**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**‌****Министерство образования Оренбургской области‌‌**

**‌****Управление образования администрации МО Оренбургского района‌**​

**МБОУ "Пригородная СОШ №1 Оренбургского района"**

‌

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного курса «Психология успеха»**

для обучающихся 11 классов

​**п.Пригородный****,** **2024**

**Пояснительная записка**

Программа учебного курса “Психология успеха ” предназначена для учащихся 11-х класса и рассчитана на 34 часа (один год обучения). Сейчас каждый, кто стремится полноценно прожить жизнь, добиться успехов в обществе, а главное – постоянно ощущать радость жизни, должен уметь управлять собой, противостоять обстоятельствам, изменять себя, если это необходимо.

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

Отсутствие психологической грамотности в нашем обществе тормозит полноценную реализацию этих принципов в жизни. Приобретая психологические знания, школьники получают возможность полнее развивать свои способности, лучше разбираться в других людях и эффективнее строить отношения с ними.

“Психология успеха” способствует профилактике социальной дезадаптации, основанной на главных психологических и социальных факторах, ответственных за адаптивное поведение. Эта программа рассматривает вопросы, относящиеся к самопознанию, самосовершенствованию. Учащиеся получают возможность обучатся 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.

Изучение курса предполагает изучение теоретического материала без глубокого проникновения в теоретические основы психологии, более важным представляется формирование умений и навыков самостоятельного успешного выхода из проблемной жизненной ситуации, формирование компетентностей социализации в постшкольную образовательную и общественную среду. Важно, что психолог не учит «правильному выбору», не «руководит» выбором, не «диагностирует» все, что связано с выбором. Роль психолога заключается в том, чтобы создать условия для повышения готовности учащихся к адекватному поведению в ситуации выбора образовательного, профессионального, жизненного пути.

Помогает ли изучение предмета проявить старшеклассникам свою индивидуальность, обрести конкретный успех в конкретном деле, формируется ли умение «быть успешным»? Думается, что да. Так, зачётной работой по курсу стала «организация собственного успеха» каждым из учащихся или группой учащихся в школьном и/или внешкольном пространстве.

**Цель:**развитие социальной компетентности и активности через формирование психологической культуры учащихся.

**Задачи спецкурса состоят в следующем:**

* Развитие у старшеклассников способности конструктивно строить свои взаимоотношения с окружающими, при этом анализируя мотивы, интересы и поступки других людей.
* Развитие уверенности в себе, в своих способностях и возможности быть эффективным в избранных сферах деятельности;
* Осознание необходимости и способности быть субъектом общественной жизни и деятельности.

**Содержание курса:**

1. Диагностика.
2. Раздел 1. Основы социальной психологии.
3. Раздел 2. Психология общения.
4. Раздел 3. Основы конфликтологии.
5. Раздел 4. Стресс.
6. Технологии успеха

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

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

**Требования к уровню подготовки обучающихся**

* Конструктивно строить свои взаимоотношения с окружающими.
* Уметь анализировать мотивы, интересы и поступки других людей.
* Иметь уверенность в своих способностях.
* Быть уверенным в себе
* Отстаивать свои позиции конструктивными способами.
* Овладеть мастерством конструктивной критики.
* Рефлексировать свои поступки и поведение.
* Владеть приемами саморегуляции.
* Четко ставить цель и представлять возможные шаги по ее реализации.

**Тематическое планирование 11 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **I** |  |  | **Введение (3 часа)** |
|  |  |  | Задачи спецкурса |
|  |  |  | Вводная диагностика |
|  |  |  | Анализ вводной диагностики |
| **II** |  |  | **Основы социальной психологии. (6часов)** |
|  |  |  | Процесс социализации. Виды групп. Лидерство. Типы лидеров. |
|  |  |  | Стили управления коллективом. Авторитет лидера. |
|  |  |  | Распределение ролей в коллективе. |
|  |  |  | Ролевая игра “Предвыборная компания” |
|  |  |  | Стадии развития коллектива |
|  |  |  | Уровни организации живой материи |
| **III** |  |  | **Психология общения. (12 часов)** |
|  |  |  | 1.Общение. Функции общения. |
|  |  |  | 2.Виды влияния. Манипулирование. |
|  |  |  | 3.Характеристика влияния |
|  |  |  | 4.Умение слушать. Виды слушания. Техника активного слушания. |
|  |  |  | 5.Невербальное общение. Межличностное пространство. Мимика, жесты, позы. |
|  |  |  | 6.Деловое общение. Деловая беседа. |
|  |  |  | 7.Контактная фаза деловой беседы. Ориентировочная фаза деловой беседы. |
|  |  |  | 8.Фазы обсуждения и принятия решения. |
|  |  |  | 9.Ролевая игра “Прием на работу” |
|  |  |  | 10.Публичное выступление |
|  |  |  | 11.Конструктивная критика. |
|  |  |  | 12.Общение по телефону. |
| **IV** | **Основы конфликтологии. (5 часов)** | | |
|  |  |  | 1.Конфликт. Причины конфликтов. Стиль поведения в конфликте. |
|  |  |  | 2.Стили поведения в конфликте. |
|  |  |  | 3.Конструктивное разрешение конфликтов. Сообщение о своих чувствах с помощью “Я-высказывания” |
|  |  |  | 4.Психологические защиты. Проекция. |
|  |  |  | 5.Конфликт. Причины конфликтов. Стиль поведения в конфликте. |
| **V** | **Стресс. (2 часов)** | | |
|  |  |  | 1.Стресс. Фазы развития стресса. Способы реагирования на стресс. |
|  |  |  | 2.Саморегуляция. Приемы саморегуляции |
| **VI** | **Технологии успеха. (8 часов)** | | |
|  |  |  | 1.Успех и целеполагание. |
|  |  |  | 2.Что помогает достижению успеха |
|  |  |  | 3.Что мешает достижению успеха? Организованность и достижение успеха. |
|  |  |  | 4.Планирование достижений. Самопрограмирование. |
|  |  |  | 5.Стратегии успеха. Гибкость и устойчивость в достижении успеха. |
|  |  |  | 6.Защита проектов |