**Программа образовательной практики**

**«Учимся определять и достигать цели»**

**ФИО, должность автора полностью**

 Галкина Наталья Валентиновна, педагог-психолог МАОУ «Полазненской СОШ № 1», Пермского края, Добрянского района

 Гордиенко Анжелика Олеговна, педагог - организатор МАОУ «Полазненской СОШ № 1», Пермского края, Добрянского района

Тюрикова Марина Александровна, учитель физической культуры МАОУ «Полазненской СОШ № 1», Пермского края, Добрянского района

**Пояснительная записка**

Концептуальной основой данной программы является интеграция антропологического, аксиологического и деятельностного подходов. Антропологический подход предполагает актуализацию и самоосуществление «человеческого в человеке», способность личности школьника к саморазвитию, самовоспитанию, самообучению в соответствии с общечеловеческими ценностями, которые задает аксиологический подход. В свою очередь деятельностный подход определяет средства достижения результата, что соответствует духу и букве стандартов нового поколения.

Актуальность программы обусловлена следующими потребностями общества. Новые образовательные стандарты и сама жизнь, поставили перед школой инновационные задачи. На смену знаниевой парадигме пришла личностно ориентированная, предполагающая субъект-субъектные отношения, самостоятельный выбор школьником образовательных целей и средств их достижения.. Для современных подростков, чье самосознание, система норм и ценностей формируется в новых, все еще продолжающих изменяться условиях, заданных социумом, проблема восприятия своего жизненного пути становиться особенно актуальна. Жизнь современного человека - это постоянный выбор. Перед подрастающим поколением возникает проблема самоопределения, как в профессиональном плане, так и в личной жизни. Учащиеся не могут четко определить цель, составить план действий достижения этой цели, не всегда способны принять самостоятельное решение. Более того, даже на бытовом уровне выбор того, от чего зависит сегодняшняя и дальнейшая жизнь подростка, вызывает у многих затруднения. А невозможность принятия решения подчас приводит к весьма печальным последствиям.

Прежде чем подросток приступит к рассмотрению своего жизненного пути, он должен научиться технологии определения и достижения поставленной цели, которая укладывается в логическую цепочку: целепологание – планирование – самоорганизация – самоконтроль. Эти задачи и легли в программу курса-практикума «Учимся определять и достигать цели», предназначенного для учащихся 8-х классов.

**Цель:** обучение учащихся умению определять цель и выбирать средства ее достижения.

**Задачи:**

1. помочь подростку осознать ценность понятий : «целеполагание», «успех», «самообучение» , «саморазвитие», как способов успешного бытия и жизненно-необходимой потребности для выживания в поликультурном, динамично-изменяющемся мире;
2. привить школьнику навык целенаправленной жизнедеятельности в контексте решения индивидуальных задач самореализации и саморазвития, которые должны быть увязаны с будущим личностным и профессиональным или профильным самоопределением;
3. актуализировать субъектность подростка в решении личностных проблем;
4. воспитать ответственность за принятое решение;

5. сформировать позитивное мышление и позитивное отношение к себе и своему будущему.

**Форма и название программы.**

Образовательная практика «Учимся определять и достигать цели».

**Категория учащихся, для которых предназначена данная программа.**

 Учащиеся 8 классов.

**Количество часов, из них количество часов на аудиторную, практическую, самостоятельную работу учащихся.**

 8 часов аудиторной практической работы и 2 часа на самостоятельную работу.

**Наличие программы в УП школы в плане внеурочной деятельности.**

 Программа реализуется в плане внеурочной деятельности

Организационные условия реализации программы:

Время проведения: второе полугодие,

Режим проведения: 1 час в неделю

Место реализации программы: общеобразовательное учреждение.

