

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА ИРКУТСКА ГИМНАЗИЯ № 3
664020, г. Иркутск, улица Ленинградская, дом 75, тел. 32-91-55, 32-91-54

«Рассмотрено» РСТУчительской эстетико-
прикладных дисциплин и физической культуры
И.И. Кузнецова
Протокол № 01
от 30.05 2016г.

«Согласовано» З.Д.Монина
30 августа 2016г.



Рабочая программа

по курсу «Как стать успешным»
(название предмета, курса)

для 10-х классов

общеобразовательный

(уровень: с углубленным изучением предмета, профильный, общеобразовательный)

Разработчик Кузнецова Ирина Владимировна
(Ф.И.О.)

Должность учитель

Квалификационная категория первая

Рабочая программа составлена на основе адаптационной программы по психологии «Как стать успешным», автор: Сверч Любовь Петровна, утверждена МОУ ЦИМПО, пр.№7 от 30.05.2012 г.

г.Иркутск

Основная задача старшей ступени обучения состоит в том, чтобы обеспечить завершение школьниками общего полного среднего образования, подготовить их к жизни и труду в современном обществе, способствовать их социализации и социальной адаптации в условиях постоянно меняющегося мира, помочь старшеклассникам в самоопределении, выборе дальнейшего жизненного пути в соответствии с их склонностями, возможностями и способностями, стимулировать выпускников к продолжению образования. Однако, по данным Центра социально-профессионального самоопределения молодежи ИОСО РАО, готовность к ситуациям самоопределения оказывается недостаточной даже у учащихся 11-го класса [2]. У многих школьников выбор является случайным, носит романтический характер, не вполне соотносится с реальными способностями и возможностями. Школьная программа не дает детям полноты знаний о человеке, его способностях, и, следовательно, не учит выбору профессии и соответствующего образования. Недостаточны знания выпускников о рынке труда и востребованных профессиях, о тех способах образования, которыми их можно получить. Школьники не владеют знаниями, необходимыми для выстраивания реалистичных жизненных планов. У них нет целостной научной картины окружающего социального мира, знания о нем недостаточны и примитивны. У многих учащихся не сформирована потребность в своем дальнейшем саморазвитии, нет устойчивой мотивации на приложение усилий для получения качественного профессионального образования. Все это определяет необходимость определять особое внимание ситуации выбора школьниками профессионального и жизненного пути. В связи с этим элективный курс «Как стать успешным» является сегодня актуальным и востребованным, поскольку направлен на решение большинства перечисленных проблем.

Цель курса – повышение у учащихся 10-11-ых классов уровня профессиональной зрелости, то есть способности сделать профессиональный выбор, используя при этом собственные ресурсы и имеющуюся информацию.

I. Планируемые предметные результаты освоения

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса

Личностные результаты предусматривают умения:

- определять правила работы в группе;
- оценивать усваиваемое содержание (исходя личностных ценностей);
- устанавливать связь между целью деятельности и ее результатом;
- уметь выражать собственные чувства;
- уметь подчеркнуть индивидуальность другого человека;

Предметные умения:

- иметь представление о понятиях "профессия", "профессиограмма"; «выбор», «решение» и д.р.
- уметь делать самостоятельный выбор;
- знать понятия вербальные и невербальные средства общения.

Познавательные результаты – это умения:

- ориентироваться в своей системе знаний (определять границы знания/незнания);
- находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт;
- проводить классификацию, указывая на основание классификации;
- проводить сравнение, объясняя критерии сравнения.

Регулятивные универсальные учебные действия это:

- определять и формулировать цель деятельности на уроке;
- работать по инструкции;
- высказывать свое предположение на основе увиденного и почувствованного;
- осуществлять самоконтроль;

- владеть навыками принятия решений
- совместно с педагогом и одноклассниками давать оценку деятельности на уроке.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- слушать и понимать речь других;
- уметь с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли;
- уметь сочувствовать и сопереживать одноклассникам;
- уметь конструктивно решать конфликтные ситуации;
- владеть навыками сотрудничества;
- владеть диалогической формой речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.

