

Администрация Кстовского муниципального округа  
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа № 9»

РАССМОТРЕНА  
на педагогическом совете  
протокол № 1  
от «29» августа 2024г.

УТВЕРЖДЕНА  
приказом МАОУ СШ № 9  
№ 350 от «29» августа 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

курса внеурочной деятельности

**«Таинственная психология»**

для обучающихся 7 классов

срок реализации – 1 год

Кстово, 2024 г.

## Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Таинственная психология» имеет социально-гуманитарную направленность.

Подростковый возраст называют критическим возрастом (в широком смысле слова). Главная особенность подросткового возраста – резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития личности: стремление к общению со сверстниками и появление в поведении признаков, свидетельствующих о желании утвердить свою самостоятельность, независимость, личную автономию.

Основные проблемы психологического развития подростка в этот период:

- развитие интереса к себе, стремление разобраться в своих способностях, поступках, формирование привычных навыков самоанализа;
- формирование интереса к другому человеку как к личности;
- формирование широкого спектра способностей и интересов, определение круга устойчивых интересов;
- формирование нового уровня мышления, логической памяти, устойчивого внимания;
- развитие чувства собственного достоинства, внутренних критериев самооценки;
- развитие форм и навыков личностного общения в группе сверстников, способов взаимопонимания;
- развитие навыков личностного общения в группе сверстников, способов взаимопонимания и толерантности;
- развитие моральных качеств, форм сочувствия и сопереживания другим людям.

**Настоящая программа актуальна**, так как она призвана помочь подростку разобраться в тех изменениях, которые происходят в нём, и предложить пути решения проблем, с которыми он сталкивается в своей жизни.

Очень часто педагоги сталкиваются с психологическими проблемами, как отдельных детей, так и коллектива (школьного класса) в целом. Эти проблемы накладывают огромный отпечаток на весь педагогический процесс.

**Новизна программы** заключается в том, что в ней выстраивается единая линия занятий, которые помогают подростку справиться с психологическими проблемами на данном этапе его развития.

### **Цель и задачи программы**

**Целью** программы является диагностика, коррекция и оптимизация личностного развития подростков на основе игровых групповых форм работы.

### **Задачи программы**

#### **Обучающие:**

- знакомство с психологией как с наукой;
- формирование базовых понятий из области психологии общения, психологии эмоций, конфликтологии и психологии познавательных процессов;
- формирование интереса к прикладным психологическим знаниям.

#### **Развивающие:**

- развитие навыков эффективного общения;
- развитие умения адекватно выражать свои чувства и понимать выражение чувств других людей;

- развитие навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях;
- развитие познавательных процессов.

**Воспитательные:**

- повышение уровня рефлексивности;
- создание мотивации для дальнейшего саморазвития обучающихся;
- сплочение подростков;
- формирование взаимного доверия;
- формирование толерантности.

Занятия проходят в виде лекций, игр, тренингов, а также творческих заданий, что создаёт наиболее благоприятную атмосферу для лучшего усвоения и восприятия материала. У подростков появляется возможность в спокойной творческой атмосфере отработать полученные навыки, решить личностные проблемы, в безопасной обстановке апробировать определённые роли.

Программа составлена таким образом, чтобы подростки смогли не только уяснить и прослушать материал, но и на практике его отработать и закрепить.

Возраст детей: с 13-14 лет (7 класс).

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 45-50 минут (68 часов в год)

### Планируемые результаты

По окончании курса учащиеся будут:

**знать:**

- базовые понятия из области общей и социальной психологии, психологии общения, психологии эмоций, конфликтологии и психологии познавательных процессов;

- виды конфликтов и пути их преодоления;
- эффективные формы работы в команде;
- методику определения своего темперамента, профессиональной ориентации, конфликтности, толерантности;
- методику работы с психолого-диагностическим материалом;

**уметь:**

- работать «в кругу», применяя новые методы работы (не столь часто используемые на уроках);
- взаимодействовать сообща, совместными усилиями добиваясь определённых результатов и находя новые решения проблем и ситуаций;
- доверять друг другу и регулировать свое поведение, исходя из правил тренинговой работы;
- применять на практике индивидуальные и групповые коммуникативные навыки;
- защищать себя и своё здоровье;
- высказывать и аргументировать свою позицию, при этом уважая мнение и позицию другого человека;
- разрабатывать и реализовывать собственный проект;
- применять в жизни принципы толерантности;
- самостоятельно развивать внимание, память, воображение, образное и логическое мышление.

