

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №10

РАССМОТРЕНО
на ШУМО
Протокол №
от «27» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
заместитель директора
Кайдарова А.К

« 27 » августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом директора
№ 221
от «28» августа 2024г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности

Название курса: Уроки психологии

Направление: Социально - психологическое

для обучающихся 9 класса
на 2024/2025 учебный год

Составитель программы:
Полякова Жанна
Владимировна

г. Славгород, 2024

Пояснительная записка:

Программа курса внеурочной деятельности «Уроки психологии» для 9-х классов является модифицированной программой, которая составлена на основе авторской программы «Психология» А.Д. Андреевой, Е.Е. Даниловой, И.В. Дубровиной, Д.В. Лубовского, А. М. Прихожан, Н.Н. Толстых.

Программа курса психологии отвечает как интересу обучающихся к собственному «Я», так и ориентации системы образования на личностно-ориентированный и системно-деятельностный подходы в образовании. Программа помогает подростку выстраивать ценностную картину мира и находить свое место в нём, познавать свой внутренний мир, гармонизировать свои отношения с окружающими людьми, стать более творческим, ответственным за себя, свои действия. В качестве исходного положения, определяющего педагогический подход, использовался тезис: необходимо рассматривать развитие ребенка в аспекте изучения им предмета «Психология» не только как результат, но и как процесс самосознания, самопознания, самовоспитания и самосовершенствования. При этом акцент делается на развитие чувства собственного достоинства человека как субъекта. Существенным моментом здесь становится не только отражение мира, но и отражение себя в мире, своего состояния, своего отношения к миру, своего поведения теперь и в будущем.

Обучение основано на использовании традиционных принципов дидактики: принцип воспитывающего обучения, научности, наглядности, сознательности и активности, систематичности, прочности, доступности. Индивидуальный подход, учет возрастных возможностей для преподавания психологии в подростковой аудитории имеют исключительное значение.

Преподавание курса психологии в средних общеобразовательных учреждениях представляется актуальной и важной задачей образования, получившего социальный заказ на подготовку подрастающего поколения к жизни в правовом демократическом государстве. Именно личностные, психологические факторы выступают на первый план в работе над этой важной задачей. Психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и самосовершенствованию, понимание интересов, мотивов, чувств и потребностей окружающих людей, умение строить свои отношения с окружающими, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом — все это относится к необходимым компонентам личности гражданина демократического общества.

Программа имеет общеинтеллектуальное направление, а также позволяет развивающейся личности познавать не только законы материального мира, но и формировать систему знаний о себе, о законах взаимодействия людей, узнавать свои собственные возможности и расширять их, т.е. овладевать психологической культурой.

Цели задачи

Данный учебный курс направлен на решение психолого-педагогических задач, обеспечивающих становление личности ребенка:
-формирование общих представлений о психологии как науке;

- пробуждение интереса к другим людям и самому себе;
- развитие интеллектуальной сферы;
- развитие самосознания, эмоциональной сферы.

Освоение учебного материала даст обучающимся возможность приблизиться к пониманию феномена человека, уникальности его внутреннего мира и неразрывной связи с миром внешним, другими людьми, нациями, человечеством в целом. Обучающиеся смогут научиться моделировать свое будущее, принимать решения, делать выбор и нести за него ответственность, отстаивать свои права, уважая интересы других людей, что позволит ощущать себя полноправными гражданами общества, активными субъектами деятельности и социальной действительности.

Программа «Уроки психологии» учитывает, что школьники 9 класса подходят к необходимости сделать, пожалуй, первый осмысленный выбор в жизни – через год им надо будет принимать решение о форме дальнейшего обучения: тот же класс, профессионально – технический колледж, специализированные училища. Выбор дальнейшего обучения очень ответственен, он во многом определяет весь жизненный путь человека. Поэтому в 9 классе весьма актуально знакомство обучающихся на научной основе с психологическими понятиями: деятельность, виды деятельности, профессия, правильный выбор в значительной степени определяется удачной «встречей» требований профессии с личностными качествами человека. В 9 классе ключевым понятием курса является понятие «личность». Знакомство с понятием «Личность» требует весьма высокого уровня психологической подготовки, поэтому отнесено авторами программы на достаточно поздний этап обучения, когда обучающиеся уже успели получить основные знания в области общей и социальной психологии.

