексия, обратная связь.
Тема 12	Память.	1				Наблюдение, обратная связь.
Тема 13	Интеллект.	1				Наблюдение, обратная связь.
Тема 14	Основные приемы саморегуляции и снятия стресса.	1				Наблюдение и рефлексия, обратная связь, тестирование.
Тема 15	Уровень внутренней свободы.	1				Рефлексия, тестирование.
<b>Модуль 3. Психология общения.</b>						
Тема16.	1.Коммуникативные навыки и умения. Искусство общения как одна из основных ценностей человека. Понятия «общение», «собеседник».	1				Наблюдение, обратная связь.
Тема17	2.Общение и его слагаемые. Виды и функции общения. Вербальное и невербальное общение. Условия эффективности разговора.	1				Наблюдение и рефлексия, обратная связь, тестирование.
Тема18	3.Речевые средства общения: интонация, темп и громкость речи, форма изложения.	1				Наблюдение и рефлексия, обратная связь, тестирование.
Тема19	Активное и пассивное слушание: задачи, решаемые во время слушания.					Рефлексия
Тема20	4.Барьеры общения. Практическое занятие. Искусство публичного выступления.	1				Наблюдение и рефлексия, обратная связь, тестирование.
Тема 21.	1.Навыки эффективного общения Искусство общения в группе. Понимаю ли я окружающих?	1				Наблюдение, обратная связь.
Тема 22.	2.Мой стиль общения. Представление о коммуникативной компетентности.	1				Наблюдение и рефлексия, обратная связь, тестирование.

Тема 23	3.Стороны общения. Интонация. Мимика, жесты, поза, взгляд, язык. «Я-высказывания».	1				Наблюдение и рефлексия, обратная связь, тестирование.
Тема 24	4.«Лестница коммуникативного мастерства». Практическое занятие. Организация и проведение парламентских дебатов.	1				Наблюдение и рефлексия, обратная связь, тестирование.
Тема 25.	1.Социальные роли, социальное положение. Понятия «альтруизм», «эгоизм», «смысл жизни».	1				Наблюдение, обратная связь.
Тема26.	2.Феномен дружбы, выработка правил-отношений, сохраняющих дружбу. «С кем поведешься, от того и наберешься». Работа с афоризмами известных людей.	1				Наблюдение и рефлексия, обратная связь, тестирование.
Тема27.	3.«Вечные вопросы жизни». «Счастье... Каждый сам кузнец...». Игра «Рецепт счастья». Роли ближайшего окружения как источника поддержки. Социальное проектирование, специфика, основные правила составления проектов, оформление работы.					Наблюдение и рефлексия, обратная связь, тестирование.
Тема28	4.Практическое занятие. Разработка проекта. Умение планировать и реализовывать вместе с командой общий проект.	1				Наблюдение и рефлексия, обратная связь, тестирование.
Тема 29.	1.Конфликты и пути их разрешения 2.Самоуправление в конфликте. 3.Стили: соперничество, приспособление, избегание, сотрудничество, компромисс. Упражнения «Компромисс», «Апокалипсис». 4.«Отцы и дети»: конфликты поколений. Упражнения «Паутина предрассудков», «Волшебные слова». 5.Толерантность, признаки нетерпимости, толерантные подходы в конфликте. 6.Практическое занятие. Игра «Наш классный договор». Письмо себе.	1				Наблюдение, обратная связь.
Тема 30.	1.Культура виртуального общения. 2.Основы публичного выступления, ораторское искусство, культура речи 3.Неформальное общение. Деловое общение. Этика и культура	1				Наблюдение, обратная связь.



	делового общения. 4.Понятия «мотивация», «целеполагание», «планирование», «успех». 5.Карьера. 6.Практическое занятие. Упражнение «Карьера великих». Упражнение «Я через 5 лет».					
Тема 31	Интересы и склонности в выборе профессии. Определение профессионального типа личности. Профессионально важные качества.	1				Наблюдение и рефлексия, обратная связь, тестирование.
Тема 32	Ошибки в выборе профессии. Навыки самопрезентации.	1				Наблюдение и рефлексия, обратная связь. Тренинг.
Тема 33	Стратегия выбора профессии.	1				Наблюдение и рефлексия, обратная связь.
<b>Модуль 4.</b>						
<b>Социально-педагогический практикум.</b>						
Тема 34.	Организация шефской помощи в младшей школе Организация внеурочного взаимодействия учащихся старших классов и учащихся младшей школы. Обучение распределению обязанностей и ролевым формам внутригруппового взаимодействия. Формирование чувства ответственности воспитанников за своё поведение и поведение окружающих. Организация досуговой деятельности с младшими школьниками. Практическое занятие: составление сценария мероприятия для младших школьников Знакомство с исследовательской деятельностью. Введение. Особенности проектной и исследовательской деятельности. Основные требования к исследованию. Виды индивидуальных проектов. Основные технологические подходы. Особенности монопроекта и межпредметного проекта. Подбор противоречивых фактов, интересной информации, продумывание проблемных ситуаций.	1				Наблюдение, обратная связь. Личные консультации.
	Итого					34

## Анализ ресурсов

### Информационно-методическое обеспечение

В процессе работы педагог-психолог подбирает диагностический материал, который прослеживает динамику развития формирующих компонентов на занятиях в группе, а также изучения отношения учащихся к проводимым занятиям по

психологии. Педагог-психолог оформляет дидактический материал, необходимый для проведения полноценных занятий. По результату диагностики реализации программы педагог-психолог составляет аналитический отчет и информирует администрацию школы, педагогов и родителей детей.

