


Согласовано:

Зам. директора по МР

 Семёнова Н.Г.

Директор №1 от 24.08.2022 г.



Утверждаю:

И.о. директора МБОУ СОШ 1

 Сергалиева А.С.

И.о. от 24.08.2022 г.

Программа внеурочной деятельности
и дополнительного образования
«Основы психологии».

Педагог-психолог
Гуреева Светлана Ивановна

2022-2023
учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Федеральные государственные образовательные стандарты основного общего образования (ФГОС ООО) и среднего общего образования (ФГОС СОО) ориентированы на становление личностных характеристик выпускника. Согласно ФГОС СОО, личностные результаты освоения образовательных программ включают готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению, сформированность их мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, социальные компетенции, правосознание, способность ставить цели и строить жизненные планы. Повышение уровня психолого-педагогической поддержки школьников наиболее эффективно, если стимулировать самоорганизацию, самостоятельность, самопознание у самих детей, т.е. формировать у них психологическую компетентность.

Психологическая компетентность является неотъемлемой частью профессионального мастерства любого представителя социомических профессий, следовательно, в рамках предпрофессиональной подготовки школьников по социально-педагогическому профилю формирование основ психологической культуры можно рассматривать как залог будущего успеха и в ходе профессионального обучения, и в процессе будущей педагогической и социальной деятельности. Программа внеурочной деятельности «Психология» нацелена на формирование у обучающихся пропедевтических знаний.

Цель программы – формирование у обучающихся пропедевтических знаний в области психологии, связанных с выбором профессий социально-педагогической направленности.

Задачи программы:

- сформировать представления обучающихся о психологии как науке;
- познакомить обучающихся с содержанием общей, социальной, возрастной и других разделов психологии;
- стимулировать мотивацию для самопознания и познания других людей;
- формировать навыки социального взаимодействия, моделирования различных ситуаций межличностного взаимодействия;
- развивать навыки эффективной коммуникации и безопасного поведения;
- формировать умения использовать психологические знания, для решения прикладных задач, общения и деятельности в коллективе;
- способствовать мобилизации личностных ресурсов участников, направленных на формирование активной жизненной позиции;
- сформировать предпосылки осознанного выбора будущей профессии, позитивное отношение к профессиональной педагогической и социальной деятельности.

Занятия по данной программе способствуют развитию психологических знаний, самосознания (чувства собственного достоинства, адекватной самооценки); помогают раскрыть сущность личностной направленности (потребностей, желаний, целей, смыслов, идеалов, ценностных ориентаций); способствуют развитию эмоциональной сферы (чувств, переживаний, настроений) и пониманию чувств и переживаний других людей.

Программа внеурочной деятельности «Психология» нацелена на формирование у обучающихся пропедевтических знаний.

Рабочая программа разработана на основании следующих документов:

письмо Министерства образования и науки РФ от 12 мая 2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федеральных государственных образовательных стандартов начального (основного) общего образования»;

- письмо Министерства просвещения РФ от 5 сентября 2018 г. № 03-ПГ-МП-42216 «Об участии учеников муниципальных и государственных школ РФ во внеурочной деятельности»;
- письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи от 14 декабря 2015 г. № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных образовательных программ»;
- Методические материалы по организации внеурочной деятельности в образовательных учреждениях, реализующих общеобразовательные программы начального общего образования (письмо Минобрнауки России от 12 мая 2011 г. № 03296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»);
- Методические рекомендации по уточнению понятия и содержания программ внеурочной деятельности (письмо Минобрнауки России от 18 августа 2017 г. № 09-1672).

Программа внеурочной деятельности «Психология» относится к программам *социального направления*.

Программа рассчитана на *1 год обучения*.

Общий объем программы: 34 часа.

Программа адресована обучающимся *10–11 классов. Возраст обучающихся* – 15–17 лет.

Раздел 1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Личностные результаты:

- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности, выбору профессии; формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, творческой и других видов деятельности;
- осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как к возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем.

Метапредметные результаты:

- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- умение работать в группе – владение навыками самопрезентации, умение эффективно сотрудничать и взаимодействовать на основе координации различных позиций при выработке общего решения в совместной деятельности; умение слушать партнера, формулировать и аргументировать свое мнение, корректно отстаивать свою позицию и координировать ее с партнерами, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- владение языковыми средствами – умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства в процессе коммуникации; владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

Предметные результаты:

- понимание терминологии, предусмотренной разделами программы;
- приобретение представлений об истории развития психологической науки;
- формирование представлений об индивидуально-психологических и индивидуально-типологических особенностях личности;
- формирование представлений о познавательной сфере личности (ощущение, восприятие, внимание, память, мышление);
- формирование представлений об эмоционально-волевой сфере личности;
- приобретение знаний о феноменах межличностного взаимодействия (убеждение, влияние, психология лжи, манипуляция и контрманипуляция);
- формирование умения осуществлять мини-исследования психологического характера.

Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Тема 1. История развития психологической науки

Введение в психологию, ее отрасли и методы. Основные направления и теории психологической науки. Психология сознания. Сознание, его свойства и структура. Бихевиоризм. Психоанализ. Гештальтпсихология. Гуманистическая и когнитивная психология.

Отечественная психологическая школа.

Практическое занятие: Становление психологической науки. **Тема 2. Психология личности**

Темперамент и характер. Самооценка. Возрастная психология и психология развития. Гендерная психология. Психология индивидуальных различий. Психофизиология. Нейропсихология.

