

Муниципальное образование Белоглинский район, с.Новопавловка
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 16 имени Ф.Г.Шпака Белоглинского района»

Утверждено

Директор МБОУ СОШ № 16
Л.В. Хрулева

**Рабочая программа
по внеурочной деятельности для 5-7 классов
« Мир психологии »
кол-во часов 34**

Педагог-психолог:
Боровая А.А.

1. Пояснительная записка.
2. Общая характеристика программы внеурочной деятельности «Мир психологии».
3. Описание места программы внеурочной деятельности «Мир психологии» в учебном плане.
4. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы внеурочной деятельности «Мир психологии».
5. Содержание программы внеурочной деятельности «Мир психологии».
6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности.
7. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса.
8. Требования и результаты к уровню подготовки обучающихся.

1. Нормативно- правовая база внеурочной деятельности:

- Федеральный Закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минобрнауки России от 31.12.2015 N 1577 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. N 1897";
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. N 189 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях";
- Методическими материалами по организации внеурочной деятельности в образовательных учреждениях, реализующих общеобразовательные программы начального общего образования (приложение к письму Департамента общего образования Минобрнауки России от 12 мая 2011 № 03-296);
- Письмо Министерства образования и науки РФ *от 18.08.2017 года № 09-1672* « О направлении методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе проектной деятельностью»;

2. Пояснительная записка.

Младший подростковый период – важнейший этап жизни человека, время выборов, которые во многом определяют последующую судьбу. Несмотря на разницу социально культурного окружения, почти все подростки с особой остротой переживают свое взросление, заявляя об этом через агрессию, непослушание, алкоголь, школьные трудности и т.д. Поэтому так

важно, чтобы у детей была возможность поговорить о себе, исследовать себя, получить новые знания о себе. Программа психологических занятий для подростков должна обеспечивать с одной стороны формирование их психологического здоровья, с другой стороны - выполнение основных задач развития. Данная программа внеурочной деятельности для 5 классов «Мир психологии» включает в себя основные направления работы: аксиологическое, инструментальное, потребностно-мотивационное и развивающее. Аксиологическое направление учит ребенка принимать самого себя и других людей, при этом адекватно осознавая свои и чужие достоинства и недостатки.

2

Инструментальное направление формирует умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы, т.е. помогает личностной рефлексии ребенка. Потребностно-мотивационное направление для подростков предполагает развития умения сделать выбор, готовность нести за него ответственность, а также формирование потребности в самоизменении и личностном росте. Развивающее направление обеспечивает формирование эго-идентичности (Э. Эриксон), половой идентичности и личностного самоопределения (Л.И. Божович).

Цель:

- Цель изучения программы внеурочной деятельности «Мир психологии» - решение основных проблем возраста с целью сохранения психологического здоровья детей, а также развитие коммуникативной, познавательной и личностной сфер личности ребенка.

Задачи:

Обучающие:

- научить рефлексивным умениям;
- научить положительному самоотношению и принятию других людей; ➤формировать потребность в саморазвитии.

Воспитательные:

- воспитывать чувства коллективизма, взаимопомощи, ответственности; ➤сохранять и поддерживать психологическое здоровье ребенка;
- воспитывать нравственные качества учащихся.

Развивающие:

- создать условия для развития личности каждого;
- развивать положительные эмоции и волевые качества;
- развивать умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы.

2.1. Общая характеристика курса внеурочной деятельности.

обучающихся 5-7 классов. Реализация курса осуществляется занятиях, где используются как коллективные формы работы, так и индивидуальные формы и работа в парах. Чередование форм работы способствует повышению коммуникативных способностей и формированию нравственных качеств обучающихся, позволяет познание себя осуществлять активно и деятельностно.

➤**Основополагающими принципами** построения программы внеурочной деятельности «Мир психологии» являются:

➤доступность;

➤практико-ориентированность;

➤метапредметность.

➤В основе программы внеурочной деятельности лежит системно-деятельностный подход, который предполагает:

➤воспитание и развитие качеств личности, отвечающих требованиям информационного общества;

➤ориентацию на результаты образования как системообразующий компонент курса, где развитие личности обучающегося на основе усвоения универсальных учебных действий, познания и освоения мира составляет цель и результат образования;

➤учет индивидуальных возрастных и интеллектуальных особенностей обучающихся; ➤обеспечение преемственности начального общего, основного и среднего (полного) общего образования;

➤разнообразие видов деятельности и учет индивидуальных особенностей каждого обучающегося, обеспечивающих рост творческого потенциала, познавательных мотивов, обогащение форм взаимодействия со сверстниками и взрослыми в познавательной деятельности;

➤гарантированность достижения планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности «Мир психологии», что и создает основу для самостоятельного успешного усвоения обучающимися новых знаний, умений, компетенций, видов и способов деятельности.

Методы и приемы, используемые при изучении программы кружка:1.

Интеллектуальные игры – задания, дающиеся в начале занятия в качестве разогревающих, настраивающих на работу, организующих ее. Такого рода игры являются достаточно безопасными, поэтому позволяют легко и быстро включить в дискуссию даже закрытых подростков. Интеллектуальные задания способствуют расширению лексического запаса обучающихся в области психологии, помогают им овладеть необходимыми понятиями.

2. Ролевые методы – предполагают принятие ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание необычных ролей; проигрывание своей роли в гротескном, т.е. усиленном варианте.

