

Администрация городского округа Тольятти
Департамент образования
**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Гуманитарный центр интеллектуального развития»
городского округа Тольятти**

Программа принята к реализации
решением педагогического
совета. Протокол № 5
от «24» июня 2022г.



УТВЕРЖДАЮ.

Директор МБОУ ДО ГЦИР

А.В. Хаирова

«24» июня 2022г. Приказ № 57/2

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«ПСИХОЛОГИЯ»**

Направленность социально-гуманитарная

Возраст детей – 12-16 лет

Срок реализации – 4 года

Разработчик:

Гордова Анна Александровна,
педагог дополнительного образования.

Методическое сопровождение:

Савина Наталия Александровна,
старший методист

Тольятти

2022

Паспорт дополнительной общеобразовательной программы

Название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Психология»
Краткое название программы	Психология
Изображение (логотип)	
Место реализации программы (адреса)	МБОУ ДО ГЦИР: 445045, Самарская область, г. Тольятти, ул. Чайкиной, 87 МБУ «Школа №23»: 445010, Самарская область, Тольятти, ул. Ставропольская, 19
Разработчик(и) программы	Гордова Анна Александровна, педагог дополнительного образования
Методическое сопровождение	Савина Наталия Александровна, старший методист
Краткое описание	Программа знакомит подростков с основными категориями психологии, формирует интерес к собственной психической жизни. Занятия по программе позволят детям развить компетентности в области человекознания, с тем чтобы они могли наилучшим образом проявить своё «Я» в жизни и конструктивно взаимодействовать с окружающим миром и другими людьми
Ключевые слова для поиска	Психология, общение, отношения, подростки, коммуникация, самооценка, Я-концепция, конфликты, стрессы, саморазвитие, тренинг
Цели и задачи	Знакомство с практической научно обоснованной психологией, психологией отношений и психологией подросткового и юношеского возраста (тренинги)
Результаты освоения	У подростков повысится уровень понимания и принятия другого человека, разовьется умение прогнозировать и планировать собственное поведение на основе знаний о конфликтном и бесконфликтном общении и владении техниками эффективного построения взаимоотношений
Материальная база	Оборудованный кабинет для тренинговых занятий, компьютер/ноутбук для демонстрации видеоматериалов
Год создания программы. Где, когда и кем утверждена программа	2009 г. На основании решения педагогического совета МОУДОД ГЦИР. Протокол № 2 от .13.10.2009 года
Тип программы по функциональному назначению	общеразвивающая
Направленность программы	Социально-гуманитарная
Направление (вид) деятельности	Психология

Форма обучения по программе	Очная
Используемые образовательные технологии (перечислить кратко)	Тренинговая работа, проектный метод, метод работы в малых группах, интерактивные (диалоговые) технологии
Уровень освоения содержания программы	Разноуровневая программа: базовый или продвинутый уровень по выбору обучающегося
Охват детей по возрастам	12 – 16 лет
Вид программы по способам организации содержания	Модульная
Срок реализации программы	4 года
Взаимодействие программы с различными учреждениями и профессиональными сообществами	
Финансирование программы	Реализуется в условиях ПФДО и на бюджетной основе в рамках муниципального финансирования. За рамками муниципального финансирования – на платной основе
Итоги экспертизы программы на соответствие требованиям ПФДО	Итоговое заключение ОМЭС № 9 от 30.12.2020 г.
Итоги участия программы в конкурсах	

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	4
Введение	4
Актуальность и педагогическая целесообразность программы.....	4
Новизна, отличительные особенности данной программы от уже существующих образовательных программ	5
Цель и основные задачи программы.....	5
Педагогические принципы, определяющие теоретические подходы к построению образовательного процесса.....	5
Основные характеристики образовательного процесса	6
Отбор и структурирование содержания, направления и этапы образовательной программы, формы организации образовательного процесса	7
Ожидаемые результаты освоения программы	9
Педагогический мониторинг результатов образовательного процесса	10
УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ	11
СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	12
Первый год обучения «Основы психологических знаний»	12
Второй год обучения «Человек в обществе»	17
Третий год обучения «Психология личности и деятельности»	22
Четвёртый год обучения «Психология саморазвития».....	26
ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	32
Кадровое обеспечение.....	32
Методическое обеспечение	32
Информационное обеспечение.....	33
Материально-техническое обеспечение программы	34
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	35
ПРИЛОЖЕНИЯ	37
Календарный учебный график программы	37

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Введение

Дополнительная общеобразовательная программа «Психология» является частью образовательной программы развития муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Гуманитарный центр интеллектуального развития» городского округа Тольятти и дает возможность каждому ребенку получать дополнительное образование исходя из его интересов и желаний, склонностей и способностей и образовательных потребностей, осуществляемых за пределами федеральных государственных образовательных стандартов и федеральных государственных требований.

По своему функциональному назначению программа является *общеразвивающей*, поскольку она обеспечивает удовлетворение потребностей обучающихся в интеллектуальном, нравственном совершенствовании, в организации их свободного времени.

Программа имеет социально-гуманитарную направленность, так как она знакомит школьников 12-16 лет с основными категориями психологии, формирует интерес к собственной психической жизни, навыки ее познания и предполагает через систематическое обучение психологии решать возрастные и личностные проблемы обучающихся, повышать уровень их психологической культуры, способствовать профессиональной ориентации молодежи.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Актуальность предлагаемой программы заключается в том, что она нацелена на решение задач, определенных в Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р г.), в которой определено, что «приоритетной задачей Российской Федерации в сфере воспитания детей является развитие высоконравственной личности, разделяющей российские традиционные духовные ценности, обладающей актуальными знаниями и умениями, способной реализовать свой потенциал в условиях современного общества».

В нашей стране неоднократно предпринимались попытки ввести психологию как учебный предмет в программу школьного обучения. Однако попытки эти во многом были определены идеологией и заканчивались безрезультатно. В настоящее время мы можем говорить о гуманизации и гуманитаризации общества и образования. Все провозглашаемые в настоящее время нравственные ценности – демократизм, сотрудничество, толерантность, диалогичность и проч. – основаны на психологических законах общения и взаимодействия людей, на психологических особенностях их личности и индивидуальности.

Все это предполагает определенный уровень культуры у большинства членов общества. Отсутствие же психологической культуры или искаженные ненаучные ее формы тормозят реализацию гуманистических принципов и прогресс в общественных отношениях. Поэтому необходимость психологического образования со школьных лет вытекает непосредственно из потребностей общественной жизни, отвечает интересам как всего современного общества, так и отдельных граждан.

Введение обучения практическим навыкам психологической культуры и безопасности назрело достаточно остро. Уже сейчас мы можем предложить школьникам города изучение психологии как дополнительного предмета в рамках программы «Психология», направленной на приобщение школьников к психологической культуре, которая является необходимой частью общей культуры. Психологическую культуру определяют как «психологические знания, оплодотворенные общечеловеческими, гуманистическими ценностями».

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что её содержание, используемые технологии, формы и методы обучения создают и обеспечивают необходимые условия для личностного развития и творческого труда обучающихся и позволяют удовлетворить индивидуальные потребности обучающихся в интеллектуальном и нравственном развитии. Программа рассчитана на четыре года обучения, каждый год включает в себя по три модуля. Такой модульный подход позволяет изучить отдельную тему с теоретической стороны и получить практические навыки отработки в выбранном

направлении (например, тема общения и навыки эффективного слушания). Изучение программы «Психология» позволит детям, имеющим устойчивый интерес в области психологии, получить системные научные знания; развить компетентности в области человекознания, с тем чтобы они могли наилучшим образом проявить себя в конструктивном взаимодействии с окружающим миром и другими людьми.

Таким образом, дополнительная программа «Психология» актуальна и педагогически целесообразна: она удовлетворяет потребности подростков в решении актуальных для них задач – освоении актуальных и значимых знаний и умений, развитии коммуникативных навыков, воспитании высоко нравственной личности, способной реализовать свой потенциал в условиях современного общества.

Новизна, отличительные особенности данной программы от уже существующих образовательных программ

Целью создания программы «Психология» является популяризация научных знаний из области психологии для юного формирующегося поколения, стремление вызвать интерес к этой области знаний и обучить применению полученных знаний в собственной повседневной жизни для построения эффективных взаимоотношений и саморазвития личности.

Отличительная особенность программы «Психология» от уже существующих образовательных программ выражается в освоении знаний и практических навыков из области психологии в повседневной жизни, несмотря на то что данный предмет не преподаётся в школе.

Новизна данной дополнительной общеобразовательной программы заключается в том, что её содержание направлено не только на усвоение знаний и новой информации, но и предполагает практическую тренировку навыков, а также предполагает индивидуальный характер освоения материала, в том числе и выбор базового или продвинутого уровня освоения программы. Обучение по программе побуждает к осознанному восприятию информации, развивает критическое, осмысленное отношение к себе и окружающим.

Цельноосновные задачи программы

Цель программы – повышение уровня психологической культуры подростка, развитие его компетентности в области человекознания, с тем чтобы он мог наилучшим образом проявить себя в конструктивном взаимодействии с окружающим миром и другими людьми.

Основные задачи

Обучающие:

- 1) Дать обучающимся знания о «самих себе» и способах получения этих знаний; ознакомить с особенностями организации и механизмами управления собственной психической жизнью (процессы, свойства, характеристики деятельности, отношения).

Воспитательные:

- 1) Привлечь внимание детей к психической жизни человека; показать глубокую внутреннюю психическую работу, определяющую поведение, взаимоотношения и самоощущение человека в мире

Развивающие:

- 1) Помочь ребенку овладеть средствами понимания самого себя, самопринятия и саморазвития в контексте гуманистического взаимодействия с окружающими его людьми;
- 2) Развивать психологическую готовность обучающегося к полноценному и позитивному взаимодействию с миром людей, его собственным внутренним миром, с миром культуры, миром природы

В процессе реализации программы решаются более узкие и конкретные цели и задачи, что отражено в программах каждого модуля.

Педагогические принципы, определяющие теоретические подходы к построению образовательного процесса

Реализация программы «Психология» основывается на общедидактических принципах научности, последовательности, системности, связи теории с практикой, доступности. В

целях раскрытия педагогического и развивающего потенциала учебно-воспитательного процесса по программе акцент в ней делается на следующих принципах:

1. *Принцип природосообразности.* Воспитание должно основываться на научном понимании естественных и социальных процессов, согласовываться с общими законами развития человека сообразно его полу и возрасту. Образование строится в соответствии с природой ребенка, его психической конституцией, его способностями. Содержание программы должно быть безопасным, целесообразным, соразмерным. Осуществление данного принципа дает возможность построить «индивидуальные маршруты» каждому обучающемуся объединения. Это в свою очередь открывает очевидные плюсы: психическое здоровье, отсутствие комплексов, глубокие и прочные знания и умения в соответствии с интересами, запросами личности.

