

**Ростовская область Красносулинский район село Киселево**  
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**КИСЕЛЕВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА**

---

«Утверждаю»  
Директор МБОУ Киселевской СОШ  
Приказ от \_\_\_\_\_ 2020 г. № 47  
(Сергеева Л. Г.)  
М.П.



### **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Внеурочных занятий в 6 классе  
«Азбука психологии»  
Педагог-психолог Пилипенко Е.В.  
(Ф.И.О.)

Количество часов в неделю 1  
Общее количество часов по плану 35

Рабочая программа разработана в соответствии с учебным планом.

2020-2021 учебный год

**Рабочая программа курса «Азбука психологии» разработана на основе следующих нормативных документов:**

- Закона РФ «Об образовании» от 29.12.2012 N 273-ФЗ;
- Приказа Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897, зарегистрированного в Министерстве юстиции РФ 01 февраля 2011 года № 19644 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая 2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении Федерального образовательного стандарта общего образования»;
- Основной образовательной программы ОУ.
- В программе учтены идеи и положения Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.

**Цель** курса «Азбука психологии» - решение основных проблем возраста с целью сохранения психологического здоровья детей, а также развитие коммуникативной, познавательной и личностной сфер ребенка.

#### **Задачи программы:**

##### **Обучающие:**

- научить положительному самоотношению и принятию других людей;
- научить рефлексивным умениям;
- формировать потребность в саморазвитии.

##### **Воспитательные:**

- воспитывать чувства коллективизма, взаимопомощи, ответственности;
- сохранять и поддерживать психологическое здоровье ребенка;
- воспитывать нравственные качества обучающихся.

##### **Развивающие:**

- создавать условия для развития личности каждого ребёнка;
- развивать положительные эмоции и волевые качества;
- развивать умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы.

#### **Результаты освоения программы**

Особенность курса «Азбука психологии» заключается в том, что полученные знания о себе, своих личностных особенностях, а также работа со своим эмоциональным состоянием будут способствовать успешному усвоению школьной программы.

##### **Личностные**

Обучающийся получит возможность для формирования:

- внутренней позиции школьника;
- ответственного отношения к учению;
- готовности и способности к саморазвитию и самообразованию;
- целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики;
- осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- коммуникативной компетентности в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

##### **Предметные**

Предметными результатами освоения программы являются следующие знания и умения:

- знание индивидуальных и эмоциональных особенностей своих собственных и других людей;

- знание правил работы в тренинговой группе;
- знание способов разрешения конфликтных ситуаций;
- умения вести конструктивный диалог;
- умение определять жизненные цели и задачи.

Текущий контроль усвоения материала осуществляется во время наблюдения за работой детей во время занятия (активность, заинтересованность). В конце учебного года проводится отчетное занятие, на котором учащиеся продемонстрируют полученные навыки и умения, а также выставка тетрадей по саморазвитию.

**Требования и результаты к уровню подготовки обучающихся**  
**обучающиеся должны знать:**

- что такое «психология», каково её место в системе наук;
- об уникальности внутреннего мира каждого;
- о способах ведения конструктивного диалога;
- о мотивах выбора друзей.
- о способах поведения в трудных ситуациях;

**обучающиеся смогут научиться:**

- анализировать поведение героев притч и сказок, выявлять в них скрытый подтекст;
- анализировать собственные потребности и цели.
- анализировать поступки других людей и свои собственные.

**Методы и приемы, используемые при изучении программы курса:**

**1. Интеллектуальные игры** – задания, дающиеся в начале занятия в качестве разогревающих, настраивающих на работу, организующих ее. Такого рода игры являются достаточно безопасными, поэтому позволяют легко и быстро включить в дискуссию даже закрытых подростков. Интеллектуальные задания способствуют расширению лексического запаса учащихся в области психологии, помогают им овладеть необходимыми понятиями.

**2. Ролевые методы** – предполагают принятие ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание необычных ролей; проигрывание своей роли в гротескном, т.е. усиленном варианте.

**3. Коммуникативные игры** – игры, направленные на формирование у подростков умения увидеть в другом человеке его достоинства, способствующие углублению осознания сферы общения и обучающие умению сотрудничать.

