

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 102
(МАОУ СОШ № 102)

СОГЛАСОВАНА
Педагогическим советом
МАОУ СОШ № 102
(протокол от 30.08.2024 № 1)

УТВЕРЖДЕНА
приказом МАОУ СОШ № 102
от 30.08.2024 № 3У

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу внеурочной деятельности
Занимательная психология
(на уровне основного, среднего общего образования)

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочного курса составлена на основе авторской педагогической разработки адаптационного типа факультативных занятий по курсу Селевко Г.К. «Самосовершенствование личности» для учащихся 5 – 11-х классов (авторы составители Дьячкова Е.В., Барсем М.П., Гусева Л.В., Григорьева Л.Р., Зайцева М.Г.). Одно из примечательных явлений подросткового возраста - начало сознательного самовоспитания (намеренного изменения своих качеств, возведение человеком себя на более высокую ступень физического, духовно-нравственного, социального и творческого развития). Подросток начинает задумываться над своими физическими и личностными качествами и принимать для достижения этой цели сознательные, целенаправленные усилия.

Возрастные особенности старшеклассников (14-17 лет) объясняются, прежде всего, биологическими факторами. Эндокринные изменения стимулируют развитие организм, что проявляется в особенностях внешности и поведения. В этом возрасте резко повышается интерес к своему Я-физическому и Я-внутреннему. Подросток начинает ориентироваться на качества «настоящего мужчины» и «настоящей женщины». Появляется чувство взрослости, являющееся главным отличительным свойством возраста.

Существует особый тип результатов образования, связанный с процессом социализации учащихся. Одной из основных её задач является перевод подростка в позицию активного члена гражданского общества, способного самоопределяться на основе ценностей, вырабатывать собственное понимание и цели, разрабатывать проекты преобразования общества и отдельных его институтов, реализовывать данные проекты. Иными словами, речь идёт о формировании юного субъекта социального творчества.

Социальное творчество – высшая форма социальной деятельности; созидательный процесс, направленный на преобразование и создание качественно новых форм социальных отношений и общественного бытия.

Социальное творчество школьников – это добровольное посильное участие детей в улучшении, совершенствовании общественных отношений, преобразовании ситуации, складывающейся в окружающем их социуме. Такая деятельность всегда сопряжена с личной инициативой школьника, поиском им нестандартных решений, риском выбора, персональной ответственностью перед группой сверстников, педагогов, общественностью.

ЦЕЛЬ КУРСА: способствовать развитию у подростков готовности к осуществлению осознанного и целенаправленного процесса самовоспитания; развитие креативных способностей и социального творчества.

ЗАДАЧИ КУРСА:

- обеспечить создание на занятиях атмосферы психологической безопасности для запуска процессов открытого и продуктивного общения, самораскрытия подростков;
- содействовать формированию умений целеполагания, выбора приемов и средств работы подростков над собой;
- создать условия для проявления учащихся в социальной деятельности через коллективные творческие дела (КТД);
- содействовать получению детьми опыта самостоятельного общественного действия через разработку и проведение социального проекта.

2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

Программа курса решает задачи самовоспитания и развитие креативных способностей, социального творчества.

Организация внешней части образовательного процесса (воспитания) должна способствовать появлению у ребенка внутреннего процесса самовоспитания, включающего такие элементы:

- собирание своего образа «Я»: способности, возможности, умения и др. качества;
- осознание своих проблем и определение направления развития;
- устремленность к решению задач и проблем;
- самоконтроль, критический самоанализ и рефлексия своих успехов и неудач;
- умение корректировать программу своих действий;

Подросток при этом выступает как субъект своего воспитания, как творец своей личности.

Развитые на занятиях способности к творческому нестандартному мышлению школьники переносят на другие учебные предметы, а затем и на решения любых жизненных проблем.

Результатом данного курса предполагается реализация социального проекта учащимися.