3. Коммуникативные игры – игры, направленные на формирование у подростков умения увидеть в другом человеке его достоинства, способствующие углублению осознания сферы общения и обучающие умению сотрудничать.

4. Игры, направленные на развитие вербального и невербального

воображения.**5. Использование терапевтических метафор** с целью поиска и

нахождения ресурсов внутри себя.

6. Методы формирования «эмоциональной грамотности» - предполагают обучение распознаванию эмоциональных состояний по мимике, жестам, голосу; умение принимать во внимание чувства другого человека в конфликтных ситуациях.

7. Когнитивные методы.

8. Дискуссионные методы - позволяют реализовать принцип субъект – субъектного взаимодействия, выявлять различные точки зрения на какую-либо проблему. Содержание программы внеурочной деятельности «Мир психологии» предоставляет широкие возможности для изучения собственной личности, для развития творческих и интеллектуальных способностей,

наблюдательности, для коррекции своих эмоциональных состояний.

Актуальность программы в том, что с целью повышения эффективности образовательного процесса используются современные психолого-

педагогические технологии: тренинг, деловая игра и др. методы. Перед учебными и практическими занятиями проводится инструктаж о работе в тренинговой группе, о значимости чужого мнения, о правилах ведения дискуссии.

2.2. Описание места курса внеурочной деятельности.

Программа внеурочной деятельности «Мир психологии» рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю) реализуется в рамках организации внеурочной деятельности (ФГОС). **Направленность:** социально - психологическая.

Возраст обучающихся: 11-14 лет.

Сроки реализации дополнительной общеобразовательной программы: 1 год.

2.3 Формы организации внеурочной деятельности и виды ее деятельности. - групповые;

- индивидуальные;
- работа в паре;
- коллективная работа;
- презентация;
- видеофрагменты;
- беседа.

3. Содержание курса внеурочной деятельности для 5 – х классов

Тема 1. «Введение».

Теория: Знакомство. Правила поведения во время занятий. Знакомство с программой курса.

Раздел I Кто я? Мои силы, мои возможности (12 часов)

Тема 2. «Кто Я?»

Теория: Понятия «индивид», «индивидуальность», «личность».

Практика: Проигрывание ситуаций, игра в ассоциации, согласно изученным понятиям. **Тема 3: «Какой я – большой или маленький?»**

Теория: Знакомство с возрастными особенностями младшего подросткового возраста. **Практика:** Групповая дискуссия, игра «Я через 5 лет».

Тема 4: «Вот я какой!»

Теория: О уникальности внутреннего мира каждого.

Практика: Анкетирование, обработка результатов.

Тема 5: Проективная методика «Мой щит и герб»

Теория: Разъяснительная беседа.

Практика: Разработка проекта.

Тема 6: «Мои способности»

Теория: Лекция «Способности человека»

Практика: Групповая игра «Мои способности»

Тема 7: «Мой выбор, мой путь»

Теория: Мини-лекция «Самоопределение»

Практика: Игра «Мой жизненный путь»

Тема 8: «Мой внутренний мир»

Теория: Лекция «Самопознание»

Практика: Диагностика личности

Тема 9: «Сказкотерапия»

Теория: Лекция «Сказки, притчи в психологии»

Практика: Психологические притчи, работа в группах

Тема 10: «Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира»

Теория: Вводная лекция «Богатый внутренний мир каждого уникален» **Практика:** Групповые игры

Тема 11: «Кого я могу впустить в свой внутренний мир?»

Теория: -

Практика: Групповая работа, работа в парах

Тема 12: «Что значит верить?»

Теория: Понятие доверие

Практика: Психологические игры на доверие.

Тема 13: «Мои страхи, как с ними бороться»

Теория: Презентация «Саморегуляция»

Практика: Психологические игры

Раздел II Я расту, я изменяюсь (5 часов)

Тема 14: «Мое детство»

Теория: -

Практика: Психологическая игра «Путешествие в детство»

Тема 15: «Мое детство» (продолжение)

Теория: -

Практика: Продолжение психологической игры «Путешествие в детство» **Тема 16:** «Я изменяюсь»

Теория: Лекция «Возрастные особенности»

Практика: Ролевые игры

Тема 17: «Наш дружный коллектив»

Теория: -

Практика: Групповое занятие на сплочение и взаимодействие

5

Тема 18: «Наш дружный коллектив» (продолжение)

Теория: -

Практика: Групповое занятие на сплочение и взаимодействие

Раздел III Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?(5 часов) **Тема 19:** «Мое будущее»

Теория: Лекция «Будущее начинается в настоящем»

Практика: Мозговой штурм

Тема 20: «Мое будущее» (продолжение)

Теория: -

Практика: Психологические игры

Тема 21: «Хочу вырасти здоровым человеком!»

Теория: Правила ЗОЖ

Практика: Дискуссия «Личная гигиена»

Тема 22: «Вредные привычки и как с ними бороться!»

Теория: Лекция «Здоровье и вредные привычки»

Практика: Просмотр видео роликов

Тема 23: «Профилактика ПАВ»

Теория: Лекция «Что такое ПАВ»

Практика: Практикум «Мы против потребления ПАВ»

Раздел IV Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? (3 часа)

Тема 24: «Кто такой интеллигентный человек?»

Теория: «Культура общения» мини-лекция

Практика: Ролевая игра «Культура в социуме»

Тема 25: «Хочу вырасти интеллигентным человеком.»