2. *Аксиологический принцип* рассматривает образование как путь приобщения личности к ценностям, как средство формирования индивидуальной системы ценностей и идеалов через приобщение к культуре своего народа. Аксиологический компонент включается в содержание программы не в качестве самостоятельной, объектной составляющей, а как сквозная линия, аспект творческой деятельности детей.

3. *Принцип патриотической направленности* предусматривает обеспечение субъективной значимости для детей идентификации себя с Россией, российской культурой, природой родного края. Реализация этого принципа предполагает использование эмоционально окрашенных представлений (образы политических, этнокультурных, эстетических явлений и предметов; собственных действий по отношению к Отечеству, стимулирование переживаний, которые ориентируют ребенка на действия, приносящие благо Отечеству).

Основные характеристики образовательного процесса

Возраст детей, участвующих в реализации программы, - 12-16 лет. Возможно начинать обучение по программе с 6 класса общеобразовательной школы. В данном возрасте ребенок уже способен воспринимать сложные категории и соотносить научные теоретические знания с собственным опытом, рефлексировать. Кроме того, общий интерес к человеку и его отношениям, характерный для подростничества, обеспечит необходимый уровень мотивации обучающихся.

Условия набора детей в объединение. Принцип набора в объединение свободный. Программа не предъявляет требований к содержанию и объему стартовых знаний.

Характеристика учебных групп по возрастному принципу. Группы формируются с учетом возраста, интересов и потребностей детей, что выявляется в ходе проведения предварительного собеседования. В группы первого года обучения принимаются обучающиеся возрасте 12-13 лет, второго – 13-14 лет, третьего – 14-15 лет, четвертого – 15-16 лет.

Группы могут быть разновозрастными. Для обучающихся, разных по возрасту, предусматривается дифференцированный подход при определении индивидуального образовательного маршрута и назначении учебных заданий в процессе обучения.

Форма обучения: очная.

Срок реализации программы – 4 года.

Количество обучающихся в группе – 12-15 человек.

Уровень освоения содержания программы. Программа является разноуровневой. Обучающийся определяет, в каком объеме он хочет освоить программу, и выбирает или базовый, или продвинутый уровень.

Базовый уровень освоения программы предполагает освоение обучающимися специализированных знаний, обеспечение трансляции общей и целостной картины тематического содержания программы.

Продвинутый уровень освоения программы предполагает углубленное изучение содержания программы и доступ обучающегося к сложным разделам в рамках содержательно-тематического направления программы.

Вид программы по способам организации содержания модульная. Каждый год обучения по программы включает освоение трех модулей.

Взаимодействие данной программы с другими программами МБОУ ДО ГЦИР. Программа «Психология» органично продолжает и углубляет содержание дополнительной программы для младших школьников «Искусство общения», реализуемой в МБОУ ДО ГЦИР.

Возможность продолжения обучения по программам близкого вида деятельности. Завершив обучение по программе «Психология», выпускник может продолжить обучение по программам для старшеклассников близкого профиля – «Я среди других» или «Школа инновационного мышления «МаксимУм».

Режим занятий. Для групп, осваивающих программу на базовом уровне, занятия проводятся один раз в неделю по 2 учебных часа. Для групп, осваивающих программу на продвинутом уровне, занятия проводятся два раза в неделю по 1,5 учебных часа.

В соответствии с СП 2.4.3648-20 длительность одного учебного часа для детей школьного возраста – 40 минут.

Продолжительность образовательного процесса: На 1-ом году обучения количество учебных недель в учебном году – 36 (начало занятий 15 сентября, завершение 31 мая), на последующих годах обучения – 38 (начало занятий 1 сентября, завершение 31 мая).

Объем учебных часов всего по программе на базовом уровне – 300, в том числе в первый год обучения – 72, второй-четвертый – по 76 часов. На продвинутом уровне всего часов по программе – 450: в том числе в первый год обучения – 108 часов, второй – четвертый – по 114 часов.

Отбор и структурирование содержания, направления и этапы образовательной программы, формы организации образовательного процесса

Программное содержание, методы, формы, средства обучения отбирались с учетом выше обозначенных принципов и основных направлений развития дополнительного образования, отраженных в Концепции развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р).

Содержание программы ориентировано на формирование у обучающихся навыков, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека.:

Содержание программы структурировано следующим образом.

Программа реализуется в течение четырех лет обучения. Каждый год обучения имеет свое тематическое направление:

Первый год обучения «Основы психологических знаний»;

Второй год обучения «Человек в обществе»;

Третий год обучения «Психология личности».

Четвёртый год обучения «Психология саморазвития».

Содержание каждого года обучения составляет три модуля.

Первый год обучения «Основы психологических знаний». На первом году обучения происходит обучение основам психологических знаний. Содержание первого года обучения составляют три модуля:

Учебный модуль 1. Что такое психика.

Учебный модуль 2. Высшая психика.

Учебный модуль 3. Способности человека.

Второй год обучения «Человек в обществе». На втором году обучения обучающиеся рассматривают проблемы человека в обществе. Содержание второго года обучения составляют три модуля:

Учебный модуль 1. Что делает человека неповторимым (свойства личности).

Учебный модуль 2. Психология общения.

Учебный модуль 3. Межличностные отношения.

Третий год обучения «Психология личности». На третьем году изучается психология личности и деятельности». Содержание третьего года обучения составляют три модуля:

Учебный модуль 1. Психология деятельности.

Учебный модуль 2. Психология умений и профессиональной деятельности.

Учебный модуль 3. Психология характеристик личности в деятельности.

Четвёртый год обучения «Психология саморазвития». На четвертом году изучается психология саморазвития и самовоспитания. Содержание четвертого года обучения составляют три модуля:

Учебный модуль 1. Самопознание и рефлексия.

Учебный модуль 2. Моё познание других.

Учебный модуль 3. Психология саморегуляции поведения.

Формы организации образовательного процесса

Для решения поставленных задач на каждом этапе обучения организуется практическая и аналитическая работа обучающихся, которая включает большое количество самодиагностики (доступной по возрасту) и практических методов работы, таких как тренинги, психологические игры, психотехники.

Учебные занятия, особенно тематические, также могут проводиться в библиотеке, в музеях, на прогулках, совместно с другими объединениями по смежным с психологией темам.

Изучение содержания программы осуществляется в разнообразных формах:

- коллективных (всем составом объединения): организация и проведение досуговых мероприятий, выезды на экскурсии, лекции и т.п.;
- групповых: психологические игры и упражнения, обсуждение итогов, проектная работа, практические занятия;
- индивидуальных: выполнение творческих и проектных заданий, подготовка к конкурсным мероприятиям.

Воспитательная работа с обучающимися – неотъемлемая часть программы. В течение всех лет обучения планируется участие детей в досуговых, социально значимых и творческих мероприятиях.

Примерный план воспитательных, досуговых мероприятий в объединении

<i>№</i>	<i>Название мероприятия</i>	<i>Примерные сроки</i>	<i>Цели проведения мероприятия</i>
1.	Участие в Православных образовательных чтениях (литературные акции)	в течение года	Приобщение к культуре своего народа и края
2.	Традиционные праздники в объединении	январь, март, май	Создание благоприятного климата в группе и ценности каждого обучающегося в коллективе
3.	Посещение познавательных лекций городского проекта «Химия слова»	в течение года	Формирование мотивации к познанию и саморазвитию
4.	Участие в международной акции «Читаем детям о войне» (Самарская областная детская библиотека)	Май	Воспитание патриотизма, чувства гордости за подвиг советского народа
5.	Участие в итоговом мероприятии МБОУ ДО ГЦИР Фестивале интеллекта и творчества «Мы в Центре»	май	Презентация достижений объединения. Формирование сплоченного детского коллектива

Программа предполагает возможность участия обучающихся в конкурсных мероприятиях (олимпиады, конференции), но это не является основной целью и должно соответствовать личным устремлениям и интересам личности подростка.

Перечень мероприятий,

в которых могут принять участие обучающиеся по программе

- 1) Городская научно-практическая конференция школьников «Первые шаги в науку» (февраль);
- 2) Предметные олимпиады по психологии и обществознанию;

- 3) Интеллектуальная олимпиада «Наше наследие»;
 - 4) Литературные акции в рамках городского проекта «Православные чтения»
- Работа с родителями** на протяжении учебного года включает в себя:

№	Вид работы	Цели проведения данных видов работ
1.	Индивидуальные и коллективные консультации для родителей	Совместное решение задач по воспитанию и развитию подростков
2.	Привлечение родителей к посильному участию (поддержка ребёнка в участии в мероприятиях)	Психологическая поддержка ребёнка Упрочение связей в детско-родительских отношениях
3.	Анкетирование «Удовлетворённость результатами посещения ребёнком занятий объединения»	Изучение потребностей родителей, степени их удовлетворения результатами УВП

Ожидаемые результаты освоения программы

В результате обучения по программе «Психология» выпускник будет владеть психологическими знаниями, умениями и навыками, получит опыт творческой самостоятельности. У выпускника сформируется культура психической деятельности и эмоционально-ценностное отношение к психической реальности и действительности в целом (по М.В. Поповой). Систематическое обучение психологии окажет комплексное влияние на личность, затрагивая и интеллектуальную, и эмоциональную, и волевую сферы личности.

1. Предметные результаты

Выпускник, освоивший обучение по программе «Психология» будет владеть основными психологическими категориями, основными терминами, описывающими личность и деятельность человека.

Предметные результаты освоения программы «Психология» представлены ниже по каждому модулю.

2. Метапредметные результаты

По окончании обучения по программе обучающиеся **будут**:

- использовать приемы наблюдения, сравнения, составления характеристики;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в группе и следовать им;
- осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей
- уважительно относиться к позиции и мнению другого;
- обнаруживать и формулировать учебную проблему совместно с педагогом;
- составлять план решения проблемы (задачи) совместно с педагогом;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

3. Личностные результаты

По окончании обучения по программе обучающиеся:

- разовьют осознанность в сфере нравственно-этических отношений, развития самосознания, позитивной самооценки и самоуважения;
- смогут выражать и отстаивать свою позицию, критично относясь к своим поступкам;
- повысят готовность к самостоятельным поступкам и действиям, принятию ответственности за их результаты;
- получают развитие Я-концепции и самооценки;
- разовьют коммуникативную компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности, эмпатию;
- повысят уровень понимания и принятия другого человека;
- разовьют умение прогнозировать и планировать свое поведение и жизнь на более длительный срок;
- повысят осознанность ценности здорового и безопасного образа жизни.

Педагогический мониторинг результатов образовательного процесса

Педагогический мониторинг складывается из следующих компонентов.

- 1) **Входная диагностика знаний.** В начале учебных занятий педагогом проводится вводный контроль для определения начального уровня знаний и умений обучающихся в форме теста-упражнения «Автопортрет».
- 2) **Оперативный контроль** – это контроль за процессом и результатом обучения и коррекция ошибок и пробелов в знаниях, умениях и навыках. Оперативный контроль уровня усвоения материала осуществляется по результатам выполнения обучающимися практических заданий на занятиях.
- 3) **Промежуточный контроль.** В конце каждого модуля проводится тестирование.
- 4) **Итоговый контроль** проводится по завершению каждого учебного года в форме презентации творческих проектов или самоотчётов за учебный год

Определять показатели личностного роста и развития умений предлагается комплексом психодиагностических методик, совокупность которых даст представление о динамике личностного развития. Важным параметром оценивания выступает активность субъекта (обучающегося) и его готовность к рефлексии.