### **Личностные результаты:**

- - готовность и способность обучающихся к саморазвитию,
- - сформированность мотивации к учению и познанию,
- - ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции;
- - социальные компетентности, личностные качества;
- - сформированность основ российской, гражданской идентичности.

- **Метапредметными результатами** изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

- *Регулятивные УУД:*

- осознавать свои личные качества, способности и возможности
- осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции
- овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями
- научиться контролировать собственное агрессивное поведение
- осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки.
- учиться прогнозировать последствия собственных поступков.

- *Познавательные УУД:*

- учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе
- планировать свою учебную деятельность с учетом индивидуального стиля учебной деятельности
- адекватно воспринимать оценки учителей
- уметь распознавать чувства других людей
- обогатить представления о собственных ценностях и их роли в жизни
- уметь формулировать собственные проблемы

- *Коммуникативные УУД:*

- учиться строить взаимоотношения с окружающими
- учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации
- учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями
- формулировать свое собственное мнение и позицию
- учиться толерантному отношению к другому человеку

### Электронные образовательные ресурсы:

<http://pedsovet.org/> - Всероссийский интернет-педсовет;

<http://it-n.ru/> - сеть творческих учителей;

<http://viki.rdf.ru/> - детские электронные презентации и клипы;

<http://festival.1september.ru/> - Фестиваль педагогических идей "Открытый урок";

[www.alleng.ru](http://www.alleng.ru) – сайт информационных ресурсов;

<http://www.ug.ru> - сайт «Учительской газеты»;

<http://www.kinder.ru/default.htm> - Интернет для детей;

<http://www.km.ru> – портал компании «Кирилл и Мефодий».

<http://catalog.iot.ru> – каталог интернет-ресурсов по образованию;

<http://nsportal.ru/> - социальная сеть работников образования

## Тематическое планирование.

<b>Раздел 1. Я познаю себя и других</b>			
№	Тема	Содержание курса	Кл.-во часов
1	Введение в курс. Знакомство, принятие правил работы.	Знакомство с наукой психологией, ее ролью в жизни человека. Особенности курса. Примерное содержание. Упражнения на знакомство и командообразование.	2
2	Рефлексия.		1
3	Сплочение группы.	Занятия на сплочение группы с элементами тренинга. Формирование доверия к себе и к группе.	1
4	Рефлексия.		1
5	Знакомство с понятием «темперамент».	Введение понятия темперамент, знакомство с типами темперамента. Определение своего типа темперамента.	2
6	Рефлексия.		1
7	Знакомство с понятием «характер».	Анализ понятия «характер». Формирование стремления к развитию характера. Знакомство с различными способами развития характера.	1
8	Рефлексия.		2
9	Воспитание воли.	Раскрытие понятия «воля». Рассмотрение признаков волевого поведения. Ознакомление с приемами воспитания воли.	1
10	Рефлексия.		1
11	Склонности, способности, интересы.	Направленность личности. Определяем свои индивидуальные черты. Работа с опросником Кеттела.	2
12	Рефлексия.		1
13	Как стать интересным.	Развитие навыков самопрезентации. Знакомство с миром увлечений и достижений обучающихся.	1
14	Рефлексия.		1
15	Создание своего имиджа.	Знакомство с понятием «имидж». Составляющие имиджа. Как создать свой неповторимый образ.	1
16	Рефлексия.		1
17	Общение. Виды общения.	Что такое общение. Вербальные и невербальные техники общения.	2
18	Рефлексия.		1
19	Язык жестов.	Техники невербального общения. Мимика, пантомимика, походка, жесты.	2
20	Практическое занятие.		2
<b>Итого:</b>			<b>27</b>
<b>Раздел 2. Я в общении</b>			
21	Искусство общения.	Формирование навыков эффективной коммуникации (начала разговора, невербального общения, эффективного слушания, понимания других людей и др.).	1
22	Практическое занятие.		2
23	Мое мнение.	Формирование представлений о том, как важно иметь собственное мнение, уметь ему следовать и отстаивать не агрессивно. Знакомство с приемами эффективной аргументации.	1
24	Практическое занятие.		1
25	Вы в коллективе.	Знакомство с понятием «коллектив». Уровни развития коллектива. Формирование у подростков представлений о себе, как о члене	1
26	Рефлексия.		1

