

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №2 с углубленным изучением
отдельных предметов» г. Новый Оскол

Белгородской области

ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Ступени личностного роста»

для обучающихся 5-7 классов

(3 года обучения)

Возраст обучающихся – 10-14 лет

Педагог-психолог:

Петелина Татьяна Николаевна

Г. Новый Оскол, 2014 год

ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Ступени личностного роста»

Тип программы - социально-психологическая, развивающая

Направление внеурочной деятельности - общекультурное

Автор программы: педагог-психолог Петелина Т.Н.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании педагогического совета от «30» августа 2014 г., протокол № 1

Председатель: заместитель директора Л.С.Рудавина

Пояснительная записка к программе внеурочной деятельности

«Ступени личностного роста»

1. Теоретическое обоснование

С сентября 2011 года введен в действие Федеральный государственный стандарт начального общего образования второго поколения, который определяет стратегию развития образования на ближайшие годы. В основу его положен системно-деятельностный подход. Наряду с освоением знаниевого компонента (умением читать, писать, считать), развитие личности ученика является целью и основным компонентом образования. Значительное место в создании условий для реализации требований стандартов и достижения результатов отводится внеурочной деятельности.

Внеучебная (внеурочная) деятельность школьников — понятие, объединяющее все виды деятельности школьников (кроме учебной), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации. В проекте государственного образовательного стандарта общего образования второго поколения, подготовленном Российской академией образования, отмечается, что организация занятий по направлениям внеучебной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса в школе. Часы, отводимые на внеурочную деятельность, используются по желанию учащихся и направлены на реализацию различных форм ее организации, отличных от урочной системы обучения. В рамках реализации ФГОС, осуществляемых на базе МБОУ «СОШ №2 с УИОП» г. Новый Оскол, разработана программа социально-психологического развития личности обучающихся «Ступени личностного роста», которая реализуется во внеурочной деятельности по направлению «Общекультурное».

2. Отличительные особенности данной программы от уже существующих психологических развивающих программ:

– соответствие требованиям Федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования в целом;

- содержание программы выстроено таким образом, что обеспечивается устойчивое развитие воспитательных результатов: приобретение ребенком личностных (о себе) и социальных знаний (первый уровень); переживание им ценности этого знания, формирование положительного отношения к базовым общественным ценностям (второй уровень результатов); приобретение ребенком опыта самостоятельного общественного действия (третий уровень результатов);

- достижение результатов программы происходит через использование

практико-ориентированных форм и методов работы, которые позволяют учащимся получить и присвоить себе знания, полученные в действии, познать себя и раскрыть свой потенциал;

- в итоге реализации программы ученик может проследить свое развитие в 3-х летний период жизни через анализ продуктов деятельности (результаты диагностики, творческие работы) и рефлексия.

Положительным является то, что в ней используются игры и упражнения как хорошо известные психологам, разработанные в различных направлениях психологического тренинга, других видах активной психологической работы, так и авторские упражнения (или адаптированные варианты известных упражнений), а также - сочетание различных методов и форм работы: сказкотерапия, упражнения на релаксацию, упражнения-активаторы, общение в группах, ролевые игры, творческие задания, тесты. В психологическую программу включены упражнения на развитие таких жизненно важных качеств, как умение общаться и взаимодействовать в коллективе, развитие навыков самооценки и понимания других, развитие навыков адекватного поведения в стрессовых ситуациях и принятия решений, работы с информацией и навыков творчества. Именно эти навыки являются, по нашему мнению, универсальными и обеспечивают способность человеку продуктивно взаимодействовать с окружающими и успешно справляться с требованиями и изменениями повседневной жизни.

3. Актуальность и педагогическая целесообразность программы очевидна. Личностные требования к результатам обучающихся включают в себя готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества; сформированность основ гражданской идентичности. Для формирования и развития данных качеств необходим системно-деятельностный, компетентностный и личностноориентированный подход, который заложен в основу стандарта в целом и в основу данной программы частности.

