

РАССМОТРЕНО

на заседании методического совета школы
протокол № 5 от «01» апреля 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор Д.В. Чеменев
Приказ № 298 от «30» августа 2019 г.



СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР А.В. Курец
«30» августа 2019 г.

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 69»**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности

«Круги общения и познания»

название

социальное

направление развития личности школьника

Срок реализации 2 года

14-16 лет

возрастная группа

Педагог-психолог

2019-2020 учебный год

Красноярск - 2019

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа «Круги общения и познания» разработана на основе авторской программы формирования психологического здоровья подростков «Тропинка к своему Я» кандидата психологических наук О. В. Хухлаевой. Программа предназначена для обучающихся 8-9 классов, составлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО и реализуется в рамках внеурочной деятельности.

Проблема формирования психологически здоровой личности в условиях обучения в общеобразовательной школе в настоящее время является очень актуальной, т.к. учебные нагрузки, несоответствие между внешними требованиями и психофизиологическими возможностями учащихся, слабая функциональная готовность к школе, отсутствие учебной мотивации приводят к тому, что школа для многих детей становится источником стресса. В особой ситуации риска находятся дети в подростковом возрасте. Именно в этом возрасте идет борьба за самостоятельность в мыслях и поступках, которая приобретает для подростков особое значение.

Основной формой проявления самостоятельности становятся различного рода агрессивные действия, которые у взрослых, как правило, вызывают ответную агрессию, что приводит к нарастанию конфликтов. Поэтому полезно предоставлять подросткам возможность осознавать собственные индивидуальные особенности, свои агрессивные действия, учить их контролировать проявления агрессии.

Достаточно остро этот период проходит у ребят, воспитывающихся в так называемых благополучных семьях, взрослые члены которых не могут быстро перестроиться и продолжают чрезмерно опекать подростков. Важно показать подросткам, что их ситуация не уникальна и что истинные мотивы опеки родителей — любовь к ребенку и тревога за него.

Большинство подростков в этом возрасте проявляют живой интерес к самопознанию, поэтому они с радостью принимают любые игры, задания, позволяющие им посмотреть на самих себя.

Предлагаемый курс психологических занятий в начале средней школы направлен на формирование и сохранение психологического здоровья школьников, так как способствует развитию интереса подростка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению такой атмосферы, при которой человек полноценно выполняет свои социальные функции.

Цель программы курса внеурочной деятельности: развитие социально-личностной сферы учащихся подросткового возраста, формирование и развитие универсальных учебных действий (УУД).

Задачи:

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
2. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.
4. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
5. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения. Формировать терпимость к мнению собеседника.
6. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
7. Способствовать успешной адаптации подростков в средней школе.

Программа составлена на 34 занятия, 1 час в неделю.

Ценностные ориентиры содержания курса

1. Формирование психологических условий развития общения, кооперации сотрудничества:

- доброжелательность, доверие и внимание к людям,
- готовность к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;
- уважение к окружающим – умение слушать и слышать партнера, признавать право каждого на собственное мнение и принимать решения с учетом позиций всех участников.

2. Развитие ценностно-смысловой сферы личности на основе общечеловеческой нравственности и гуманизма:

- принятие и уважение ценностей семьи и общества, школы и стремление следовать им;
- ориентация в нравственном содержании и смысле поступков;
- формирование чувства прекрасного и эстетических чувств.

3. Развитие умения учиться как первого шага к самообразованию и самовоспитанию:

- развитие широких познавательных интересов, инициативы и любознательности, мотивов познания и творчества;
- формирование умения учиться и способности к организации своей деятельности.

4. Развитие самостоятельности, инициативы личности как условия ее самоактуализации: - формирование самоуважения и эмоционально-положительного отношения к себе; - готовность открыто выражать и отстаивать свою позицию; - критичность к своим поступкам и умение адекватно их оценивать;

- готовность к самостоятельным действиям, ответственность за их результаты;
- целеустремленность и настойчивость в достижении целей;
- готовность к преодолению трудностей и жизненного оптимизма;

- умение противостоять действиям и влияниям, представляющим угрозу жизни, здоровью и безопасности личности и общества в пределах своих возможностей.

Форма проведения данной программы внеурочной деятельности – занятия с элементами тренинга, игра, практикум.

Формы проведения занятия

- Групповые занятия (обучение в сотрудничестве).
- Самостоятельная работа.
- Работа в парах.
- Коллективные обсуждения и дискуссии.