Результаты педагогического мониторинга образовательных результатов группы заносятся педагогом в дневник педагогических наблюдений и фиксации результатов диагностики.

В конце учебного года педагог обобщает результаты участия во всех диагностических процедурах и определяет уровень результатов образовательной деятельности каждого обучающегося – интегрированный показатель, в котором отображена концентрация достижений всех этапов и составляющих учебно-воспитательного процесса. Возможные уровни освоения ребенком образовательных результатов по программе – низкий (Н), средний (С), высокий (В).

Подведение итогов реализации программы

В соответствии с календарным учебным графиком в конце учебного года проводится:

- промежуточная аттестация обучающихся (оценка качества освоения программы по итогам учебного года) для групп первого-третьего годов обучения в форме презентации творческих проектов или самоотчётов за учебный год;
- итоговая аттестация (оценка качества освоения программы обучающимися за весь период обучения по программе) для групп четвертого года обучения в форме презентации творческих проектов или самоотчётов за учебный период.

Сведения о проведении и результатах промежуточной и итоговой аттестации фиксируются педагогом в электронном журнале АСУ РСО, в котором затем создается отчет об уровне освоения программы учебной группой.

По окончании четырёхлетнего обучения по программе выпускники получают свидетельства о завершении обучения по программе «Психология».

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

№ п/п	Название года обучения и учебного модуля программы	Количество часов					
		Базовый уровень			Продвинутый уровень		
		Всего	теория	практика	Всего	теория	практика
	1-й год обучения. Основы психологических знаний						
1	Учебный модуль 1. Что такое психика	16	5	11	24	6	18
2	Учебный модуль 2. Высшая психика	32	8	24	48	14	34
3	Учебный модуль 3. Способности человека	24	7	17	36	8	28
	Всего часов 1-й год:	72	20	52	108	28	80
	2-й год обучения. Человек в обществе						
1	Учебный модуль 1. Что делает человека неповторимым (свойства личности)	20	6	14	30	10	20
2	Учебный модуль 2. Психология общения	28	8	20	42	13	29
3	Учебный модуль 3. Межличностные отношения	28	9	19	42	14	28
	Всего часов 2-й год:	76	23	53	114	37	77
	3-й год обучения. Психология личности						
1	Учебный модуль 1. Психология деятельности	24	9	15	36	10	26
2	Учебный модуль 2. Психология умений и профессиональной деятельности	18	5	13	27	6	21
3	Учебный модуль 3. Психология характеристик личности в деятельности	34	10	24	51	14	37
	Всего часов 3-й год:	76	24	52	114	30	84
	4-й год обучения. Психология саморазвития						
1	Самопознание и рефлексия	20	6	14	30	10	20
2	Моё познание других	32	11	21	48	15	33
3	Психология саморегуляции поведения	24	7	17	36	10	26
	Всего часов 4-й год:	76	24	52	114	35	79
	Итого по программе:	300	91	209	450	130	320

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Первый год обучения «Основы психологических знаний»

УЧЕБНЫЙ МОДУЛЬ 1. ЧТО ТАКОЕ ПСИХИКА

На занятиях по данному модулю обучающиеся знакомятся с понятием психического, психики и узнают о роли психологических знаний в жизни человека и общества.

Цель модуля – овладение обучающимися элементарной психологической культурой, которая является частью общей культуры человека.

Задачи модуля:

- 1) познакомить с научным понятием психики и психического;
- 2) дать представление об элементарных психических процессах
- 3) познакомить с примерами резервных возможностей психики.

Ожидаемые предметные результаты освоения модуля

По окончании модуля обучающиеся

будут иметь представление

- о психологии как науке, о ее предмете и области исследования, о её практической значимости;
- о значении психологии в жизни современного человека

будут уметь:

- использовать методики исследования основных психических процессов;

Учебно-тематический план модуля

№	Наименование тем	Количество часов					
		Базовый уровень			Продвинутый уровень		
		теория	практика	всего	теория	практика	всего
1	Что есть душа. Психология – наука о душе	2	2	4	3	6	9
2	Я чувствую, значит, существую!	2	4	6	2	7	9
3	Невозможное возможно? Резервы психики	1	5	6	1	5	6
	Итого по модулю:	5	11	16	6	18	24

Содержание учебного модуля

Тема 1. Что есть душа. Психология – наука о душе.

Теория. О задачах курса и плане на учебный год. Инструктаж о правилах поведения на занятиях и технике безопасности. Презентация курса и текущего модуля. Знакомство с понятием «психика» и «психическое», с наукой психология.

Дополнительно продвинутый уровень: связь психологии и других наук о человеке.

Практика. Игры на знакомство и упражнения-ледоколы. Дискуссия о понятии «душа». Прослушивание или просмотр отрывков из произведений, иллюстрирующих значение психологии в жизни человека.

Дополнительно продвинутый уровень: знакомство с мифом о Психее и создание коллективной сказки по мотивам мифа.

Входная диагностика. Тест-упражнение «Автопортрет».

Тема 2. Я чувствую, значит, существую!

Теория. Понятие о психических процессах ощущений и восприятия. Знакомство с вниманием.

Практика. Опыты и эксперименты на ощущения и восприятие. Диагностические пробы и развивающие упражнения на восприятие и основные свойства внимания. Знакомство с нейрогимнастическими упражнениями.

Дополнительно продвинутый уровень: нейротренинг.

Тема 3. Невозможное возможно? Резервы психики.

Теория. Научные основы понимания психики. Понятие о резервах психики (о сверхвозможностях, сверхспособностях, о мобилизации человека).

Практика. Знакомство с примерами проявления резервных возможностей психики и аномальных или сверх-способностей. Самоанализ проявления собственных сверх-возможностей. Дискуссия об условиях включения резервов психики. Нейрогимнастические упражнения.

Подведение итогов модуля. Тестирование «Основы психологических знаний».

УЧЕБНЫЙ МОДУЛЬ 2. ВЫСШАЯ ПСИХИКА

На занятиях обучающиеся знакомятся с основными психическими процессами, их свойствами и возможностями тренировки и развития высших психических функций

Цель модуля – это овладение знаниями о закономерностях работы высшей психики.

Задачи модуля:

- 1) познакомить с научным понятием психических функций и процессов;
- 2) дать представление о высших психических функциях и их развитии у человека
- 3) познакомить с инструментами и способами развития возможностей психики.

Ожидаемые предметные результаты освоения модуля

По окончании модуля обучающиеся

будут иметь представление

- о психических функциях, процессах;
- о разнообразии эмоций и чувств;

будут уметь:

- использовать методики исследования основных психических процессов;
- пользоваться упражнениями и тренажёрами для развития психических функций
- осознавать и описывать собственные переживания.

Учебно-тематический план модуля

№	Наименование тем	Количество часов					
		Базовый уровень			Продвинутый уровень		
		теория	практика	всего	теория	практика	всего
1	Общее и отличия психики человека и животных	1	1	2	1	2	3
2	Внимание и память. Тренировка и развитие	2	4	6	3	6	9
3	Человек разумный. Мышление, интеллект. Что значит быть умным	1	3	4	2	4	6
4	Воображение в жизни человека. Воображение и творчество. Креативность и её проявления	1	5	6	2	6	8
5	Речь – наивысшая способность человека. Речи мышление. Речь и успех. Управление речью	1	3	4	3	6	9
6	Умеем ли мы властвовать	2	8	10	3	10	13

	собой. Эмоционально-волевая сфера личности						
	Итого по модулю:	8	24	32	14	34	48

Содержание учебного модуля

Тема 1. Общее и отличия психики человека и животных.

Теория. Психика человека и животного – в чём отличия, что общего. Эволюция психики.

Изучение психики человека и животных.

Практика. Дискуссия. Просмотр научно-популярных роликов об экспериментах, иллюстрирующих изучение различий психики человека и животных.

Дополнительно продвинутый уровень: Эссе-рассуждение: почему мы называем животных братьями меньшими? (что нас роднит?).

Тема 2. Внимание и память. Тренировка и развитие.

Теория. Внимание и память – основные интеллектуальные процессы. О важности их развития. Внимание и внимательность. Что значит быть внимательным и на что это влияет. Разные свойства внимания. Что значит хорошая и плохая память? Условия развития памяти. Способы запоминания и хитрости сохранения информации в нашей памяти. Различные виды внимания и памяти.

Практика. Исследования процессов внимания и памяти. Диагностика свойств внимания и видов памяти. Знакомство с упражнениями и методиками изучения и тренировки внимания и памяти. Нейрогимнастические упражнения. Индивидуальная карта-зачётка.

Дополнительно продвинутый уровень: Знакомство с современными технологиями, тренажёрами для развития и тренировки внимания и памяти. Подготовка к ОВИО «Наше наследие».

Тема 3. Человек разумный. Мышление, интеллект. Что значит быть умным.

Теория. Представления о мышлении в психологии. Понятие о различных видах мышления и интеллекта. Есть ли интеллект у животных? Какие животные умные? Можно ли развить интеллект.

Продвинутый уровень: Ум и эрудиция.

Практика. Дискуссия «Ум и мудрость»: что значит быть умным; ум и оценки в школе; ум и знания; ум в повседневной жизни. Диагностика интеллекта. Интеллектуальные тесты.

Дополнительно продвинутый уровень: Интеллектуальные тренажёры. Подготовка / проведение ОВИО «Наше наследие».

Тема 4. Воображение в жизни человека.

Теория. Зачем воображать? Роль воображения в жизни человека. Воображение и творчество. Креативность (творческость) и её проявления. Условия и возможности развития креативности.

Дополнительно продвинутый уровень: знакомство с тестами на креативность.

Практика. Тест-эксперимент «Как появилось воображение». Есть ли жизнь без воображения (дискуссия). Законы воображения на примере теста «Несуществующее животное» и «Цветовые пятна». Работа с метафорическими картами и историями. Игры с использованием воображения: групповые рисунки, передача информации.

Дополнительно продвинутый уровень: тест креативности (*диагностика*).

Тема 5. Речь – наивысшая способность человека.

Теория. Речь и мышление. Общение в мире животных – возможно ли оно. Речь – основной инструмент общения и мышления. О чём расскажет речь человека? Речь и успех. Управление речью. Вербальные и невербальные речевые знаки.

Дополнительно продвинутый уровень: знакомство с тренингами и школами ораторского мастерства (в том числе в г. Тольятти).

Практика. Коммуникативные упражнения на определение психологического портрета человека по речевым высказываниям. Игра-тренировка «Важны акценты».
Дополнительно продвинутый уровень: игра «Шапка». Речевой тренинг.

Тема 6. Умеем ли мы властвовать собой. Эмоционально-волевая сфера личности.