Теория: -

Практика: Круглый стол

Тема 26: «Что такое идеальное Я?»

Теория: Введение в понятие «Я-концепция».

Практика: Обсуждение, что такое «идеал». Психологические игры на самопознание и саморазвитие.

Раздел V. Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?(8 часов) Тема 27: «Кто такой свободный человек?»

Теория: Понятия «свобода», «свободная личность».

Практика: Групповое обсуждение, психологическая игра.

Тема 28: «Права и обязанности школьника»

Теория: Лекция «Права и обязанности школьника»

Практика: Ситуативные игры

Тема 29: «Что такое «право на уважение»?»

Теория: -

Практика: Дискуссионное занятие «Зачем нам уважение в социуме»

Тема 30: «Права и обязанности»

Теория: -

Практика: Круглый стол «Права и обязанности человека»

Тема 31: «Общение в жизни человека»

Теория: Лекция «Общение. Виды общения».

Практика: Игры на вербальное и невербальное общение.

Тема 32: «Нарушение прав других людей может привести к конфликтам»

Теория: Понятие «Конфликт»

Практика: Проведение психодиагностики по определению стиля реагирования в конфликте.

Тема 33: «Как разрешать конфликты мирным путем?»

Теория: «Способы выхода из конфликта».

Практика: Психологические игры

6

Тема 34: «Итоговое занятие»

Теория: -

Практика: Защита проекта «Мой щит и герб».

4. Тематическое планирование.

№	Разделы программы, тема программы (курса)	Кол во часов	Формы проведения занятий	Краткое описание содержания занятия	Дата проведения занятия
1	Введение	1	презентация	Знакомство учащихся с программой курса	
2	<i>Раздел I (12 часов) Кто я? Мои силы, мои возможности</i>	12			
2.1	Тема: Кто я?	1	Лекция, психологические игры	Понятия «индивид», «индивидуальность», «личность». Проигрывание ситуаций, игра в ассоциации, согласно изученным понятиям.	
2.2	Тема: «Какой я – большой или маленький?»	1	Лекция, психологические игры	Знакомство с возрастными особенностями младшего подросткового возраста. Групповая дискуссия, игра «Я через 5 лет».	
2.3	Тема: «Вот я какой!»	1	Лекция, анкетирование	Об уникальности внутреннего мира каждого. Анкетирование, обработка результатов.	

2.4	Тема: Проективная методика «Мой щит и герб»	1	Разъяснительная беседа, индивидуальная работа	Разъяснение сути проективной методики, разработка проекта самопрезентации по окончании курса	
2.5	Тема: «Мои способности»	1	Лекция, групповая игра	«Способности человека» Групповая игра «Мои способности»	
2.6	Тема: «Мой выбор, мой путь»	1	Мини-лекция, групповая игра	«Самоопределение» Игра «Мой жизненный путь»	
2.7	Тема: «Мой внутренний мир»	1	Лекция, диагностика	«Самопознание» Диагностика личности	
2.8	Тема: «Сказкотерапия»	1	Лекция, работа в группах	«Сказки, притчи в психологии» Психологические притчи, групповое обсуждение	
2.9	Тема: «Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира»	1	Лекция, групповые игры	«Богатый внутренний мир каждого уникален» Групповые игры на внутриличностные качества	
2.10	Тема: «Кого я могу впустить в свой внутренний мир?»	1	Групповая работа, работа в парах	Психологические игры	
2.11	Тема: «Что значит верить?»	1	Мини-лекция, психологические игры	Раскрытие понятия «доверие», психологические игры на доверие, на сплочение	

2.1 2	Тема: «Мои страхи, как с ними бороться»	1	Лекция, психологические игры	Презентация «Саморегуляция», упражнения на саморегуляцию	
3.	<i>Раздел II Я расту, я изменяюсь</i>	5			
3. 1	Тема: «Мое детство»	1	Психологическая игра	«Путешествие в детство»	
3. 2	Тема: «Мое детство»(продолжение)	1	Психологическая игра	«Путешествие в детство»	
3. 3	Тема: «Я изменяюсь»	1	Лекция, ролевые игры	«Возрастные особенности», ролевые, ситуативные игры	
3. 4	Тема: «Наш дружный коллектив»	1	Групповое занятие	Игры на сплочение и взаимодействие	
3. 5	Тема: «Наш дружный коллектив» (продолжение)	1	Групповое занятие	Игры на сплочение и взаимодействие	
4.	<i>Раздел III Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?</i>	5	Лекция, мозговой штурм	«Будущее начинается в настоящем» Групповое обсуждение	
4. 1	Тема: «Мое будущее»	1	Психологические игры	Психологические игры	
4. 2	Тема: «Мое будущее»	1	Психологические игры	Психологические игры	

4.3	Тема: «Хочу вырасти здоровым человеком!»	1	Лекция, дискуссия	Правила ЗОЖ «Личная гигиена»	
4.4	Тема: «Вредные привычки и как с ними бороться!»	1	Лекция, просмотр видео роликов	Лекция «Здоровье и вредные привычки» Просмотр видео роликов, обсуждение	
4.5	Тема: «Профилактика ПАВ»	1	Лекция, практикум	«Что такое ПАВ» «Мы против потребления ПАВ»	
5.	<i>Раздел IV Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?</i>	3			
5.1	Тема: «Кто такой интеллигентный человек?»	1	Мини-лекция, ролевая игра	«Культура общения» «Культура в социуме»	
5.2	Тема: «Хочу вырасти интеллигентным человеком.»	1	Круглый стол	Дискуссии, обсуждение, проигрывание ролей	
5.3	Тема: «Что такое идеальное Я?»	1	Лекция, психологические игры	Введение в понятие «Я концепция». Обсуждение, что такое «идеал». Психологические игры на самопознание и саморазвитие.	
6.	<i>Раздел V. Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?</i>	8			