Структура и организация занятий:

1. Разминка – упражнения, создающие благоприятную атмосферу, позволяющие настроиться на разговор, на основную работу.
 2. Завязка – проблемная ситуация, формирующая соответствующую мотивацию на занятие.
 3. Основная часть - рассмотрение в теоретическом и практическом плане вопросов основного материала.
 4. Упражнения на закрепление и применение.
 5. Подведение итогов, рефлексия. Для учащихся – это способ прислушаться к себе, поразмышлять о своем внутреннем состоянии и его причинах. Для руководителя – основной метод руководства процессами самосовершенствования учащихся.
 6. Релаксация – расслабление, выход из интеллектуальной сферы.
- Разделы курса предполагают теоретическое освещение вопросов и их практическое применение: подготовка, планирование и реализация.

3. ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО КУРСА В ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Программа реализуется во внеурочное время на занятиях по психологии для учащихся 5-11 классов. Реализация программы рассчитана на 34 часа по 1- 2 часам в неделю.

4. В результате изучения данного курса обучающиеся получают возможность развития УУД:

Личностные УУД

- Рефлексивный анализ положительных личностных качеств, потенциалов, способностей.

Коммуникативные УУД:

- Умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- Умение согласовывать усилия при достижении общей цели;
- Умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- Умение передавать другим людям информацию с помощью различных средств коммуникации.

Регулятивные УУД

- Умение ставить цели, планировать и оценивать свои действия;
- Умение проявлять настойчивость и усилие для достижения поставленной цели, для преодоления трудностей.

5. СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Курс разбит на ТРИ РАЗДЕЛА

Раздел 1. Я познаю и развиваю свои способности.

7 занятий (14 часов)

Цель: Формирование мотивов самопознания и развитие дивергентного мышления.

Отработка способов поведения, позволяющих развивать характер и повышать веру в себя. Развитие навыков самопрезентации. Умения управлять своими эмоциями. Тренинг развития творческого мышления подростков.

Раздел 2. Я в общении. Планируем коллективное творческое дело.

8 занятий (13 часов).

Цель: Формирование навыков эффективной коммуникации. Развитие умения совместно планировать, собирать информацию и эффективно взаимодействовать в коллективных творческих делах (КТД).

Как научиться эффективным способам коммуникации. Умение отстаивать свою точку зрения. Навыки и умения ставить цели и достигать их. Коллектив и индивидуальность. Способы поведения в конфликте. Совместная работа школьников по разработке и подготовке социального проекта.

Раздел 3. Реализация социального проекта.

4 занятия (7 часов)

Цель: Получение детьми опыта самостоятельного общественного действия через подготовку социального проекта.

Социальный проект «Социально успешная личность»

Самодиагностика. Получение обратной связи.

Методы и приемы:

- беседа и диалог на основе выдвигаемых идей и практических ситуаций;
- групповые дискуссии;
- тренинговые упражнения;
- игровые упражнения (активизирующие, ролевые и игры с элементами психодрамы);
- диагностические процедуры.

Формы контроля:

- рефлексия;
- обратная связь;
- самодиагностика.

6. Тематическое планирование.

Раздел 1. Я познаю и развиваю свои способности			
№	Тема	Содержание	Часы
1	Введение в курс. Знакомство с ребятами.	Особенности курса. Примерное содержание. Упражнения на знакомство и командообразования. Входная диагностика.	1
2	Вырабатывайте характер	Анализ понятия «характер». Формирование стремления к развитию характера. Знакомство с различными способами развития характера.	1
3	Воспитание воли	Раскрытие понятия «воля». Рассмотрение признаков волевого поведения. Ознакомление с приемами воспитания воли.	1
4	Как стать интересным	Развитие навыков самопрезентации. Знакомство с миром увлечений и достижений обучающихся.	2
5	Создание своего имиджа	Знакомство с понятием «имидж». Составляющие имиджа. Как создать свой неповторимый образ.	2
6	Учитесь управлять своими эмоциями	Прояснение позитивного и негативного влияния эмоций на развитие жизненных ситуаций. Обучение определению своих эмоций и управлению ими.	1