**4. Игры**, направленные на развитие вербального и невербального мышления.

**5. Использование терапевтических метафор** (тематические сказки) с целью поиска и нахождения ресурсов внутри себя.

**6. Методы формирования «эмоциональной грамотности»** - предполагают обучение распознаванию эмоциональных состояний по мимике, жестам, голосу; умение принимать во внимание чувства другого человека в конфликтных ситуациях.

**7. Дискуссионные методы** - позволяют реализовать принцип субъект – субъектного взаимодействия, выявлять различные точки зрения на какую-либо проблему.

**Формы проведения занятий:**

- индивидуальная работа;
- работа в паре;
- групповая работа;
- коллективная работа.

## Содержание программы (34 часа)

№ п/п	Содержание курса	Кол-во часов	Перечень УУД обучающихся
1	<p><b>Раздел 1.</b></p> <p>Введение в мир психологии. Что такое психология и зачем она нужна человеку? Психология изучает чувства и мысли людей, чтобы научиться лучше понимать себя и окружающих, уметь жить дружно, помогать друг другу.</p>	2	<p>Познакомиться с понятием «психология», узнать, каково её место в системе наук, познакомиться с целями изучения курса <b>(П)</b></p>
2	<p><b>Раздел 2. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства.</b></p> <p>Разные чувства. Как можно выразить свои чувства? Мимика, жесты, прикосновения – способы выражения чувств.</p>	4	<p>Уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Различать эмоции радости, страха, гнева и др. <b>(П)</b></p>
3	<p><b>Раздел 3. Мои силы, мои возможности.</b></p> <p>Как правильно оценить себя? Какой Я – большой или маленький? Что я умею и чем горжусь?</p> <p>Мои способности. Что такое способности и какие нужны способности для успеха в том или ином деле? У каждого человека есть какие-то способности, но некоторые люди не знают о своих способностях и не используют их. Что нужно для успеха? «Успех = способности + трудолюбие».</p>	4	<p>Учиться исследовать свои качества и свои особенности <b>(П)</b>, анализировать собственные потребности и цели. <b>(Р)</b></p> <p>Уметь работать в парах <b>(К)</b></p>
4	<p><b>Раздел 4. Я и мой внутренний мир.</b> Мой внутренний мир ценен и уникален. Каждый видит мир и чувствует по-своему Я в ответе за свои мысли и чувства. Я могу впустить в свой внутренний мир только человека, которому доверяю.</p>	4	<p>Уметь адекватно выражать свои чувства <b>(Р)</b></p> <p>Познакомиться со способами поведения в трудных ситуациях <b>(К)</b></p>
5	<p><b>Раздел 5. Я расту, я изменяюсь.</b> Моё детство.</p> <p>Вспомним детство. Что я чувствую в роли маленького ребёнка, чему радуюсь, о чём мечтаю?</p> <p>Я – это моё детство, потому что именно детство делает нас такими, какие мы есть.</p> <p>Я изменяюсь. Что я умел раньше и что умею сейчас. Что я знал раньше и что знаю сейчас.</p> <p>Каким я буду, когда вырасту? Почему важно решить для себя, каким ты хочешь стать и что хочешь изменить в себе?</p>	4	<p>Учиться выполнять разные роли. При работе в парах и группе учитывать мнение товарищей <b>(К)</b></p> <p>Планировать цели и пути самоизменения <b>(Р)</b></p> <p>Учиться вести конструктивный диалог со сверстниками и взрослыми людьми <b>(К)</b></p>
6	<p><b>Раздел 6. Моё будущее.</b></p> <p>Кем я хочу стать в будущем?</p> <p>Как заглянуть во взрослый мир?</p>	4	<p>Учиться определять свои жизненные цели и задачи <b>(Р)</b></p>

