

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 11
города Невинномысска Ставропольского края

«РАССМОТРЕНО»
на заседании методического совета
Протокол № 1
от 31.08. 2018г.
Принято на заседании
педагогического совета школы
протокол № 1 от 31. 08. 2018 года



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор
МБОУ СОШ № 11
Г.И. Рябова
Приказ № 477
от « 01 сентября » 2018 г.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности
Название: «Первая проба пера».
программы «Профессиональное самоопределение школьника»
направление социальное
Срок реализации: 1 год (34 часа)
Класс: 6

г. Невинномысск
2018

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Профессионализм – это не только характеристики производительности труда, но и особенности мотивации личности человека труда, системы его устремлений, ценностных ориентаций, смысла труда для самого человека. Профессиональная ориентировка обучающихся школы является составной частью педагогической деятельности и решает одну из важнейших задач социализации личности – задачу её профессионального самоопределения. Для овладения определенной профессией обучающихся необходимо постоянно повышать уровень познавательной активности и развивать способность к осознанной регуляции трудовой деятельности. На достижение этих задач направлена непосредственно внеурочная деятельность, где уже в начальной школе воспитываются, а в среднем звене закрепляются, такие качества личности как трудолюбие, настойчивость, умение работать в коллективе, уважение к людям труда. Сообщаются элементарные знания по видам труда, формируются трудовые качества, проводится обучение доступным приемам труда, развивается самостоятельность в труде, прививается интерес к труду. Кроме того, во внеурочное время у школьников с помощью активных средств профориентационной деятельности (деловые игры, общественно-полезный труд, экскурсии, индивидуальная работа и др.) формируется добросовестное отношение к труду, понимание его роли в жизни человека и общества, дается установка на выбор профессии, развивается интерес к трудовой деятельности.

Чтобы подростки сориентировались в профессиональном выборе и подготовились к жизни в условиях рыночной экономики, в школе введена программа внеурочной деятельности «Профессиональное самоопределение школьника». Программа позволяет стимулировать интерес школьников к будущему, к своей личности, своим способностям, целенаправленно развивать интерес к профессии.

В среднем звене и старших классах организация курса внеурочной деятельности «Профессиональное самоопределение школьника» обеспечивает формирование у учащихся необходимого объекта профессиональных знаний и вообще трудовых умений.

Работа с учениками 5-7 классов направлена на формирование и сознание ими своих интересов, общественных ценностей, связанных с выбором профессии и своего места в обществе. При этом будущая профессиональная деятельность выступает для подростка как способ создания определенного образа жизни, как путь реализации своих возможностей.

Работа со школьниками 8- 9 классов направлена на формирование представления о профессиях, перспективах профессионального роста и мастерства, правилах выбора профессии, а также умения адекватно оценивать свои личностные возможности в соответствии с требованиями избираемой профессии. Оказанием обучающимся индивидуальной консультационной помощи в выборе профессии, определение стратегии действий по освоению запасного варианта.

Проблема выбора профессии стоит перед обучающимися всегда, а сейчас она становится актуальной в связи с изменениями, происходящими в нашем обществе. О множестве новых профессий школьники практически не имеют информации, да и традиционные профессии претерпевают существенные изменения. Необходимо сосредоточить внимание школьников на формировании профессионально важных качеств в избранном виде деятельности, оценке своих реальных возможностей.

Особенностью данной программы является комплексный подход в изучении психологических особенностей деятельности человека в трудовых условиях в таких аспектах, как становление его как профессионала, профессиональная ориентация и самоопределение, мотивация трудового процесса, механизм трудового опыта, качество труда, адаптация человека к трудовым условиям.

Новизна программы в том, что акцент делается на исследование в области профессионального отбора, обучения, тренировки. У школьников происходит оформление системы знаний о человеке в трудовом процессе.

Целью данной программы является подготовка обучающихся к самостоятельной трудовой деятельности, через комплексное оказание содействия процессу профессионального и личностного самоопределения.

