

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования Красноярского края**  
**МКУ "Управление образования г.Енисейска"**  
**МБОУ «СШ №3 имени А.Н.Першиной»**

**РАССМОТРЕНО**

На заседании  
методического  
объединение учителей  
ООО  
СОО  
Протокол №1  
от 31 августа 2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по  
воспитательной работе  
Марчук М.Д.  
31.08.2023

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБОУ «СШ №3  
имени А.Н.Першиной»  
\_\_\_\_\_С.В.Тараторкина  
Приказ № 03-10-149  
Приказ № 03-10-150  
от 31.08.2023

Рабочая программа  
по учебному курсу внеурочной деятельности  
**кружок**  
**«Психология успеха»**  
для обучающихся 9 - 11 классов

Новолодская И. Е.

Енисейск, 2023

### ***Пояснительная записка***

**Данная программа разработана на основе программы:** элективного курса для учащихся 10–11-х классов "Психология успеха" Панькова Лидия Николаевна, программа тренинговых занятий для старшеклассников "Формула успеха" (Психологическая подготовка к ОГЭ) Салимуллина Лилия Рафаиловна, спецкурс "Психология успеха" для учащихся 10–11-х классов Репухова Яна Валерьевна.

В основу программы положены следующие материалы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 31.12.2014) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Минобрнауки РФ от 17.12.2010 №1897 (с изменениями)
- Примерная основная образовательная программа основного общего образования (одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 8.04.2015 1/15)
- Приказ Минпросвещения России от 28.12.2018 N 345 "О федеральном перечне учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования"
- Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ СШ №3 г.Енисейска
- Учебный план МБОУ «СШ №3 имени А.Н.Першиной» на 2021-2022 учебный год.
- Положение о рабочих программах учебных предметов, реализующих ФГОС, МБОУ СШ №3 г.Енисейска, утвержденное приказом 01.09.2016 № 03-10-123/4

Необходимость получения психологического образования уже в школьные годы напрямую связана с обстоятельствами современной жизни. Все провозглашаемые обществом нравственные ценности – гуманизм, демократизм, сотрудничество, толерантность и др. основаны на психологических законах общения и взаимодействия людей.

Чтобы быть успешным в современном обществе, важно ещё в школьные годы получить знания и навыки в сфере деловой психологии. Правильно общаться и строить гармоничные отношения с окружающими, достойно выходить из конфликтных ситуаций и справляться со стрессом, разрабатывать стратегии достижения успеха. Помочь

старшеклассникам в освоении этих навыков может изучение спецкурса «Психология успеха».

При разработке программы учитывались принципы системности, научности и доступности. В результате прохождения курса учащиеся получают возможность узнать себя, свои внутренние ресурсы и слабые стороны. Обучиться широкому ряду личностных и социальных навыков и приложению этих навыков к конкретным ситуациям. Изучая методики и стратегии, учащиеся могут отработать эти умения в практической части курса на различных упражнениях. Темы, рассматриваемые в рамках данного спецкурса, сочетаются таким образом, что полученные учащимися теоретические знания дополняются элементами психологического тренинга, ролевыми играми, анализом ситуаций, получением обратной связи.

**Цель программы:**

развитие психологической культуры учащихся, создание условий для накопления личностных ресурсов для конструктивного подхода к осознанному выбору жизненного пути и успешной социализации после окончания школы.

**Задачи:**

- актуализация и активизация процесса исследования собственных личностных ресурсов, раскрытие возможностей целенаправленного саморазвития,
- развивать уверенность в себе, в своих способностях и возможностях и быть эффективным в избранных сферах деятельности,
- совершенствование навыков понимания себя и отношение к себе, своей жизни с должным уважением, умение быть независимым, отстаивать свои позиции конструктивными способами, развитие способности конструктивно строить свои взаимоотношения с окружающими,
- формирование навыков анализа ситуаций, мотивов, интересов поступков других людей,
- повышение психологической компетентности учащихся через расширение и углубление знаний о своей индивидуальности,
- прояснение и развитие временной перспективы будущего,
- формирование практических навыков применения полученных знаний в жизни,
- выработка навыков самоанализа,
- формирование готовности брать на себя ответственность за свой выбор,
- профилактика нарушений психологического здоровья.