Если говорить о подростковом периоде – самом сложном периоде личностного развития, то в первую очередь возникает жизненная необходимость создания и реализации психологических развивающих программ внеурочной деятельности с подростками. Напомним, что «Зона ближайшего развития» подростков и старшеклассников предполагает сотрудничество со взрослыми в пространстве проблем самосознания, личностной самоорганизации и

саморегуляции, интеллектуальной и личностной рефлексии. Именно в этот период формируются нравственные ценности, жизненные перспективы, происходит осознание самого себя, своих возможностей, способностей, интересов, стремление ощутить себя и стать взрослым, тяга к общению со сверстниками, внутри которого оформляются общие взгляды на жизнь, на отношения между людьми, на свое будущее, иными словами – формируются личностные смыслы жизни. Но новообразования возраста (основными новообразованиями в подростковом возрасте являются: сознательная регуляция своих поступков, умение учитывать чувства, интересы других людей и ориентироваться на них в своем поведении) не возникают сами по себе, они являются итогом собственного опыта ребенка, полученного им в результате активной включенности в выполнение самых разных форм общественно-полезной деятельности. При этом школьники вступают в определенные отношения со сверстниками и взрослыми, что формирует у них способность строить общение с окружающими в зависимости от различных задач и требований жизни, ориентироваться в личных особенностях и качествах людей, сознательно подчиняться нормам, принятым в коллективе. Поэтому при создании программы «Ступени личностного роста» учитывались определяющие факторы развития ребенка – характер его ведущей деятельности и той системы взаимоотношений с окружающими его людьми. Следовательно, общение подростков и старшеклассников со сверстниками и взрослыми для нас является важнейшим психологическим условием их личностного развития.

Настоящая программа призвана помочь подросткам (особенно в период к адаптации в среднем звене) и старшеклассникам осознать свои силы и индивидуальность, сформировать позитивную Я-концепцию, развить уверенность в собственных силах и навыки позитивного межличностного общения и взаимодействия.

4. Цель программы: создание социально – психологических условий развития личности подростков через активизацию внутреннего потенциала и межличностного общения.

Задачи:

1. Создание психологически комфортных условий для развития у учащихся позитивной Я-концепции.
2. Формирование у обучающихся способности к самопознанию, саморазвитию и самоопределению.
3. Развитие потребности в личностном росте и коррекция поведенческих реакций.

4. Гармонизация отношений к миру, к себе и к окружающим.
5. Обучение жизненно важным навыкам.

В настоящее время в условиях нашей страны подростковый период развития охватывает примерно возраст с 10-11 до 14-15 лет, совпадая в целом с обучением детей в средних классах школы. В этой связи данная программа **нацелена на работу с подростками 10-14 лет**, где подростки 10-12 лет относятся к младшему подростковому возрасту, а 12-14 лет – уже старшие подростки, приближающиеся к ранней юности (15-17 лет). Программа предназначена для работы с детьми 5-7 классов. Условием реализации данной программы является сотрудничество подростков между собой и с педагогом-психологом. Сроки реализации программы – 3 года. Указанный возрастной период является очень благоприятным временем для развития личностных качеств и жизненно-важных умений: с одной стороны - рост интереса к себе, к своим возможностям и способностям, а с другой – открытость к помощи взрослых в преодолении затруднений, проблем, принятии решений.

Программа «Ступени личностного роста» **предполагает 3 этапа работы** по основным разделам. Начинаются занятия внеурочной деятельности по данной программе в 5 классе, затем продолжаются в 6 и 7 классах. Программа рассчитана на 34 учебных часа в год (занятия в каждом классе планируется проводить 1 раз в неделю). При работе с младшими подростками предполагается больше внимания уделять на пробуждение интереса и развитию доверия к самому себе, на постепенном понимании своих возможностей, своего характера. Нам важно развивать и укреплять у подростков чувство уверенности в себе, чувства собственного достоинства, умения преодолевать трудности и успешно взаимодействовать с окружающими людьми. При работе со старшими подростками основной акцент можно сделать на развитии доверия к окружающим людям, на анализе мотивов общения, межличностных отношений. Продолжается осознание себя, обретение личностных и временных перспектив, актуализация творческого потенциала. При этом не следует забывать, что сам возраст не определяет какого-то стандартного психического развития личности, а существует лишь в единстве с особенностями индивидуальными, а потому главной составляющей программы является осознание школьниками уникальности своей личности, своей индивидуальности.

5. Программа реализуется в групповых формах работы, что объясняется не только той ролью, которую в указанном возрасте играет общение со сверстниками, но и широко доказанной сегодня продуктивностью этих форм психологической работы. Занятия построены в форме игры, в нее включены

методики, стимулирующие развитие детей, как в сфере взаимоотношений, так и в познавательной деятельности.

