

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Гимназия № 1»
г. Ангарска**

Рассмотрено на
заседании МО
социально-психологической
службы

_____ протокол № _____
от «30» августа 2023г.

_____ (Дьячкова Е.В.)

«Согласовано»
зам. Директора по НМР

_____ (А.Г. Бердников)

«30» августа 2023г.

«Утверждаю» Директор
МБОУ «Гимназия № 1»

_____ (Л.В. Раевская)

Приказ № 373

«31» августа 2023г.

**Рабочая программа курса
внеурочной деятельности
«Юный психолог»**

(для обучающихся 7-х классов)

Срок реализации – 1 год (34 часа)

Бортникова Е.А.
педагог-психолог
высшей квалификационной категории

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направление программы курса: социальное творчество учащихся.

Социальное творчество – высшая форма социальной деятельности; созидательный процесс, направленный на преобразование и создание качественно новых форм социальных отношений и общественного бытия.

Социальное творчество учащихся – это добровольное посильное участие подростков в улучшении, совершенствовании общественных отношений, преобразовании ситуации, складывающейся в окружающем их социуме. Такая деятельность всегда сопряжена с личной инициативой учащегося, поиском им нестандартных решений, риском выбора, персональной ответственностью перед группой сверстников, педагогов, общественностью.

Программа внеурочной деятельности составлена на основе авторской серии Хухлаевой О.В. «Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе» Генезис, 2005; методического руководства Гатанова Ю.Б «Курс развития творческого мышления (по методу ДЖ. Гилфорда и Дж. Рензулли) для детей 9 – 14 лет» – СПб, ГП «Иматон», 2009 (Госстандарт России)

Актуальность программы:

Одна из главных особенностей семиклассников – противоречивость, нестабильность характера. Желание слиться с группой, не выделяться, существует вместе со стремлением к самостоятельности, автономности.

Подросток стремится включиться во взрослую жизнь, он претендует на равные права со взрослыми. Это часто проявляется во внешнем виде: в манерах, нередко становится источником разногласий, конфликтов.

Потребность в познавательной деятельности приобретает в этом возрасте новые формы. Учебная деятельность занимает большую часть времени подростка. Но больше его привлекают социально-значимые виды деятельности – трудовая, организаторская, досуговая (самодетельно-творческая). Это связано с мотивами получения результата, удовлетворения от совместной деятельности, общения. Самообразование выступает как средство самовыражения, самоутверждения, самореализации, как залога будущих успехов в жизни и деловой сфере. Актуальными становятся взаимоотношения в классном коллективе, умение принимать его нормы и правила.

Совместная деятельность помогает поиску себя среди других. Общение для подростков дает ценнейшую информацию, помогает оценивать себя и других, ориентироваться на требования коллектива, мнение сверстников становится наиболее значимым.

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.

Новизна педагогической разработки:

Программа предполагает сочетание теоретического материала с психологическим практикумом, рефлексивной оценкой и социальной практикой. После завершения каждого раздела программы предусмотрены часы для разработки и осуществления учащимися коллективного творческого дела, тематика которых связана с основными целями занятий раздела.

Методологические положения:

Методологией программы является концепция психологии развития ребенка Л.И. Божович Л.С. Выготского, Д.Б. Эльконина, А.Н. Леонтьева, согласно которой условием и средством формирования психических новообразований, соответствующих определенному возрастному этапу развития, является ведущая деятельность. Базовым психическим новообразованием, «пронизывающим» все этапы развития школьника, является произвольность и осознанность регуляции своей личностной активности. Только в этом случае происходит полная реализация способностей и возможностей подростка. При таком подходе проблема качества образования ставится и решается не только с точки зрения знаний, которые освоили учащиеся, а с точки зрения достижений в их психическом развитии, которые на каждой возрастной ступени формируются как набор соответствующих компетентностей.

Цель курса внеурочной деятельности: создание условий для развития социальной компетентности, коммуникативных и творческих способностей, умений.

Задачи:

- Формирование позитивной социальной активности школьников.
- Формирование у школьников способности и готовности к социально-преобразующей добровольческой деятельности (социальному творчеству).
- Развитие умения планировать.
- Развитие проектно-исследовательских умений.
- Расширение способов эффективного взаимодействия, самоутверждения в социально-значимой группе.
- Создание условий для овладения навыками регуляции эмоционального состояния и снятия эмоционального напряжения.
- Получение детьми опыта самостоятельного общественного действия через разработку и проведение психологических занятий.

2. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

	Тема занятия	Кол-во часов	Формы деятельности	Виды деятельности	Формы и виды контроля	Месяц провед.
Раздел 1. Эффективное общение						
1	Знакомство с курсом. Планирование деятельности	1	Развивающее занятие. Входная диагностика	1. Упражнение-знакомство «Творческий псевдоним». 2. Мини-лекция «Особенности курса. Примерное содержание». 3. Практическая часть: игровые упражнения на командообразование. 4. Входная диагностика. Изучение интересов учащихся, их социальных запросов. 5. Рефлексия.	Устная рефлексия	сентябрь
2	Как мы получаем информацию о человеке	1	Развивающее занятие	1. Упражнение «Что чувствует человек, если...» 2. Мини-лекция о невербальной коммуникации. 3. Практическое упражнение: «Сломанный телефон» 4. Игровые задания «Я тебя понимаю», «Покажи состояние жестом». 5. Рефлексия.	Устная рефлексия	сентябрь
3	Впечатление, которое мы производим	1	Развивающее занятие	1. Проблемные вопросы «Что такое первые впечатления о человеке?», «Насколько первые впечатления определяют дальнейшее суждение о человеке?» 2. Мини-лекция о внешнем виде и поведении. 3. Практические упражнения: «Как произвести впечатление?», «Я меняю школу», «Я устраиваюсь на работу». 4. Рефлексия.	Устная рефлексия	сентябрь
4	Я в своих глазах и в глазах других людей	1	Развивающее занятие	1. Упражнение «Подарок» 2. Проективная методика «Части моего «Я», «Футболка с надписью». 3. Практическая часть: «Ассоциации», «Приятный разговор». 4. Рефлексия.	Устная рефлексия	сентябрь
5	Наши сходства и различия	1	Развивающее занятие	1. Упражнение «Построение круга» 2. Практические упражнения: «Поиск сходства», 3. Самодиагностика «Психогеометрия».	Письменная рефлексия	октябрь

				4. Упражнения «Мы с тобой похожи...», «Письмо другу». 5. Рефлексия.	Самодиагностика	
6	Дружба. Четыре модели общения.	1	Развивающее занятие	1. Упражнение «Найди лишнее слово». 2. Мини-лекция: «Модели общения». 3. Упражнения «Что для тебя значимо», «Твое мнение», «Три качества друга». 4. Практикум «На приеме у психолога». 5. Рефлексия.	Устная рефлексия Самодиагностика	октябрь
7	Подготовка к КТД. Постановка и разрешение проблемных ситуаций. Реализация КТД	2	Развивающее занятие Развивающее занятие	1 занятие 1. Упражнение «Снежный ком». 2. Мозговой штурм. 3. Практическая часть: составление плана классного часа, психологической игры, определение тематики, распределение ролей, ответственных. Сбор и обработка информации. 4. Рефлексия. 2 занятие: 1. Упражнения на смекалку. 2. Разработка конспекта занятия. 3. Подготовка наглядного и раздаточного материала. Оформление презентации к занятию. 4. Рефлексия.	Устная рефлексия	октябрь октябрь
8	«Учитесь дружить»	1	Практика	Реализация КТД на параллели 5-х классов (классный час).	Устная рефлексия	октябрь
Раздел 2. Учимся разрешать конфликтные ситуации.						
9	Общение и умение слушать	1	Развивающее занятие	1. Упражнение «Привет себе». 2. Самодиагностика «Умеете ли вы слушать?». 3. Мини-лекция «Психология общения». 4. Игровые упражнения: «Рисование по инструкции», «Испорченный телефон». 5. Практикум «Слушание в разных позах». 6. Рефлексия.	Устная рефлексия Самодиагностика	ноябрь
10	Учимся взаимопониманию	1	Развивающее занятие	1. Упражнение «Копирование движений», «Бип», «Вавилонская башня». 2. Самодиагностика: «Понятлив ли я?». Умение задавать вопросы и отвечать на них.	Устная рефлексия Самодиагностика	ноябрь

