

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
города Кургана «Гимназия №31»**

Рассмотрена и принята на
заседании педагогического совета

Протокол №1 от 30 августа 2018 г.



Утверждаю
Директор гимназии
/Н.Л.Древницкая/

Приказ № 179-Д
от 30 августа 2018 г.

**Программа
учебного курса
«Психологический практикум»
для уровня основного общего образования**

Составитель: Царук Яна Викторовна, педагог-психолог
МБОУ «Гимназия №31».

Курган, 2018 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учебного курса «Психологический практикум» для уровня основного общего образования составлена на основе следующих документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 N-273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» в действующей редакции;
- Фундаментального ядра содержания общего образования;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 № 1897) в действующей редакции;
- Примерной основной образовательной программы основного общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 года №1/15) в действующей редакции;
- новой редакции «Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ города Кургана «Гимназия №31», утвержденной приказом директора МБОУ «Гимназия №31» № 179-Д от 30 августа 2018 г.
- Положения о рабочей программе по учебному предмету, утвержденного приказом директора № 179-Д от 30 августа 2018 г.;
- с учетом авторской программы «Твоя профессиональная карьера» под редакцией С.Н.Чистяковой.

Целью учебного курса «Психологический практикум» является содействие созданному профессиональному выбору каждого учащегося. Она направлена на достижение следующих **задач**:

- повысить уровень психологической компетенции учащихся за счёт вооружения их соответствующими знаниями и умениями, расширения границ самовосприятия, пробуждения потребности и самосовершенствовании;
- дать учащимся представление о способах и средствах профессионального самоопределения;
- выявить особенности индивидуального развития личности применительно к будущей профессиональной деятельности;
- способствовать уточнению профессиональных планов и адекватному выбору карьеры с учетом собственных возможностей и потребностей рынка.

Общая характеристика учебного курса «Психологический практикум»

Одна из важных жизненных проблем, с которой сталкивается старшеклассник – это выбор будущей профессии. Вопрос «Кто я?» и «Кем я буду?» задает себе каждый молодой человек. Главное – сделать правильный выбор, соответствующий интересам, способностям, возможностям, ценностным установкам и требованиям, которые предъявляют профессии к личности человека. Правильно сделанный выбор – это начало пути к успеху, к самореализации и благополучию в будущем.

Однако большинство учащихся не имеют ясной жизненной перспективы. О множестве новых профессий школьники практически не имеют информации, к тому же и традиционные профессии существенно изменяются. Выбирая будущую профессию, старшеклассник, как правило, делает упор на свои интересы, склонности, не учитывая при этом требований той или иной сферы профессиональной деятельности: наличия психофизических возможностей, интеллектуального потенциала, профессионально значимых качеств личности. Учебный курс «Психологический практикум» помогает учащимся определить наличие и направленность своих профессиональных интересов и склонностей, личностных и деловых качеств, необходимых для овладения определённой сферой профессионального труда; познакомиться с правилами принятия решения и планирования своего профессионального пути. Это позволит подготовиться к будущей трудовой деятельности и в дальнейшем успешно выстроить профессиональную карьеру, адаптируясь к требованиям рынка труда.

Место учебного курса «Психологический практикум» в учебном плане МБОУ «Гимназия №31»

Учебный план МБОУ «Гимназия №31» предусматривает обязательное изучение данного курса на этапе основного общего образования в объеме 17 ч. в восьмом классе.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА «ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПРАКТИКУМ»

Изучение данного курса в основной школе обуславливает достижение следующих **личностных результатов**:

- ответственное отношение к учению, готовность и способность к саморазвитию;
- построение дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду;
- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.

Метапредметными результатами являются:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности.

Предметными результатами являются:

- освоение основных понятий курса: психологические особенности личности; самоопределение; профессиональные интересы и склонности, способности; самооценка; «Я-концепция»; темперамент; характер; воля; эмоции, память, внимание (их виды и роль в выборе профессии); общение; мышление; интеллект; карьера; личный профессиональный план; профессиональная пригодность;
- понимание назначения профессионального самоопределения, правил выбора профессии, требования к составлению личного профессионального плана;
- осознание своих личностных особенностей, способностей, склонностей, интересов, необходимых при выборе профессии;
- изучение психологических особенностей своей личности;
- выявление своих способностей и профессионального интереса;
- определение уровня своей психологической готовности к осознанному выбору профессии;
- определение соответствия выбранной профессии своим способностям и запросам рынка труда;
- составление своего личного профессионального плана;
- проектирование своей профессиональной карьеры.

В ходе освоения курса «Психологический практикум»

ученик научится:

- самостоятельно применять полученные знания;
- соотносить свои интересы, способности и возможности с выбором профессии, учитывать свои возможности и способности при выборе профессии;
- работать над развитием творческих способностей, над развитием умения работать в группе, вести дискуссию, отстаивать свою точку зрения;
- проводить элементарный психологический эксперимент;
- осознавать свои особенности и особенности других людей;
- оценивать свои чувства в отношении других людей;

В процессе обучения ученик получит возможность

- *познакомиться с влиянием свойств личности на выбор профессии; с влиянием интересов на профессиональное определение;*
- *фантазировать;*
- *принимать людей такими, какие они есть;*

- *конструктивно разрешать конфликты со сверстниками и взрослыми;*
- *сотрудничать;*
- *планировать свои цели и пути самоизменения.*

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА «ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПРАКТИКУМ»

Введение

Цели и задачи курса, специфика занятий по психологическим основам выбора профессии.

Путь к самопознанию. Образ «Я» и профессии

Внутренний мир человека и возможности его познания. Представление о себе и выборе профессии. Секреты выбора профессии. Типичные ошибки при выборе профессии. Интересы и склонности в профессиональном выборе «хочу». Возможности личности в профессиональной деятельности «могу». Профессиональная карьера и здоровье.

Психические особенности личности

Свойства нервной системы в профессиональной деятельности. Темперамент в профессиональном становлении личности. Ведущие отношения личности в профессии. Эмоциональные состояния личности. Волевые качества личности.

Неисчерпаемость человеческих возможностей, ведущих к профессиональному успеху

Способность к запоминанию. Способность быть внимательным. Человек среди людей. Интеллектуальные способности и успешность профессионального труда. Человеческие ресурсы.

Тесты: опросник «Карта интересов» А.Е.Голомштока, анкетирование «Ориентация» (я могу) И.С.Соломин, опросник Г.Айзенка, методика диагностики оперативной оценки самочувствия, активности, настроения, тест «Волевой ли вы человек?», тест «Избирательность внимания» Г.Мюнстерберга, методика «Оперативная память», методика «Корректирующая проба» Бурдона, методика «Пиктограмма» А.Р.Лурия, Школьный Тест Умственного Развития, тест «Какой я в общении?».

Упражнения: «Имя-легенда», «Покажи, кто он?», «Угадай профессию», «Профессия – необходимые умения», «Мелодия профессии», «Найди память», «Мой характер», «Обмани меня», «Наблюдательность», «Спина к спине», «Говорю за другого».

Работа с карточками: «Проявление темперамента в профессиональных ситуациях», «Ситуации выбора профессии».

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА «ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПРАКТИКУМ»

№	Наименование разделов	Количество часов
1	Введение	1
2	Путь к самопознанию. «Образ Я» и профессия	5

3	Секреты выбора профессии. Типичные ошибки при выборе профессии	5
4	Неисчерпаемость человеческих возможностей, ведущих к профессиональному успеху	6
	Всего	17

Имеющееся в кабинете оборудование позволяет реализовать программу учебного курса «Психологический практикум» в полном объеме.