7	Тренинг креативности	Специально подобранные упражнения и задания для развития творческих мыслительных способностей.	6
ИТОГО:			14
Раздел 2. Я в общении. Планируем коллективное творческое дело			
8	Искусство общения	Формирование навыков эффективной коммуникации (начала разговора, невербального общения, эффективного слушания, понимания других людей и др.)	1
9	Мое мнение	Формирование представлений о том, как важно иметь собственное мнение, уметь ему следовать и отстаивать не агрессивно. Знакомство с приемами эффективной аргументации.	1
10	Вы в коллективе	Знакомство с понятием «коллектив». Уровни развития коллектива. Формирование у подростков представлений о себе, как о члене коллектива.	1
11	Учитесь дружить	Развитие представлений подростков о значении дружбы в жизни человека, качествах настоящего друга и условиях возникновения и сохранения дружбы.	1
12	Учитесь разрешать конфликты	Знакомство с понятием «конфликт» и «стратегии поведения в конфликте». Формирование у подростков стремления к позитивному выходу из конфликта. Проигрывание стратегий поведения в конфликте.	1
13	Введение в КТД.	Раскрытия понятия КТД. Создание активной группы. Упражнения	1

		активаторы.	
14	Планирование социальной акции	Обсуждение: что, где, когда, с кем будет проводиться, как и в какой форме мы представим социальный проект.	1
15	Подготовка социального проекта	Социальный опрос, обработка результатов, сбор информации, оформление результатов социального проекта.	6
ИТОГО:			13
Раздел 3. Реализация социального проекта			
16	Социальный проект «Социально успешная личность»	Практическое занятие для учащихся	2
17	Социальный проект «Социально успешная личность»	Практическое занятие для учащихся	2
18	Социальный проект «Социально успешная личность»	Практическое занятие для учащихся	2
19	Заключительное занятие. Подведение итогов	Самодиагностика курса. Получение обратной связи.	1
ИТОГО:			7
ИТОГО			34

Технологическая карта развивающих занятий

№	Тема занятия	Кол – во часов	Формы работы	Формы и виды контроля
1	Введение в курс. Знакомство с ребятами.	1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомство «Творческий псевдоним» 2. Особенности курса. Примерное содержание. 3. Практическая часть: игровые упражнения на командообразования. 4. Входная диагностика. 5. Рефлексия 	Устная рефлексия Результаты самоисследования (входная диагностика)
2	Вырабатывайте характер	1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разминка «Хитрый вопрос» 2. Введение в тему 3. Практическая часть: упражнение «Я вырабатываю характер» 4. Рефлексия 	Устная рефлексия
3	Воспитание воли	1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Разминка «Не собьюсь» (2 хлопка, 2 щелчка) 2. Введение в тему 3. Практическая часть: тест «Степень волевого усилия», упражнения «Самооценка воли», «Составляем режим дня», ситуация-проба «Вас ругают родители», тренинговые упражнения на развитие воли. 4. Рефлексия 	Устная рефлексия Самодиагностика
4	Как стать интересным	2	<p>1 занятие</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Разминка «Интервью» 2. Введение в тему 3. Круглый стол «Человек среди людей» 4. Практическая часть: упражнения «Стань интересным», 	Устная рефлексия

			<p>«Комплимент».</p> <p>5. Рефлексия</p> <p>2 занятие</p> <p>1. Разминка «Пересядьте те кто...»</p> <p>2. Практическая часть: упражнение «Колодец желаний», разработка рекомендаций «Как стать интересным», ситуация-проба «Неизвестный великий человек»</p> <p>3. Рефлексия</p>	
5	Создание своего имиджа	2	<p>1 занятие</p> <p>1. Приветствие. Введение в тему</p> <p>2. Практическая часть: работа группой, по подгруппам на ознакомление и закрепление материала, физминутка, работа с пословицами.</p> <p>3. Рефлексия</p> <p>2 занятие</p> <p>1. Приветствие.</p> <p>2. Практическая часть: упражнение «Рекомендации по имиджу». Составление портрета «Я в моем имидже», ситуация-проба «В классе новенький»</p> <p>3. Рефлексия</p>	Результаты анкеты. Устная рефлексия.
6	Учитесь управлять своими эмоциями	1	<p>1. Разминка «ГНЕВ» (пантомима)</p> <p>2. Введение в тему</p> <p>3. Практическая часть: «Приемы снижения душевного настроения», рисуночный метод арт-терапии (работа с негативными эмоциями)</p> <p>4. Рефлексия</p>	Творческие работы. Устная рефлексия
7	Тренинг креативности	6	Курс тренинговых занятий для подростков «Творческие способности и пути их развития»	Творческие работы. Устная рефлексия