Ведущими методами на занятиях являются:

- игра;
- тренинговые упражнения;
- творческие задания;
- арт-терапия;
- сказкотерапия;
- музыкотерапия;
- диагностика.

В процессе организации занятий используются также следующие методы работы:

- **исследование** - получение знаний на исследовательской основе.
- **наблюдение** - непосредственное, целенаправленное восприятие предметов и явлений с помощью органов чувств с целью формирования правильных представлений и понятий, умений и навыков.
- **упражнение** - планомерно организованное повторное выполнение какого-либо действия с целью его освоения или совершенствования.
- **словесные методы** – беседа, рассказ, описание, объяснение.

На занятиях используются следующие **приемы**:

- творческие задания;
- реверсированная мозговая атака;
- ассоциации;
- коллективная запись;
- эвристические вопросы;
- приемы, способствующие удержанию внимания: динамичность (интенсивный темп изложения материала, его насыщенность мыслями и аргументами, подвижная мимика и жестикуляция, «живой» голос); наглядность; неофициальность; прямое обращение к аудитории, диалог; использование неожиданной информации; сопоставление всех «за» и «против»; юмор.

6. Схема построения занятия: введение, основное содержание, заключительный этап. Каждое занятие традиционно начинается с процедуры приветствия, которое не только способствует сплочению группы, но и настраивает детей на положительное взаимодействие. На первых занятиях необходимо выработать ритуалы занятий, сформировать навыки работы в группах, отработать обязательные упражнения, обсудить правила общения. Коммуникативные игры, используемые в начале и в конце занятия, имеют

некоторое специфическое отличие. Условно мы могли бы назвать их «Игра-энергизатор» (на начальном этапе) и «Игра-оптимизатор» (в заключительной части занятия), целью которых является развитие рефлексии, проявляющейся в осмыслении собственных действий и состояний, самопознании внутреннего мира, а также в формировании позитивного образа «Я». На занятиях важно обеспечить возможность проявиться всем, «вытаскивать» молчунов (это можно делать, например, во время групповой дискуссии, когда каждый должен сказать хотя бы несколько слов) и в то же время - дать подростку возможность не говорить о себе, если он этого не хочет. С этой целью можно использовать прием «Запрещающий знак». Суть его состоит в том, что педагог и ученики заранее договариваются о возможности пользоваться в особых, строго оговоренных случаях знаком, свидетельствующим, что к данному участнику обращаться нельзя. Знак должен быть достаточно заметным, его ставят на парту или прикалывают к одежде. Следует обращать внимание на учеников, часто использующих подобные знаки, поскольку они нуждаются в специальной индивидуальной работе (психологическая поддержка в яркой, акцентированной форме).

7. Ваше поведение должно олицетворять человека, уверенного в себе, обладающего чувством собственного достоинства и умеющего выражать это в формах, способствующих повышению межличностной надежности и собственной значимости у других людей. Совершенно исключена какая-либо оценка высказываний подростков с точки зрения правильности-неправильности, возможна, и то в очень ограниченных случаях и скупой форме, оценка с точки зрения большей или меньшей информативности высказывания. Во время занятий необходимо поощрять естественность, изобретательность в самовыражении, отношение к себе с юмором, стремление к самостоятельности, независимым суждениям, подчеркивать и хвалить выразительные мимику и речь, жестикуляцию, гибкость в поведении, частое употребление местоимения «Я». Не следует обращать внимание на покраснение, оговорки, даже иногда слезы, запинки, демонстративное упрямство. Возможно только косвенное проявление невербальной эмоциональной поддержки в особо серьезных случаях (доброжелательно посмотреть в глаза, слегка дотронуться до плеча и т.д.). Безусловно прерывается (о чем должно быть сказано в начале) демонстративное поведение, стремление «тянуть одеяло на себя», стремление оценить другого или рассказать что-либо про него, склонность к резонерствованию. В целом Ваше поведение должно обеспечивать всем без исключения участникам ощущение

безопасности и надежности, а также предоставлять им необходимые модели поведения, в том числе и модель преодоления трудностей.