К числу основных задач программы относятся:

- предоставление информации о мире профессий, через личностное развитие учащихся на каждом возрастном этапе;
- организация работы по профессиональному определению воспитанников в соответствии с интересами, медицинскими показаниями, способностями;
- формирование трудовых навыков и умений, помогающих развитию творческих способностей;
- формирование у воспитанников способности соотносить свои индивидуально-психологические особенности и возможности с требованиями выбираемой профессии;
- оказание психолого-педагогической поддержки в выборе профиля обучения и продолжения образования.

Выбор профессии — важный этап в жизни молодого человека, от которого зависит его дальнейшая судьба. Как сориентироваться в многообразии профессий? Как сопоставить свои желания и склонности с потребностями рынка труда? Эти вопросы очень важны, как важны вопросы о дальнейшем построении образовательной и карьерной траекторий развития. Как правильно выбрать учебное заведение или найти хорошую работу? Это, как ни странно, тоже волнует молодых людей. Данная программа внеурочной деятельности «Профессионального самоопределение школьника» поможет ответить на эти вопросы.

Реализация программы внеурочной деятельности «Профессиональное самоопределение школьника», осуществляется в форме клуба.

В данной программе представлены два блока. Содержание материала в блоках строится по принципу преемственности, а не повторяемости тем. Изучение курса проводится в виде двух разделов, внутри которых темы объединены общей смысловой канвой. Завершается изучение каждого раздела практической работой. Изучение программы внеурочной деятельности «Профессионального самоопределение школьника» завершается итоговым практическим занятием.

1 блок – 6 класса «Первая проба пера».

Профориентационная работа в 6 классе представляет собой занятия в соответствии с интересами и потребностями школьника. По-другому этот этап можно называть «Первая проба пера».

Целью профориентации становится развитие у школьников личностного смысла в приобретении познавательного опыта и интереса к профессиональной деятельности; представления о собственных интересах и возможностях (формирование образа “Я”); приобретение первоначального опыта в различных сферах социально-профессиональной практики: технике, искусстве, медицине, сельском хозяйстве, экономике и культуре. Этому способствует выполнение учащимися профессиональных проб, которые позволяют соотнести свои индивидуальные возможности с требованиями, предъявляемыми профессиональной деятельностью к человеку. К уже использующимся формам работы с младшей школы (профессиональное воспитание, профессиональное просвещение, включающее про информацию профпропаганду и профагитацию) добавляется профессиональная диагностика— изучение личности школьника в целях профориентации. В процессе профдиагностики можно изучить характерные особенности личности: потребности, ценностные ориентации, интересы, способности, склонности, мотивы, профессиональную направленность. Диагностика пятиклассников носит не глубокий характер, поскольку самосознание и рефлексия развиты еще не в полной мере. Отвечать на вопросы теста могут не только сами ученики, но и родители и учителя, для того чтобы получить целостную картину.

В данном блоке также спланирована серия познавательных занятий и экскурсий, на которых проходит ознакомление с профессиями. Таким образом, на выходе профориентация школьников 5-7 классов представляет собой формирование в сознании ученика разнообразных представлений о мире труда и профессий, воспитание у детей уважительного отношения к труду, бережного отношения к результатам труда, понимания значимости труда для жизни общества, подготовку к профориентационной деятельности на следующей ступени школьного обучения.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

В центре внимания программы внеурочной деятельности «Профессионального самоопределение школьника» трудовые и профессиональные взаимоотношения людей, индивидуальные особенности личности будущего работника, характеристика профессиональной деятельности. Это весьма важно понять новым поколениям школьников, которые в будущем станут основой новой российской элиты.

В процессе освоения курса происходит оформление системы знаний о человеке в трудовом процессе, что позволяет наиболее эффективно использовать труд человека, учитывать его личностные особенности и влияние на производство в целом, прогнозировать развитие производственных отношений и многое другое.

Программы внеурочной деятельности «Профессионального самоопределение школьника» связана с применением различных методов профориентационной работы таких как элементы профинформирования во время внеклассных занятий; профдиагностика; помощь в изучении и использовании своих личных особенностей; проблемно-игровые ситуации; экскурсии; беседы; игры; консультации.