Теория. Понятие эмоций и чувств, откуда их разнообразие и зачем они нужны человеку. Разум и эмоции. Воля – это сила человека. Кого мы называем волевым. Возможности развития волевых качеств.

Дополнительно продвинутый уровень: лень и отсутствие воли (есть ли разница).

Практика. Игра-диагностика «Угадай эмоцию». Презентация на тему «Эмоции и чувства». Упражнения «Назови эмоцию или чувство». Дискуссия «Сжать волю в кулак». Индивидуальные планы развития воли. Лайфхаки «Если сложно...».

Дополнительно продвинутый уровень: мини-тренинг по эмпатии.

Подведение итогов модуля. Тестирование «высшая психика».

УЧЕБНЫЙ МОДУЛЬ 3. СПОСОБНОСТИ ЧЕЛОВЕКА

На занятиях обучающиеся знакомятся с понятием способностей, узнают о возможности их тренировки и развития.

Цель модуля – сформировать у обучающихся положительную установку к развитию своих способностей, а также представлений о возможностях развития своих способностей.

Задачи модуля:

- 1) познакомить с понятием общих и специальных способностей, задатков;
- 2) дать представление о необходимости развития и тренировки способностей;
- 3) способствовать развитию интереса к собственным возможностям и потенциалу.

Ожидаемые предметные результаты освоения модуля

По окончании модуля обучающиеся

будут иметь представления:

- о задатках и способностях человека;

будут знать:

- определения одаренности, таланта, гениальности

будут уметь:

- составить план развития способностей, ориентируясь на развитие творческой.

Учебно-тематический план модуля

№	Наименование тем	Количество часов					
		Базовый уровень			Продвинутый уровень		
		теория	практика	всего	теория	практика	всего
1	На что способен человек? (понятие способностей)	2	2	4	2	4	6
2	Специальные способности. Развитие способностей.	2	2	4	2	6	8
3	Что значит быть способным? Талант и гениальность.	1	3	4	2	6	8
4	Способность к самореализации.	2	10	12	2	12	14
Итого по модулю:		7	17	24	8	28	36

Содержание учебного модуля

Тема 1. На что способен человек? (понятие способностей)

Теория. Откуда у человека способности? Роль задатков в развитии способностей. Явление компенсации и сверхкомпенсации способностей.

Практика. Дискуссии «Бывает ли неспособность?» и «Всё ли перетрут терпение и труд?».

Дополнительно продвинутый уровень: составление диагностической карты своих общих способностей.

Тема 2. Специальные способности. Развитие способностей.

Теория. Связь специальных способностей с основными способностями и видами деятельности. Математические, литературные, художественные, музыкальные и другие способности. Роль тренировок в развитии способностей.

Практика. Самонаблюдение и самооценивание: мои способности, что я люблю и что мне легко даётся. Игра в мечту «Если бы я был..., то...».

Дополнительно продвинутый уровень: диагностика и тренинг своих способностей.

Тема 3. Что значит быть способным? Талант и гениальность.

Теория. Уровни способностей: одаренность, талант, гениальность. Примеры известных личностей и проявления их способностей.

Практика. Презентации великих (самостоятельная работа). Притча «Зарыть талант в землю».

Дополнительно продвинутый уровень: игра-копилка «Я восхищаюсь...» (собираем рассказы-презентации талантливых людей и их истории в различных сферах деятельности и успеха).

Тема 4. Способность к самореализации.

Теория. Самореализация как реализация своих талантов и возможностей. Условия успешной самореализации.

Дополнительно продвинутый уровень: знакомство с графическими моделями самореализации.

Практика. Составление планов развития своих способностей. Игра «Представь кумира». Рефлексивная работа «Лучшее во мне» как итог индивидуальных проектов. Подготовка и участие в Фестивале интеллекта и творчества «Мы в Центре».

Дополнительно продвинутый уровень: составление плана самореализации.

Подведение итогов модуля. Тестирование «Способности человека».

Подведение итогов учебного года. Промежуточная аттестация: презентация творческих проектов или самоотчётов за учебный год.

Второй год обучения «Человек в обществе»

УЧЕБНЫЙ МОДУЛЬ 1. ЧТО ДЕЛАЕТ ЧЕЛОВЕКА НЕПОВТОРИМЫМ (СВОЙСТВА ЛИЧНОСТИ)

На занятиях обучающиеся знакомятся с понятием психологические свойства, определяют индивидуальные свойства своей личности.

Цель модуля – сформировать представление у обучающихся о психологических свойствах личности.

Задачи модуля:

- 1) ознакомить с понятием психологические свойства;
- 2) определить вместе с обучающимися их индивидуальные свойства личности;
- 3) дать представление о методиках исследования психологических свойств личности.

Ожидаемые предметные результаты освоения модуля

По окончании модуля обучающиеся

будут знать:

- об основных психологических свойствах личности и обозначающих их терминах;
- о своих индивидуальных психологических свойствах.

будут уметь:

- использовать методики исследования психологических свойств личности.

Учебно-тематический план модуля

№	Наименование тем	Количество часов					
		Базовый уровень			Продвинутый уровень		
		теория	практика	всего	теория	практика	всего
1	Личность и индивидуальность	1	3	4	2	2	4
2	Свойства темперамента – база характера	2	2	4	2	4	6
3	Личность и характер	2	6	8	4	8	12
4	Личностные свойства	1	3	4	2	6	8
	Итого по модулю:	6	14	20	10	20	30

Содержание учебного модуля

Тема 1. Личность и индивидуальность.

Теория. Правила группы и техника безопасности. Психологические и житейские понятия о человеке, индивидуальности и личности. Примеры биографий известных людей г. Тольятти и Самарской области.

Практика. Игры на установление контакта. Беседа-дискуссия «Что значит быть личностью?». Ролевые инсценировки. Игра «Представь друга».

Дополнительно продвинутый уровень: упражнение «Незаконченные предложения».

Тема 2. Свойства темперамента – база характера.

Теория. История появления термина «Темперамент». Понятие о свойствах темперамента. Темперамент и общение. Темперамент и деятельность. Темперамент и поведение.

Дополнительно продвинутый уровень: темперамент и успешность, совместимость темпераментов.

Практика. Тест-ситуации «А как поступил бы ты?». Упражнение «Две стороны медали».

Дополнительно продвинутый уровень: игры-инсценировки на совместимость и подстройки в темпераментах. Практическая работа «Подбери свой стиль» (темперамент и стиль деятельности).

Диагностика. Определение типов и свойств темперамента учащихся.

Дополнительно продвинутый уровень: сравнение данных различных методик о свойствах темперамента

Тема 3. Личность и характер.

Теория. Понятие характера. Черты характера как индивидуальная привычная форма его поведения и отношения в жизненных ситуациях. Характер и успешность человека.

Дополнительно продвинутый уровень: лекция дискуссия «Мы похожи, но разные» (знакомство с типологиями личности).

Практика. Самопрезентация. Упражнение «Если бы я был...». Игра «Ассоциации». Составление индивидуальной программы самопознания и развития.

Дополнительно продвинутый уровень: психологическая игра «Характер как чеканка».

Диагностика. Определение основных свойств характера.

Тема 4. Личностные свойства.

Теория. Знакомство с биографиями некоторых известных личностей. Понятие жизненных принципов, ценностей, мотивов и направленности..

Практика. Притча о судьбе. Практическая работа «Я в будущем». Игра «Мои кумиры».

Дополнительно продвинутый уровень: упражнение-игра «Древо жизни».

Диагностика. Тесты на определение свойств личности..

Подведение итогов модуля. Тестирование «Свойства личности».

УЧЕБНЫЙ МОДУЛЬ 2. ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ

На занятиях обучающиеся знакомятся с понятием мастерство общения, виды общения, узнают о влиянии и преодолении барьеров, а также проявлениях в общении индивидуальности человека.

Цель модуля – сформировать представление у обучающихся о составляющих мастерства общения и его барьерах.

Задачи модуля:

- 1) ознакомить с понятием мастерство общения и видах общения;
- 2) сформировать представление о индивидуальных проявлениях людей в общении;
- 3) ознакомить с барьерами общения и способами их преодоления.

Ожидаемые предметные результаты освоения модуля

По окончании модуля обучающиеся

будут знать:

- о понятии мастерство общения, видах общения и индивидуальных проявлениях;
- о барьерах в общении и способах их преодоления.

будут уметь:

- определять причины барьеров в общении и преодолевать их.

Учебно-тематический план модуля

№	Наименование тем	Количество часов					
		Базовый уровень			Продвинутый уровень		
		теория	практика	всего	теория	практика	всего
1	Роль общения в жизни людей. Психология общения	2	4	6	2	4	6
2	Как люди воспринимают друг друга	2	4	6	4	8	12
3	Как мы понимаем друг друга	1	5	6	4	8	12
4	Индивидуальность	2	4	6	2	6	8

	человека в общении						
5	Самопрезентация и особые виды общения	1	3	4	1	3	4
	Итого по модулю:	8	20	28	13	29	42

Содержание учебного модуля

Тема 1. Роль общения в жизни людей.

Теория. Психология общения. Из чего состоит общение. Виды общения. Деловое и личностное общение.

Практика. Почему общение – роскошь, искусство, мастерство? (беседа-дискуссия). Правила делового общения, роль этикета. Практикум «Современный этикет – это не скучно» (этикет в соцсетях, мессенджерах и т.п.).

Тема 2. Как люди воспринимают друг друга.

Теория. Восприятие в общении. Роль первого впечатления. Внешний вид и общение человека.

Дополнительно продвинутый уровень: Установки и стереотипы (гендерные, социальные) в восприятии.

Практика. Социальные эксперименты по восприятию (воспроизведение). Ролевые игры и кейсы.

Дополнительно продвинутый уровень: Просмотр и анализ фрагментов фильмов («Вам и не снилось», «Энн из Зелёных крыш», «Призрак» и др.).

Диагностика. Тест «Общительны ли вы?», тест на интроверсию-экстраверсию.

Тема 3. Как мы понимаем друг друга.

Теория. Цель и смысл общения. Преграды и барьеры в общении, возможности их преодоления. Почему нет взаимопонимания. Речевое и неречевое общение.

Дополнительно продвинутый уровень: Объективные и субъективные барьеры общения – как преодолеть?

Практика. Самоанализ. Ролевые игры и упражнения на закрепление навыков эффективного общения. Тренинг невербального общения.

Дополнительно продвинутый уровень: Игра-тренинги «Скажи иначе», «Шапка», «Крокодил».

Диагностика. Тесты на эмоциональный интеллект.

Тема 4. Индивидуальность человека в общении.

Теория. Психологические особенности человека и общения. Влияние психотипов, темперамента на общение. Стиль и манера общения. Проявление эмоций в общении.

Практика. Самоанализ. Ролевые игры и упражнения. Тренинг эмоционального интеллекта.

Дополнительно продвинутый уровень: Практикум по управлению эмоциями.

Диагностика. Тесты на определение типа личности.