8. Тематический план программы внеурочной деятельности

№ п/п	Разделы программы	Количество часов часов		
		1 год	2 год	3 год
1	Развитие навыков общения и взаимодействия	8	5	5
2	Развитие навыков самопознания, самооценки и понимания окружающих	5	7	6
3	Развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными состояниями, формирование навыков адекватного поведения в стрессовых ситуациях	3	5	6
4	Развитие навыков принятия и исполнения решений	4	5	5
5	Развитие познавательных процессов	5	5	6
6	Развитие творческих способностей	8	7	6
	Всего часов:	34	34	34

Тематический план программы для 5 класса

№ пп	Разделы программы и темы учебных занятий	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика
1	Развитие навыков общения и взаимодействия	8		
1.1.	Знакомство. Создание предпосылок для более свободного выражения своих чувств.			1
1.2	Осознание себя. Развитие положительного отношения к своему «Я» (психологические игры, анкетирование)			1
1.3	Внимание к поведению другого. Умение вести разговор. Секреты успешного общения		1	

1.4	Преодоление барьеров общения (тренинговые упражнения)			1
1.5	«Дом наших отношений» (психологическая игра)			1
1.6	«Ярмарка достоинств». Секреты самопрезентации (соц.-деловая игра)			1
1.7	«Мы – команда» (спортивное меропр.)			1
1.8	«Мы выбираем, нас выбирают» (проведение социометрии)			1
	Всего часов:		1	7
2.	Развитие навыков самопознания, самооценки и понимания других.	5		
2.1	«Я воспринимаю мир таким, каким его ощущаю».		1	
2.2	«Какой Я?» Изучение самооценки, черт характера.			1
2.3	«Познавая себя – познаешь других».		1	
2.4	«Ярмарка достоинств».			1
2.5	«Победи своего дракона» (игра).			1
	Всего часов:		2	3
3	Развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными состояниями, формирование навыков адекватного поведения в стрессовых ситуациях.	3		
3.1	Мир эмоций.		1	
3.2	Мои эмоциональные состояния. Обучение навыкам релаксации и развитие положительных эмоций.			1
3.3	Адекватное поведение в стрессовых ситуациях.			1
	Всего часов:		1	2
4	Развитие навыков принятия и исполнения решений.	4		
4.1	«Я могу. Мои внутренние ресурсы».		1	
4.2	От слова к делу. Мотивы наших поступков.		1	
4.3	Эффективные способы преодоления проблем. Понятие об уверенном, неуверенном, грубом поведении.			1
4.4	Составляем перспективный план личностного роста на ближайшее			1

	будущее (творческий проект).			
	Всего часов:		2	2
5	Развитие познавательных процессов	6		
5.1	Восприятие и анализ информации (работа с текстом, составление опорного конспекта, схем)			1
5.2	Развиваем мыслительные процессы: анализ, синтез, обобщение (решение логических задач, творческих заданий)			1
5.3	«Лучше коротко, да ясно». Развитие умения последовательно и логично излагать свои мысли.			1
5.4	Приемы развития внимания.		1	
5.5	Эффективные приемы запоминания.		1	
5.6	Изучаем свои способности (тестирование познавательных процессов – внимание, память, мышление, воображение)			1
	Всего часов:		2	4
6	Развитие творческих способностей	9		
6.1	Первые шаги к творчеству			1
6.2	Умение составлять рассказ по картине, описывать ситуацию, сочинять и отвечать на поставленные вопросы.			1
6.3	«Премьера». Составление разных сценариев по одному и тому же сюжету.			1
6.4	Изучение творческих способностей. (Тест Торренса «Необычное использование предметов»).			1
6.5	Развитие математических способностей.		1	
6.6	«Я – исследователь». Азы исследовательской культуры. Составление и защита проектов исследований учащихся.		1	
6.7	Развитие общей осведомленности о мире, познавательного интереса. (познавательная игра «Неизвестная планета»).			1
6.8	«В творческой лаборатории хорошего			1

	настроения» (музыкально-театральная гостиная: выступления творческих групп, выполнение творческих заданий, рефлексия по курсу занятий)			
	Всего часов: 8		2	6
	Всего часов:	34	11	23

Содержание деятельности в 5 классе

1. Развитие навыков общения и взаимодействия (8 часов). Знакомство. Введение в технологию занятий с элементами тренинга. Принятие правил на занятиях. Введение правил работы в группе во время занятий с элементами тренинговых технологий. Отработка обязательных упражнений и ритуалов. Сплочение группы. Создание позитивного настроения и принятия себя. Общее и отличное от других. Составляющие внутреннего мира человека (заполнение опоры-схемы). Составление психологического портрета «Мой портрет в лучах солнца». Анкетирование «Какой я». Осознание себя. Развитие положительного отношения к своему «Я». Внимание к поведению другого. Умение вести разговор. Секреты успешного общения. Работа в группах на взаимодействие и позитивное отношение к одноклассникам. Понимание и анализ ситуаций, поведения других. Умение вести разговор, развитие культуры общения. Преодоление барьеров общения (тренинговые упражнения). Спортивное мероприятие на сплочение коллектива. Социометрия.