Программой предусмотрены такие формы организации занятий, как лекции-беседы, лекции-дискуссии, проведение семинаров, комбинированных занятий. При освоении данного курса рекомендуется широко использовать активные методы обучения: работа малыми группами, «мозговой штурм», проблемная лекция, «коллоквиум» и др.

Настоящая программа предназначена для работы с детьми, начиная с пятого класса. Знания и навыки, полученные учениками в пятом классе, расширяются и углубляются в последующие годы обучения. Программа построена на формирование универсальных учебных действий, обеспечивающих развитие познавательных и коммуникативных качеств личности. Обучающиеся включаются в коммуникативную учебную деятельность, где преобладают такие её виды, как умение полно и точно выражать свои мысли, аргументировать свою точку зрения, работать в сотрудничестве (паре и группе), представлять и сообщать информацию в устной и письменной форме, вступать в диалог и т. д.

Содержание программы направлена на развитие личности ребёнка в целом: умение сравнивать и обобщать, делать выводы; на совершенствование речи школьников, их мышления и творческих способностей. Дается дополнительный материал, обучение связывается с наблюдениями самих учеников (приводятся конкретные примеры из жизни).

Таким образом, разработанный курс внеурочной деятельности «Профессионального самоопределение школьника» не только дает теоретические знания с применением различных методов и методик, как тесты, анкетирование учащихся, изучение показателей учебной и практической – производственной деятельности школьников в различных условиях труда, применяется метод упражнений и тренингов в обучении. А также позволяет школьникам решать вопросы собственного профессионального самоопределения, быть более успешными на современном рынке труда.

ОПИСАНИЕ МЕСТА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ.

Программа внеурочной деятельности «Профессиональное самоопределение школьника» составлена на основе:

- Закона РФ «Об образовании в РФ» (№ 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года);
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».

Программа внеурочной деятельности «Профессиональное самоопределение школьника» по социальному направлению развития личности, входит в часть учебного плана, включающую внеурочную деятельность, формируемую участниками образовательного процесса и обеспечивающую реализацию индивидуальных потребностей обучающихся.

Программа «Профессионального самоопределения школьника» изучается в основной школе в 6 классе, и предполагают проведение регулярных еженедельных внеурочных занятий со школьниками во второй половине дня.

Программа внеурочной деятельности «Профессионального самоопределения школьника» рассчитана на 5 лет обучения, 34 часа в учебный год.

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностными результатами для обучающихся изучения курса «Профессионального самоопределение школьника» являются:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению 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, развития опыта участия в социально значимом труде;

- формирование целостного мировоззрения;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- расширение сферы социально-нравственных представлений, включающих в себя освоение социальной роли ученика, понимание образования как личностной ценности;
- способность к адекватной самооценке с опорой на знание основных моральных норм, требующих для своего выполнения развития этических чувств, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки в мире природы и социуме;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

Метапредметными результатами обучающихся изучения курса «Профессионального самоопределение школьника» являются:

- умение ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности под руководством учителя; развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение планировать пути достижения целей под руководством учителя
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами,
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки; классификации, устанавливая причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, делать выводы;
- умение создавать модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе;
- владение устной и письменной речью;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирование и регуляция своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ – компетенции);

– освоение правил и норм социокультурного взаимодействия со взрослыми и сверстниками в сообществах разного типа (класс, школа, семья, учреждения культуры в городе (селе) и др.).

Предметными результатами обучающихся изучения курса «Профессионального самоопределение школьника» являются:

– усвоение первоначальных сведений о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений, характерных для природной и социальной действительности (в пределах изученного);

– сформированность целостного, социально-ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;

– владение базовым понятийным аппаратом, необходимым для получения дальнейшего образования в области естественно-научных и социально-гуманитарных дисциплин;

– владение навыками устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире природы и социума;

– овладение основами экологической грамотности, элементарными правилами нравственного поведения в мире природы и людей, нормами здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде.