Тема 5. Самопрезентация и особые виды общения.

Теория. Секреты самопрезентации. Некоторые особые виды общения (телефон, интернет, социальные сети)

Практика. Игра-упражнение «Встречайте докладчика». Упражнения-тренировки общения по телефону, в деловой переписке. Беседа о безопасности в сети Интернет.

Дополнительно продвинутый уровень: Игра-дискуссия «Если бы я был(а)...». Упражнение «Хочу представить вам».

Подведение итогов модуля. Тестирование «Психология общения».

УЧЕБНЫЙ МОДУЛЬ 3. ПСИХОЛОГИЯ ОТНОШЕНИЙ

На занятиях обучающиеся познают важную роль межличностных отношений в формировании и существовании целостной личности человека. Обучающиеся знакомятся с понятиями отношений, малых и больших групп, узнают о влиянии культуры на становление личности человека. А также обучающиеся обращаются к практике управления и формирования межличностных отношений.

Цель модуля – сформировать представление у обучающихся об обусловленности характера и свойств личности социальными условиями развития и формирования личности.

Задачи модуля:

- 1) ознакомить с понятием межличностных отношений;
- 2) сформировать представление о влиянии культуры и социума в широком смысле на отдельную личность;
- 3) ознакомить с понятиями групп (больших и малых), социальными ролями и статусами.

Ожидаемые предметные результаты освоения модуля

По окончании модуля обучающиеся

будут знать:

- понятия малых и больших групп и их примеры;
- понятия эффективного и неэффективного взаимодействия;
- понятия манипуляции и конфликты;
- социальные нормы, правила поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;

будут уметь:

- строить диалог в основных социальных ситуациях (знакомство, приветствие, беседа, спор, конфликт)
- определять своё место (роль, статус) в различных группах;
- определять позиции и стиль поведения в манипулятивных и конфликтных взаимоотношениях.

Учебно-тематический план модуля

№	Наименование тем	Количество часов					
		Базовый уровень			Продвинутый уровень		
		теория	практика	всего	теория	практика	всего
1	Межличностные отношения – соль жизни	3	4	7	4	8	12
2	Я живу среди людей. Человек и малые группы	2	6	8	4	8	12
3	Я живу среди людей. Человек в больших группах	1	3	4	2	4	6
4	Манипуляции и конфликты в межличностном общении	3	6	9	4	8	12
Итого по модулю:		9	19	28	14	28	42

Содержание учебного модуля

Тема 1. Межличностные отношения – соль жизни людей.

Теория. Специфика и важность межличностных отношений. Понятие отношений (общения) формальных и неформальных. Система отношений «Я – ок, ты – ок»).

Дополнительно продвинутый уровень: Любовь и дружба (зачем человеку сильные чувства).

Практика. Упражнения «Провокативные ситуации», «Поменяйся ролями». Диспут о любви и дружбе (обращение к литературе).

Дополнительно продвинутый уровень: игра-тренинг по системе «Я – ок, ты – ок».

Тема 2. Я живу среди людей. Человек и малые группы.

Теория. Что означает «малая группа», их разнообразие. Понятия социальных ролей, статуса.

Дополнительно продвинутый уровень: понятие «референтные группы».

Практика. Социометрия и социогамма (практическая работа). Упражнения «И я!», «Вокруг меня». Практикум «Мои социальные роли и субличности».

Дополнительно продвинутый уровень: упражнения «Когда тебя понимают», «Свой и чужой».

Диагностика. Социометрия. Рисунок семьи/класса.

Тема 3. Я живу среди людей. Человек в больших группах

Теория. Понятие и примеры больших групп, культуры.

Практика. Большой практикум «Сказки детства», знакомство со сказками и играми разных народов. Игровой практикум.

Дополнительно продвинутый уровень: игра-дискуссия «В чужой монастырь со своим уставом».

Тема 4. Манипуляции и конфликты в межличностном общении.

Теория. Что такое манипуляции? Человек-манипулятор. Конфликты – это хорошо??? Откуда берутся конфликты и что делать? Способы разрешения конфликтов. Как выйти из конфликта с наименьшими потерями.

Практика. Ролевые игры и их анализ. Примеры манипуляций. Тренинг антиманипулятивного поведения. Подготовка и участие в итоговом учрежденческом Фестивале интеллекта и творчества «Мы в Центре».

Дополнительно продвинутый уровень: Тренинг бесконфликтного общения.

Диагностика. Тесты на определение стиля поведения в конфликте.

Дополнительно продвинутый уровень: диагностика представления о конфликтности в отношениях между детьми и родителями.

Подведение итогов модуля. Тестирование «Психология отношений».

Подведение итогов учебного года. Промежуточная аттестация: презентация творческих проектов или самоотчётов за учебный год.

Третий год обучения «Психология личности и деятельности»

УЧЕБНЫЙ МОДУЛЬ 1. ПСИХОЛОГИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

На занятиях в рамках модуля обучающиеся знакомятся с разными видами деятельности, формируется представление о социальном и осознанном характере деятельности.

Цель модуля – показать роль учебной и игровой деятельности в развитии личности человека и его умений.

Задачи модуля:

- 1) развивать познавательный интерес к «умным» играм;
- 2) сформировать представление о возможности повышения эффективности учебной деятельности, познакомить с некоторыми инструментами;
- 3) показать роль обучения в формировании успешности.

Ожидаемые предметные результаты освоения модуля

По окончании модуля обучающиеся

будут знать:

- основные виды деятельности человека;
- о ведущей роли разных видов деятельности в развитии личности.

будут уметь:

- использовать игры для тренировки своих способностей;
- использовать психотехнические приёмы для повышения эффективности деятельности.

Учебно-тематический план модуля

№	Наименование тем	Количество часов					
		Базовый уровень			Продвинутый уровень		
		теория	практика	всего	теория	практика	всего
1	Роль деятельности в становлении личности и индивидуальности	6	6	12	6	12	18
2	Игра – это дело?	1	5	6	2	7	9
3	Учебная деятельность	2	4	6	2	7	9
Итого по модулю:		9	15	24	10	26	36

Содержание учебного модуля

Тема 1. Роль деятельности в становлении личности и индивидуальности.

Теория. Актуализация знаний, правила группы и техника безопасности. Почему мы действуем? (побуждения к деятельности). Деятельность и активность. Потребности, мотивы, цель и смысл деятельности.

Практика. От беспомощности – к умелости (игра-проект «Мои достижения»). Техники формирования привычки.

Дополнительно продвинутый уровень: Практикум «Воспитаю привычку: от А до Я». Подготовка и разбор заданий ОБИО «Наше наследие»

Диагностика. Тестирование мотивационной сферы.

Дополнительно продвинутый уровень: тест иерархии мотивов.

Тема 2. Игра – это дело?.

Теория. Роль игры в жизни людей. Возраст и игра. Игра как деятельность и психологические игры. Игры в разных возрастах и в разных культурах.

Дополнительно продвинутый уровень: игры в разных этнических культурах.

Практика. Беседа «Зачем люди играют?». Игры-инсценировки. Старинные игры-забавы.
Дополнительно продвинутый уровень: Игровой практикум «Умные игры».

Тема 3. Учебная деятельность.

Теория. Учебная деятельность. Роль мотивации в обучении. Условия успешности обучения.

Практика. Беседа «Учение – свет, а неученье – тьма». Практическая работа «Мой план развития».

Дополнительно продвинутый уровень: игра-тест на определение притязаний личности. «Копилка успехов» (практическая работа). Подготовка к каникулярному мероприятию, посвященного Дню народного единства.

Диагностика. Тест учебной мотивации.

Дополнительно продвинутый уровень: тест ценностных ориентаций обучающихся.

Подведение итогов модуля. Тестирование «Психология деятельности»

УЧЕБНЫЙ МОДУЛЬ 2. ПСИХОЛОГИЯ УМЕНИЙ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Содержание модуля даёт представление о важности труда в жизни человека. Также обучение касается проблемы выбора профессионального пути.

Цель модуля – сформировать представление у обучающихся о формировании профессиональных умений на основе развития знаний, умений, навыков и в соответствии с поставленными целями.

Задачи модуля:

- 1) показать роль труда в становлении личности человека и развития общества;
- 2) ознакомить с понятием профессиональной деятельности и профессиональных умений.

Ожидаемые предметные результаты освоения модуля

По окончании модуля обучающиеся

будут знать:

- понятие профессиональной деятельности, профессиональных умений;
- о профессионально важных способностях и качествах.

будут уметь:

- пользоваться диагностическим инструментарием для определения профессиональных интересов и склонностей.

Учебно-тематический план модуля

№	Наименование тем	Количество часов					
		Базовый уровень			Продвинутый уровень		
		теория	практика	всего	теория	практика	всего
1	Роль трудовой деятельности в жизни человека	2	6	8	2	10	12
2	Профессиональная деятельность	3	7	10	4	11	15
	Итого по модулю:	5	13	18	6	21	27

Тема 1. Роль трудовой деятельности в жизни человека.

Теория. Правда ли, что труд создал человека? Принципиальные отличия животных и людей. Преобразующая роль труда. Игра, учёба и труд в разных возрастах.

Практика. Определение профессионально важных качеств.

Дополнительно продвинутый уровень: Педагогическая практика «Умеешь сам, научи другого».

Тема 2. Профессиональная деятельность.

Теория. Понятие профессиональной деятельности. Современный мир профессий.

Дополнительно продвинутый уровень: знакомство с профессионально-ориентирующими сайтами.

Практика. Игра «Суд профессий». Выполнение и обсуждение результатов профессионально-ориентированного тестирования.

Дополнительно продвинутый уровень: работа с Интернет-сайтами по профдиагностике.

Диагностика. Психодиагностика профессиональных склонностей, интересов, способностей.

Подведение итогов модуля. Тестирование «Психология умений».

УЧЕБНЫЙ МОДУЛЬ 3. ПСИХОЛОГИЯ ХАРАКТЕРИСТИК ЛИЧНОСТИ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

На занятиях обучающиеся изучают, как личность проявляется в поведении и поступках, узнают о связи внутреннего мира и внешнего поведения, знакомятся с некоторыми приёмами управления поведением.

Цель модуля – сформировать представление у обучающихся о связи и влиянии внутреннего мира личности на поведение человека.

Задачи модуля:

- 1) ознакомить с понятием самосознание и «Я – концепция»;
- 2) обучить давать характеристику личности по основным её свойствам;
- 3) обучить использованию диагностических методик и анализу данных.

Ожидаемые предметные результаты освоения модуля

По окончании модуля обучающиеся

будут знать:

- механизм формирования Я-концепции личности;
- о важности и ценности личности;
- основные свойства и характеристики личности, определяющие её деятельность.

будут уметь:

- давать психологическую характеристику личности, в том числе себя;
- пользоваться диагностическими методиками (тестами) определения личностных качеств;
- пользоваться инструментами управления собственным состоянием.