Цель преподавания психологии школе - это овладение каждым школьником элементарной психологической культурой, которая является частью общей культуры и обеспечивает ему полноправное вступление в самостоятельную жизнь, развитие готовности к полноценному взаимодействию с миром.

Данный учебный курс направлен на решение психолого-педагогических задач, обеспечивающих становление личности ребенка:

- формирование общих представлений о психологии как науке;
- пробуждение интереса к другим людям и самому себе;
- развитие интеллектуальной сферы;
- развитие самосознания, эмоциональной сферы.

Методическое обеспечение программы.

Общая характеристика занятий.

Объектом учебной деятельности при изучении курса «Уроки психологии» в школе является психологическая реальность. Предметом учебной деятельности является овладение различными способами действия с психологической реальностью: размышления, анализ, сравнение и обобщение, овладение психологическими понятиями; решение психологических задач; способы изучения, осмысления,

изменения, создания, конструирования психологической реальности; генерирование образа этой реальности и своих представлений о ней.

В преподавании курса «Уроки психологии» применяются следующие методы обучения: словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др. А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся: игровые методы (дидактические и творческие игры), метод творческого самовыражения (литературное, художественное и др. виды творчества), методы психической саморегуляции и тренировки психических функций (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки).

Учебное содержание курса внеурочной деятельности «Уроки психологии» включает следующие курсы:

Психология. Психология личности. 9 класс 34 ч, 1 ч в неделю.

Формы проведения занятий

- лекции, беседы;
- экскурсии в библиотеку;
- игры-конкурсы; КВН;
- театральные постановки, разыгрывание ситуаций;
- практические занятия с элементами игр, с использованием дидактических и раздаточных материалов, пословиц и поговорок, считалок, рифмовок, ребусов, кроссвордов, головоломок, сказок;
- самостоятельная творческая работа (индивидуальная и групповая);
- поисково-исследовательская деятельность.

Виды деятельности

- игровая;
- познавательная;
- проблемно-ценностное общение;
- художественное и театральное творчество;
- психологические тренинги.

Интерес учащихся поддерживается внесением творческого элемента в занятия: самостоятельное составление кроссвордов, шарад, ребусов, сочинение сказок, стихотворений, инсценирование ситуаций, иллюстрирование материала.

Планируемые результаты освоения программы

Личностные	Метапредметные	Предметные
<p><u>1. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.</u></p> <p><u>2. Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;</u></p> <p><u>3. Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.</u></p> <p><u>4. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.</u></p> <p><u>5. Стремление к поиску наиболее эффективных способов учебной деятельности.</u></p> <p><u>6. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве</u></p>	<p style="text-align: center;"><i>Учащиеся должны уметь:</i></p> <p>1. Самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.</p> <p>2. Самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.</p> <p>3. Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.</p> <p>4. Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения.</p> <p>5. Владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.</p> <p>6. Создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.</p> <p>7. Пользоваться смысловым чтением.</p> <p>8. Организовывать учебное сотрудничество и</p>	<p>1. Знание возрастной динамики становления способности к восприятию другого человека, роли индивидуальных различий в восприятии человека человеком</p> <p>2. Понимание психологических механизмов формирования первого впечатления о другом человеке, его значения для установления взаимоотношений между людьми.</p> <p>3. Формирование представления о типах отношений между людьми, о формах проявления отношения к другому человеку в словах, поступках, мимике, жестах</p> <p>4. Умение правильно интерпретировать информацию, получаемую при непосредственном наблюдении за человеком.</p> <p>5. Формирование представления об особенностях общения при различных видах коммуникации, о межличностных отношениях, как отношениях, основанных на взаимности, взаимодействии.</p> <p>6. Формирование понятия потребности в общении, осознание своей потребности и своих характерных особенностей в общении.</p> <p>7. Формирование представления об эмпатии как важнейшем условии отношений между людьми, обеспечивающем подлинно гуманное отношение к другим людям.</p> <p>8. Знания о том, какие условия, факторы влияют</p>