6.1.	Тема: «Кто такой свободный человек?»	1	Лекция, психологическая игра	Понятия «свобода», «свободная личность». «Я личность»	
6.2.	Тема: «Права и обязанности школьника»	1	Лекция, ситуативные игры	«Права и обязанности школьника», проигрывание школьных ситуаций	
6.3.	Тема: «Что такое «право на уважение»?»	1	Дискуссионное занятие	«Зачем нам уважение в социуме»	

8

6.4.	Тема: «Права и обязанности»	1	Круглый стол, проигрывание	«Права и обязанности человека»	
6.5.	Тема: «Общение в жизни человека»	1	Лекция, психологические игры	«Общение. Виды общения». Игры на вербальное и невербальное общение.	
6.6.	Тема: «Нарушение прав других людей может привести к конфликтам»	1	Лекция, диагностика	Понятие «Конфликт». Проведение психодиагностики по определению стиля реагирования в конфликте.	
6.7.	Тема: «Как разрешать конфликты мирным путем?»	1	Лекция, психологические игры	«Способы выхода из конфликта». Проигрывание конфликтных ситуаций и выхода из них	
6.8.	Тема: «Итоговое занятие»	1	Защита проекта	«Мой щит и герб».	
	Всего часов	34			

Содержание курса внеурочной деятельности для 6 – х классов

Тема 1. «Введение».

Теория: Знакомство. Правила поведения во время занятий. Знакомство с программой курса.

Раздел I Впечатление о другом человеке (9 часов)

Тема 2. «Внешний вид»

Теория: Что значит опрятный внешний вид. Что от этого зависит.

Практика: Игра: «Встречают по одежке, провожают по уму»

Тема 3: «Речь»

Теория: Что значит хорошо развитая и поставленная речь. Виды речи в психологии общения.

Практика: Игры на речевое общение.

Тема 4: «Первое впечатление»

Теория: Как влияет первое впечатление на общение.

Практика: Игры на взаимодействие. Проигрывание первого знакомства.

Тема 5: «Отношение к человеку и восприятие».

Теория: «Из чего складывается отношение к человеку». Понятие восприятия и типы восприятия в психологии.

Практика: Диагностика типа восприятия обучающихся, обобщение.

Тема 6: «Прошлый опыт и восприятие»

Теория: -

Практика: Применение знаний своего типа восприятия на прошлый опыт, дискуссия. **Тема 7: Практическое занятие**

Теория: -

Практика: Групповая игра.

Тема 8: «Восприятие человека людьми разного возраста»

Теория: Как влияют возрастные особенности на восприятие людей разного возраста. **Практика:** Ситуативные игры

Тема 9: «Влияние профессии на восприятие»

Теория: Профессиональное самоопределение.

Практика: Профориентационное тестирование.

Тема 10: «Как воспринимают меня»

Теория: Личность, характеристика личности.

Практика: Работа в парах. Составление характеристик друг на друга.

Раздел II Общение (8 часов)

Тема 11: «Потребность в общении»

Теория: Особенности позитивного общения.

Практика: Групповая работа, работа в парах

Тема 12: «Психологические особенности человека и общение» **Теория:** Психология личности.

Практика: Психологические игры на общение.

Тема 13: «Стиль и манера общения»

Теория: -

Практика: Психологические игры на взаимодействие.

Тема 14: «Пространство и время общения»

Теория: -

Практика: Психологические игры на взаимодействие.

Тема 15: «Слушать и слышать»

Теория: Слушать и слышать в чем разница и что общего.

Практика: Игры на умение слушать.

Тема 16: «Непосредственное общение»

Теория: Непосредственное общение в психологии.

Практика: Ролевые игры

Тема 17: «Особые виды общения»

Теория: -

Практика: Групповое занятие на сплочение и взаимодействие

Тема 18: «Уметь общаться»

Теория: -

Практика: Групповое занятие на сплочение и взаимодействие

Раздел III Общение и отношения (8 часов)

Тема 19: «Межличностные отношения»

Теория: Межличностные отношения в психологии

Практика: Игры обмен мыслями, чувствами,

переживаниями и т. п. **Тема 20:** «Симпатия, антипатия»

Теория: Симпатия и антипатия в общении

Практика: Психологические игры

Тема 21: «Товарищество и дружба»

Теория: -

Практика: Психологические игры

Тема 22: «Любовь»

Теория: Психология любви

Практика: Любовь к ближнему своему

Тема 23: Практическое занятие

Теория: -

Практика: Сочинение

Тема 24: «Психические процессы и понимание»

Теория: Что включается в психические процессы

Практика: -

Тема 25: «Стереотипы понимания»

Теория: -

Практика: Круглый стол

Тема 26: «Понимание другого человека»

Теория: Психология понимания другого человека

Практика: Психологические игры на взаимопонимание

Раздел IV. Особенности понимания человека детьми и взрослыми (8 часов)

Тема 27: «Понимание человека детьми и подростками»

Теория: Возрастные изменения личности

Практика: Групповое обсуждение, психологическая игра.