Учебно-тематический план модуля

№	Наименование тем	Количество часов					
		Базовый уровень			Продвинутый уровень		
		теория	практика	всего	теория	практика	всего
1	Человек как индивид и личность	2	5	7	3	6	9
2	Я-концепция (представление личности о себе)	2	6	8	2	10	12
3	Основные личностные характеристики	3	4	7	3	6	9
4	Личность и поведение	3	9	12	5	16	21
	Итого по модулю:	10	24	34	13	38	51

Содержание учебного модуля

Тема 1. Человек как индивид и личность.

Теория. Психология личности. Становление личности. Врожденные и приобретенные качества. Понятие индивидуальности. Формирование личности и развитие индивидуальности как единый процесс.

Дополнительно продвинутый уровень: теории развития личности.

Практика. Дискуссия «Быть – или не быть как все». Упражнения «Я в зеркале», притча-сказка про шляпника.

Дополнительно продвинутый уровень: «Развитие или формирование личности: кто в ответе» (дискуссия).

Тема 2. Я-концепция (представление личности о себе).

Теория. Самосознание, его развитие и рефлексия. Сознание и сознательность. Становление субъекта деятельности.

Практика. Практикум «Мои сильные и слабые стороны». Упражнение «Две стороны одной медали». Самооценка и самоотношение.

Дополнительно продвинутый уровень: Сознательность и ответственность – когда начинать и с кого спросить? (дискуссия, эссе, защита мнения).

Диагностика. Тесты «САН», Дембо-Рубинштейн, «Локус контроля».

Тема 3. Основные личностные характеристики.

Теория. Понятие мотивации и направленности личности. Личностный выбор. Типологии личности.

Практика. Лекция-беседа «Внутренние движущие силы», Дискуссия «Всегда ли есть выбор?». Решение задач-ситуаций».

Диагностика. Тест иерархии мотивов, направленности личности, ценностных ориентаций.

Дополнительно продвинутый уровень: тест Розенцвейга (анализ результатов и возможные модификации).

Тема 4. Личность и поведение.

Теория. Поведение и поступок. Поступок и нравственные нормы. Нормальное и отклоняющееся от нормы поведение личности. Нарушения личности.

Дополнительно продвинутый уровень: лекция-презентация «Что управляет поведением человека».

Практика. Решение задач-ситуаций. Техники ассертивности. Подготовка и участие в Фестивале интеллекта и творчества «Мы в Центре».

Дополнительно продвинутый уровень: тренинг ассертивного поведения. Обсуждение результатов аттестации.

Подведение итогов модуля. Тестирование «Характеристика личности в деятельности».

Подведение итогов учебного года. Промежуточная аттестация: презентация творческих проектов или самоотчетов за учебный год.

Четвёртый год обучения «Психология саморазвития»

УЧЕБНЫЙ МОДУЛЬ 1. САМОПОЗНАНИЕ И РЕФЛЕКСИЯ

На занятиях в рамках модуля обучающиеся знакомятся с процессом самопознания, учатся проводить рефлекссию.

Цель модуля – развитие умений понимать и описывать собственные переживания, мысли, понимать и объяснять причины состояний и действий.

Задачи модуля:

- 1) развивать навык рефлексии;
- 2) познакомить с аспектами самопознания и ролью психологической науки в данном процессе;
- 3) развивать осознанное отношение к собственному поведению.

Ожидаемые предметные результаты освоения модуля

По окончании модуля обучающиеся

будут знать:

- сферы самопознания;
- понятие рефлексии.

будут уметь:

- использовать знания психологии в процессе самопознания;
- описывать собственное состояние языком научной психологии.

Учебно-тематический план модуля

№	Наименование тем	Количество часов					
		Базовый уровень			Продвинутый уровень		
		теория	практика	всего	теория	практика	всего
1	Взрослеющие отношения. Образ Я и самоотношение	2	4	6	3	6	9
2	Психические состояния. Настроение. Активность. Гендерный и возрастной аспекты	2	4	6	3	6	9
3	Мои привычки, интересы, мечты; мотивация и ресурсы	1	3	4	2	4	6
4	Мой настрой. Позитивные установки моего «Я»	1	3	4	2	4	6
Итого по модулю:		6	14	20	10	20	30

Содержание учебного модуля

Тема 1. Взрослеющие отношения. Образ Я и самоотношение.

Теория. Актуализация знаний, правила группы и техника безопасности. Знакомство с целями курса и модуля. Параметры и признаки взрослости. Аспекты образа Я. Отличие позиции взрослого Я от позиции ребёнка. Слагаемые самоуважения. Чувство взрослости – какое оно?

Дополнительно продвинутый уровень: Взрослые тоже разные. Условия взросления.

Практика. Сбор ожиданий и запросов от группы. Игры на взаимодействие и самораскрытие (игры-ледоколы, «Правда или действие», «Общая деталь»). Кейс-дискуссия «Умственный мусор».

Дополнительно продвинутый уровень: Эссе «Мой план саморазвития». Упражнение «Корзина для мусора». Моё влияние на самооценку другого. Дискуссия «Самоуважение и внешность».

Диагностика. Тесты на самоотношение, самоудовлетворенность.

Дополнительно продвинутый уровень: диагностика притязаний.

Тема 2. Психические состояния. Настроение. Активность. Гендерный и возрастной аспекты.

Теория. Понятие и характеристики термина «психическое состояние». Что такое и чем опасно психическое напряжение, есть ли польза. Как долго длится настроение и можно ли им управлять. Активность – всегда ли нужна. Желательные состояния. Состояния и успешность (эффективность) деятельности, в т.ч. профессиональной. Влияет ли пол на эмоциональную сферу личности? Как связаны эмоции и их проявления с возрастом. Внешние признаки уверенности. Внутреннее состояние уверенности. Неуверенный и самоуверенный человек. Можно ли скрыть неуверенность.

Дополнительно продвинутый уровень: Энергия и активность. Почему все разные? Как я работаю с информацией и новыми знаниями. Мой рабочий темп.

Практика. Разминка «Угадай строчку». Упражнения «Моё любимое...», «Секретный груз», Способы повышения уверенности (тренинг). Игровые ситуации «Если я – это...». Упражнение «Коктейль движений». Игра «Общие руки». Упражнение «На кого я хочу быть похожим».

Дополнительно продвинутый уровень: Игровой практикум «Умные игры». Практическая работа-презентация «Мой кумир / Я – кумир». Игры-практикумы с детективной тематикой и по принципу «Мафия» (на понимание поведения игроков), упражнения «Фразы уверенности и неуверенности», «Талисман уверенности» (смотрим фрагменты фильма). Подготовка и разбор заданий ОВАО «Наше наследие».

Тема 3. Мои привычки, интересы, мечты; мотивация и ресурсы.

Теория. Основные понятия темы. Различия мечтаний и целей. Как складывается интерес. Ресурсы человека. Мотивация и воля. Отчего интерес угасает и можно ли его поддерживать.

Дополнительно продвинутый уровень: Альтернативы виртуальному миру. Интерес к другому – в основе альтруистического поведения.

Практика. Упражнения «Пирамида жизни», «Чего я хочу в будущем», «Надо – Хочу – Могу».

Диагностика. Интересы и склонности личности.

Дополнительно продвинутый уровень: Виртуальный мир: возможности и опасности.

Коллаж «Я в виртуальном мире». Игры, в которые играли наши родители. Игра «Всегда найдётся минутка...».

Тема 4. Мой настрой. Позитивные установки моего «Я».

Теория. Закрепление полученных знаний в модуле, переход и раскрытие понятия самоуважения. Самоуважение и внешность. Самоуважение и достижения. Понятие «ценностная структура личности», формирование личности и самовоспитание. Социально приемлемые и социально неприемлемые ценности, негативные и позитивные ценности.

Практика. Упражнение «Похвальный лист». Игра «Слово на спине». Упражнения на формирование позитивного представления о будущем и определение личных параметров успешности. Тематическое мероприятие, посвященное Дню народного единства.

Дополнительно продвинутый уровень: конфликт и интеграция личности (теория). Кейс-практикум «Ободри друга». Из истории области и города в составе России.

Подведение итогов модуля. Задание-визуализация «Моё позитивное будущее и настоящее».

УЧЕБНЫЙ МОДУЛЬ 2. МОЁ ПОЗНАНИЕ ДРУГИХ

Содержание модуля даёт представление о важности понимания других людей с целью построения собственного поведения и отношений с другими.

Цель модуля–формирование представлений у обучающихся внутренней психической жизни и внешних проявления в поведении людей, о взаимосвязи данных явлений.

Задачи модуля:

- 1) показать важность эмоциональных состояний и переживаний человека;
- 2) ознакомить с понятиями эмоционального интеллекта, невербального поведения, групповой структуры.

Ожидаемые предметные результаты освоения модуля

По окончании модуля обучающиеся

будут знать:

- понятия эмоционального интеллекта, групповой структуры;
- систему знаков невербального поведения и их интерпретацию;
- закономерности формирования впечатления и привлекательности людей;
- о деструктивных отношениях в группах (травля и т.п.) и возможностях преодоления.

будут уметь:

- проводить анализ групповой структуры;
- определять признаки деструктивных отношений в группах;
- Определять причины и мотивы поведения людей в группе.

Учебно-тематический план модуля

№	Наименование тем	Количество часов					
		Базовый уровень			Продвинутый уровень		
		теория	практика	всего	теория	практика	всего
1	Познавая других: роль разума и эмоций. Эмоциональный интеллект	2	4	6	3	6	9
2	Как устроены группы. Место личности в группе. Партнёрство. А если в группе травля?	3	7	10	5	10	15
3	Впечатление других и о других. Привлекательность (аттракция)	2	2	4	2	4	6
4	Коды невербального поведения	2	2	4	2	4	6
5	Построение отношений. Причины и мотивы поведения людей: как понять?	2	6	8	3	9	12
	Итого по модулю:	11	21	32	15	33	48

Содержание учебного модуля

Тема 1. Познавая других: роль разума и эмоций. Эмоциональный интеллект.

Теория. Разум, эмоции, ощущения – руководители, обманщики или помощники. Понятие эмоционального интеллекта. Эмпатия и толерантность. Основные законы эмоций и чувств. Скрытность как черта характера.

Практика. Игра «Ассоциации». Практикум «Внимание на чувства». Практическая работа «Создание эмоционально благоприятной атмосферы». Игры «Магазин эмоций», «Парк развлечений». Упражнение «Два подсказчика».

Дополнительно продвинутый уровень: Как развивать эмпатию (теория). Упражнение «Эмоции в подарок». Сказкотерапевтическое упражнение «Чертёжник». Групповая работа «Если на душе скребут кошки».

Тема 2. Как устроены группы. Место личности в группе. Партнёрство. А если в группе травля?

Теория. Как мы общаемся? Позиции и стили общения в повседневной жизни. Понятие структуры группы. Кто такие аутсайдеры. Слагаемые лидерства. Конформность: плюсы и минусы. Партнёрские отношения. Травля в коллективе, формы данного явления.