Методы внеурочной деятельности:

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесный (устное изложение, беседа, рассказ, лекция и т. д.);
- наглядный (показ мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, показ (выполнение) педагогом, работа по образцу);
- практический (выполнение работ по инструкционным картам, схемам и др.).

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;

-частично-поисковый – участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом;

- исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся.

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности, учащихся на занятиях:

-фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися;

-индивидуально-фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;

-групповой – организация работы в группе;

- индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий, решение проблем.

Средства обучения - это средства воспитания, выбор которых определяется содержанием, формой внеурочной деятельности:

- беседа с учащимися с целью выяснения их интереса, информированности по данному вопросу;

- упражнение;

- поручения детям подготовить сообщения (своеобразный метод рассказа);

- методы игры в различных вариантах;

- составление плана.

Общая характеристика курса:

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы с подростками, которая включает три основных компонента:

аксиологический (связанный с сознанием), **инструментально-технологический** и **потребностно-мотивационный**.

Аксиологический компонент содержательно представлен ценностями «Я»: собственного «Я» человека, его связи с «Я» других людей и с природными объектами. Он предполагает осознание ребёнком ценности, уникальности себя и окружающих, идентификацию как с живыми, так и неживыми объектами, осознание единства с миром во всей его полноте.

Инструментальный компонент предполагает овладение рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими.

Потребностно-мотивационный компонент обеспечивает появление у подростка потребности в саморазвитии, самоизменении, побуждает к последующей самореализации.

Задачи развития являются четвёртым компонентом в данной модели. Работа с ними осуществляется параллельно, т.е. при построении каждого занятия учитываются все направления, но, в зависимости от целей, делается акцент на одном из них.

Занятия проходят по определённой схеме, каждая часть которой выполняет свои задачи:

1.Введение в тему.

2.Развёртывание темы.

3.Индивидуализация темы.

4.Завершение темы.

ПЛАНИРУЕМАЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ КУРСА

Даная программа рассчитана на достижение **2-х уровней результатов:**

первый уровень - приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни

- **второй уровень** – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности в целом. Таким образом, внедрение новых стандартов дает большие возможности для развития творческих способностей обучающихся.

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;

Применительно к данной программе

- сформированность у обучающихся уважения и интереса к чувствам других людей;
- сформированность умения анализировать свое поведение на основе общих морально-нравственных понятий (о добре и зле, должном и недопустимом);
- сформированность уважительного отношения к отличительным особенностям чувств и эмоций других людей;
- сформированность у обучающихся мотивации к изучению психологии, с целью самосовершенствования и дальнейшей самореализации;
- сформированность у обучающихся готовности и способности к духовному развитию;
- сформированность нравственных качеств обучающихся, основанных на духовных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;
- сформированность у обучающихся мотивации к обучению и познанию.

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

Средства формирования УУД: словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др.

А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся:
Психологическая информация. Достаточно эффективный метод, способствующий углублению самосознания подростков, является изучение некоторых важных для этого возраста психологических понятий. Сообщаемая информация стимулирует подростка к размышлению о себе.

Интеллектуальные задания. Интеллектуальные задания способствуют расширению лексического запаса учащихся в области психологии, помогают им овладеть необходимыми понятиями.

Ролевые методы. Ролевые методы предполагают принятие подростком ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание необычных ролей; проигрывание своей роли в гротескном варианте.

Коммуникативные игры. Коммуникативные игры направлены на формирование у подростка умения увидеть в другом человеке его достоинства. А также существует ряд игр, способствующих углублению осознания сферы общения.

Предметные результаты:

- психологические знания (понятия, факты, идеи, законы науки психологии, способы психической деятельности),
- психологические умения (чем для самого человека становятся те знания и способы действия, которые он приобретает в процессе обучения),
- навыки (привычка мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой),
- опыт творческой самостоятельности,
- овладение культурой психической деятельности,
- формирование эмоционально-целостного отношения к психологической реальности и действительности в целом.