Тема 28: «Понимание человека взрослыми людьми»

Теория: Возрастная психология

Практика: Ситуативные игры

Тема 29: «Влияние профессии на понимание человека детьми и взрослыми» **Теория:** Влияние профессии на личность человека

Практика: -

Тема 30: Практическое занятие

Теория: -

Практика: Круглый стол «Права и обязанности человека»

Тема 31: «Что значит быть воспитанным и культурным»

Теория:-

Практика: Сочинение

Тема 32: «Разные роли»

Теория: Социальные статусы и роли

Практика: Ролевые игры

Тема 33: «Как мы выглядим»

Теория: Лицо и характер

Практика: Психологические игры

Тема 34: «Подведение итогов»

Теория: -

Практика: Дискуссия, групповая игра

Тематическое планирование.

№	Разделы программы, тема программы (курса)	Кол во часов	Формы проведения занятий	Краткое описание содержания занятия	Дата проведения занятия
1	Введение	1	презентация	Знакомство учащихся с программой курса	
2	<i>Раздел I Впечатление о другом человеке (9 часов)</i>	9			
2.1	Тема: "Впечатление о другом человеке: Внешний вид"	1	Лекция, психологическая игра	Что значит опрятный внешний вид, психологическая игра «Встречают по одежке, провожают по уму»	
2.2	Тема: "Речь"	1	Лекция, игры	Что значит хорошо развитая и поставленная речь. Виды речи в психологии общения, игры на речевое развитие	
2.3	Тема: "Как люди воспринимают друг друга": Первое впечатление	1	Лекция, игры на взаимодействие	Как влияет первое впечатление на общение. Игры на взаимодействие, проигрывание первого знакомства	

2.4	Тема: "Отношение к человеку и восприятие"	1	Лекция, индивидуальная работа	Понятие восприятия и типы восприятия в психологии. Диагностика	
2.5	Тема: "Прошлый опыт и восприятие"	1	Дискуссия	Применение своего типа восприятия на прошлый опыт	
2.6	Тема: Практическое занятие	1	групповая игра	Игра «Мой жизненный путь»	
2.7	Тема: "Восприятие человека людьми разного возраста"	1	Лекция, ситуативные игры	Как влияют возрастные особенности на восприятие людей разного возраста, ситуативные игры	

11

2.8	Тема: "Влияние профессии на восприятие"	1	Лекция, тестирование	Профессиональное самоопределение, профориентационное тестирование	
2.9	Тема: "Как воспринимают меня"	1	Лекция, работа в парах	Личность, характеристика личности. Составление характеристик друг на друга	
3.	Раздел II Общение (8 часов)	8	6		
3.1	Тема: "Общение разных людей: Потребность в общении"	1	Лекция, групповая работа, работа в парах	Психологические особенности человека в общении, групповая работа, работа в парах	

3. 2	Тема: "Психологические особенности человека и общение"	1	лекция, психологические игры	Психология личности, психологические игры на общение	
3. 3	Тема: "Стиль и манера общения"	1	психологические игры	Психологические игры на взаимодействие	
3. 4	Тема: "Пространство и время общения"	1	Психологические игры	Психологические игры на взаимодействие	
3. 5	Тема: "Слушать и слышать"	1	Лекция, упражнения	Слушать и слышать в чем разница. Упражнения на умение слушать	
3. 6	Тема: "Непосредственное общение"	1	Лекция, ролевые игры	Непосредственное общение в психологии, ролевые, ситуативные игры	
3. 7	Тема: "Особые виды общения"	1	Групповое занятие	Игры на сплочение и взаимодействие	
3. 8	Тема: "Уметь общаться"	1	Групповое занятие	Игры на сплочение и взаимодействие	
4.	Раздел III Общение и отношения (8 часов)	8			
4. 1	Тема: "Межличностные отношения"	1	Лекция. Психологические игры	Межличностные отношения в психологии. Игры на обмен мыслями, чувствами и переживаниями	
4. 2	Тема: "Симпатия, антипатия"	1	Лекция. Психологические игры	Симпатия и антипатия в общении. Психологические игры	

4.3	Тема: "Товарищество и дружба"	1	Лекция. Психологические игры	Психология любви. Игры на сплочение и взаимодействие	
4.4	Тема: "Любовь"	1	Лекция, просмотр видео роликов		
4.5	Практическое занятие	1	практикум	Сочинение	
4.6	Тема: "Психические процессы и понимание"	1	Лекция	Что включается в психические процессы	
4.7	Тема: "Стереотипы понимания"	1	Круглый стол	Дискуссия	
4.8	Тема: "Понимание другого человека"	1	Лекция, психологические игры	Понимание другого человека, психологические игры на взаимопонимание	
5.	Раздел IV. Особенности понимания человека детьми и взрослыми (8 часов)	8			

5.1.	Тема: "Понимание человека детьми и подростками"	1	Лекция, психологическая игра	Возрастные изменения личности, психологическая игра	
5.2	Тема: "Понимание человека взрослыми людьми"	1	Лекция, ситуативные игры	Возрастная психология, ситуативные игры	
5.3	Тема: "Влияние профессии на понимание человека детьми и"	1	Лекция	Влияние профессии на личность человека	

	взрослыми"				
5.4	Практическое занятие	1	Круглый стол, проигрывание	Права и обязанности человека	
5.5	Тема: "Что значит быть воспитанным и культурным"	1	Сочинение	Что значит быть воспитанным	
5.6	Тема: "Разные роли"	1	Лекция, ролевые игры	Социальные статусы и роли	
5.7	Тема: "Как мы выглядим"	1	Лекция, психологические игры	Лицо и характер, психологические игры	
5.8	Подведение итогов	1	Дискуссия, групповая игра	Дискуссия, групповая игра	
	Всего часов	34			

Содержание курса внеурочной деятельности для 7 – х классов

Раздел I «Научи себя учиться».