Дополнительно продвинутый уровень: Групповая зависимость. Явление «белой вороны». Феномен группового мышления. Роль позиций партнёров во взаимодействии. Изучение феномена травли (терминология, история).

Практика. Упражнение «Расскажи о себе и о другом». Игры «Не урони мяч», «Коктейль движений». Игра «Активити». Практикум «Мой лидерский потенциал». Подготовка и празднование Нового года.

Дополнительно продвинутый уровень: упражнения «Ценности партнёра», «Горячий стул», «Есть ли границы у границ».

Диагностика. Практикум-диагностика «Попробуй понять и договориться».

Тема 3. Впечатление других и о других. Привлекательность.

Теория. Как складываются впечатления: закономерности, индивидуальные особенности. Роль опыта общения. Общительность и скрытность. Понятие привлекательности. Феномен обаятельности. Эмпатия и сензитивность.

Практика. Беседы «Что я ценю в людях и себе», «Важно ли мнение другого». Игра «Что изменилось». Упражнение «Превращаемся в числа». Практикум привлекательности..

Дополнительно продвинутый уровень: игры «Правда или действие», «Темпо». Тренинг наблюдательности и сензитивности (с использованием видеофрагментов)

Тема 4. Коды невербального поведения.

Теория. Что говорит невербалика о человеке. Почему стоит доверять именно телу. Возможно ли контролировать невербальное поведение.

Практика. Составление карты-схемы невербальных знаков. Игра «Коды и расшифровка невербальных знаков».

Дополнительно продвинутый уровень: игра-практикум «Теория лжи». Практикум по управлению невербальным поведением.

Тема 5. Построение отношений. Причины и мотивы поведения людей: как понять.

Теория. Как складываются отношения: причины, влияющие факторы. Мотивы и выбор поведения. Почему мы разные. Понятие субличностей. Ошибки понимания.

Практика: тренировочные упражнения на социальное восприятие и понимание другого человека. Игры «Угадай правило», «Найди истинную причину». Практикум «Найди отличия любви и дружбы».

Дополнительно продвинутый уровень: семейные истории и традиции в разных культурах. Упражнения «Определи причину», «Как сказать о...». Рассказы «История дружбы (др. отношений). Игра «Да-Нетка». Анализ историй известных людей.

Подведение итогов модуля. Игровые тест-ситуации «А что здесь произошло» (по принципу карт ТАТ)

УЧЕБНЫЙ МОДУЛЬ 3. ПСИХОЛОГИЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПОВЕДЕНИЯ

На занятиях обучающиеся изучают возможности, техники и приёмы саморегуляции и управления психическими состояниями человека.

Цель модуля – познакомить обучающихся с возможностями и инструментами саморегуляции, формировать ответственное осознанное отношение к собственной личности и выбору поведения, ориентировать на самопринятие и самоуважение собственной личности и бережное отношение к собственному Я.

Задачи модуля:

- 1) ознакомить с понятиями деструктивных эмоций, стресса, стрессоустойчивости, баланса;
- 2) обучить инструментам самоконтроля и саморегуляции;
- 3) формировать установки на позитивное самовосприятие.

Ожидаемые предметные результаты освоения модуля

По окончании модуля обучающиеся

будут знать:

- содержание понятий эмоциональных переживаний и деструктивных эмоций;
- содержание понятия «стресс», его признаков;

будут уметь:

- проводить рефлексию собственных эмоциональных состояний и проявлений;
- определять причины и признаки стресса;
- составлять программу преодоления сложных эмоциональных и стрессовых состояний.

Учебно-тематический план модуля

№	Наименование тем	Количество часов					
		Базовый уровень			Продвинутый уровень		
		теория	практика	всего	теория	практика	всего
1	Эмоциональные состояния и поведение	2	4	6	2	7	9
2	Понимание и управление эмоциями	2	2	4	2	4	6
3	Стресс – современная болезнь или норма? Стрессоустойчивость, как обрести?	2	8	10	4	11	15
4	Мой баланс – мой выбор	1	3	4	2	4	6
	Итого по модулю:	7	17	24	10	26	36

Содержание учебного модуля**Тема 1. Эмоциональные состояния и поведение.**

Теория. Теории развития эмоций. Роль воли в регуляции поведения. Как быть волевым человеком? Внешний и внутренний контроль поведения. Понятие самоконтроля. Понятие напряжения и психологической установки. Реакции организма при перенапряжении. Способы регуляции состояний.

Практика. Игры на угадывание, понимание другого (по вербальным и невербальным знакам), такие как «Холодно, горячо», «Догадайся», «Узнай другого». Практикум «Формируем установку».

Дополнительно продвинутый уровень: Практикум «Влияй» (работа с речью, управление голосом и телом и т.д.). Мини-тренинг «Внушение и убеждение».

Тема 2. Понимание и управление эмоциями.

Теория. Знакомство с многообразием эмоций и чувств. Контроль эмоций – всегда ли он нужен? (чувства разные важны). От эмоций – к состоянию. Здоровые и нездоровые эмоции.

Практика. Практикум «Решбник» (набор ситуаций и их интерпретация. Упражнение «Секрет ведущего (учителя)»). Игры «Три толстяка», «Царева Несмеяна»

Дополнительно продвинутый уровень: Игры «Таможня», «Мафия»..

Диагностика. Тест-опросники на определение состояния стресса и тревожности (подготовка к следующей теме).

Тема 3. Стресс – современная болезнь или норма? Стрессоустойчивость, как обрести?.

Теория. Понятие стресса в современной психологии. Физиологические и психологические аспекты стресса. Связь стресса и здоровья. Профилактика стресса. Стрессоустойчивость.

Дополнительно продвинутый уровень: способы преодоления стресса и работа с человеком в стрессовом состоянии.

Практика. Нейрогимнастические упражнения. Самостоятельная практическая работа «Моя карта стресса». Телесные и арт-терапевтические техники. Практикум «Приёмы саморегуляции».

Диагностика. Телесная карта стресса. Рисунок «Тело и стресс».

Дополнительно продвинутый уровень: аутотренинг и медитативные практики, приём визуализации. Подготовка к участию в учрежденческом фестивале интеллекта и творчества «Мы вместе!»

Тема 4. Мой баланс – мой выбор.

Теория. Метафоричные понятия в психологии баланса и качелей. Понятие ценностей и выбора.

Практика. Техника «Колесо баланса». Упражнение «Мешок с секретом».

Дополнительно продвинутый уровень: понятие опоры и упражнение «Опора в жизни».

Подведение итогов модуля. Практическая работа «Сам себе психолог» / «Посоветуй другу» (выработка советов в разных затруднительных жизненных ситуациях).

Подведение итогов учебного года. Итоговая аттестация: презентация творческих проектов или самоотчётов за учебный период. Участие в Фестивле интеллекта и творчества «Мы в Центре».

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Кадровое обеспечение

Реализовывать программу может педагог, имеющий высшее психологическое образование, обладающий достаточными знаниями и опытом практической работы со средним и старшим школьным возрастом (подростками).

Для проведения каникулярных, тематических мероприятий могут привлекаться педагоги соответствующих предметных направлений или другие специалисты (например, библиотекари).

Методическое обеспечение

1. Педагогические технологии, методы, приемы и формы организации образовательного процесса

При реализации программы используются следующие педагогические технологии:

- 1) Гуманно-личностный подход: уважение личности обучающегося, ориентация на лучшее в человеке.
- 2) Безоценочность в общении: не оценивается личность как положительная или отрицательная, оценке подвергаются только знания по программе или отдельные поведенческие проявления.
- 3) Проектный метод. Программа предполагает создание личных проектов обучающихся, касающихся их планов развития. А также заинтересованными учащимися могут быть выполнены проектно-исследовательские проекты на актуальные для подростков темы.

Цель индивидуального проекта – саморазвитие и самовоспитание. Цель исследовательского проекта – получение навыков проведения научно-исследовательской работы.

2. Учебно-методический комплекс программы

Для реализации программы «Психология» сформирован учебно-методический комплекс, который постоянно пополняется. Учебно-методический комплекс имеет следующие разделы и включает следующие материалы:

2.1. Методические материалы для педагога:

- 1) Конспекты тренингов-практикумов по отработке определенных навыков (например, технологии слушания, навыков самопрезентации и др.).
- 2) Наглядные медиа-презентации по темам.
- 3) Комплексы психотехнических упражнений (например, по управлению своим состоянием, его активизации и т.д.).
- 4) Комплект методик: тесты психических процессов (Р. Лурия, Шульте, Равена и др.), субтесты Векслера, Айзенка, «Самооценка психических состояний» (Г. Айзенк), проективные рисуночные методики, тест КОС, Карта интересов, тест К.Томаса, «Методика диагностики межличностных отношений» (Т. Лири), тесты ценностных ориентаций (Рокич).
- 5) Инструкции по охране труда и технике безопасности.
- 6) Положение о проведении итогового мероприятия МБОУ ДО ГЦИР Фестиваля интеллекта творчества «Мы в Центре».
- 7) Положения, приказы, информационные письма о проведении мероприятий различного уровня по профилю объединения.

2.2. Диагностический инструментарий:

- 1) Методика исследования мотивов посещения занятий в коллективе. Автор Л.В.Байбородова.
- 2) Комплект тестов по темам модулей.
- 3) Анкета для родителей «Удовлетворенность результатами посещения ребенком занятий объединения».
- 4) Дневник педагогических наблюдений.

2.3. Дидактические материалы для обучающихся.

1) Наглядные пособия:

- 1.1. Видео-фрагменты с отражением изучаемых тем(примеры поведения людей);
- 1.2. Изображения людей для проведения социальных тест-экспериментов;
- 1.3. Схемы и таблицы, иллюстрирующие материал или созданные авторами-психологами (например, пирамиды потребностей, мотивов и т.д.)

2) Медиапособия, электронные образовательные ресурсы:

Подборка интернет-ресурсов по онлайн-диагностике психических свойств и психологических качеств личности

3) Дидактические игры развивающего характера (например, «Крокодил», «Воображариум», «Ассоциации» и др.):

Информационное обеспечение

1. Литература для обучающихся:

1. Веркин, Э. Книга советов по выживанию в школе / Э. Веркин. – М.: Эксмо, 2013. – 320 с.
2. Литвак, М.Е. Психологическое айкидо. Учебное пособие / М.Е. Литвак. – Ростов на Дону: Феникс, 2021. – 218с. – (Психологические этюды).
3. Мельникова, М.В. Психология на пальцах. Научись понимать людей. / М.А. Мельникова – М. : АСТ. 2019. – 284с. – (Библиотека вундеркинда).