2. Развитие навыков самопознания, самооценки и понимания других (5 часов). Особенности восприятия мира. Изучение себя: интересы, склонности, увлечения, способности, черты характера. «Я» глазами одноклассников. Активизация положительных качеств личности и коррекция недостатков характера. Понимание чувств другого, оказание помощи и поддержки.

3. Развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными состояниями, формирование навыков адекватного поведения в стрессовых ситуациях (3 часа). Мир эмоций: учимся понимать чувства и эмоции человека. Осознание собственных эмоциональных состояний и как научиться управлять собой. Как бороться с отрицательными эмоциями. Как себя вести, если случилась проблема. Адекватное поведение в стрессовых ситуациях. Релаксационные и позитивные психологические упражнения.

4. Развитие навыков принятия и исполнения решений (4 часа). Что я могу, мои внутренние ресурсы. Мотивы поступков. Способы преодоления проблем. Успехи

и неудачи. Навыки развития уверенного поведения человека. Перспективный план личностного роста на будущее: положительные дела на завтрашний день, что улучшить в себе, с пользой для общества (творческие проекты).

5. Развитие познавательных процессов (6 часов). Как мы воспринимаем и анализируем информацию. Правила составления опорных конспектов, работа с текстом. Умение последовательно и логично излагать свои мысли. Способы развития внимания, памяти, мышления. Тестирование познавательных процессов.

6. Развитие творческих способностей (9 часов). Развитие вербальных способностей – рассказ по картине, составление различных сюжетов на заданную тему, составление вопросов. Развитие математических и творческих способностей. Обучение основным принципам исследовательской работы. Познавательная игра «Неизвестная планета», предполагающая осведомленность о мире, эрудицию. Музыкально-театральная «Гостиная» - выступление учащихся 5 классов.

Учебно-тематический план рабочей программы для 6 класса

№ пп	Разделы программы и темы учебных занятий	Всего часов	В том числе		Дата
			Теория	Практика	
1	Развитие навыков общения и взаимодействия	5			
1.1.	Дружба – это здорово!			1	
1.2	Секреты успешного общения			1	
1.3	Способы передачи информации		1		
1.4	Спорим и доказываем свою точку зрения цивилизованно			1	
1.5	Способы защиты от группового давления. Принятие собственного решения.			1	
	Всего часов:		1	4	
2.	Развитие навыков самопознания, самооценки и понимания других.	7			
2.1	Изменения, которые со мной произошли.			1	
2.2	Семья ваших «Я».		1		
2.3	О правах, обязанностях и		1		

	толерантном поведении.				
2.4	Понятие о темпераменте.		1		
2.5	Потребности и ценностные ориентации личности.		1		
2.6	Повышаем свою самооценку.			1	
2.7	Личностный опросник.			1	
2.8	Всего часов:		4	3	
3	Развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными состояниями, формирование навыков адекватного поведения в стрессовых ситуациях.	5			
3.1	Дарите радость людям.			1	
3.2	Умейте владеть собой. Этикет на каждый день.			1	
3.3	Укрощение «строптивых» эмоций – борьба с гневом, преодоление обид, выходы из стрессовых ситуаций.		1		
3.4	Укрепляем нервы. Бережем здоровье.		1		
3.5	Спасательный круг юмора.			1	
	Всего часов:		2	3	
4	Развитие навыков принятия и исполнения решений.	5			
4.1	«Я – хозяин своего поведения».		1		
4.2	Мы выбираем здоровье. Спортивное мероприятие.			1	
4.3	Мои нравственные ценности. Семейные традиции.		1		
4.4	Мотивы достижения успеха или избегания неудач. Что лучше?			1	
4.5	«Агентство полезных дел»			1	
	Всего часов:		2	3	
5	Развитие познавательных процессов	5			
5.1	Кто ты – художник или мыслитель?		1		
5.2	Учимся быть внимательными.			1	
5.3	Освоение приемов мнемотехники.		1		