**Ожидаемые результаты реализации программы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Результат | УУД | Критерии и показатели результативности программы |
| - 80% школьников имеют позитивное и осознанное отношение учащихся к целеполаганию и планированию.-100% школьников приобретут опыт целеполагания, планирования. -70% школьников могут обозначить средства для достижения своих целей. | *Познавательные:**Умение сформировать проблему;**Умение формулировать цель и искать пути для её реализации.**Коммуникативные:**Умение анализировать действие партнера по группе при создании алгоритма достижения его цели;**Умение работать в группе.* *Регулятивные:**Умение планировать пути достижения собственной цели;**Умение корректировать план своей деятельности в зависимости с создавшейся ситуации.**Личностные:**Понимание необходимости постановки цели для своего саморазвития*.  | * Позитивное и осознанное отношение учащегося к целеполаганию. Показатели: Наличие конкретных 5-8 ответов на вопросы 1-8 опросника «Целеполагание и планирование».
* Позитивное и осознанное отношение учащегося к планированию. Показатели: Наличие конкретных ответов на вопросы 9, 10. Наличие конкретных 5 шагов достижения цели. Шаги достижения цели логически построенные (Опросник «Целеполагание и планирование»)
* В формулировке цели имеются средства и ресурсы для достижения цели. Показатели: Наличие конкретных ответов на вопросы 7-8. (Опросник «Целеполагание и планирование»)

Наличие опыта целеполагания и планирования. Показатели: Наличие сформулированных целей, планов – опыт имеется.Отсутствие сформулированных целей, планов – опыт отсутствует. |

**Содержание образовательной практики:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № занятий | Тема занятий | часы | Виды работ | Способы деятельности |
| педагога | учащихся |
| **Информационно-теоретическая часть (2 часа)** |
| 1 | «Успех, цель, целеполагание» | 1час | фронтальная | * Знакомит учащихся с программой курса.
* Создает проблемную ситуацию: «Нужен ли успех в жизни человека».
* Формирует понятие «успешный человек».
* Знакомит с понятиями «успех», «цель», «целеполагание».
* Знакомит с результатами опроса «Что такое успех?» (информация из интернета)
* Знакомит с видами целей.
* Определяет роль цели для достижения успеха.
 | * Анализируют проблемную ситуацию и формулируют проблему.
* Анализируют образ успешного современного подростка либо описывают человека, которого считают успешным.
* Пытаются ответить на вопросы: «Какой он - успешный человек нашего времени?», «Какую роль для достижения успеха играет самообразование и саморазвитие?».
* Предлагают примеры разных видов цели.
* Сравнивают достижения человека, который имеет цель и того, кто живет только сегодняшним днем.
 |
| 2 | «От мечты к реальности, пути достижения цели» | 1час | групповая | * Предлагает учащимся разбиться по группам и создать постер «От мечты к реальности, пути достижения цели»
* Предлагает поработать с толковыми словарями, чтобы выяснить смысл понятий «мечта» и «реальность» и привести примеры.
* Разъясняет учащимся понятие «категории целей» и дает их классификацию
* Разъясняет пути достижения цели
* Учитель раздает учащимся кейс с набором факторов успеха и неудач на пути к цели.
 | * Находят в словарях различные толкования понятий «мечта» и «реальность» и озвучивают свое понимание, приводят примеры.
* Предлагают примеры разных категорий целей
* Работают в группах: выбирают конкретную цель и предлагают пути достижения этой цели
* Учащиеся в группах анализируют содержание кейса и вычленяют факторы успеха на пути к достижения цели
* Создают постер «От мечты к реальности, пути достижения цели», который должен содержать определение цели, пути достижения и факторы успеха.
 |
| **Диагностическая часть (2 часа)** |
| 3 | Иерархия ценностей личности | 1 час | индивидуальная | * Дает понятия «ценность».
* Проводит упражнение «Мои ценности» (Приложение 2).
* Подводит итог выполнения упражнения «Мои ценности».
 | * Участвуют в обсуждении понятия «ценность».
* Выполняют упражнение «Мои ценности». (Приложение 2).
* Анализируют полученные результаты.
 |
| 4 | Иерархия потребностей личности | 1 час | индивидуальная | * Дает понятия «мотив», «мотивация», «потребность».
* Знакомит с иерархией потребностей ( «Пирамида Маслоу»)
* Проводит инструктаж по выполнению диагностического задания (Приложение 3)
* Знакомит с результатом и подводит итоги
 | * Участвуют в обсуждении понятий «мотив», «мотивация», «потребность».
* Участвуют в обсуждении иерархии потребностей («Пирамида Маслоу»).
* Выполняют диагностическое задание (Приложение 3)
* Анализируют полученные результаты для постановки личной цели на последующих занятиях.
 |
| **Практическая часть (5 часов)** |
| 5 | «Отработка алгоритма постановки цели и пути её реализации»  | 1 час | групповая | * Знакомит с правилами постановки цели
* Проводит вопросник для составления стратегического плана (Приложение 1)
* Знакомит с алгоритмом составления плана реализации цели
* Руководит созданием плана «шагов» достижения единой цели
 | * Обсуждают пункты стратегического плана
* Анализируют алгоритм составления плана реализации цели. Создают план реализации единой цели
 |
| 6 | Ролевая игра «Захотел – спланировал – сделал» | 1 час | групповая | * Формулирует цель игры (Приложение 5)
* Знакомит с правилами игры
* Предлагает описание жизненной ситуации
* Даёт разъяснения, оказывает индивидуальную помощь
* Отслеживает уровень выполнения заданий учащимися
* Организует презентацию решения каждой группы
 | * Участвуют в групповой практической работе, направленной на отработку алгоритма планирования своих действий
* Отрабатывают навыки договариваться в коллективе, принятия единого решения
 |
| 7 | «Разработка и реализация собственной цели» | 1 час | индивидуальная | * Предлагает учащимся определить цель развития у себя каких-то положительных качеств и составить план действий по достижению этой цели.
* Даёт разъяснения, оказывает индивидуальную помощь
* Отслеживает уровень выполнения заданий учащимися и заносит результаты в рейтинговую таблицу
* Оценивает работу учащихся жетонами разных цветов
 | * Индивидуальная работа учащихся по определению цели саморазвития и составлению плана действий для ее достижения. Оформляет цель и план действий на бумажном носителе.
 |
| 8 | Рефлексия «Ясный взгляд на…» | 1 час | индивидуальная | * Предлагает учащимся сесть в круг, озвучивает правила работы в круге («Круг ценностей»)
* Предлагает учащимся ответить на вопросы: Чему вы научились на этом курсе? Что для вас оказалось ценно?
* Предлагает учащимся индивидуально заполнить опросник «Целеполагание и планирование» (Приложение 4)
* Подводит итоги образовательной практики
 | * Учащиеся садятся в круг, выполняют правила работы, дают ответы на вопросы
* Учащиеся заполняют опросник «Целеполагание и планирование»
 |

