****

**Пояснительная записка**

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. 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 предметный курс «Как стать успешным» является сегодня актуальным и востребованным, поскольку направлен на решение большинства перечисленных проблем.

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

**Задачи:**

1. Повышение информационной готовности к зрелому выбору, что включает в себя информированность:

- о возможных способах получения желаемого образования после школы;

- об усилиях, которые потребуется приложить для его получения;

- о наличии собственной практической готовности и способностей для получения избранного образования;

- о профессиях, которыми можно овладеть благодаря получаемому образованию;

- о возможности реализовать свои жизненные цели и планы через избранный способ образования и последующую профессиональную деятельность.

1. Повышение мотивационно-ценностной готовности к зрелому выбору, что включает:

- сформированность у выпускника самооценки, адекватной личным способностям и возможностям получить желаемое образование;

- наличие ценностных ориентаций и индивидуально выраженных целей, связанных с дальнейшим способом получения образования и будущей профессией.

3. Повышение практической готовности, предполагающей:

- умение учитывать свои возможности при выборе профессии;

- умение делать осознанный выбор и нести за него ответственность.

Предметный курс рассчитан на 34 часа и предназначен для учащихся 11-ых классов любого профиля. Курс состоит из трех блоков:

1. Информационный блок (1-10 занятие).

2. Диагностический блок (11-19 занятие).

3. Практический блок (20-34 занятие).

В основе предметного курса «Как стать успешным» лежит программа А.П. Чернявской «Психологическое консультирование по профессиональной ориентации». Кроме этого при разработке курса использованы программа Г.В. Резапкиной «Секреты выбора профессии» и учебное пособие М.С. Гуткина, П.С. Лернера, Г.Ф. Михальченко и др. «Твоя профессиональная карьера».

Предметный курс «Как стать успешным» рассматривает понятие «успешность» с двух сторон: если человек выберет правильную профессию, то он будет успешен и как личность и если человек будет успешным как личность, то он сумеет адекватно выбрать профессию. Таким образом предметный курс направлен на формирование у старшеклассников следующих знаний, умений и навыков:

1. Дать учащимся максимум информации.

2. Научить учащихся использовать полученную информацию при построении своей личностной и профессиональной траектории.

Осуществление контроля в рамках реализации элективного курса ожидается через ряд мероприятий:

1. Самостоятельные работы.
2. Зачеты по пройденным темам в различных формах (рефераты, презентации, творческие проекты и т.д.)

**Учебно-тематический план**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название темы** | **Количество часов** |
| **ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЛОК**Тема 1. Формула успеха. Кто такие успешные люди.Тема 2. Профессиональный выбор: секреты выбора профессии.Тема 3. Профессиограмма и анализ профессий.Тема 4. Роль мотивов и жизненных ценностей в профессиональном выборе.Тема 5. Человек на рынке труда.Тема 6. Среди людей. | **1****1****2****2****2****2** |
|  | **Итого: 10** |
| **ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ БЛОК**Тема 7. Эмоционально-личностная сфера.Тема 8. Способности.Тема 9. Профессиональные интересы и склонности.Тема 10. Работа с результатами диагностики. | **3****2****2****2** |
|  | **Итого: 9** |
| **ПРАКТИЧЕСКИЙ БЛОК**Тема 11. Умение учитывать сильные и слабые стороны при выборе профессии.Тема 12. Развитие умения делать выбор и принимать решения.Тема 13. Развитие навыков эффективного общения.Тема 14. Десять шагов уверенности в себе.Тема 15. Планирование профессионального пути.Тема 16. На пороге новой жизни. | **3****3****3****2****3****1** |
|  | **Итого: 15** |
|  | **Всего: 34** |

**Краткое 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 выбор: 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. обучение 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 успехи 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 (2часа).**

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:

2. анализу своих сильных и слабых сторон;

3. принятию решений;

4. самоанализу и способу определения целей;

6. научить учащихся навыкам планирования своего жизненного и профессионального пути

7. 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»

Проективный 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»

**Использованная литература**

1. Анн Л. Психологический тренинг с подростками. –СПб.: Питер, 2003, 272 с.
2. Гуткин М.С., Лернер П.С., Михальченко Г.Ф. Твоя профессиональная карьера: учеб. для 8-9-ых классов общеобразовательных учреждений –М.: Просвещение, 2005
3. Немов Р.С. Психология. В 3 кн. Кн. 3. –М.: Просвещение, 1994
4. Пакет психодиагностических методик /под ред. В.Г Асеева. –И.: ИГПИ, 199
5. Профильное обучение в условиях модернизации. –М., 2004. –358 с.
6. Пряжников Н.С. Игровые профориентационные упражнения. – М.: «Институт практической психологии». Воронеж: НПО «Модэк», 1997, 56 с.
7. Пьянкова Н.И. Проектирование и экспертиза учебных курсов по выбору учащихся. –М.: АПК и ПРО, 2004. – 22 с.
8. Рай Лесли. Развитие навыков эффективного общения. –СПб.: Питер, 2002, 288 с.
9. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии: Научно-популярное издание. –М.: Генезис, 2002.

10. Социальная психология и этика делового общения: Учеб. пособие для вузов/Под общей ред. В.Н. Лавриненко. –М.:Культура и спорт, ЮНИТИ, 1995, 160 с.

11. Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации. –М.:ВЛАДОС, 2001.

12. Я, ты, мы в зеркале познания (сборник методик) /Сост. С.Ф. Спичак. –М.: «Институт практической психологии», Воронеж: «НПО «МОДЭК», 1995

**Список литературы, рекомендуемой для учащихся**

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. Выбираем профессию: 100 вопросов и 100 ответов. –Л., 1990

5. Гуткин М.С., Лернер П.С., Михальченко Г.Ф. Твоя профессиональная карьера: учеб. для 8-9-ых классов общеобразовательных учреждений –М.: Просвещение, 2005.

6. Жариков Е., Крушельницкий Е. Для тебя и о тебе. –М., 1991

7. Карнеги Д. Как завоевывать друзей и оказывать влияние на людей; Как вырабытывать уверенность в себе и влиять на людей, выступая публично; Как перестать беспокоиться и начать жить: Пер. с англ. –М., 1990

8. Климов Е.А. Как выбирать профессию? –М., 1990.

9. Прощицкая Е.Н. Практикум по выбору профессии. –М., 1995

10. Экскурсии в мир профессий. –Л., 1990