Качества личности, которые могут быть развиты у обучающихся в результате занятий:

- дружелюбное отношение к другим людям;
- познавательная, творческая, общественная активность;
- самостоятельность (в принятии решений);
- умение работать в сотрудничестве с другими, отвечать за свои решения;

Демонстрация успешности обучающихся:

- участие в предметных олимпиадах по психологии различных уровней;
- демонстрация работ, выступления на родительских собраниях;
- проведение игровых конкурсов, сюжетных и ролевых игр с учащимися;

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

8 класс

№ п/п	Содержание курса	Форма организации занятий	Количество часов	Форма организации деятельности учащихся	Виды деятельности
1.	Развитие самопознания и рефлексии	Аудиторная	9	Групповая	Игровая, познавательная
2.	Обучение навыкам позитивного общения	Аудиторная	9	Групповая	Игровая, познавательная
3.	Разрешение проблем общения	Аудиторная	8	Групповая	Игровая, познавательная, практические занятия
4.	Обучение навыкам культуры поведения	Аудиторная	8	Групповая	Игровая, познавательная, практические занятия
Итого:			34		

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

9 класс

№ п/п	Содержание курса	Форма организации занятий	Количество часов	Форма организации деятельности учащихся	Виды деятельности
1.	Введение в мир психологии	Аудиторная	9	Групповая	Игровая, познавательная
2.	Я – это я	Аудиторная	9	Групповая	Игровая, познавательная
3.	Я и мой внутренний мир	Аудиторная	8	Групповая	Игровая, познавательная, практические занятия
4.	Я имею право чувствовать и выражать свои чувства	Аудиторная	8	Групповая	Игровая, познавательная, практические занятия

Итого:	34		
--------	----	--	--

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ «Круги общения и познания» 8 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности
1	Общение в жизни человека	1	Познакомить детей с целями занятий. Дать первоначальное представление о значении общения в жизни человека. Принять правила проведения занятий. Тест-игра «С тобой приятно общаться»
2	Зачем нужно знать себя?	1	Формирование групповой сплоченности; Создать у учеников мотивацию на самопознание. Способствовать самопознанию и рефлексии учащихся. Упражнение «Цвет настроения».
3	Я глазами других	1	Формировать способность к самоанализу. Способствовать возникновению желания самосовершенствоваться. Развивать способность принимать друг друга. Игра «Ассоциации»
4	Самооценка	1	Дать понятие о самооценности человеческого «Я». Продолжать развитие навыков самоанализа и самооценки Закрепить навыки групповой работы. Дискуссия «Самое-самое»
5	Мои внутренние друзья и мои внутренние враги	1	Познакомить учащихся с эмоциями. Научить определять эмоциональное состояние других людей. Тренировать умение владеть своими эмоциями. Обсуждение понятия «эмоции». Упражнение «Угадай эмоцию».
6	Ярмарка достоинств	1	Закрепить у учащихся навыки самоанализа. Научить преодолевать барьеры на пути самокритики. Развить уверенность в себе. Упражнение «Вверх по радуге»
7	Ищу друга	1	Помочь учащимся в самораскрытии. Способствовать преодолению барьеров в общении. Совершенствовать навыки общения. Объявление «Ищу друга»
8-9	Позитивное общение. Почему люди ссорятся	2	Познакомить учащихся с понятием «конфликт». Выявить особенности поведения в конфликтной ситуации. Обучить способам выхода из конфликтной ситуации. Игра «Разожми кулак». Обучение выходу из конфликта
10-11	Барьеры общения	2	Дать учащимся представление о вербальных барьерах общения. Обучить альтернативным вариантам поведения. Обучить анализу различных состояний. Изучение понятия «сотрудничество», «противостояние», «компромисс», «уступки».