В процессе освоения, курс «Профессиональное самоопределение школьника», согласно возрастным особенностям помогает формированию у детей представлений о различных сторонах профессий, понимания роли труда в жизни человека и общества, развитие интереса к профессиям родителей и наиболее распространенным профессиям ближайшего окружения. Дает общие сведения о трудовой деятельности людей, о содержании труда самых распространенных профессий, о правилах поведения в процессе трудовой деятельности; формирует мотивацию и интерес к трудовой и учебной деятельности; воспитывает трудолюбие, старательность, аккуратность, настойчивость в доведении дела до конца, бережное отношение к результатам своего труда.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

Первый уровень результатов освоения программы «Профессиональное самоопределение школьника» – уровень представления (знакомства).

Обучающийся, находящийся на этом уровне, способен узнавать объекты и процессы, если они представлены ему в материальном виде или даны их описание, изображение, характеристика. На этом уровне школьник

обладает способностью произвести опознание, различение и соотнесение, а также духовно – нравственные приобретения, которые получают обучающиеся вследствие участия их в экскурсиях, профориентационных акциях, играх, выставках, конкурсов рисунков, поделках.

Второй уровень результатов – уровень воспроизведения.

Обучаемый может воспроизвести (повторить) информацию, операции, решить типовые задачи, рассмотренные при обучении. Он обладает знанием-копией. Получение обучающимися опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Третий уровень результатов – уровень умений, навыков и творчества. На этом уровне усвоения учащийся умеет выполнять действия, общая методика и последовательность (алгоритм) которых изучены на занятиях, но содержание и условия их выполнения новые. Здесь различают две разновидности усвоения – умение и навык. Это взаимодействие обучающихся между собой на уровне класса, образовательного учреждения, т. е. в защищенной, дружественной просоциальной среде, в которой ребенок получает практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить, участвуя в профориентационных праздниках, в заочных путешествиях по родному краю, в работе экологических лабораторий. Как известно, творчеством считается проявление продуктивной активности человеческого сознания. На этом уровне необходимо, чтобы он не только овладевал знаниями, умениями, навыками, но и умел их применять в деятельности. Надо «добывать» прочные знания и умения. Нужно пробудить и развить в нем творческие способности. Это возможно только при условии, что в процессе обучения будут применяться специальные творческие задачи исследовательской, проектной, конструкторской, технологической деятельности, т. е. будут реализовываться мотивационные знания.

Программа «Профессиональное самоопределение школьника» способствует формированию у школьников следующих качеств личности:

- развитие интереса к профессиям;
- осознанному выбору профессии;
- стремление к активной деятельности;
- интерес к трудовой и учебной деятельности;
- желание выполнять трудовые поручения;
- воспитание трудолюбия, старательности, аккуратности;
- настойчивость в доведении дела до конца;
- бережное отношение к результатам своего труда;
- дисциплинированность;

– любовь к труду.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

6 класс (34 час.)

Введение. Вводные понятия (2ч)

Потребность знаний трудовых и профессиональных взаимоотношений людей в настоящее время, индивидуальные особенности личности работника, характеристика профессиональной деятельности. Основные понятия становления профессионализма.

Раздел 1 Причины возникновения страха перед экзаменами (22ч)

Тема «Родительский стиль воспитания и опыт детства». Как страх перед экзаменами связан с опытом детства (юности) и с родительским стилем воспитания. Выявление причин, вызывающих страх перед экзаменами. Проявление симптомов страха у разных людей, в разное время и в разной степени. Влияние страха на физическое, психическое самочувствие и поведение людей.

Практическая работа №1. Выполнение задания: детско-родительская профориентационная игра «Поступаем в ВУЗ»

Тема «Страх перед экзаменами и общественные нормы». Рассматривается аспект успеха в нашем современном обществе. Обсуждается проблема, что не всегда имеет место постоянный рост числа мест обучения и работы. Затрагивается вопрос о высококвалифицированной работе, что еще сильнее заставляет успешно сдать экзамен. Одновременно возникает страх быть обойденным другими в связи с имеющимися слабостями. В свою очередь это приводит к изоляции и явному дефициту дружеских контактов.

Практическая работа №2. Выполнить упражнения, которые используются в случаях, когда требуются высокие достижения в ситуациях большой нагрузки. «Готовимся к экзамену».