### **Кадры**

Уроки психологии должен преподавать педагог-психолог, обладающий квалифицированными знаниями по психологии. Педагог-психолог должен владеть активными формами работы, уметь организовывать дискуссии, обсуждения, работу в группах, применять элементы психологического тренинга, также способным создать атмосферу доверия и раскрепощенности, в которой учащиеся смогут свободно высказывать свое мнение, разыгрывать ситуации, ролевые игры, выполнять упражнения.

### **Материально-техническое оснащение (в идеале).**

Для проведения занятий необходимы канцелярские принадлежности, стулья для учащихся, столы для совместной работы. Занятия должны проходить в помещении, где достаточно места для рассадки детей для проведения элементов группового тренинга.

### **Организация контроля за реализацией программы.**

Реализация программы контролируется педагогом-психологом, а также руководителем ОУ. Контроль над освоением программы учащимися осуществляется в течение всего периода обучения.

### **Критерии оценки результатов реализации программы:**

Можно предположить, что в результате реализации развивающей программы будет отмечаться:

- увеличение доли обучающихся с высоким и средним уровнем готовности к выбору дальнейшего профиля обучения и выбора профессии;
- снижение высокого показателя неготовности к выбору профессии;
- положительные отзывы детей об участии в программе.

Программа может корректироваться и дорабатываться по следующим причинам:

- обновление содержания программы;
- усовершенствование методики и технологии;
- смена места проведения занятий;
- изменение требований к образовательной программе и др.

### **Список литературы**

1. *Богданович В.Н.* Психокоррекция в повседневной жизни. СПб.: Респекс, 1995 г.
2. *Бурдина И.В.* Путь к профессии: профессиональное развитие личности, профессиональное самоопределение школьников. – Самара, 2008г.
3. *Евтихов О.В., Трепашко Т.В.* Грааль мудрости. Кн.1-2. СПб.: Речь, 2005 г.
4. *Климов Е.А.* Как выбрать профессию. М.1991 г.
5. *Пряжников Н.С.* Профориентация в школе и колледже: игры, упражнения, опросники (8-11 классы). Москва: Вако, 2006г.
6. *Резапкина Г.В.* Психология и выбор профессии. Программа предпрофильной подготовки. М. "Генезис" -2006г.

7. *Резапкина Г.В.* Психология и выбор профессии. Рабочая тетрадь. М. “Генезис” -2006 г.
8. *Резапкина Г.В.* Секреты выбора профессии, или путеводитель выпускника. – М.: Генезис, 2005г.
9. *Резапкина Г. В.* Я и моя профессия. Программа профессионального самоопределения для подростков. Учебно-методическое пособие для школьников, психологов и педагогов. – М.: Генезис, 2000 г.
10. *Резапкина Г. В.* “Отбор в профильные классы”.- М.: Генезис, 2005г.
11. *Рогов Е.И.* Выбор профессии: становление профессионала. М. 2003г.
12. Система воспитательной работы по подготовке детей к профессиональному самоопределению.(из опыта работы) Под редакцией Максимовой Н.М., Вологда – 2003г.
13. *Чернявская А. П.* Психологическое консультирование по профессиональной ориентации.- М.: Владос – пресс, 2001г.
14. *Черникова Т.В.* Профориентационная поддержка старшеклассников. Учебно-методическое пособие.- М. Глобус, 2006г.
15. *Шевченко М.Ф.* Тренинг «Профориентация для старшеклассников».- С.Петербург, Речь, 2007г.
16. Интернет ресурсы: Резапкина Галина, Методический кабинет <http://metodkabi.net.ru>.
17. Интернет ресурсы: А. Я. Психология: описания психологических тестов, тестирование он-лайн, тренинги, упражнения, статьи, советы психологов <http://azps.ru/training/2/trn158.html>

### **Методические рекомендации**

Для получения наибольшего эффекта от реализации данной программы и достижения поставленных целей следует придерживаться ряда положений:

1. Реализующий программу человек должен обладать необходимой квалификацией, профессиональными навыками и знаниями. Желателен опыт работы с детьми начальных классов.
2. При формировании группы детей для реализации данной программы необходимо удостовериться в ее приблизительной однородности.
3. При реализации программы необходим индивидуальный подход к каждому ребенку, с внесением по необходимости корректив в работе.
4. В ходе работы важно поддерживать в детях позитивный настрой и желание работать над собой, подогревать в них интерес к занятиям и отмечать достижения.
5. Начало реализации программы необходимо начинать с начала учебного года, либо в середине года.