5.4	Анализируем, сравниваем, обобщаем.			1	
5.5	Интеллектуальная игра «Умники и умницы»			1	
	Всего часов:		2	3	
6	Развитие творческих способностей	7			
6.1	«В творческой лаборатории». Создание и выполнение творческих заданий.		1		
6.2	«Это интересно». Подбор и оформление материалов для журнала. Занятие в библиотеке.		1		
6.3	Развиваем лингвистические способности.			1	
6.4	«В мире цифр, схем, формул»			1	
6.5	Волшебная сила искусства: живопись, музыка, архитектура.		1		
6.6	Подготовка к итоговому концерту «Наши таланты»			1	
6.7	Галла-концерт «ФГОС шагает по стране»			1	
	Всего часов:		3	4	
	Всего часов:	34	14	20	

Содержание деятельности в 6 классе

1. Развитие навыков общения и взаимодействия. Сплочение группы. Создание позитивного настроения и принятия себя. Формирование положительного отношения детей друг к другу; развитие дружеских взаимоотношений. Развитие коммуникативной компетентности учащихся. Качества, важные для эффективного межличностного общения. Барьеры общения. Предотвращение конфликтов. Развитие навыков бесконфликтного общения, умения сдерживать свое эмоциональное состояние. Самораскрытие личности и умение понимать окружающих. Развитие эффективных способов конструктивного общения. Развитие умения выражать мысли, аргументировать и доказывать свою точку зрения. Раскрыть понятия - общение в жизни человека, виды и стили общения, групповое давление и защита от манипуляций. Создание условий принятия собственного решения.

2. Развитие навыков самопознания, самооценки и понимания других:

Продолжение работы по установлению контакта, повышение сплоченности группы, освоение приемов самодиагностики и способов самораскрытия, закрепление тренингового стиля общения. Создание условий для самоанализа учащихся. Развитие дальнейшего самораскрытия, самопознания, прояснение Я-концепции, умения анализировать и определять психологические характеристики, свои и окружающих людей. Содействие процессу личностного развития учащихся. Раскрыть понятия – направленность личности, темперамент, толерантное поведение, ценностные ориентации личности. Использовать методики: тест «Знаешь ли ты себя?», анкету-таблицу «Мое физическое «Я», метод «Незаконченных предложений», Тест «Какой я в общении».

3. Развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными состояниями, формирование навыков адекватного поведения в стрессовых ситуациях:

Формирование позитивных эмоций и саморегуляции эмоциональных состояний. Способы противостояния отрицательным эмоциям, обучение навыкам релаксации.

Релаксационные и позитивные психологические упражнения.

Понятия – стресс и дистресс, здоровьезбережение, юмор в жизни человека.

4. Развитие навыков принятия и исполнения решений:

Развитие позитивных установок и активности личности в принятии решений, осознание целесообразности выбора здорового образа жизни. Понятия – нравственный выбор и нравственные ценности. Изучение мотивации поведения – ориентация на успех или избежание неудач. Создание творческого проекта «Агентство полезных дел».

5. Развитие познавательных процессов:

Развитие познавательной активности личности, кругозора. Упражнения по развитию внимания, памяти, мыслительных процессов – анализ, сравнение, обобщение, решение логических задач. Освоение приемов мнемотехники. Раскрыть понятия – асимметрия полушарий, ведущий тип мышления. Интеллектуальная игра «Умники и умницы».

6. Развитие творческих способностей:

Ознакомление с активными методами обучения, создание и выполнение творческих заданий, составление схем, опор. Презентация «В мире искусства» – живопись, музыка, архитектура. Задания по развитию лингвистических и математических способностей учащихся. Конкурс талантов – готовимся к итоговому отчетному концерту.

Тематический план рабочей программы для 7 класса

№ пп	Разделы программы и темы учебных занятий	Всего часов	В том числе		Дата
			Теория	Практика	
1	Развитие навыков общения и взаимодействия	5			
1.1.	Вводное занятие. Тренинг общения. Планеты – это мы!			1	
1.2	Приглядись к тому, кто рядом.			1	
1.3	Формы общения: деловое, личное, общение в интернете.		1		
1.4	Мы – дружная команда. Спортивное мероприятие.			1	
1.5	Игры с малышами. Копилка добрых дел.			1	
	Всего часов:		1	4	
2.	Развитие навыков самопознания, самооценки и понимания других.	6			
2.1	Разговор о душе и по душам.		1		
2.2	О доброте и толерантном поведении.		1		
2.3	Я – неповторим и индивидуален. Особенности моего характера.			1	
2.4	Мои интересы и склонности.			1	
2.5	Изучаем личностные особенности.			1	
2.6	Я глазами одноклассников. Социометрия.			1	
	Всего часов:		2	4	
3	Развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными состояниями.	5			
3.1	Дарите радость людям.			1	
3.2	Экскурсия в лес.			1	
3.3	На гребне позитива.		1		
3.4	Спортивное мероприятие.			1	
3.5	Навыки стрессоустойчивости.			1	
	Всего часов:		1	4	
4	Развитие навыков принятия и исполнения решений.	5			