	Я в настоящем, я в будущем. «Хочу в будущем – делаю сейчас». Чтобы получить какой-то результат в будущем, надо что-то делать для этого уже сейчас.		Познакомиться с наиболее популярными профессиями (П)
7	<p><b>Раздел 7. Я и мои друзья.</b> Каким должен быть настоящий друг.</p> <p>Умею ли я дружить и можно ли этому научиться?</p> <p>Ссора. Почему друзья иногда ссорятся и даже дерутся?</p> <p>Какие у меня есть «колючки» и как избавиться от «колючек» в моём характере?</p> <p>Какие чувства возникают во время ссоры и драки? Как нужно вести себя, чтобы избежать ссоры?</p> <p>Что такое одиночество? Как не стать одиноким среди своих сверстников?</p>	7	<p>Осознавать необходимость признания и уважения прав других людей (Р)</p> <p>Овладевать способами разрешения конфликтных ситуаций (К)</p> <p>Обогатить своё представление о культуре общения (П)</p>
8	<p><b>Раздел 8. Что такое сотрудничество?</b></p> <p>Сотрудничество – это умение делать дело вместе. Оно складывается из многих умений: из умения понять другого; из умения договориться; из умения уступить, если это нужно для дела; из умения правильно распределить обязанности во время работы.</p>	4	<p>Осознавать, что свобода не может быть безграничной (Р)</p> <p>Оценивать правильность выполнения действий и корректировать их при необходимости (Р)</p> <p>Расширить своё представление о понятии «сотрудничество» (П)</p>
9.	<p><b>Итоговое занятие.</b></p> <p>Заключительная диагностика эмоционально-волевой сферы, игры и упражнения по выбору</p>	2	

## Учебно-тематическое планирование занятий

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Примерное содержание занятий	дата	
				план	факт
Раздел 1. Введение в мир психологии					
1	Вводное занятие	1	Введение в тему. Диагностика эмоционально-волевой сферы детей	2.09	
2	Зачем человеку занятия психологией?	1	Беседа «Что такое «психология?» Упр. «Счастье – это...», рисунок счастливого человека. дискуссия на тему «счастье»	9.09	
Раздел 2. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства					
3-4	Чувства бывают разные	2	Разминка «Закончи предложение», игры-упражнения «Изобрази чувство», «Испорченный телефон», работа со сказкой.	16,23 .09	
5	Что такое страх и как с ним справиться	1	Разминка «Закончи предложение», игры-упражнения «Отгадай чувство», «Детские страхи и страхи пятиклассников»,	30.09	
6	Имею ли я право сердиться и обижаться	1	Разминка «Найди лишнее слово», «Обида». Психологические этюды.	7.10	
Раздел 3. Кто Я? Мои силы, мои возможности					
7	Кто я, какой я?	1	Разминка «Угадай, чей голос». Анкета «Вот я какой!». Игры-упражнения «Кого загадал ведущий», «Нарисуй свою роль».	14.10	
8	Я и мои способности	1	Разминка «Угадай, чьи ладони». Тест «Мои способности», Игры-упражнения «Угадай профессию», «Я могу, я умею», работа в подгруппах	21.10	
9	Я мечтаю!	1	Разминка «Я – невидимка». Игры-упражнения «Зачем мечтают люди», «Закончи предложения», «Заветное желание», работа с рисунками «Мой автопортрет».	28.10	
10	Я – это мои цели.	1	Разминка «Эпиграф», «Ассоциации». Тест на уровень притязаний. Упр. «Символ моей веры в себя». терапевтические метафоры	11.11	
Раздел 4. Я и мой внутренний мир.					
11	Каждый видит мир и чувствует по-разному	1	Разминка «Найди слово», «Мысленная картинка». «Психологические загадки», работа со сказкой.	18.11	
12	Мой внутренний мир ценен и уникален	1	Разминка «Найди отличия», «Мысленная картинка». Упр.«Психологические загадки», «Я внутри и снаружи», «Сны», «Маленький принц».	25.11	
13	Чему могут научить трудные ситуации	1	Разминка «Самое длинное», «Объясни значение». Упр. «Плюсы и минусы», «Копилка трудных ситуаций», терапевтические метафоры.	2.12	
14	В трудной ситуации я ищу силу внутри себя	1	Разминка «Самое длинное», «Что лишнее». Упр. «Прикоснись к своим соседям», «Внутренняя сила». Работа со сказкой.	9.12	
Раздел 5. Я расту, я изменяюсь					
15	Я и моё детство	1	Разминка «Маленькое имя», «Раньше и сейчас». «Психологические загадки». Упр. «Любимая игрушка». Психологические этюды.	16.12	