**Система оценки достижения планируемых результатов:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Критерии оценивания** | **Показатели достижения планируемых результатов** | **Объект оценивания** |
| Позитивное и осознанное отношение учащегося к целеполаганию  | Наличие конкретных 5-8 ответов на вопросы 1-8 | Опросник «Целеполагание и планирование», ответы на вопросы 1-8 |
| Позитивное и осознанное отношение учащегося к планированию | Наличие конкретных ответов на вопросы 9, 10: * Наличие конкретных 5 шагов достижения цели.
* Шаги достижения цели логически построенные
 | Опросник «Целеполагание и планирование», ответы на вопросы 9, 10 |
| Наличие опыта целеполагания и планирования | Наличие конкретного ответа на вопросы 5 и 10 | Опросник «Целеполагание и планирование», ответы на вопросы 5 и 10 |
| В формулировке цели имеются средства и ресурсы для достижения цели | Наличие конкретных ответов на вопросы 7-8 | Опросник «Целеполагание и планирование», ответы на вопросы 7-8 |

 **Материалы необходимые для реализации программы:**

 **Методические:**

Образовательная программа

Критерии оценки деятельности учащихся;

Поурочные разработки занятий.

**Дидактические**

 Презентация для проведения занятий

**Ресурсное обеспечение реализации программы:**

**Для учителя:**

Компьютер, проектор, экран, теннисный мяч

**Для учащихся (на одного человека):**

 Толковый словарь, ватман, маркеры, бумага для записей, конверты различных размеров, список потребностей, теннисный мяч, опросник «Целеполагание и планирование», вопросник для составления стратегического плана, раздаточный материал «Иерархия потребностей».