12	Предотвращение конфликтов	1	Выработать у детей умение предотвращать конфликты. Закрепить навыки поведения в проблемной ситуации. Беседа о умениях адекватно воспринимать замечания. Игра «Перетягивание каната».
13	Учимся слушать друг друга	1	Игровая деятельность, направленная на формирование навыков взаимодействия в группе; Тест «Умеете ли вы слушать?» Игра «Испорченный телефон».
14	Уверенное и неуверенное поведение	1	Игровая деятельность, направленная на осознание своих качеств и повышение самооценки. Дать учащимся понятие о сильной личности. Выработать навыки уверенного поведения. Игра «пойми меня». Тест «как я ориентируюсь в разных ситуациях»
15	Нужна ли агрессия?	1	Дать учащимся представление об агрессивном поведении Выработать приемлемые способы разрядки гнева и агрессии. Упражнение «Выставка»
16	Пойми меня	1	Формировать у учащихся умение понимать друг друга. Игровая деятельность, направленная на формирование умений свободно, не боясь неодобрения, высказывать свои мысли.
17	Мои проблемы	1	Познакомить учащихся с термином «проблема». Научить осознавать проблемы и их обсуждать. Отработать навыки решения проблем. Упражнение «Диалог с сами собой».
18	Обиды	1	Объяснить учащимся понятие «обида». Выявить способы борьбы с обидой. Дидактические игры, способствующие формированию позитивной я-концепции.
19	Критика	1	Познакомить учащихся с понятием «критика». Отработать навыки правильного реагирования на критику. Дидактические игры, способствующие формированию позитивной Я-концепции. Упражнение с мячом «Что звучит обидно?»
20	Комплименты или лесть?	1	Научить видеть положительные качества у других людей. Познакомить с понятием «комплимент». Психологические игры (с последующим обсуждением), способствующие рефлексии эмоциональных состояний и адекватному самовыражению.
21	Груз привычек	1	Совершенствовать у учащихся навыки самоанализа. Продумать способы избавления от вредных привычек. Просмотр видеофильма.
22	Азбука перемен	1	Закрепить у учащихся полученные знания. Помочь участникам поверить в свои силы. Составляем «Азбуку перемен»
23	Вежливость	1	Дать учащимся определение понятия «вежливость».

			Помочь осмыслить свое отношение к окружающим. Психологические игры, позволяющие подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека Составление кодекса вежливости.
24	Культура поведения.	1	Формировать у учащихся положительное отношение к этикету и общепринятым нормам поведения. Психологические игры, позволяющие подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека. Сюжетно-ролевая игра «День рождения»
25	Культура поведения. Приветствия.	1	Познакомить учащихся с правилами приветствия. Обучить приветствиям. Психологические игры, позволяющие показать ответственность человека за свои чувства и мысли. Упражнение «Обмен приветствиями».
26	Умение вести беседу	1	Познакомить учащихся с правилами ведения беседы. Формировать навыки ведения беседы. Психологические игры, позволяющие подчеркнуть научить находить и использовать психологические ресурсы. Игра «Поговорим».
27	Культура поведения. Телефонный разговор.	1	Познакомить участников с правилами ведения разговора по телефону. Формировать навыки ведения беседы по телефону. Обсуждение проблем подростковой дружбы, какими качествами должны обладать друзья. Игра «Поговорим».
28	Культура поведения. В театре	1	Познакомить учащихся с правилами посещения театра. Игровая деятельность, способствующая развитию социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом. Игра «Идем в театр»
29	Принимаем гостей.	1	Познакомить учащихся с правилами приема гостей. Игровая деятельность, направленная на самораскрытие детей и развитие эмпатии.
30	Правила поведения за столом. Чаепитие.	1	Закрепить у учащихся навыки поведения за столом. Игровая деятельность, направленная на самораскрытие детей.
31	Самое важное – захотеть меняться	1	Мотивировать подростков к позитивному самоизменению.
32	Агрессия и ее роль в жизни человека.	1	Помочь подросткам осознать различия между агрессией и агрессивностью,
33	Агрессия со стороны.	1	Научиться контролировать собственное агрессивное

	Как на нее реагировать?		поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других
34	Учимся договариваться. Практическое итоговое занятие.	1	Научиться контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ «Круги общения и познания» 9 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности
1	Вводное занятие. Знакомство.	2	Сформирование участников группы; создание доброжелательной обстановки и атмосферы поддержки в группе; знакомство, выяснение ожиданий учащихся; развитие умений видеть ситуацию с разных сторон, находить позитивные моменты в происходящем, конструктивно реагировать на школьные проблемы.
2	Мелочи общения: интонация, мимика, жесты, поза.	1	Дать представления о психологических аспектах общения, показать роль интонации слов и их значение в общении. - Упражнение «Скажи фразу», «Телефонный разговор». - Упражнение «Просьба», «Разговор через стекло».
3	Правила общения	1	Познакомить учащихся с типичными ошибками, возникающими в ситуациях общения; учить преодолевать трудности, возникающие при общении, развивать навыки общения со сверстниками.
4	Изучение особенностей личности обучающихся	1	Исследование особенностей характера, темперамента. Знакомство со школьными правилами и осознание особенности своего поведения в разных школьных ситуациях.
5	Релаксационные тренинги.	1	Обучение приемам регулирования своего состояния. Закрепление правил работы на занятиях; формирование учебных навыков; расширение навыков самораскрытия и эмпатии.
6	Формирование адекватной самооценки	1	Формирование убеждения, что каждый человек несет персональную ответственность за свои решения Беседа о качествах, необходимы хорошему ученику;