Практическое занятие №3. Выполнение заданий. Тренинг «Приемы саморегуляции».

Практическое занятие №4. Создание коллажа на тему «экзамен».

Практическое занятие №5. Выполнение заданий. Тренинг «Общение».

Раздел 2 Психологические стратегии оптимальной подготовки и сдачи экзаменов (8ч)

Тема «Важнейшие мысли, вызывающие страх перед экзаменационными ситуациями». Мысли разделены на отдельные области, в которых может возникать страх перед экзаменами – страх перед подготовкой к экзаменам; страх перед ситуацией экзамена; страх перед экзаменатором; страх перед профессиональной несостоятельностью; страх потерпеть неудачу; боязнь успешной сдачи экзамена. Рациональные установки, которые позволяют совершенно спокойно пойти на экзамен, использовать в полной мере свои способности.

Практическое занятие №6. Выполнение упражнения «Эксперимент».

Тема «Мысленные стратегии преодоления страха». Стратегии, которые помогут мотивированно подойти к обучению и лучше раскрыть и продемонстрировать свои знания в ситуации экзамена. Автосуггестии (самовнушения) и контроль над мыслями. Самовнушение – это позитивные мысли, которые внушает себе человек, пока согласно своим чувствам не будет убежден в их правильности.

Практическое занятие №7. Выполнить упражнение «План моего будущего».

Практическое занятие №8. Подкорректировать свой профессиональный план в соответствии с требованиями современного рынка труда. Дискуссия «Кто нужен нашему городу?».

Практическое занятие №9. Выполнения упражнения с элементами арт-терапии «Психологический портрет будущего ...» Подведение итогов.

Список литературы для учителя.

1. Мухаметова, А. М. Разработка программы элективного курса по психологии "Путешествие в мир профессий" / А. М. Мухаметова // Воспитание школьников.- 2010.- № 10.- С. 42-50.- Библиогр. в конце ст.

2. Новак, М. Профориентационная методика "РАДИ" / М. Новак // Школьный психолог: Прил. к газ. "Первое сент." - 2010.- № 19. - С. 4-6.

3. Сухарева Е. Без ошибок : занятие по профориентации для старшеклассников / Е. Сухарева // Классное руководство и воспитание школьников (Первое сент.). - 2010.- № 5. - С. 20-21. - Библиогр. в конце ст.

5. Селезнева, Т. В. Я бы в моряки пошёл, пусть меня научат! / Т. В. Селезнева // Читаем, учимся, играем.- 2010.- № 11.- С. 72-73: ил.- Библиогр.: с. 73.

6. Усова, Н. В. Любимая профессия всегда дарит радость! : классный час / Н. В. Усова // Воспитание школьников.- 2011.- № 3.- С. 33-38. О профессии учитель.

7. Цимбаленко, С. В. Профессии, связанные с географией: классный час с учащимися 7 класса / С. В. Цимбаленко // Воспитание школьников.- 2012.- № 2.- С. 28-32

8. Шорыгина, Т. А. Экономика: доступно о науке / Т. А. Шорыгина // Книжки, нотки и игрушки для Катюшки и Андрюшки.- 2010.- № 9.- С. 45-50.- Продолжение. Начало см. №№ 3, 4, 6, 8 / 2010.

9. Юрко, Т. Б. "Кто хочет стать предпринимателем": сценарий встречи старшеклассников с предпринимателями города / Т. Б. Юрко // Воспитание школьников.- 2011.- № 3.- С. 73-77.

Список литературы для обучающегося

1. Голикова, Л. **Ориентиры в океане литературы** / Л. Голикова // Библиотека.- 2010.- № 1.- С. 44-50.- Библиогр. в конце ст.

О профессии библиографа.

2. Коути, Е. **Детские профессии викторианского Лондона** / Е. Коути // Ларец Клио.- 2011.- № 3.- С. 14-17: ил.

3. Павлова, Е. **С Днем парикмахера!** / Е. Павлова // А почему?.- 2010.- № 9.- С. 28-29.