8	Искусство общения	1	1. Разминка «Разговор через стекло» (пантомима), «Счет до 10» 2. Введение в тему 3. Практическая часть: упражнение «Начинаем разговор», «Три обезьянки» 4. Рефлексия	Устная рефлексия
9	Моё мнение	1	1. Разминка «Сейчас мое настроение похоже на погоду...» 2. Введение в тему 3. Практическая часть: игра «Каникулы на необитаемом острове», упр. «Ищу аргументы» 4. Рефлексия	Устная рефлексия
10	Вы в коллективе	1	1. Разминка «Молекулы» 2. Введение в тему 3. Практическая часть: упражнение «Задай вопрос», игра «Обвинитель-прокурор», игра «Если бы ты был похож...» 4. Рефлексия	Устная рефлексия
11	Учитесь дружить	1	1. Разминка «Гляделки» 2. Введение в тему 3. Практическая часть: упражнение «Качества», тест, «Какой вы друг?», творческое задание «Рецепт дружбы»	Устная рефлексия

			4. Рефлексия	
12	Учитесь разрешать конфликты	1	1. Разминка «Поздороваемся необычным способом» 2. Введение в тему 3. Практическая часть: проигрывание стратегий выхода из конфликта 4. Рефлексия	Устная рефлексия
13	Введение в КТД.	1	1. Разминка «А как другие ...» 2. Введение в тему 3. Практическая часть: упражнения на командообразования 4. Рефлексия	Устная рефлексия
14	Планирование социальной акции	1	1. Разминка «Снежный ком» 2. Введение в тему 3. Мозговой штурм 4. Практическая часть: составить план социальной акции 5. Рефлексия	Устная рефлексия
15	Подготовка социального проекта	6	1. Разминки «активаторы» 2. Составление опросника 3. Сбор информации 4. Рефлексия	Анализ полученной информации.
16	Социальный проект «Социально успешная личность»	6	1. Творческая презентация школы. 2. Игровые упражнения на командообразования. 3. Рефлексия	Анализ полученной информации.
17	Заключительное занятие. Подведение	1	1. Разминка «Подари подарок» 2. Диагностика творческих способностей 3. Рефлексия	Итоговая диагностика Устная рефлексия

	ИТОГОВ		
	ИТОГО:	34	

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО - ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА.

Литература

Авторская педагогическая разработка (адаптационного типа)

факультативных занятий по курсу Селевко Г.К. «Самосовершенствование личности» для учащихся 5–11-х классов. Авторы составители Дьячкова Е.В., Барсем М.П., Гусева Л.В., Григорьева Л.Р., Зайцева М.Г. МЭС от 28.04.2014 № 945.

Методические рекомендации:

Селевко Г.К., Болдина В.И., Левина О.Г. Самосовершенствование личности. М.: Народное образование, 2000.

Программа курса:

Селевко Г.К., Болдина В.И., Левина О.Г. Воспитай себя. М.: Народное образование, 2000.

Дополнительная литература

1. Асмолов А.Г. Формирование универсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли/ Под ред. А.Г. Асмолова. М.: Просвещение, 2010. (Стандарты второго поколения)
2. Гатанов Ю.Б. Курс развития творческого мышления (по методу ДЖ. Гилфорда и Дж. Рензулли). Для детей 9 – 14 лет. Методическое руководство. – СПб, ГП «ИМАТОН», 2009 (ГОССТАНДАРТ РОССИИ)
3. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя/ Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М.: Просвещение, 2011. (Стандарты второго поколения).
4. Данилюк А.Я. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России [Текст] / А.Я. Данилюк, А.М. Кондакова, В.А. Тишков. – М.: Просвещение, 2009.- (Стандарты второго поколения).
5. Рыбинский В. Н., Мельченко И. В. Творческое мышление. Развивающие занятия с детьми 9-14 лет. Серия: Игра, обучение, развитие, развлечение. Издательство: Академия Развития. Год издания: 2007.
6. Щуркова Н.Е. Собрание пестрых дел. М., 2000.

Б. Использование аудиовизуальных средств: фотографии, фрагменты видеофильмов, магнитофонные записи.

8. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА

1. Развитие регулятивных, личностных и коммуникативных УУД.
2. Развитие креативных способностей и социального творчества.