

Комитет по образованию администрации  
Всеволожского муниципального района Ленинградской области  
**Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение**  
**«Кудровская средняя общеобразовательная школа № 3»**  
(МОБУ «Кудровская СОШ № 3»)

---

ПРИНЯТО  
на Педагогическом совете  
МОБУ «Кудровская СОШ №3»  
Протокол №1  
от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом  
МОБУ «Кудровская СОШ № 3»  
от «29» августа 2024 года №267

Директор \_\_\_\_\_ Е.И. Майоров

СОГЛАСОВАНО  
На Совете родителей  
МОБУ «Кудровская СОШ №3»  
Протокол №1  
От «26» августа 2024 года

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00C34C1DA5F651BD09CE20D27B98B83014  
Владелец: Майоров Евгений Игоревич  
Действителен: с 23.05.2024 до 16.08.2025

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**внеурочной деятельности**  
**«Занимательная психология»**  
для обучающихся 6-х классов

Рабочую программу составила:  
Мельникова Ольга Валерьевна,  
педагог-психолог

г. Кудрово  
2024

## 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 6-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 подростков (12-14 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.

## **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.

## **ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО КУРСА В ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Программа реализуется во внеурочное время на занятиях по психологии для учащихся 6-х классов. Реализация программы рассчитана на 68 часов по 2 часа в неделю на 2024-2025 уч.год.

**В результате изучения данного курса обучающиеся получат 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.

## **СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

Весь 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.**

Социально-психологический проект «Доброта спасет мир»

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:**

- входная диагностика;
- опрос (свободный и программированный);
- рефлексия;
- обратная связь;
- коллоквиум (для старшеклассников);
- итоговая диагностика, самодиагностика.

№ Раздела	Название раздела	Кол-во часов
Раздел I	Я познаю и развиваю свои способности.	20
Раздел II	Я в общении. Планируем коллективное творческое дело.	18
Раздел III	Я и мои эмоции	20
Раздел III	Реализация социально-психологического проекта.	10

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

<b>Раздел 1. Я познаю и развиваю свои способности</b>			
№	Тема	Содержание	Часы
1	Введение в курс. Знакомство с ребятами.	Особенности курса. Примерное содержание. Упражнения на знакомство и командообразования. Входная диагностика.	2
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	Тренинг «Развитие навыков общения среди подростков»	Учиться проявлять и выражать свои мысли и чувства в коллективе, учиться умению договариваться.	2
6	Создание своего имиджа	Знакомство с понятием «имидж». Составляющие имиджа. Как создать свой неповторимый образ.	4
7	Учитесь управлять своими эмоциями	Прояснение позитивного и негативного влияния эмоций на развитие жизненных ситуаций. Обучение определению своих эмоций и управлению ими.	2
8	Тренинг креативности	Специально-психологические подобранные упражнения и задания для развития творческих мыслительных способностей. Свободный опрос.	6
<b>ИТОГО:</b>			<b>20</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 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».	1

		Формирование у подростков стремления к позитивному выходу из конфликта. Проигрывание стратегий поведения в конфликте.	
13	Введение в КТД.	Раскрытия понятия КТД. Создание активной группы. Упражнения активаторы.	2
14	Планирование социально-психологической акции	Обсуждение: что, где, когда, с кем будет проводиться, как и в какой форме мы представим социально-психологический проект.	1
15	Тренинговое занятие для подростков: «Творческие способности и пути их развития»	Способствовать психическому и личностному развитию, помочь раскрыть до конца свой творческий потенциал, научиться видеть проблему и искать ее разносторонне.	4
16	Рефлексия раздела и своего прогресса	Программированный опрос, обработка результатов, сбор информации, оформление результатов социально-психологического проекта.	6
<b>ИТОГО:</b>			<b>18</b>
<b>Раздел 3. Я и мои эмоции</b>			
17	Чувства бывают разные	Разминка «Закончи предложение», игры-упражнения «Изобрази чувство», «Испорченный телефон», работа со сказкой.	2
18	Что такое страх и как с ним справиться	Разминка «Закончи предложение», игры-упражнения «Отгадай чувство», «Детские страхи и страхи пятиклассников»,	2
19	Имею ли я право сердиться и обижаться	Разминка «Найди лишнее слово», «Обида». Психологические этюды.	2
20	Путешествие в страну радости и восторга	Знакомство с позитивными эмоциями. Поиск способом выражения радости. Различия между переживанием радости и восторга.	2
21	Тренинг на эмоциональный интеллект	Развитие эмпатии и осведомленности об эмоциях.	2
22	МАК-технология «Моя история»	Формирование навыков эмоциональной рефлексии.	2



23	Подготовка эмоционального словаря	Знакомство со спектром эмоций, апробирование рефлексивных техник, составление эмоционального словаря.	2
24	Как я могу выразить негативные эмоции?	Поиск способов выражения негативных эмоций. Разница между проживанием различных эмоций.	2
25	Психологические защиты	Понятие «психологические защиты». Список 7 защит.	2
26	Рефлексия раздела	Диагностика эмоционального интеллекта.	2
<b>ИТОГО:</b>			<b>10</b>
<b>Раздел 4. Реализация социального проекта</b>			
27	Социально-психологический проект «Доброта спасет мир»	Практическое занятие для учащихся	2
28	Социально-психологический проект «Доброта спасет мир»	Практическое занятие для учащихся посредством сети интернет	2
29	Социально-психологический проект «Доброта спасет мир»	Практическое занятие для учащихся (презентация)	2
30	Коллоквиум. Семинар.	Итоговая диагностика. Семинар.	2
31	Заключительное занятие. Подведение итогов	Самодиагностика курса. Получение обратной связи.	2
<b>ИТОГО:</b>			<b>10</b>
<b>ВСЕГО:</b>			<b>68</b>

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА**

1. Развитие регулятивных, личностных и коммуникативных УУД.
2. Развитие креативных способностей и социально-психологического творчества.
3. Повышение у учащихся интереса к приобретению новых знаний, к психологическим особенностям себя и окружающих.

## **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.

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