Тема 1. "Что значит: Я – подросток?"

Теория: Психология подросткового возраста

Практика: -

Тема 2. "Я и школа."

Теория: Правила поведения в школе

Практика: Ситуативные игра

Тема 3: "Есть такая профессия – ученик."

Теория: -

Практика: Ролевые игры

Тема 4: "Воля и трудолюбие."

Теория: Воля и трудолюбие в психологии

Практика: -

Тема 5: "Индивидуальность в учении."

Теория: Психология индивидуальности

Практика: -

Тема 6: "Пять “Само” в учение. Первое “Само”- целеполагание."

Теория: Целеполагание-что это?

Практика: этапы, методы

Тема 7: "Второе “Само” – планирование. Третье “Само” – организация."

Теория: Планирование, организация

Практика: групповая работа

Тема 8: "Четвертое “Само” – усвоение. Пятое “Само” – контроль."

Теория: Усвоение, контроль

Практика: проверка усвоения предыдущего материала

Тема 9: «Тайны хорошей памяти.»

Теория: Память и ее функции

Практика: Игры на запоминание

Тема 10: «Проба умственных сил.»

Теория:-

Практика: Диагностика типа памяти

Тема 11: "Искусство все успевать. Планирование времени.

Распределение времени." Теория: -

Практика: Групповая работа, работа в парах

Тема 12: "Самозффективность."

Теория: Самозффективность личности в психологии

Практика: Психологические игры

Раздел IV «Поиски себя»

Тема 13: "Встаньте перед зеркалом."

Теория: Восприятие себя

Практика: Психологические игры

Тема 14: "Разговор с собой."

Теория: -

Практика: мозговой штурм

Тема 15: "Мои ценности."

Теория: Основные жизненные ценности

Практика: Психологическая игра

Тема 16: "Мое уникальное Я."

Теория: «Я-концепция»

Практика: Ролевые игры

Тема 17: "Я глазами других."

Теория: Как мы воспринимаемся другими людьми

Практика: Групповое занятие на сплочение и взаимодействие

Тема 18: «Как я выгляжу?»

Теория: Возрастные изменения и как с этим справиться

Практика: -

Тема 19: "Мои ресурсы. Мое лучшее Я."

Теория: О ресурсах личности

Практика: -

Тема 20: "Я и характер."

Теория: Характер человека, черты и типы характера человека.

Характерологические особенности личности

Практика: Диагностика личности

Тема 21: "Многогранный образ Я."

Теория: Образ Я. Я концепция

Практика:

Тема 22: "Мир взрослых."

Теория: Проблема взаимоотношений подростков и взрослых

Практика: Ролевые игры

Тема 23: "Мой взрослый мир."

Теория: -

Практика: Психологическая игра

Тема 24: "Моё место в разных мирах: детей, подростков,

взрослых." **Теория:** -

Практика: Мозговой штурм «Я тогда, я сейчас, я в будущем»

Тема 25: "Понимание причин поведения людей."

Теория: Психология поведения людей в процессе коммуникации

Практика: Игры на коммуникацию

Тема 26: "Злость и агрессия."

Теория: Злость и агрессия – в чем разница?

Практика: -

Тема 27: "Агрессивное поведение. Как победить свою и чужую

агрессию?" **Теория:** Способы управления агрессией,

психологические приемы **Практика:** Упражнения на

релаксацию

Тема 28: "Признай в себе себя."

Теория: Принятие себя

Практика: психологические игры

Тема 29: "Услышать свой внутренний голос."

Теория: Внутренний голос, как услышать самого себя

Практика:

Тема 30: "Как стать лучше? В поисках доброго"

Теория: -

Практика: Игры на сплочение и взаимодействие

Тема 31: "Ценить самого себя. Самоуважение."

Теория: Самоуважение, удовлетворение, внутренняя свобода
Практика: Упражнения на принятие себя

Тема 32: "Я в ответе за своё будущее."

Теория: -

Практика: Сочинение

Тема 33: "Ответственность и принятие решений."

Теория: Мои права и обязанности

Практика: Дискуссия

Тема 34: "Время взрослеть."