<p><u>со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.</u></p> <p><u>7. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.</u></p>	<p>совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.</p> <p>9. Осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.</p> <p>10. Формировать и развивать компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий.</p>	<p>на возникновение симпатии и антипатии между людьми. Формирование представления о дружбе и товариществе как высших формах проявления человеческой симпатии, о чувстве любви как высшем человеческом чувстве.</p> <p>9. Осознание роли основных психических процессов в понимании другого человека.</p> <p>10. Понимание роли стереотипов, предрассудков, предубеждений как факторов, препятствующих пониманию другого человека.</p> <p>11. Раскрытие роль жизненного опыта в формировании собственных критериев понимания и оценки другого человека</p> <p>12. Формирование представления о том, как на понимание другого человека влияют возраст и профессия.</p>
---	--	--

Формируемые УУД

Класс	Личностные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	Регулятивные УУД
9	<p><i>У обучающегося будут сформированы:</i></p> <p>Основы для развития морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирования нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к</p>	<p><i>Выпускник научится:</i></p> <p>Проявлять творческое отношение к общему способу решения учебной задачи, проявлять мотивированную избирательность интересов. Выдвигать содержательные гипотезы, проявлять активность в определении содержания способов деятельности и их применении в различных</p>	<p><i>Выпускник научится:</i></p> <p><u>Организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать</u></p>	<p><i>Выпускник научится:</i></p> <p>Ставить перспективные цели, осознанно формулировать и реализовывать задачи, способствующие достижению перспективных целей. Полностью самостоятельно и осознанно организовывать свою деятельность в любых условиях, уделяя внимание всем элементам самоорганизации: постановке</p>

	<p>собственным поступкам. <u>Развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам.</u></p>	<p>условиях. Самостоятельно строить новый способ действия, модифицируя известный способ, критически оценивать свои учебные действия. Успешно контролировать соответствие выполняемых действий соответствующей схеме, вносить коррекцию в схему действий ещё до начала их фактического выполнения. Самостоятельно оценить свои возможности в решении новой задачи, учитывая возможное изменение известных ему способов действия, исходя из чёткого осознания специфики усвоенных им способов и их вариаций, а также границ их применения.</p>	<p><u>своё мнение.</u> <u>Осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности;</u> <u>владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.</u></p>	<p>целей, формулировке задач, организации деятельности, самооценки, самоконтроля, проведению коррекции своей деятельности. Адекватно и прогностически оценивать собственные организаторские способности, вырабатывать систему постоянной работы над собой (этап зрелого самовоспитания)</p>
--	---	---	--	---

Основные методы и технологии

- Личностно-ориентированные технологии.
- Технология разноуровневого (дифференцированного) обучения.
- Диалогические технологии.
- Технологии проблемного обучения (исследовательский метод).
- Коммуникативно-информационные технологии.
- Технология учебно-игровой деятельности.
- Технология проектной деятельности.
-

Формы контроля и оценки планируемых результатов

Диагностика (анкетирование, наблюдение)

Самоконтроль

Рефлексивный контроль

Тестово – диагностические работы

Проекты

Конкурсы

Содержание программы «Психология. Психология личности. 9 класс»

Введение (1 час). Введение в предмет «Психология». Психология личности.

Раздел 1. Человек. (6 часов).

Человек как предмет познания. Психика и мозг. Что такое сознание. Виды сознания. Структура сознания. Сознание и бессознательное

Раздел 2. Индивид. Личность. Индивидуальность. (6 часов).

Человек как индивид. Человек как личность. Человек как индивидуальность.

Раздел 3. Характеристики человека как личности. (4 часа)

Самосознание. Я – концепция. Самооценка и уровень притязаний. Локус контроля.

Раздел 4. Личность и мотивация. (6 часов).

Мотивационная сфера личности. Направленность личности. Определение направленности личности. Уровень развития личности и мотивация. Устойчивость и изменчивость личности.