			Игровая деятельность, способствующая развитию навыков совместной деятельности учащихся
7	Формирование уверенности в себе.	1	Практические приемы уверенного поведения. Игровая деятельность, направленная на распознавание

			школьных страхов; поиск способов их преодоления; Преодоление школьной тревожности.
8-9	Зачем нужно знать себя?	1	Формирование групповой сплоченности; Создать у учеников мотивацию на самопознание. Способствовать самопознанию и рефлексии учащихся. Упражнение «Цвет настроения»
10-11	Я глазами других	1	Формировать способность к самоанализу. Способствовать возникновению желания самосовершенствоваться. Развивать способность принимать друг друга. Игра «Ассоциации»
12	Нужна ли агрессия?	1	Дать учащимся представление об агрессивном поведении Выработать приемлемые способы разрядки гнева и агрессии. Упражнение «Выставка»
13	Пойми меня	1	Формировать у учащихся умение понимать друг друга. Игровая деятельность, направленная на формирование умений свободно, не боясь неодобрения, высказывать свои мысли.
14	Мои проблемы	1	Познакомить учащихся с термином «проблема». Научить осознавать проблемы и их обсуждать. Отработать навыки решения проблем. Упражнение «Диалог с сами собой».
15	Обиды	1	Объяснить учащимся понятие «обида». Выявить способы борьбы с обидой. Дидактические игры, способствующие формированию позитивной Я-концепции.
16	Критика	1	Познакомить учащихся с понятием «критика». Отработат навыки правильного реагирования на критику. Дидактические игры, способствующие формированию позитивной Я-концепции. Упражнение с мячом «Что звучит обидно?»
17	Комплименты или лесть?	1	Научить видеть положительные качества у других людей. Познакомить с понятием «комплимент». Психологические игры (с последующим обсуждением), способствующие рефлексии эмоциональных состояний и адекватному самовыражению.
18	Самое важное – захотеть меняться	1	мотивировать подростков к позитивному самоизменению.

19	Агрессия и ее роль в жизни человека.	1	помочь подросткам осознать различия между агрессией и агрессивностью,
----	---	----------	---

20	Агрессия со стороны. Как на нее реагировать?	1	научиться контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других
21	Способы саморегуляции в стрессовой ситуации		Дать определение понятию «стресс». Дать рекомендации по саморегуляции в стрессовой ситуации. Помочь учащимся осмыслить собственную модель поведения в кризисной ситуации. Упражнение «Мысленная картина»; упражнение «Мышечная релаксация»;
22	Груз привычек	1	Совершенствовать у учащихся навыки самоанализа. Продумать способы избавления от вредных привычек. Просмотр видеофильма.
23	Азбука перемен	1	Закрепить у учащихся полученные знания. Помочь участникам поверить в свои силы. Составляем «Азбуку перемен»
24	Вежливость	1	Дать учащимся определение понятия «вежливость». Помочь осмыслить свое отношение к окружающим. Психологические игры, позволяющие подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека Составление кодекса вежливости.
25	Культура поведения.	1	Формировать у учащихся положительное отношение к этикету и общепринятым нормам поведения. Психологические игры, позволяющие подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека. Сюжетно-ролевая игра «День рождения»
26	Внутренний мир человека. Что это?	1	подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека
27	Чувства человека.	1	способствовать рефлексии эмоциональных состояний; способствовать адекватному самовыражению.
28	Стыдно ли бояться?	1	развивать умение видеть ситуацию с разных сторон, находить позитивные моменты в происходящем,
29	Эмоции человека.	1	формирование навыков принятия собственных негативных эмоций
30	Я и мой внутренний мир.	1	подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека
31	Любой внутренний мир ценен и уникален	1	подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека

--	--	--	--

32	Чему могут научить трудные ситуации?	1	подчеркнуть ответственность человека за свои чувства и мысли
33	Способы саморегуляции в стрессовой ситуации. Практическое занятие.		Дать определение понятию «стресс». Дать рекомендации по саморегуляции в стрессовой ситуации. Помочь учащимся осмыслить собственную модель поведения в кризисной ситуации. Упражнение «Мысленная картина»; упражнение «Мышечная релаксация»;
34	Итоговое занятие.		Подведение итогов. Представление результатов пройденного материала.