Практическое занятие: Определение акцентуаций характера. **Тема 3. Психология эмоций**

Теории эмоций, виды эмоций, роль эмоций в жизни человека и животных. Тренинг управления эмоциональным состоянием.

Практическое занятие: Язык эмоций, способы управления эмоциями.

Тема 4. Психология общения

Психология общения: коммуникативная, интерактивная и перцептивная стороны общения. Вербальные и невербальные средства общения.

Практическое занятие: Способы эффективной коммуникации. **Тема 5. Психология убеждения и влияния**

Особенности восприятия информации разными людьми. Убедительность и доказательность речи. Особенности устной и письменной коммуникации. Психология внушения, заражения.

Психология толпы.

Практическое занятие: Феномены психологического влияния.

Тема 6. Психология лжи. Манипуляции и контрманипуляции

Теории лжи. Виды лжи. Способы диагностики лжи. Причины, способы манипулирования.

Практическое занятие: Приемы контрманипуляций.

Тема 7. Психология мотивации и воли

Понятие воли, структура волевого акта. Причины лени и слабой воли. Понятие мотива. Виды мотивов, внешняя и внутренняя мотивация. Саморегуляция и самоорганизация.

Практическое занятие: Тренинг самопрезентации.

Тема 8. Психология ощущений и восприятия

Психические процессы, свойства и состояния. Физиологическая основа восприятия. Чувствительность. Пороги чувствительности.

Практическое занятие: Ошибки и иллюзии восприятия.

Тема 9. Психология памяти и внимания

Познавательные процессы: внимание и память. Виды внимания: непроизвольное, произвольное и послепроизвольное. Способы управления вниманием. Виды памяти. Этапы процесса запоминания. Роль забывания в психологическом здоровье личности.

Практическое занятие: Приемы мнемотехники.

Тема 10. Психология мышления

Теории мышления. Мышление и интеллект. Приемы решения интеллектуальных задач. Активное социально-психологическое обучение.

Практическое занятие: Операции творческого мышления.

Тема 11. Психология стресса

Роль стресса в жизни человека. Эустресс и дистресс. Стадии формирования стрессового состояния, факторы, вызывающие стресс.

Практическое занятие: Способы управления стрессом.

Тема 12. Конфликт или буллинг, как предотвратить психологическую травму

Основы конфликтологии, виды конфликтов (внутриличностный, межличностный, конфликт группы и человека). Буллинг в школьной среде. Различия буллинга и конфликта. Основы конструктивного поведения в ситуации буллинга в классе.

Тема 13. Семья и семейные ценности в современном мире. Любовь как основа семьи.

Понятие «семья» и его определения в различных областях научного знания и общественной практики. Формы организации семьи в истории человеческого общества: промискуитет, групповой брак, полиандрия, полигамия, моногамия, нуклеарная семья. Эволюция семьи в истории человеческого общества – ключ к пониманию многих проблем современной семьи.

Основные функции семьи: прокреативная, педагогическая, хозяйственно-экономическая. Рекреативная (терапевтическая и организация досуга и отдыха).

Семейные ценности: любовь, чувство значимости, взаимоуважение, честность, прощение, щедрость, ответственность, доверительное общение, соблюдение семейных традиций (национальных, конфессиональных, каждой отдельной семьи).

Понятия «структура семьи», «семейная роль». Особенности семьи как малой социальной группы: нормативность, полифункциональность, гетерогенность состава, закрытость, частичная общность целей, совместный быт.

Понятия здоровой и дисфункциональной семейной системы. Десять признаков здоровой семьи по В. Сатир.

Способ осуществления руководства семьей (патриархальный и эгалитарный типы семьи).

Конвенциональные и неконвенциональные семейные роли: муж–жена, мать–отец, брат–сестра, хозяин–хозяйка, организатор семейного досуга, сексуальный партнер.

Изменения содержательного наполнения семейных ролей на современном этапе развития института семьи.

Понятие «психологическая готовность».

Основные теоретические подходы к выбору брачного партнера: изменение критериев в культурно-исторической перспективе.

Компоненты, наиболее часто определяющие готовность к браку: когнитивный, эмоциональный, оценочно-волевой и деятельностный.

Изучение феномена любви в мировой науке и искусстве. Любовь в супружестве и родительстве.

Тема 14. Профессиональное самоопределение.

Самоопределение личности. Виды самоопределения. Профессиональное самоопределение.

Тема 15. Подведение итогов

Практические занятия: Защита результатов мини-исследования проекта.

Раздел 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	История развития психологической науки	2	1	1
2	Психология личности	2	1	1
3	Психология эмоций	2	1	1
4	Психология общения	2	1	1
5	Психология убеждения и влияния	2	1	1

6	Психология лжи. Манипуляции и контрманипуляции	2	1	1
7	Психология мотивации и воли	2	1	1
8	Психология ощущений и восприятия	2	1	1
9	Психология памяти и внимания	2	1	1
10	Психология мышления	2	1	1
11	Психология стресса	2	1	1
12	Конфликт или буллинг, как предотвратить психологическую травму	3	2	1
13	Семья и семейные ценности в современном мире. Любовь как основа семьи.	3	2	1
14	Профессиональное самоопределение.	4	2	2
15	Подведение итогов. Защита результатов мини-исследования проекта	2	–	2
Итого		34	17	17