Теория: О взрослении

Практика: Групповая игра

Тематическое планирование для 7-х классов

№	Разделы программы, тема программы (курса)	Кол во часов	Формы проведения занятий	Краткое описание содержания занятия	Дата проведения занятия
1	Раздел I «Научи себя учиться»(12 часов)	12			
1.1	Что значит: Я – подросток?	1	Лекция	Психология подросткового возраста	
1.2	Я и школа.	1	Лекция, ситуативные игры	Правила поведения в школе, ситуативные игры	
1.3	Есть такая профессия – ученик.	1	психологические игры	Ролевые игры	
1.4	Воля и трудолюбие.	1	Лекция	Воля и трудолюбие в психологии	
1.5	Индивидуальность в учении.	1	Лекция	Психология индивидуальности	
1.6	Пять “Само” в учение. Первое “Само”-целеполагание.	1	Лекция, групповая игра	Целеполагание-что это? Этапы, методы	
1.7	Второе “Само” – планирование. Третье “Само” – организация.	1	лекция, групповая работа	Планирование, организация, групповая работа	

1.8	Четвертое “Само” – усвоение. Пятое “Само” – контроль.	1	Лекция, диагностика	«Самопознание» Диагностика личности	
1.9	Тайны хорошей памяти.	1	Лекция, опрос	Усвоение, контроль. Проверка усвоения предыдущего материала	
1.10	Проба умственных сил.	1	Лекция, игры	Память и ее функции, игры на запоминание	
1.11	Искусство все успевать. Планирование времени. Распределение времени.	1	Диагностика	Диагностика типа памяти	
1.12	Тема: "Самоэффективность."	1	Лекция, психологические игры	Самоэффективность личности в психологии, психологические игры	
2.	<i>Раздел II «Поиски себя» (22 часа)</i>	22			

15

2.1	Тема: "Встаньте перед зеркалом."	1	Лекция, психологические игры	Восприятие себя, психологические игры	
2.2	Тема: "Разговор с собой."	1	Мозговой штурм	Мозговой штурм	
2.3	Тема: "Мои ценности."	1	Лекция, психологическая игра	Основные жизненные ценности, психологическая игра	
2.4	Тема: "Мое уникальное Я."	1	Лекция, ролевые игры	«Я-концепция», ролевые игры	

2.5	Тема: "Я глазами других."	1	Лекция, групповые игры	Как мы воспринимаем другими людьми, игры на сплочение и взаимодействие	
2.6	Тема: «Как я выгляжу?»	1	Лекция.	Возрастные изменения и как с этим справляться	
2.7	Тема: "Мои ресурсы. Мое лучшее Я."	1	Лекция	О ресурсах личности	
2.8	Тема: "Я и характер."	1	Лекция, диагностика личности	Черты и типы характера человека, характерологические особенности личности, диагностика	
2.9	Тема: "Многогранный образ Я."	1	Лекция	Образ Я-концепции.	
2.10	Тема: "Мир взрослых."	1	Лекция, ролевые игры	Проблема взаимоотношений подростков и взрослых, ролевые игры	
2.11	Тема: "Мой взрослый мир."	1	Психологическая игра	Психологическая игра	
2.12	Тема: "Моё место в разных мирах: детей, подростков, взрослых."	1	Мозговой штурм	«Я тогда, я сейчас, я в будущем»	
2.13	Тема: "Понимание причин поведения людей."	1	Лекция, игры	Психология поведения людей в процессе коммуникации, игры на коммуникацию	
2.14	Тема: "Злость и агрессия."	1	Лекция	Злость и агрессия – в чем разница?	

2.1 5	Тема: "Агрессивное поведение. Как победить свою и чужую агрессию?"	1	лекция, ролевая игра	Способы управления агрессией, упражнения на релаксацию	
2.1 6	Тема: "Признай в себе себя."	1	Лекция, психолог ические игры	Принятие себя, психологически е игры	
2.1 7	Тема: "Услышать свой внутренний голос."	1	Лекция	Внутренний голос, как услышать самого себя	
2.1 8	Тема: "Как стать лучше? В поисках доброго"	1	Игры	Игры на сплочение и взаимодействие	
2.1 9	Тема: "Ценить самого себя. Самоуважение."	1	Лекция, упражнен ия	Самоуважение, удовлетворение, внутренняя свобода, упражнения на принятие себя	
2.2 0	Тема: "Я в ответе за своё будущее."	1	Сочинени е	Сочинение	
2.2 1	Тема: "Ответственность и принятие решений."	1	Лекция, дискуссия	Мои права и обязанности	
2.2 2	Тема: "Время взрослеть."	1	Лекция, групповая игра	О взрослении, групповая игра	
	Всего часов	34			

5. Планируемые результаты изучения курса внеурочной деятельности (личностные, метапредметные, предметные)

Личностные	<ul style="list-style-type: none">- Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.- Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;- Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.- Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.- Стремление к поиску наиболее эффективных способов учебной деятельности.6. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.- Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.
-------------------	---

Метапредметные

Учащиеся должны уметь:

- Самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.
- Самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.
- 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.
- Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения.
- Владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.
- Создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.
- Пользоваться смысловым чтением.

- Организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.
- Осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.
- Формировать и развивать компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий.

Предметные

- Знание возрастной динамики становления способности к восприятию другого человека, роли индивидуальных различий в восприятии человека человеком
- Понимание психологических механизмов формирования первого впечатления о другом человеке, его значения для установления взаимоотношений между людьми.-
Формирование представления о типах отношений между людьми, о формах проявления отношения к другому человеку в словах, поступках, мимике, жестах
- Умение правильно интерпретировать информацию, получаемую при непосредственном наблюдении за человеком.
- Формирование представления об особенностях общения при различных видах коммуникации, о межличностных отношениях, как отношениях, основанных на взаимности, взаимодействии.
- Формирование понятия потребности в общении, осознание своей потребности и своих характерных особенностей в общении.
- Формирование представления об эмпатии как важнейшем условии отношений между людьми, обеспечивающем подлинно гуманное отношение к другим людям.- Знания о том, какие условия, факторы влияют на возникновение симпатии и антипатии между людьми. Формирование представления о дружбе и товариществе как высших формах проявления человеческой симпатии, о чувстве любви как высшем человеческом чувстве.- Осознание роли основных психических процессов в понимании другого человека.
- Понимание роли стереотипов, предрассудков, предубеждений как факторов, препятствующих пониманию другого человека.
- Раскрытие роль жизненного опыта в формировании собственных критериев понимания и оценки другого человека
- Формирование представления о том, как на понимание другого человека влияют возраст и профессия.