				3. Практическая часть: упражнение-загадка «МПС» (мой правый сосед)), «Снежки». 4. Рефлексия.		
11	Средства общения	1	Развивающее занятие	1. Упражнение «Счет до 10», «Гляделки». 2. Мини-лекция: «Средства общения». 3. Практикум «Дистанция общения» 4. Упражнение «Три обезьянки». 5. Рефлексия.	Устная рефлексия	ноябрь
12	Эффективные приемы общения	1	Развивающее занятие	1. Упражнение «Какой я в общении?». 2. Мини-лекция: «Умение вести разговор – это талант». 3. Упражнение «Как укреплять свою коммуникабельность». 4. Практикум «Гость». 5. Рефлексия.	Устная рефлексия Самодиагностика	ноябрь
13	Что такое конфликт? Стратегии разрешения конфликтных ситуаций.	2	Развивающее занятие.	1 занятие 1. Упражнение «Рисунок в паре», «Сигналы конфликта». 2. Практическая часть: упражнения «Конфликт это...», «Конфликт – это хорошо или плохо?». 3. Упражнение «Стиль входа в конфликт». 4. Рефлексия. 2 занятие 1. Упражнение «Давка», «Ослики». 2. Мини-лекция: «Стратегии поведения в конфликтных ситуациях». 3. Практикум: разрешение конфликтных ситуаций. 4. Рефлексия.	Устная рефлексия Самодиагностика	декабрь декабрь
14	Подготовка к КТД. Постановка и разрешение проблемных ситуаций. Реализация КТД	2	Развивающее занятие Развивающее занятие	1 занятие 1. Упражнение «Мое настроение». 2. Мозговой штурм. 3. Практическая часть: составление плана классного часа, психологической игры, определение тематики, распределение ролей, ответственных. Сбор и обработка информации. 4. Рефлексия. 2 занятие: 1. Упражнения на смекалку. 2. Разработка конспекта занятия. 3. Подготовка наглядного и раздаточного материала. Оформление презентации к занятию.	Устная рефлексия	декабрь декабрь

				2. Разработка конспекта занятия. 3. Подготовка наглядного и раздаточного материала. Оформление презентации к занятию. 4. Рефлексия.		
20	«Будь толерантным!»	1	Практика	Реализация КТД на параллели 6-х классов (классный час).	Устная рефлексия	март
Раздел 4. Эмоциональная сфера человека. Саморегуляция.						
21	Наши эмоции и чувства	1	Развивающее занятие	1. Упражнение «Путаница». 2. Мини-лекция: Основные эмоции и чувства. 3. Практикум: упражнения «Угадай эмоцию». «Польза и вред эмоций», «Скульптор и глина». 4. Рефлексия.	Устная рефлексия	март
22	Основные законы психологии эмоций	1	Развивающее занятие	1. Упражнение «Какое слово не подходит?». 2. Мини-лекция: Основные законы психологии эмоций. 3. Практикум: Работа со сказкой. Игровое задание «Ассоциации». 4. Рефлексия.	Устная рефлексия	март
23	Запреты на чувства	1	Развивающее занятие	1. Упражнение «Комплексы». «Ты прав и ты прав...» 2. Мини-лекция: Запреты на чувства. 3. Практикум: упражнение «Определи запреты», «Куда уходят чувства?». Игровые задания: «Калейдоскоп чувств», «Педсовет». 4. Рефлексия.	Устная рефлексия	апрель
24	Психогигиена эмоциональной жизни.	1	Развивающее занятие	1 занятие 1. Упражнение «И это грустно, и это весело...». 2. Упражнение «Что чувствует человек, если...» 3. Проблемное обсуждение: «Правила психогигиены» 4. Практикум: Работа со сказкой «Портфельчик». Игровые задания «Перепутаница». 5. Рефлексия.	Устная рефлексия	апрель
25	Овладение навыками саморегуляции.	1	Психологический тренинг	Тренинг саморегуляции. Самодиагностика «Умеете ли вы контролировать себя?»	Устная рефлексия	апрель
26	Подготовка к КТД. Постановка и разрешение	2	Развивающее занятие	1 занятие 1. Упражнение «Определи эмоцию». 2. Мозговой штурм.	Устная рефлексия	апрель

	проблемных ситуаций. Реализация КТД		Развивающее занятие	3. Практическая часть: составление плана классного часа, психологической игры, определение тематики, распределение ролей, ответственных. Сбор и обработка информации. 4. Рефлексия. 2 занятие: 1. Упражнения на смекалку. 2. Разработка конспекта занятия. 3. Подготовка наглядного и раздаточного материала. Оформление презентации к занятию. 4. Рефлексия.		май
27	«Учитесь управлять своими эмоциями»	1	Практика	Реализация КТД на параллели 6-х классов (классный час).	Устная рефлексия	май
28	Заключительное занятие. Подведение итогов	1	Итоговая диагностика. Устная и письменная рефлексия	1. Упражнение «Я могу!». 2. Самоанализ. Оценка результатов собственной деятельности. 3. Упражнение «Чемодан в дорогу». 4. Рефлексия.	Итоговая диагностика. Устная и письменная рефлексия	май
Всего		34ч.				