2. Литература для педагога:

- 1) Барлас, Т.В. Популярная психология: От конфликтов к обретению «Я» / Т.В. Барлас. – М.: «Академия», 1997. – 160 с.
- 2) Безруких, М.М., Макеева А. Г., Филлипова Т. А. Все цвета, кроме чёрного: 5 – 6 класс/ Безруких М. М., Макеева А. Г., Филлипова Т. А. Пособие для педагогов и родителей – М.: Вентана – Граф. – 2007.
- 3) Быковская, Е.В. Как избавиться от игровой зависимости / Быковская Е.В., Чапов А.И., Чапова О.И. – М.: Эксмо, 2007. – 256 с.
- 4) Вацлавик, П. Как стать несчастным без посторонней помощи: пер. с англ./ Послесл. И.В. Бестужева-Лады. – 2-е изд. – М.: Прогресс, 1993. – 160 с.
- 5) Вачков, И.В. Приключения во Внутреннем Мире. Психология для старшеклассников / И.В. Вачков. – СПб.: Питер, 2008. – 128 с.
- 6) Десноу, Ш. Сам себе психотерапевт. – СПб.: Питер, 2001. – 192 с.
- 7) Ежова, Н.Н. Настольная книга психолога-практика: руководство по использованию теории на практике / Н.Н. Ежова. – Ростов н/Д: Феникс, 2011. – 330 с.
- 8) Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками / Под ред. С.В. Кривцовой и др. – М.: Генезис, 2016.
- 9) Жизненные навыки. Тренинговые занятия с подростками / Под ред. С.В. Кривцовой и др. – М.: Генезис, 2016.
- 10) Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Практикум по сказкотерапии / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб.: Речь, 2008. – 320 с.
- 11) Корнелиус, Х., Фэйр Ш. Выиграть может каждый / Х. Корнелиус, Ш. Фэйр. – М., 1992.
- 12) Лидерс, А.Г. Психологический тренинг со старшеклассниками и студентами / А.Г. Лидерс. – М. :Этерна, 2009. – 416с.
- 13) Мольц, М. Я – это Я, или Как стать счастливым: пер. с англ. / Предисл. В.П. Зинченко, Е.Б. Моргунова. – М.: Прогресс, 1994. – 19 с.
- 14) Немов, Р.С. Психология: Учеб.для студентов пед. вузов: в 3 кн. – 3-е изд. / Р.С. Немов – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 1999.-Кн.3: Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики.
- 15) Пиз, А. Язык телодвижений Как читать мысли окружающих по их жестам / А. Пиз. – М. :Эксмо-Пресс, 2004. – 267 с.
- 16) Попова, М.В. Психология как учебный предмет в школе: Учебно-методическое пособие / М.В. Попова. – М. : ВЛАДОС, 2000. – 288с.

- 17) Преподавание психологии в школе: 3-11-й классы. Учеб.-метод. Пособие / Под ред. Дубровиной И.В. – М.: НПО «МОДЭК», 2007. – 800 с.
- 18) Сидоренко, Е.В. Тренинг коммуникативной компетентности в деловом взаимодействии / Е.В. Сидоренко. – СПб.: Речь, 2006. – 208 с.
- 19) Фалькович, Т.А. Подростки XXI века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях: 8-11 классы / Т.А. Фалькович, Н.С. Толстоухова, Н.В. Высоцкая. – М.: ВАКО, 2007. – 256 с.
- 20) Хухлаева, О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе: Рабочие тетради / О.В. Хухлаева. – М.: Интермедиа, 2005, 2018
- 21) Хухлаева, О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе / О.В. Хухлаева. – М.: Интермедиа, 2005, 2018.
- 22) Шевченко, М. Психологические рисуночные тесты для детей и взрослых / М. Шевченко. – Екатеринбург: У-Фактория; М.: Астрель; Владимир, ВКТ, 2011. – 128 с.

3. Используемые интернет-ресурсы

№	Интернет-адрес	Название ресурса	Где используется и для чего
1.	http://psyznaiyka.net	Сайт для самообразования по психологии	Дополнение к материалу на занятиях
2.	https://testometrika.com/tests/	Библиотека онлайн-тестов	Самоисследование (диагностика и анализ)
3.	http://testoteka.narod.ru/	Сайт «Тестотека»	Тестирование психологическое

Материально-техническое обеспечение программы

1) Учебный кабинет, удовлетворяющий санитарно-гигиеническим требованиям, для занятий группы 12 – 15 человек (парты, стулья, доска, шкаф для УМК, рабочие столы для практической работы, шкафы для хранения материалов, инструментов, инвентаря и оборудования). В комнате должна быть возможность установить стулья в круг, а также наличие свободного места для передвижения и психологических практик.

2) Оборудование, необходимое для реализации программы:

- 3.1. Программное обеспечение;
- 3.2. Компьютер с выделенным каналом выхода в Интернет;
- 3.3. Мультимедийная проекционная установка или интерактивная доска;
- 3.4. МФУ (принтер черно-белый, цветной; сканер, ксерокс);
- 3.5. Цифровой фотоаппарат (редко);

3) Подсобные материалы и инструменты: бумага, верёвки, мяч, мягкие и фактурные игрушки, плед.

4) Канцелярские принадлежности: ручки, карандаши, маркеры, корректоры; блокноты, тетради, ножницы, степлеры; файлы, папки, канцелярский нож, индивидуальные бейджи, листы бумаги большого формата.

5) Сувенирная продукция для награждения лучших участников программы.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ,

использованной при составлении программы

1. Буйлова, Л.Н. Современные тенденции обновления содержания дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ. [Электронный ресурс] / Научная электронная библиотека КиберЛенинка. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-tendentsii-obnovleniya-soderzhaniya-dopolnitelnyh-obscheobrazovatelnyh-obscherazvivayushih-programm/viewer>
2. Закон Российской Федерации «Об образовании» № 273-ФЗ, 26.12.2012 г. [Электронный ресурс] / Министерство образования и науки Российской Федерации. – Режим доступа : http://минобрнауки.рф/документы/2974/файл/1543/12.12.29-ФЗ_Об_образовании_в_РФ
3. Концепция развития дополнительного образования детей. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р. [Электронный ресурс] / Интернет-портал «Правительство Российской Федерации» – Режим доступа : <http://static.government.ru/media/files/3fIgkklAJ2ENBbCFVEkA3cTOsiypicBo.pdf>.
4. Методические рекомендации по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО. [Электронный ресурс] / Региональный модельный центр дополнительного образования детей в Самарской области - Режим доступа: <http://rmc.pioner-samara.ru/index.php/metodicheskie-materialy>
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы). Письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ № 09-3242 от 18.11.2015 г. [Электронный ресурс] / Самарский дворец детского и юношеского творчества. – Режим доступа: http://pioner-samara.ru/sites/default/files/docs/metodrek_dop_rf15.doc.
6. Методические рекомендации по проектированию разноуровневых дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ. /РМЦ ГБОУ ДО СО СДДЮТ – Самара, 2021 [Электронный ресурс] / Региональный модельный центр дополнительного образования детей в Самарской области - Режим доступа: <http://rmc.pioner-samara.ru/index.php/metodicheskie-materialy>
7. Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ. Письмо Министерства образования и науки Самарской области от 03.09.2015 г. № МО-16-09-01/826-ту [Электронный ресурс] / Самарский дворец детского и юношеского творчества. - Режим доступа: <http://pioner-samara.ru/content/metodicheskaya-deyatelnost>.
8. Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. Письмо Министерства просвещения РФ № ГД-39/04 от 19.03.2020 года. [Электронный ресурс] / Министерство просвещения Российской Федерации. Банк документов - Режим доступа: <https://docs.edu.gov.ru/document/26aa857e0152bd199507ffaa15f77c58/>
9. Микляева, А.В. Я – подросток. Программа уроков психологии/ А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2006. – 336 с.
10. Немов Р. С. Психология: Учеб. для студентов пед. вузов: в 3 кн. – 3-е изд. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 1999.-Кн.3: Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики.
11. Положение о порядке разработки, экспертизы и утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы МБОУ ДО ГЦИР (утверждено приказом директора МБОУ ДО ГЦИР № 62 от 24.08.2020 г.) [Электронный ресурс] /

- Гуманитарный центр интеллектуального развития. Документы. – Режим доступа: <https://clck.ru/VXrd4>.
12. Положение о проведения педагогического мониторинга, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся (утверждено приказом директора МБОУ ДО ГЦИР № 88 от 07.12.2020 г.). [Электронный ресурс] / Гуманитарный центр интеллектуального развития. Документы. – Режим доступа: <https://clck.ru/VXrRg>.
 13. Попова, М.В. Психология как учебный предмет в школе: Учебно-методическое пособие. / М.В. Попова – М. : ВЛАДОС, 2000. – 288с.
 14. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"[Электронный ресурс] / Интернет-портал «Российская газета» - Режим доступа: <https://rg.ru/2020/12/22/rospotrebnadzor-post28-site-dok.html>.
 15. Приказ Министерства образования и науки РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». [Электронный ресурс] / Официальный интернет-портал правовой информации. Государственная система правовой информации. – Режим доступа: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201811300034>

ПРИЛОЖЕНИЯ

Календарный учебный график программы

Календарный учебный график программы составлен в соответствии с локальным актом «Календарный учебный график МБОУ ДО ГЦИР городского округа Тольятти на 2022-2023 уч.г.», принятым решением педагогического совета от 24 июня 2022 г., протокол № 5.

<i>Месяц</i>	<i>Содержание деятельности</i>	<i>Промежуточная и итоговая аттестация</i>
Сентябрь	Занятия по расписанию: 5 учебных недель для групп второго, третьего и четвертого годов обучения. Начало занятий 1 сентября. 3 учебные недели для групп первого года обучения. Начало занятий 12 сентября	Входная диагностика знаний и практических навыков
Октябрь	Занятия по расписанию 4 учебные недели.	
Ноябрь	Занятия по расписанию 4 учебные недели Дополнительный день отдыха (государственный праздник) - 4 ноября	
Декабрь	Занятия по расписанию 5 учебных недель. В период школьных каникул с 31 декабря по 08 января: Рождественский праздник в объединении	
Январь	Занятия по расписанию 3 учебные недели. Дополнительные дни отдыха, связанные с государственными праздниками (выходные дни): 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 января	
Февраль	Занятия по расписанию 4 учебные недели. Участие в городской научно-практической конференции школьников «Первые шаги в науку». Дополнительный день отдыха (государственный праздник) – 23 февраля	
Март	Занятия по расписанию 5 учебных недель. Период школьных каникул с 22-31 марта. Дополнительный день отдыха (государственный праздник) – 8 марта	
Апрель	Занятия по расписанию 4 учебные недели	
Май	Занятия по расписанию 4 учебные недели. Участие в учрежденческом итоговом Фестивале интеллекта и творчества «Мы в Центре». Завершение учебных занятий 31 мая. Дополнительные дни отдыха, связанные с государственными праздниками – 1 мая, 9 мая	Промежуточная аттестация для групп первого -и третьего годов обучения. Итоговая аттестация для групп четвертого года обучения
Июнь	Продолжение занятий по программе летней профильной смены (по выбору обучающегося) - 4 недели.	
Июль	Самостоятельные занятия учащихся	
Август	Формирование учебных групп до 10 сентября	
Итого учебных недель по программе:	36 учебных недель для групп первого года обучения. 38 учебных недель для групп второго-четвертого года обучения	