

РАССМОТРЕНО  
на заседании ШМО КЛ.РУК  
(Филонов Э.В.)

Протокол № 1  
« 28 » 08 2023г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по ВР  
Четвертнова Т.Н.

« 28 » 08 2023г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ СОШ № 23  
Мокина Н.В.



Приказ № \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ 2023г.

**Рабочая программа по внеурочной деятельности  
«Занимательная психология»**

**с учащимися 8 «В» класса**

КЛАССНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО  
БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ  
СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ №23  
С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ  
Г.ПЯТИГОРСКА

Райхерт Ларисы Андреевны (Ф.И.О.)

2023 – 2024 учебный год

**ПРОГРАММА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
«Занимательная психология»**

**Направление: социальное  
Возраст обучающихся: 8 кл.**

**2023**

## 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.

<b>Раздел 1. Я познаю и развиваю свои способности</b>			
<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>Содержание</b>	<b>Часы</b>
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	Что я знаю о себе	Образ вашего «Я». Анализ социальных ситуаций. Заведите друга-дневник	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
<b>ИТОГО:</b>			<b>14</b>
<b>Раздел 2. Я в общении. Планируем коллективное творческое дело</b>			
8	Искусство общения	Формирование навыков эффективной коммуникации (начала разговора, невербального общения, эффективного слушания, понимания других людей и	1

		др.)	
9	Агрессия и ее роль в развитии человека	Работа со сказкой. Как выглядит агрессивный человек. Работа в тетради. Конструктивное реагирование на агрессию	1
10	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
11	Вы в коллективе	Знакомство с понятием «коллектив». Уровни развития коллектива. Формирование у подростков представлений о себе, как о члене коллектива.	1
12	Учитесь дружить	Развитие представлений подростков о значении дружбы в жизни человека, качествах настоящего друга и условиях возникновения и сохранения дружбы.	1
13	Введение в КТД.	Раскрытие понятия КТД. Создание активной группы. Упражнения активаторы.	1
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
<b>ИТОГО:</b>			<b>13</b>
<b>Раздел 3. Реализация социального проекта</b>			
16	Социальный проект «Спешите делать добрые дела»	Практическое занятие для учащихся	2

17	Социальный проект «Спешу делать добрые дела»	Практическое занятие для учащихся	2
18	Социальный проект «Спешу делать добрые дела»	Практическое занятие для учащихся	2
19	Заключительное занятие. Подведение итогов	Самодиагностика курса. Получение обратной связи.	1
<b>ИТОГО:</b>			<b>7</b>
<b>ИТОГО</b>			<b>34</b>

## Технологическая карта развивающих занятий

№	Тема занятия	Кол – во часов	Формы работы	Формы и виды контроля
1	Введение в курс. Знакомство с ребятами.	1	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	1. Разминка «Хитрый вопрос» 2. Введение в тему 3. Практическая часть: упражнение «Я вырабатываю характер» 4. Рефлексия	Устная рефлексия
3	Воспитание воли	1	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	<b>1 занятие</b> 1. Разминка «Интервью» 2. Введение в тему 3. Круглый стол «Человек среди людей» 4. Практическая часть: упражнения «Стань интересным», «Комплимент». 5. Рефлексия <b>2 занятие</b>	Устная рефлексия

			<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><b>1 занятие</b></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><b>2 занятие</b></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» 4. Рефлексия	Устная 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...»	Устная рефлексия

			<ul style="list-style-type: none"> <li>2. Введение в тему</li> <li>3. Практическая часть: упражнения на командообразования</li> <li>4. Рефлексия</li> </ul>	
14	Планирование социальной акции	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Разминка «Снежный ком»</li> <li>2. Введение в тему</li> <li>3. Мозговой штурм</li> <li>4. Практическая часть: составить план социальной акции</li> <li>5. Рефлексия</li> </ul>	Устная рефлексия
15	Подготовка социального проекта	6	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Разминки «активаторы»</li> <li>2. Составление опросника</li> <li>3. Сбор информации</li> <li>4. Рефлексия</li> </ul>	Анализ полученной информации.
16	Социальный проект «Социально успешная личность»	6	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Творческая презентация школы.</li> <li>2. Игровые упражнения на командообразования.</li> <li>3. Рефлексия</li> </ul>	Анализ полученной информации.
17	Заключительное занятие. Подведение итогов	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Разминка «Подари подарок»</li> <li>2. Диагностика творческих способностей</li> <li>3. Рефлексия</li> </ul>	Итоговая диагностика Устная рефлексия
	<b>ИТОГО:</b>	<b>34</b>		

## **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.