II. Содержание тем учебного курса «Как стать успешным»

Раздел учебного курса, кол-во часов	Элементы содержания	Характеристика деятельности учащихся	УУД	Формы контроля
ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЛОК 10 часов	1 занятие диагностическое, 6 тем для изучения (1 из тем рассчитана 2 часа)	Работа с тестами, участие в проф. играх, диспутах, дискуссиях, круглых столах, составление профессиограмм	Регулятивные Коммуникативные Познавательные	
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК – 9 часов	Диагностический блок, проведение психологических тестов	Работа с тестами, анализ, интерпретация результатов, составление индивидуальных заключений	Регулятивные Коммуникативные Познавательные	
ПРАКТИЧЕСКИЙ БЛОК – 15 часов	Знакомство с учебными заведениями города Иркутска, презентация своего проекта «Моя будущая профессия», 1 занятие – выходная диагностика	Участие в тренинговых упражнениях, работа над проектами, презентация проектов, обсуждение, анализ, работа с тестами	Регулятивные Коммуникативные Познавательные	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЛОК

Цель: расширить представление учащихся о современном мире профессий, о возможностях реализовать свои жизненные цели и планы через избранный способ образования и возможную сферу профессиональной деятельности.

Задачи:

1. Познакомить учащихся с понятиями «успешность», «профессиональный выбор», «профессиограмма», «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 учащихся со схемой осуществления коммуникации, с понятиями «деловое общение», «коммуникативный барьер».
4. Показать выпускникам наиболее эффективные способы предъявления себя на рынке труда.

Тема 1. Формула успеха. Кто такие успешные люди (1 час).

Цели и задачи курса.

Успешность с точки зрения Р Бендлера (НЛП: «принцы» и «лягушки»), Э. Берна (Трансактный анализ: «Я – ОК»).

Успешный человек в современном обществе.

Формула успеха: хочу – могу – надо.

Домашнее задание: составить свою формулу успеха.

Тема 2. Профессиональный выбор: секреты выбора профессии (1 час).

Составляющие зрелого выбора: информационная, мотивационно-ценностная и практическая готовность.

Профессиональный план – программа профессионального самовоспитания.

Ошибки при выборе профессии: незнание мира профессий, незнание себя, незнание правил выбора профессии.

Пути получения профессии.

Домашнее задание: составить личный профессиональный план на 5 лет.

Тема 3. Профессиограмма и анализ профессий (2 часа).

Анализ профессии.

Профессиограмма – характеристика профессии, в которой описаны ее способности, содержание и характер труда.

Профессиограммы профессий «юрист», «менеджер» и других (по выбору учащихся).

Формула профессии – последовательность букв, соответствующая описанию профессий.

Самостоятельная работа.

Домашнее задание: найти профессиограмму той профессии, которой интересуется ребенок и составить для этой профессии формулу.

Тема 4. Роль мотивов жизненных ценностей в профессиональном выборе (2 часа).

Мотивационная сфера человека. Классификация мотивов выбора профессии.

Две поведенческие стратегии – мотив достижения успеха и мотив избегания неудачи.

Жизненные ценности, реализуемые в профессии. Классификация ценностей по Спрангеру.

Групповая дискуссия на одну из тем:

- Возможен ли компромисс между своими ценностями и требованиями социальной среды (или материальными требованиями) при выборе профессии.

- Каковы приоритеты одних ценностей над другими или своих ценностей на ценностями других.

- Способы определения своих ценностей и выбор жизненной дороги в соответствии с ними.

- Стабильность и изменчивость структуры ценностей.

Домашнее задание: нарисовать «Дерево своей мечты»

Тема 5. Человек на рынке труда (2 часа).

Групповая дискуссия на тему «За что люди получают зарплату».

Основные принципы формирования рынка труда.

Как получить информацию о вакансиях.

Как составить резюме.

Собеседование работодателем: подводные камни.

Домашнее задание: составить собственное резюме.

Тема 6. Среди людей (2 часа).

Общение и его роль в жизни человека.

Схема осуществления коммуникации.

Деловое общение.

Барьеры на пути коммуникации.

Методы и средства эффективного общения.

Умение слушать – один из методов эффективного общения.

ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК

Цель: 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

Тема 5. Эмоционально-личностная сфера (3 часа).