4.1	«Я – хозяин своего поведения».			1	
4.2	Развиваем волю.		1		
4.3	Разговор о нравственности.		1		
4.4	Секреты успеха. Самопрезентация.			1	
4.5	Поведение без границ? Свобода личности и ответственность.		1		
	Всего часов:		3	2	
5	Развитие познавательных процессов	6			
5.1	Слушаем, видим, воспринимаем.		1		
5.2	Развиваем внимание и наблюдательность.			1	
5.3	Освоение приемов мнемотехники.		1		
5.4	Анализируем, сравниваем, обобщаем.			1	
5.5	В мире много интересного.		1		
5.6	Интеллектуальная игра «Что, где, когда?»			1	
	Всего часов:		3	3	
6	Развитие творческих способностей	6			
6.1	Развиваем креативные способности.		1		
6.2	В творческой лаборатории.			1	
6.3	Развиваем лингвистические способности.			1	
6.4	«В мире цифр, схем, формул»			1	
6.5	Волшебная сила искусства: живопись, музыка, архитектура.		1		
6.6	Подготовка к итоговому концерту «Наши таланты»			1	
	Всего часов:		2	4	
	Всего часов:	34	12	22	

Содержание деятельности в 7 классе

1. Развитие навыков общения и взаимодействия. Сплочение группы. Создание позитивного настроения и принятия себя. Формирование положительного отношения детей друг к другу; развитие дружеских взаимоотношений, преодоление барьеров общения. Развитие навыков бесконфликтного общения,

эффективных способов конструктивного общения. Развитие умения выражать свои мысли, аргументировать и доказывать свою точку зрения. Раскрыть понятия - общение в жизни человека, формы и стили общения, компьютерная грамотность.

2. Развитие навыков самопознания, самооценки и понимания других:

Продолжение работы по установлению контакта, повышение сплоченности группы, освоение приемов самодиагностики и способов самораскрытия, закрепление тренингового стиля общения. Создание условий для самоанализа учащихся. Развитие дальнейшего самораскрытия, самопознания, прояснение Я-концепции, умения анализировать и определять психологические характеристики, свои и окружающих людей. Содействие процессу личностного развития учащихся. Раскрыть понятия – направленность личности, темперамент, толерантное поведение, ценностные ориентации личности.

3. Развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными состояниями, формирование навыков адекватного поведения в стрессовых ситуациях:

Формирование позитивных эмоций и саморегуляции эмоциональных состояний. Способы противостояния отрицательным эмоциям, обучение навыкам релаксации.

Релаксационные и позитивные психологические упражнения.

4. Развитие навыков принятия и исполнения решений. Развитие позитивных установок и активности личности в принятии решений, осознание целесообразности выбора здорового образа жизни. Нравственные ориентиры и мораль. Понятия – нравственный выбор и нравственные ценности.

5. Развитие познавательных процессов:

Развитие познавательной активности личности, кругозора. Упражнения по развитию внимания, памяти, мыслительных процессов – анализ, сравнение, обобщение, решение логических задач. Освоение приемов мнемотехники. Интеллектуальная игра «Что? Где? Когда?».

6. Развитие творческих способностей:

В мире прекрасного (презентация «В мире искусства» – живопись, музыка, архитектура или экскурсия в театр). Задания по развитию лингвистических и математических способностей учащихся. Конкурс талантов – готовимся к итоговому отчетному концерту.

9. Необходимое обеспечение ресурсами. Реалистичность проведения программы с точки зрения ресурсов очевидна:

Основные кадровые единицы (субъекты) реализации программы – педагог-психолог общеобразовательного учреждения.