**Список литературы:**

1. Школа Риторики Светланы Никитиной
2. Г.В. Резапкина Психология и выбор профессии, М., «Генезис», 2006
3. А.В. Микляева Я – подросток., С-Пб., «Речь», 2006
4. Yspex.ru
5. Psyeive.ru Психология жизни
6. Berichnow.ru

**Приложение 1**

**Вопросник для составления стратегического плана**

1. Зачем и почему я это делаю?
2. Чего я хочу добиться в конечном счете? Чьи интересы я при этом затрагиваю? На кого окажет влияние конечный результат?
3. Каковы условия (что? кто? как?), влияющие на процесс реализации цели? Какие препятствия? Какие возможности?
4. Что я делаю хорошо (каковы способности) и что я делаю плохо (каковы слабости)?
5. Что я должен сделать немедленно, прежде всего?
6. Что я должен делать в перспективе?

**Приложение 2**

**Упражнение «Мои ценности»**

Ребятам предлагается представить, что они находятся в банке, в котором хранятся не золото и драгоценные камни, а то, что особенно ценно для каждого человека. Им предлагается на отдельных листочках записать то, что им особенно дорого, и распределить по сейфам. При этом самый большой сейф – для самого дорогого.

**Приложение 3**

**Иерархия потребностей**

 Перед вами список важнейших потребностей. Попробуйте расставить их по степени важности для себя: напротив самого важного поставьте цифру 1, напротив следующего по значимости цифру 2 и так далее до 15. Во время работы мысленно проговаривайте фразу: «Я хочу…»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Добиться признания и уважения |  |
|  | Иметь теплые отношения с людьми. |  |
|  | Обеспечить себе будущее |  |
|  | Зарабатывать на жизнь |  |
|  | Иметь хороших собеседников |  |
|  | Упрочить свое положение |  |
|  | Развивать свои силы и способности |  |
|  | Обеспечить себе материальное благополучие |  |
|  | Повышать уровень мастерства |  |
|  | Избегать неприятностей |  |
|  | Стремиться узнавать что-то новое |  |
|  | Обеспечить себе положение, влияние |  |
|  | Покупать хорошие вещи |  |
|  | Заниматься делом, требующим полной отдачи |  |
|  | Быть понятым другими |  |

 В первую пятерку входят самые значимые для вас на данный момент потребности (оцениваются в 3 балла). Во второй пятерке потребности, менее значимые (2 балла). В последнюю пятерку входят потребности, неактуальные для вас в данный момент (1 балл). Подсчитайте и запишите сумму баллов по каждой группе потребностей:

* материальные потребности: 4, 8, 13 (номера потребности);
* потребности в безопасности: 3, 6, 10;
* социальные (межличностные) потребности: 2, 5, 15;
* потребности в признании: 1, 9, 12;
* потребности в самовыражении: 7, 11, 14.

Группа потребностей, которая набрала большее число баллов, является для вас ведущей.

**Приложение 4**

**Опросник «Целеполагание и планирование»**

|  |
| --- |
| **Мой юный друг! Ты сформулировал свою цель. Попробуй ответить на вопросы, опираясь на формулировку своей цели:** |
|  | Что я хочу получить? |  |
|  | Какими должны быть результаты? |  |
|  | Что нужно изменить – ситуацию или самого себя? |  |
|  | В каком направлении необходимо изменить себя, свое поведение, деятельность, общение? |  |
|  | Какова моя цель? |  |
|  | Какова вероятность достижения цели? |  |
|  | Какие усилия необходимо приложить для достижения цели? |  |
|  | Есть ли у меня ресурсы для достижения цели?  |  |
|  | Какие частные задачи должны быть решены для достижения цели? |  |
|  | Какая последовательность действий должна быть? |  |

**Приложение 5**

**Ролевая игра «Захотел – спланировал – сделал»**

Цель игры: отработка алгоритма планирования достижения цели

Краткое описание игры: учащимся предлагается на выбор проблемная жизненная ситуация. Работая в группе учащиеся должны сформулировать цель человека в данной проблемной ситуации и выбрать средства ее достижения. Для защиты выбранного решения группа должна представить свои аргументы.