Календарно – тематическое планирование 6 класс

№	Раздел, темы, раскрывающие основное содержание программы	Основное содержание по темам	Основные виды учебной деятельности	Формы контроля	Дата проведения
Введение. (2ч)					
1-2.	Вводные понятия	Основные понятия становления профессионализма	<i>Проговаривать</i> по цепочки основные понятия профессионализма	Устный опрос	
Раздел I Причины возникновения страха перед экзаменами (18 ч).					

3.	«Родительский стиль воспитания и опыт детства» (1 ч)	Опыт детства (юности) и родительский стиль воспитания	<i>Анализировать</i> родительский стиль воспитания	Устный опрос	
4.	«Страх и его проявления» (1 ч).	Влияние страха на физическое, психическое самочувствие и поведение людей	<i>Изучать</i> влияние страха на самочувствие и поведение людей	Письменный опрос	
Практическая работа №1 (3ч)					
5-7.	«Поступаем в ВУЗ»	Готовности детей к эффективному сотрудничеству.	<i>Выполнять</i> упражнения в детско-родительской профориентационной игре	Наблюдение за решением ситуационных задач	
8.	«Страх перед экзаменами и общественные нормы» (1ч)	Аспект успеха в современном обществе	<i>Писать</i> под диктовку	Проверка конспектов	
9.	«Страх и общение» (1ч)	Страх приводящий к изоляции и явному дефициту дружеских контактов	<i>Приводить</i> примеры, когда возникает страх при общении	Устный опрос	
Практическая работа №2 (2ч)					
10-11.	«Готовимся к экзамену»	Применение простых методик и техник в борьбе со страхами.	<i>Выполнять</i> самостоятельную работу	Анализ и оценка выполненных заданий	
Практическое занятие №3(2ч).					
12-13.	«Приемы саморегуляции»	Управление психоэмоциональ-	<i>Выполнять</i> упражнение в	Анализ результатов практической деятельности.	

		ным состоянием.	тренинге		
Практическое занятие №4 (3ч)					
14-16.	«Экзамен»	Выразить свой внутренний мир через творчество	<i>Создавать</i> коллаж	Анализ и оценка выставки творческих работ	
Практическое занятие №5 (4ч)					
17-20.	«Общение»	Отработать навыки общения, решать психологические проблемы	<i>Выполнять</i> упражнение в тренинге	Рефлексия	
Раздел 2 Психологические стратегии оптимальной подготовки и сдачи экзаменов (14ч)					
21.	«Важнейшие мысли, вызывающие страх перед экзаменационными ситуациями»(1ч)	Знакомство с психологическими стратегиями в подготовке к сдаче экзаменов. Страх перед экзаменами	<i>Комментировать</i> психологические стратегии в подготовке к сдаче экзаменов.	Анализ и оценка ответов на вопросы преподавателя.	
22	«Рациональные установки» (1ч).	Использование рациональных установок.	<i>Описывать</i> рациональные установки	Анализ выполнения самостоятельной работы.	
Практическое занятие №6 (2ч).					
23-24.	«Эксперимент»	Стимуляция умственной деятельности	<i>Выполнять</i> групповые задания	Наблюдение за выполнением заданий	
25.	«Мысленные стратегии преодоления страха» (1ч)	Самовнушение – это позитивные мысли.	<i>Формулировать</i> выводы наблюдений	Оформление понятийного словаря	

Практическое занятие №7. (3ч)					
26-28.	«План моего будущего»	Осмысление своих профессиональных перспектив	<i>Создавать</i> алгоритм построения плана«будущего»	Анализ индивидуального задания	
Практическое занятие №8 (3ч)					
29 – 31.	«Кто нужен нашему городу?»	Побуждение к осознанному выбору профессии.	<i>Подкорректировать</i> «План моего будущего» Отвечать на вопросы	Анализ и оценка результатов практической деятельности.	
Практическое занятие №9 (3ч)					
32-34.	«Психологический портрет будущего ...» Подведение итогов	Расширение представление о себе, своих способностях и возможностях в планирование профессиональной деятельности.	<i>Выполнять</i> упражнения с элементами арттерапии Подводить итоги своей работы	Оценка уровня усвоения материала. Анализ и оценка выполнения и защиты творческой работы	