Материально-техническая база:

- учебная аудитория, которая включает в себя учебную зону (столы и стулья) и активную зону, имеющую напольное покрытие, достаточное по размерам для размещения детей в кругу;
- технические средства: магнитофон, компьютер, различные музыкальные носители;
- для каждого учащегося необходимы альбом (8 листов), тетрадь; карандаши и краски;
- банк соответствующей литературы;
- диагностический инструментарий (приложение № 1)

Методическое обеспечение:

Занятия планируется проводить в групповой форме, однако в течение каждого занятия или по его окончании учащиеся выполняют различные тесты, рисунки, творческие задания, требующие пристального внимания и изучения психологом. Результаты работ учащихся должны быть в строгом секрете, не разглашаться и служить материалом для индивидуальной работы с учащимися, имеющими заниженную или завышенную самооценку, проблемы общения и личностного развития. А также это необходимо для того, чтобы внести коррективы в последующие занятия, особое внимание уделив организации психолого-педагогической поддержки некоторых учащихся. В конце каждого занятия предполагается использование различных упражнений на рефлекссию, закрепление полученных знаний. По каждой теме или разделу программы внеурочной деятельности можно использовать игры, беседы, спортивные мероприятия, элементы тренинга общения, приемы релаксации и рефлексии, творческие отчеты, выступления учащихся. Целесообразно использовать опоры-схемы для запоминания теории, музыкальное сопровождение (особенно при релаксации, театрализации, чтения сказок, притч), индивидуальные бланки для тестирования (с последующими рекомендациями психолога), сюжетные картины. На занятиях желательно использовать информационно-коммуникативные технологии. Итоги по каждому разделу подводятся в виде анализа диагностик, рекомендаций учащимся в плане развития личности и творческих работ учащихся.

10. Планируемый результат программы:

1. Достаточный уровень ценностных отношений школьника к самому себе и другому человеку, формирование толерантности и стремления к свободному, открытому общению.
2. Развитые способности к продуктивному и гармоничному общению со сверстниками и взрослыми.
3. Повышение общей психологической культуры подростков.
4. Активизация творческого потенциала, раскрытие личностного потенциала, направленного на поиск своего места в социуме (участие в различных мероприятиях).
5. Успешное прохождение кризисных этапов жизни.
6. Апробация психологической программы, разработка новых методов и форм работы с подростками.

Список литературы (Библиография):

1. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога: Учебно-методическое пособие. М.: "Ось-89", 2002.
2. Возрастная психология: Детство, отрочество, юность: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. пед. вузов \ Сост. и науч. ред. В.С.Мухина, А.А. Хвостов. – М.: Издательский центр «Академия», 2001.
3. Выготский Л.С. Развитие личности и мировоззрение ребенка. В хр. Психология личности. Том 2-Самара: "БАХРАХ", 1999.
4. Дубровина И.В.. Руководство практического психолога. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте./ И.В.Дубровина. - М.: Российская Академия Образования, 2000.
5. Диагностика и коррекция социальной дезадаптации подростков - М.: "Соц. здоровье России", 1999.
6. Ильин. Е.П. Психология воли.-СПб.:Питер,2002.
7. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками. –М. Академия, 2001.
8. Майорова Н.П., Чепурных Е.Е., Шурухт С.М.. Обучение жизненно важным навыкам. / Н.П.Майорова, Е.Е.Чепурных, С.М.Шурухт.- Санкт-Петербург: Образование - Культура, 2002.
9. Овчарова Р.В. Технологии практического психолога образования. –М.: ТЦ «Сфера». , 2000. –448с.
10. Прихожан А.М. К построению коррекционных программ по преодолению тревожности у подростков и юношей. –М., 1989. –203с.
11. Прихожан А.М. К построению коррекционных программ по преодолению тревожности у подростков и юношей. –М., 1989. –203с.
12. Рычкова Н.А. Дезадаптивное поведение детей: Диагностика, коррекция, психопрофилактика. Учебно-практическое пособие. - М.: "Издательство ГНОМ и Д", 2000.
13. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома. Психотехнические упражнения и коррекционные программы. - М., 1995.
14. Селевко Г.К., Тихомирова Н.К., Левина Н.К. Сделай себя сам / Г.К.Селевко, Н.К.Тихомирова, О.Г.Левина.- М.: Народное образование. 2001.
15. Хухлаева О.В., Кирилина Т.Ю., Федорова О.В. Счастливый подросток. Программа профилактики нарушений психологического здоровья. - М.: Апрель Пресс, Издательство ЭКСМО-Пресс, 2000.