16	Нужно ли человеку меняться	1	Разминка «Что изменилось», игры-упражнения «Мои важные изменения», «Любимый сказочный герой»	23.12	
17-18	Я расту, я изменяюсь	2	Разминка «Неопределённые картинки», беседа «Качества человека и его поведение», упр. «Чаша доброты».	13,20 .01	
Раздел 6. Я и моё будущее					
19	Моё будущее	1	Разминка «Заглянуть во взрослый мир», «Объясни значение». Упр. «Если человек...», «Я в будущем», терапевтические метафоры.	27.01	
20	Кем бы я хотел стать	1	Разминка «Что изменилось», игра-упражнение «Моя будущая профессия», рисование «Я в настоящем, прошлом и будущем»	3.02	
21-22	Хочу вырасти здоровым человеком	2	Разминка «Самое главное», игра-упражнение «Рюкзак пожеланий», беседа о взаимосвязи физического и психического здоровья	10,17 .02	
Раздел 7. Я и мои друзья					
23-24	Настоящий друг. Умею ли я дружить?	2	Разминка «Добрые дела и отношения», тест «Умею ли я дружить?», «Психологические загадки». Упр. «Красивые поступки», «Любимая фотография». Беседа «Качества настоящего друга». Психологические этюды.	24.02 3.03	
25-26	Трудности в отношениях с друзьями. Мои «колючки». Мои «магнитики»	2	Разминка «Самое короткое», «Объясни значение». Упр. «Если человек...», «Качества моего друга», «Мои колючки», «Мои магнитики», терапевтические метафоры.	10,17 .03	
27	Ссора и драка	1	Разминка «Из пяти слов», «Объясни значение». Упр. «Покажи ситуацию», психологические этюды «Ссора друзей», «Жадина», «Эгоист».	31.03	
28-29	Что такое одиночество	2	Разминка «Запиши наоборот», «Объясни значение». Дискуссия «Какого человека можно назвать одиноким», упр. «Одиночество в классе», работа с литературными текстами.	7,14. 04	
Раздел 8. Что такое сотрудничество					
30-31	Я умею понимать другого	2	Разминка «Какого человека можно назвать...», «Что лишнее». Упр. «Изобрази ситуацию», этюды «На детской площадке», «Конфета»	21,28 .04	
32	Я умею договариваться с людьми	1	Разминка «Умей сказать приятные слова». «Передай чувство». Упр. «Извини меня». Этюды «Кто лишний?», «Я умею договариваться».	5.05	
33	Мы умеем действовать сообща	1	Разминка «Мы умеем...», «Рыба, птица, зверь». Упр. «Изобрази ситуацию», сказка «Чтобы тебя любили», коллективный рисунок.	12.05	
34-35	Итоговое занятие	2	Разминка «Самое главное», игра-упражнение «Рюкзак пожеланий», тренинг «Наш дружный коллектив» Заключительная диагностика эмоционально-волевой сферы, игры и упражнения по выбору	19,26 .05	

«Согласовано»

Протокол заседания  
методического совета  
МБОУ Киселевская СОШ № \_\_\_\_  
от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г  
\_\_\_\_\_ Финагеева М.Н.  
(подпись руководителя МС) (Ф.И.О.)

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР  
МБОУ Киселевская СОШ  
\_\_\_\_\_ Л.Б.Карпова  
\_\_\_\_\_ 20\_\_ года  
(число) (месяц)



«Согласовано»

Протокол заседания  
методического совета

МБОУ Киселевская СОШ № 1

от 31.08 2020 г

Финагеева Финагеева М.Н.  
(подпись руководителя МС) (Ф.И.О.)

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР  
МБОУ Киселевская СОШ

Л.Б. Карпова Л.Б. Карпова

31 08 2020 года  
(число) (месяц)