Методика «Конструктивный рисунок человека из геометрических фигур»

Методика «Определение сформированности ценностных ориентаций» Б.С. Круглов.

Методика «Мотивация достижения успеха и избегания неудач»

Методика «Шесть рек» Леонгард

«Методика исследования самоотношения» Р.С. Пантелеев

Методика «Формула темперамента» Белов

Домашнее задание: обработать результаты диагностики и занести полученную интерпретацию в «Карту диагностики» (Приложение 2.)

Тема 6. Способности (2 часа).

Методика «Краткий отборочный тест» Бузин.

Методика на определение ведущей модальности.

Методика «Призвание».

Анкета «Как распознать одаренность» Л.Г. Кузнецова, Л.П. Сверч

Домашнее задание: обработать результаты диагностики и занести полученную интерпретацию в «Карту диагностики» (Приложение 2.)

Тема 7. Профессиональные интересы и склонности (2 часа).

Методика «Анкета интересов – 120»

Методика «Определение предпочитаемого типа профессии» Е.А. Климов

Методика «Определения типа профессии» Е.А. Климов

Домашнее задание: обработать результаты диагностики и занести полученную интерпретацию в «Карту диагностики» (Приложение 2.)

Тема 8. Работа с результатами диагностики (2 часа).

Работа с Картой диагностики. Выстраивание профессионально-личностного профиля.

ПРАКТИЧЕСКИЙ БЛОК

Цель: научить учащихся применять результаты самопознания при прогнозировании своего профессионального будущего.

Задачи:

1. научить учащихся составлять алгоритмы по:

- анализу своих сильных и слабых сторон;
 - принятию решений;
 - самоанализу и способу определения целей;
2. научить учащихся навыкам планирования своего жизненного и профессионального пути
3. стимулировать у старшеклассников личную ответственность за использование результатов самопознания при прогнозировании своего профессионального будущего.

Тема 11. Умение учитывать сильные и слабые стороны при выборе профессии (3 часа).

- Упражнение «Я чувствую сейчас...»
- Упражнение «Кто Я?»
- Упражнение «Мои сильные и слабые стороны»
- Деловая игра «Торг»
- Упражнение «Совместное рисование»
- Упражнение «Окно Иогари»
- Сюжетно-ролевая игра «Устраиваемся на работу»
- Упражнение «Ассоциация с цветом»
- Упражнение «Мои способности»
- Упражнение «Скажи мне, кто твой друг»
- Упражнение «Объявление в газету»
- Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»

Тема 12. Развитие умения делать выбор и принимать решения (3 часа).

- Упражнение «Я чувствую сейчас...»
- Сюжетно-ролевая игра «Корова»
- Упражнение «Рисунок настроения»
- Упражнение «Совместная выработка алгоритма принятия решения»
- Упражнение «Строительство своей жизни»
- Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»
- Упражнение «Дорога в горы»
- Упражнение «Плюс, минус, интересно»
- Упражнение «Мое настроение»

Тема 13. Развитие навыков эффективного общения (3 часа).

- Упражнение «Я чувствую сейчас...»
- Упражнение «Общение – это...»
- Упражнение «Очередь»
- Упражнение «За стеклом»
- Упражнение «Невербальный подарок»
- Упражнение «Интонация»
- Упражнение «Интервью»
- Упражнение «Карусель»
- Упражнение «Я тебя понимаю»
- Упражнение «Найди свою пару»
- Упражнение «Свободный микрофон»
- Упражнение «Вдвоем»
- Анкета «Какой Я в общении»
- Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»

Тема 14. Десять шагов уверенности в себе (2 час).

- Упражнение «Я чувствую сейчас...»
- Упражнение «Как выпустить «лишний пар»
- Упражнение «Как сдавать экзамены»
- Дыхательно-координационное упражнение «Монетка»

Упражнение «Круг уверенности»
 Упражнение «Свеча»
 Упражнение «Никто не знает, что я...»
 Упражнение «Рекламный ролик»
 Упражнение «Горячий стул»
 Упражнение «Десять шагов уверенности в себе»
 Упражнение «Растопи узоры на стекле»
 Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»

Тема 15. Планирование профессионального пути (3 часа).