6. Описание учебно-методического

и материально-технического обеспечения образовательного процесса.

- Литература для учителя** (оформляется по правилам Госта и с грифом допущены к использованию): 1. Практическая психология образования / под ред. И.В. Дубровиной. - М.: ТЦ «Сфера», 1998. 2. Истратова, О.Н. Справочник психолога начальной школы / О.Н. Истратова, Т.В. Экзакусто. - Ростов-на Дону: Феникс, 2003.
3. Игры, ребусы, загадки для дошкольников: пособие для родителей / сост. Т.И. Линго. - Ярославль: Академия развития, Академия К, 1998.
4. Винокурова, Н. Лучшие тесты на развитие творческих способностей / Н. Винокурова. - М.: «АСТ-Пресс», 1999.
5. Младший школьник. Развитие познавательных способностей» / под ред. И.В. Дубровиной. - М.: Просвещение, 2003.
6. Винокурова, Н.К. Развиваем способности детей / Н.К. Винокурова. - М.: РОСМЭН, 2003. 7. Милосердов, И.В. Сборник диктантов для начальной школы / И.В. Милосердов. - М.: «Школа XXI век». 8. Сиротюк, А.Л. Обучение детей с учетом психофизиологии / А.Л. Сиротюк. - М.: «Творческий центр», 2001. 9. Вергелис, Г.И. Младший школьник: помоги ему учиться / Г.И. Вергелис, Л.А. Матвеева, А.И. Раев. - СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена. Изд-во «Союз», 2000.
10. Корнеева, Е.Н. Ох уж эти первоклашки!.. / Е.Н. Корнеева. - Ярославль: Академия развития, Академия К, 1999.
11. Костромина, С.Н. Как преодолеть трудности в обучении детей / А.Ф. Ануфриев, С.Н. Костромина. - М.: Ось-89, 1999.
12. Битянова, М.Р. Работа психолога в начальной школе / М.Р. Битянова, Т.В. Азарова, Е.И. Афанасьева, Н.Л. Васильева. - М.: Совершенство, 1998.
13. Сиротюк, А.Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения / А.Л. Сиротюк. - М.: Творческий центр, 2003.
14. Кравцова, Е.Е. Психологические особенности детей младшего школьного возраста. Лекции 1-8 / Е.Е. Кравцова. - М.: Педагогический университет «Первое сентября», 2005.
15. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я/О..Хухлаева.-генезис, М.2012г.

Для учащихся :

1. Гин, С. Мир логики / С. Гин. - М.: Вита-пресс, 2001.
2. Гин, С. Мир фантазии / С. Гин. - М.: Вита-пресс, 2001.
3. Тихомирова, Л.Ф. Упражнения на каждый день: логика для младших школьников / Л. Ф. Тихомирова. - Ярославль: Академия развития, Академия К, 1998.
4. Аверина, И. С. Методика экспресс-диагностики интеллектуальных способностей / И.С. Аверина, Е.И. Щебланова, Е.Н. Задорина // Вопросы психологии. - № 5. - 1991; № 4. - 1994.

Интернет-ресурсы:

1. Электронная библиотека Российской государственной библиотеки, режим доступа: <http://elibrary.rsl.ru/> 2. Библиотека учебной и научной литературы Русского гуманитарного интернет – университета, режим доступа:

<http://www.i-u.ru/biblio/default.aspx>

3. «Психея», режим доступа: <http://www.psycheya.ru>

4. Библиотека сайта «Psychology.ru: Психология на русском языке», режим доступа: <http://www.psychology.ru/Library>

5. Виртуальная библиотека по психологии, режим доступа: <http://scitylibrary.h11.ru/Library.htm>

6. «Каталог психологической литературы», режим доступа: <http://www.psycatalog.ru>

7. «Популярная психология», режим доступа: <http://karpowwww.narod.ru/>

8. «ИССЛЕДОВАТЕЛЬ: Сайт для психологов и тех, кто интересуется психологией», режим доступа: <http://explorateur.narod.ru/library.htm>
9. «Антистресс», режим доступа: <http://marks.on.ufanet.ru>
10. PSYLIB: Психологическая библиотека «Самопознание и саморазвитие», режим доступа: <http://psylib.kiev.ua>.
11. hpsy.ru, режим доступа: <http://hpsy.ru/about.htm>
12. ПроШколу.ру - бесплатный школьный портал, режим доступа: <http://www.proshkolu.ru>
13. Журнал «Психология», режим доступа: <http://www.psychology.su/>
14. Мир позитива. Ру, режим доступа: <http://www.mirpozitiva.ru/>
15. Журнал «Школьный психолог» выпускаемый издательским домом "Первое сентября", режим доступа: <http://psy.1september.ru/>

Материально-техническое обеспечение:

1. Персональный компьютер;
2. Принтер;
3. Сканер;
4. Мультимедиапроектор;
5. Интерактивная доска.