ФОРМЫ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Контроль на данном этапе проводится в игровой форме (конкурсы, игры, тренинги), посредством выполнения творческих заданий, их презентации и последующей рефлексии.

Способами определения результативности программы являются: диагностика, проводимая в конце каждого раздела в виде естественно-педагогического наблюдения, творческих заданий.

Форма подведения итогов:

Итоговой работой по завершению каждого раздела являются открытое занятие или психологическая игра.

После каждого года обучения проводится совместный детско-родительский тренинг.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение программы

1. Мультимедийная техника (компьютер, проектор, экран);
2. Аудиозаписи (музыкальные произведения, звуки природы и др.);
3. Видеозаписи (классическая детская литературы, живая природа, социальные явления и др.)
4. Наглядные материалы (картины, репродукции, фото, таблицы и др.);
5. Мячи, обручи, ленты

Методические пособия для учителя

1. Аудио-, видеозаписи.
2. Методики изучения различных видов памяти, внимания, мышления.
3. Набор открыток сюжетного содержания.
4. Набор тематических таблиц.
5. Набор фотографий видов природы, портретов людей.
6. Психологические тесты.
7. Репродукции картин, рисунки детей для определения эмоционального состояния человека.

Литература для педагога

1. Айзенк Р. Познай свои способности! М., 1992.
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. М., 1988.
3. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1989.
4. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М., 1987.
5. Дубровина И.В. Школьная психологическая служба: Вопросы теории и практики. М.: Просвещение, 1991.
6. Журнал «Школьный психолог». №40, 2000 г.
7. Игры: обучение, тренинг, досуг // под ред. Петрусинского В.В. М.: Новая школа, 1994.
8. Как улучшить собственную память. Екатеринбург: Диамонт, 1992.
9. Коломинский Я.Л. Человек: психология. М.: Просвещение, 1987.

10. Колпачников В.В. Психологический практикум общения и самопознания. Программа курса для старшеклассников // Методические рекомендации по образовательной области "Технология". Екатеринбург: Изд-во ИРРО, 1996.
11. Никитин Б.П. Ступеньки к творчеству, или Развивающие игры. М.: Просвещение, 1990.
12. Пекелис В. Твои возможности, человек! М.: Знание, 1986.
13. Познавательные процессы и способности в обучении // под ред. Шадрикова В.Д. М, 1990.
14. Психология. Словарь // под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского, М, 1990.
15. Руководство практического психолога. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте // под ред. Дубровиной И.В. М.: Академия, 1995.
16. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома. М.: Новая книга. 1993.
17. Сафонова Л.В. Дневник самопознания, в 2-х частях. Екатеринбург, 1999.
18. Тактильная память // составитель Матюгин И.Ю. М.: Центр "Эйдос", 1991.
19. Тихомирова Л.Ф. Развитие интеллектуальных способностей ребенка. Младший подростковый возраст 10 – 14 лет. М.: Рольф, 2001.
1. Ты меня понимаешь? // составитель Васильева Т.В.. С-Петербург, 1994.
2. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. В 4-х частях. М.: Генезис, 2000.
3. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии средней школе (5-6 классы). – 4-е изд. М.: Генезис, 2012
4. Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. М.: Новая школа, 1994.
5. Шуркова Н.Е. Собрание пестрых дел. М.: Новая школа, 1994.

Литература, рекомендованная для учащихся

1. Андреев О.А. Учимся быть внимательными / О.А. Андреев. □ Ростов н/Д: Феникс, 2004.
2. Бьюзен Т. Максимально используйте свой разум / Т.Бьюзен. □ Минск, 2004.
3. Гамезо М.В. Атлас по психологии: Информационно-методическое пособие по курсу «Психология человека» / М.В. Гамезо, И.А. Домащенко □ М.: Педагогическое общество России, 2001.
4. Жариков Е.С. Для тебя и о тебе / Е.С. Жариков, Е.Л. Крушельницкий □ М.: Просвещение, 1991.
5. Тертель А.Л. Психология в вопросах и ответах: Учебное пособие / А.Л.Тертель □ М.: Проспект, 2005.
6. Бабушкина Т. Что хранится в карманах детства. Уроки фантазии. / Т.Бабушкина □ М.: Издательство «Атлант», 2004.

Интернет-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 – 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 образовани