Раздел 5. Поведение и поступок (6 часов).

Что такое поведение. Проявления личности в вербальном поведении. Проявления личности в невербальном поведении. Личность и поступок.

Раздел 6. Как психологически подготовиться к сдаче экзаменов (4 часа)

Память и приемы запоминания. Методы работы с текстом. Знакомство с приемами волевой мобилизации и совладания со своими чувствами.

Обучение приемам релаксации и снятия напряжения.

Заключение (1 час).

Заключение по теме «Психология личности».

Тематический план занятий внеурочной деятельности
«Уроки психологии».
9а класс.

№	Тема урока	Количество часов	Форма проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Ведение в предмет «Психология». Психология личности.	1	Лекция 1ч.	Электронная библиотека Российской государственной библиотеки, режим доступа: http://elibrary.rsl.ru/
2	Раздел 1. Человек.	6	Лекция 2ч. Практические занятия с элементами игр 2ч. Самостоятельная творческая работа индивидуальная и групповая 2ч.	«Психея», режим доступа: http://www.psycheya.ru
3	Раздел 2. Индивид. Личность. Индивидуальность.	6	Лекция 4ч. Практические занятия с элементами головоломок 2ч.	Мир позитива. Ру, режим доступа: http://www.mirpozitiva.ru/
4	Раздел 3. Характеристики человека как личности.	4	Лекция 3ч. Самостоятельная творческая работа 1ч.	
5	Раздел 4. Личность и мотивация.	6	Лекция 2ч. Практические занятия 4ч.	
6	Раздел 5. Поведение и поступок	6	Лекция 3ч. Поисково-исследовательская	

			деятельность 3ч.	
7	Раздел 6. Как психологически подготовиться к сдаче экзаменов	4	Лекция 2ч. Практические занятия 2ч.	
8	Заключение	1	Лекция 1 ч.	Электронная библиотека Российской государственной библиотеки, режим доступа: http://elibrary.rsl.ru/
	Всего	34		

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №10»**

СОГЛАСОВАНО

Заместителем директора

«30» 08 2024г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Учебного курса «Уроки психологии»

ООО

для обучающихся 9 классов

на 2024/2025 учебный год

Выполнил:

Полякова Жанна

Владимировна

Календарно-тематический план занятий внеурочной деятельности

«Уроки психологии».

9а класс.

№	Тема занятия	Количество часов			Дата изучения (план/факт)	Электронные цифровые ресурсы
		всего	Теория	Практика		
1	Введение в предмет «Психология». Психология личности.	1	1		18.09.24	Электронная библиотека Российской государственной библиотеки, режим доступа: http://elibrary.rsl.ru/
2	Человек как предмет познания	1	1		25.09.24	Виртуальная библиотека по психологии, режим доступа: http://scitylibrary.h11.ru/Library.htm
3	Психика и мозг.	1	1		02.10.24	«Психея», режим доступа: http://www.psycheya.ru
4	Что такое сознание.	1		1	09.10.24	Журнал «Школьный психолог» выпускаемый издательским домом "Первое сентября", режим доступа: http://psy.1september.ru/
5	Виды сознания.	1		1	16.10.24	ПроШколу.ру - бесплатный школьный портал, режим доступа: http://www.proshkolu.ru

6	Структура сознания.	1		1	23.10.24	СЛЕДОВАТЕЛЬ: Сайт для психологов и тех, кто интересуется психологией», режим доступа: http://explorateur.narod.ru/library.htm
7	Сознание и бессознательное.	1		1	06.11.24	«ИССЛЕДОВАТЕЛЬ: Сайт для психологов и тех, кто интересуется психологией», режим доступа: http://explorateur.narod.ru/library.htm
8	Человек как индивид.	1	1		13.11.24	«Популярная психология», режим доступа: http://karpowww.narod.ru/
9	Человек как индивид.	1	1		20.11.24	Мир позитива. Ру, режим доступа: http://www.mirpozitiva.ru/
10	Человек как личность.	1		1	27.11.24	Мир позитива. Ру, режим доступа: http://www.mirpozitiva.ru/
11	Человек как личность.	1		1	04.12.24	Мир позитива. Ру, режим доступа: http://www.mirpozitiva.ru/
12	Человек как индивидуальность.	1	1		11.12.24	Мир позитива. Ру, режим доступа: http://www.mirpozitiva.ru/
13	Человек как индивидуальность.	1	1		18.12.24	Мир позитива. Ру, режим доступа: http://www.mirpozitiva.ru/
14	Самосознание.	1	1		25.12.24	ПроШколу.ру - бесплатный школьный портал, режим доступа:

						http://www.proshkolu.ru
15	Я – концепция.	1	1		15.01.25	«Антистресс», режим доступа: http://marks.on.ufanet.ru
16	Самооценка и уровень притязаний.	1	1		22.01.25	«Популярная психология», режим доступа: http://karpowww.narod.ru/
17	Локус контроля.	1		1	29.01.25	Ди Снайдер, "Курс выживания для подростков", режим доступа: http://kaysen.net
18	Мотивационная сфера личности.	1	1		05.02.25	«Флогистон: Психология из первых рук», режим доступа: http://flogiston.ru/library
19	Мотивационная сфера личности.	1	1		12.02.25	Виртуальная библиотека по психологии, режим доступа: http://scitylibrary.h11.ru/Library.htm
20	Направленность личности.	1		1	19.02.25	«ИССЛЕДОВАТЕЛЬ: Сайт для психологов и тех, кто интересуется психологией», режим доступа: http://explorateur.narod.ru/library.htm
21	Определение направленности личности.	1		1	26.02.25	ПроШколу.ру - бесплатный школьный портал, режим доступа: http://www.proshkolu.ru

22	Уровень развития личности и мотивация.	1		1	05.03.25	ПроШколу.ру - бесплатный школьный портал, режим доступа: http://www.proshkolu.ru
23	Устойчивость и изменчивость личности.	1		1	12.03.25	ПроШколу.ру - бесплатный школьный портал, режим доступа: http://www.proshkolu.ru
24	Что такое поведение.	1	1		19.03.25	«Флогистон: Психология из первых рук», режим доступа: http://flogiston.ru/library
25	Что такое поведение.	1	1		26.03.25	«Флогистон: Психология из первых рук», режим доступа: http://flogiston.ru/library
26	Проявления личности в вербальном поведении.	1	1		02.04.25	«Популярная психология», режим доступа: http://karpowww.narod.ru/
27	Проявления личности в невербальном поведении.	1		1	09.04.25	«ИССЛЕДОВАТЕЛЬ: Сайт для психологов и тех, кто интересуется психологией», режим доступа: http://explorateur.narod.ru/library.htm
28	Личность и поступок.	1		1	16.04.25	психологическая библиотека «Самопознание и саморазвитие», режим доступа: http://psylib.kiev.ua
29	Личность и поступок.	1		1	23.04.25	психологическая библиотека «Самопознание и саморазвитие»,

						режим доступа: http://psylib.kiev.ua
30	Память и приемы запоминания.	1		1	30.04.25	психологическая библиотека «Самопознание и саморазвитие», режим доступа: http://psylib.kiev.ua
31	Методы работы с текстом.	1		1	07.05.25	психологическая библиотека «Самопознание и саморазвитие», режим доступа: http://psylib.kiev.ua
32	Знакомство с приемами волевой мобилизации и совладания со своими чувствами.	1	1		14.05.25	ПроШколу.ру - бесплатный школьный портал, режим доступа: http://www.proshkolu.ru
33	Обучение приемам релаксации и снятия напряжения.	1	1		21.05.25	«ИССЛЕДОВАТЕЛЬ: Сайт для психологов и тех, кто интересуется психологией», режим доступа: http://explorateur.narod.ru/library.htm
34	Итоговое занятие по теме «Психология личности».	1	1		28.05.25	Электронная библиотека Российской государственной библиотеки, режим доступа: http://elibrary.rsl.ru/
	Всего .	34	20	14		