		коллектива.	
27	Учитесь дружить.	Развитие представлений подростков о значении дружбы в жизни человека, качествах настоящего друга и условиях возникновения и сохранения дружбы.	1
28	Рефлексия.		2
<b>Итого: 10</b>			
<b>Раздел 3. Учимся разрешать конфликты</b>			
29	Знакомство с понятием «Конфликт».	Знакомство с понятием «конфликт» и природой конфликта.	1
30	Рефлексия		1
31	Виды конфликтов. Конфликты в школьной среде.	Знакомство с основными видами конфликтных ситуаций в школе.	1
32	Рефлексия.		1
33	Основные модели поведения в конфликте.	Знакомство с 5 стратегиями поведения в конфликте. Формирование у подростков стремления к позитивному выходу из конфликта. Проигрывание стратегий поведения в конфликте.	2
34	Практическое занятие.		2
35	Знакомство с процедурой медиации.	Фундамент медиации. Фазы медиации. Организация процедуры медиации.	1
36	Медиатор	Знакомство с ролью медиатора. Качества и навыки медиатора.	1
37	Практическое занятие.		1
<b>Итого: 11</b>			
<b>Раздел 3. Эмоции</b>			
38	Управление эмоциями.	Прояснение позитивного и негативного влияния эмоций на развитие жизненных ситуаций. Обучение определению своих эмоций и управлению ими.	1
39	Практическое занятие.		1
40	Нужна ли агрессия.	Обучение способам снятия агрессии, релаксация. Формирование собственного представления и отношения к проблеме агрессивного поведения. Выработка приемлемого способа разрядки гнева и агрессии, выплеска негативных эмоций.	1
41	Практическое занятие.		1
42	Мои проблемы.	Знакомство с термином «проблема», осознание проблем и их обсуждение. Отработка навыков решения проблем.	1
43	Практическое занятие.		1
44	Обиды.	Беседа, рисуем обиду. Выход на понятие «обида», на способы того, как с ней справляться.	1
45	Критика.	Знакомство с понятием «критика» и отработка навыков правильного реагирования на критику.	1
46	Практическое занятие.		3
47	Комплименты или лесть.	Обучение видению в других людях положительных качеств и нахождению нужных слов для общения. Формирование понятия «комплимент».	1
48	Рефлексия.		1
49	Груз привычек.	Беседа, самораскрытие, релаксация. Совершенствование навыков самоанализа и поиск приемлемых способов избавления от вредных привычек.	1
50	Рефлексия.		1
51	Вежливость.	Определение понятия «вежливость» и	1

52	Рефлексия.	осмысление своего отношения к окружающим.	1
53	Завершающее занятие.	Обсуждение итогов. Обсуждение дальнейших планов. Предложения.	2
			<b>Итого: 20</b>
<b>ИТОГО - 68</b>			

### **Список литературы:**

1. Айзенн Х., Эванс Д. Проверьте способности вашего ребенка / Пер. с англ. Л.К. Клогокина. М.: ООО Издательство «АСТ», 1998.
2. Афонькин С. Ю.. Учимся мыслить логически. Увлекательные задачи для развития логического мышления. СПб.: Издательский дом «Литера», 2002.
3. Битянова М.Р., Беглова Т.В. Учимся решать проблемы: Программа развития проектного мышления у младших подростков. Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов. – 2-е изд., стер. – М.: Генезис, 2007.
4. Венгер Л.А., Венгер АЛ. Домашняя школа мышления. М., 1985.
5. Локалова Н.П. Уроки психологического развития в средней школе (V-VI классы). – М.: Издательство «Ось-89», 2001г.
6. Львовский Ю.В. Там, где нет неправильных ответов. Развитие мышления и творческого воображения у детей от 6 до 16 лет. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2011.
7. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5-6 класы). – 3-е изд. – М.: Генезис, 2010.