Упражнение «Я чувствую сейчас...»
 Упражнение «Мои цели»
 Упражнение «Лестница»
 Проектный рисунок «Я через 10 лет»
 Упражнение «Умение планировать свою профессиональную жизнь»
 Упражнение «Спящий город»
 Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»
 Упражнение «5 шагов»
 Упражнение «Эмоциональное отношение к выбору профессии»

Тема 16. На пороге новой жизни (1 час).

Упражнение «Я чувствую сейчас...»
 Упражнение «Без маски»
 Упражнение «Строительство своей жизни»
 Упражнение «Рисунок «Дорога в жизнь»

**Тематическое планирование по курсу
 «Как стать успешным»**

10 класс (34 часа)

№ п/п	дата	наименование разделов курса, тем уроков	характеристика основных видов деятельности	количество часов	форма контроля	планируемые результаты	примечание
1	ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЛОК – 10 часов						
1.1	1.09	Формула успеха. Кто такие успешные люди.	Проведение проф.методик	1	Тестирование	Работа с тестами	
1.2	8.09	Профессиональный выбор: секреты	Труд в жизни человекаИстория разделения труда	1	Проф.игра «Профессия - специальность»	Составление опорной схемы,	

		выбора профессии. 1 час			ость»	работа над проблемными вопросами	
1.3	15.09 22.09	Профессиограмма и анализ профессий. –	Разнообразие профессий. Научные способы классификаций профессий	2	Проф.игра «Профессия на букву».	Работа с таблицами по классификации профессий	
1.4	29.09 06.10	Тема 4. Роль мотивов и жизненных ценностей в профессиональном выборе. –	Современный рынок труда. Новые профессии.	2	Игра «Угадай профессию по описанию»	Составление кроссворда по названиям новых профессий	
1.5	10.10 17.10	Тема 5. Человек на рынке труда-	Понятие профессиограммы. Анализ профессии.	2	Профигра «Самая – самая...»	Составление профессиограмм	
1.6	24.10 31.10	Тема 6. Среди людей –	Перечень профессий данного типа проф.качества	2	Профигра «Узнай профессию»	Активное участие в игре, дискуссия	
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК – 9 ЧАСОВ							
2.1	14.11 21.11 28.11	Тема 7. Эмоционально-личностная сфера.	Проведение проф.методик	3	Тестирование	Работа с тестами	
2.2.	05.12 12.12	Тема 8. Способности.	Проведение методик	2	Тестирование	Работа с тестами	
2.3	19.12 26.12	Тема 9. Профессиональные интересы и склонности	Проведение методик	2	Тестирование	Работа с тестами	
2.4	16.01	Тема 10.	Проведение	2	Тестиро-	Работа с	

	23.01	Работа с результатами и диагностики	методик		вание	тестами	
практический блок – 15 часов							
3.1	30.01 06.02 13.02	Тема 11. Умение учитывать сильные и слабые стороны при выборе профессии. –	научить учащихся составлять алгоритмы по: принятию решений	3	Решение ситуационных задач	Работа с тестами	
3.2.	20.02 27.02 06.03	Тема 12. Развитие умение делать выбор и принимать решения –	научить учащихся составлять алгоритмы по: принятию решений	3		Работа с тестами	
3.3.	13.03 20.03 03.04	Тема 13. Развитие навыков эффективного общения -	Развить навыки конструктивного общения	3	Решение ситуационных задач	Работа с тестами	
3.4	10.04 17.04	Тема 14. Десять шагов уверенности в себе.	Научить учащихся нести ответственность за принятые решения и сделанный выбор.	2	Решение ситуационных задач	Работа с тестами	
3.5	24.04 08.05 15.05	Тема 15. Планирование профессионального пути. –	Научить самоанализу и способу определения целей; осуществлению самостоятельного выбора	3		Работа с тестами	
3.6	22.05	Тема 16. На пороге новой жизни	обобщение полученных знаний и	1	Индивидуальные презентац	Работа с тестами	

			навыков по планированию профессионального и жизненного пути. Защита творческого проекта «Моя будущая профессия»		ИИ		
--	--	--	--	--	----	--	--