### **Категория обучающихся, принцип набора в группу:**

Учащиеся 9х, 11х классов на добровольной основе

**Методы** работы на занятиях включают лекции, беседы, дискуссии, ролевые и деловые игры, диагностики, тестирования, семинары, элементы тренинга. Преобладающим является использование интерактивных форм, предполагающих активное субъектное участие учащихся в процессе.

### **Планируемый результат.**

**Непосредственные результаты** выражаются в овладении навыками практического самопознания и углублении знаний о своих психологических ресурсах. Учащиеся узнают теоретические основы психологии общения, возможные барьеры в общении. Психологические принципы, лежащие в основе человеческого поведения.

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

В целом на курс отводится 16 часа, по одному часу в неделю.

### **Формы контроля и методы оценки знаний учащихся.**

Каждую тему спецкурса завершают практические упражнения, включающий изученный теоретический материал, но позволяющий оценить умения применять знания на практических упражнениях и заданиях.

На последнем занятии проверка результативности курса путем кейс-метода, учащимся будет предложена реальная жизненная ситуация, описание которой одновременно отражает не только какую – либо практическую проблему, но и актуализирует определенный комплекс знаний, который необходимо усвоить при разрешении данной проблемы.

Так же в конце курса участникам будет предложена анкета, об удовлетворенности от пройденного курса занятий.

**Примерное тематическое планирование курса «Психология успеха».**

<b>Темы</b>
<b>Тема 1.</b> Введение в курс.
<b>Тема 2.</b> Знакомство с самим собой (мои сильные и слабые стороны).
<b>Тема 3.</b> Структура личности.
<b>Тема 4.</b> Способы познания и самопознания личности.
<b>Тема 5.</b> Общение. Виды коммуникации, барьеры в коммуникации.
<b>Тема 6.</b> Умение слушать. Виды слушания. Техника активного слушания.
<b>Тема 7.</b> Конфликт. Причины конфликтов. Стиль поведения в конфликте.
<b>Тема 8.</b> Я в социуме.
<b>Тема 9.</b> Психологические защиты. Проекция.
<b>Тема 10.</b> Стресс. Фазы развития стресса. Способы реагирования на стресс.
<b>Тема 11.</b> Саморегуляция. Приемы саморегуляции
<b>Тема 12.</b> Убеждение, внушение, психическое заражение.
<b>Тема 13.</b> Ресурсы и сила.
<b>Тема 14.</b> Профессиональное ориентирование
<b>Тема 15.</b> Стратегии успеха. Гибкость и устойчивость в достижении успеха.
<b>Тема 16.</b> Итоговая диагностика эффективности курса
Итого 16 часов

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Н.П. Локалова «Уроки психологического развития в средней школе (5-6 классы)». Мышление, логика, память, эмоции. Издательство «Ось» 1989год.. Москва.

О.В. Хухлаева «Тропинка к своему Я». Уроки психологии в средней школе (5-6 классы).Издательство «Генезис» 2008 год. Москва.

Е.Г. Коблик «Первый раз в пятый класс!» Программа адаптации детей к средней школе. Издательство «Генезис» 2003 год. Москва.

Р.М. Мухаметова «Психология» 5 класс. Издательство «Учитель - АСТ» 2005 год. Волгоград.

Л. В. Строганова«Уроки практической психологии в начальной школе». Центр педагогического образования 2007 год. Москва

Ю. Г. Трамберг «Развитие интеллекта ребенка» Издательство «Речь» 2002 год. Санкт-Петербург.

Н.Н Амбросьева «Классный час с психологом» Сказкотерапия для школьников Издательство «Глобус» 2006 год. Москва.

А. Г. Грецов«Тренинги развития с подростками: Творчество, общение, самопознание»2011год.

Стишенок И.В. Сказкотерапия для решения личных проблем. Речь; М.: Сфера, 2010 год.

С.Б. Белогуров, В.И. Климович «Профилактика подростковой наркомании. Навыки противостояния и сопротивления распространению наркомании». Наглядно-методическое пособие для проведения занятий с подростками 12-16 лет. Издательство «Центр – планетариум», Москва 2003 год

Н.П. Майорова, Е.Е. Чепурных, С.М. Шурухт «Обучение жизненно важным навыкам в школе». Издательство «Образование – культура», Санкт-Петербург 2002