

Кировское областное государственное общеобразовательное
бюджетное учреждение
«Вечерняя средняя школа г. Котельнича»

**Рабочая программа курса
внеурочной деятельности
«кружок “ALTER EGO ”
(занимательная психология)»**

Составитель
Кисельникова Татьяна Леонидовна
учитель высшей
квалификационной категории

Котельнич, 2021 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «кружок «ALTER EGO» (занимательная психология)» разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 с изменениями и дополнениями).

Настоящая программа является частью основной образовательной программы среднего общего образования КОГ ОБУ ВСШ г. Котельнича, входит в содержательный раздел.

Форма организации курса – кружок.

При составлении рабочей программы была использована рабочая программа кружка «ПОЗНАЙ СЕБЯ» (**формирование познавательного интереса**) педагога дополнительного образования Рудштейн Людмилы Николаевны (http://mezdurech.ucoz.ru/fgos/programma_msosh-poznaj_sebja-2_kl.pdf), которая разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта, предназначена для организации внеурочной деятельности по научно-познавательному направлению и направлена на формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию, повышению уровня мотивации к обучению и познанию, ценностного отношения к знаниям, а также для коррекции развития познавательных сфер деятельности школьников.

Обучение ведётся на базовом уровне согласно лицензии 43 Л 01 №0001127 на осуществление образовательной деятельности от 31 марта 2016 г., выданной министерством образования Кировской области (регистрационный №0713).

Как известно, способности, в том числе и познавательные, не только проявляются, но и формируются и развиваются в процессе деятельности. Внеучебная деятельность школьников создает большие возможности для становления психических качеств, которые могут составить основу тех или других способностей.

Ориентация современной школы на разностороннее развитие личности обучающегося предполагает необходимость гармоничного сочетания собственно учебной деятельности, в рамках которой формируются базовые знания, умения и навыки, с деятельностью творческой, связанной с развитием индивидуальности учащихся, их познавательной и личностной активностью, волевым развитием, формированием индивидуального стиля поведения.

Активное введение в традиционный учебный процесс программы развивающих занятий, направленных на развитие личностно-мотивационных, интеллектуальных сфер школьника, памяти, внимания,

пространственного воображения и других важных психических функций, является актуальной и своевременной задачей системы образования.

Еще одной важной причиной внедрения данной программы в учебный процесс, является возможность проведения диагностики интеллектуального и личностного развития обучающегося, являющейся основой для целенаправленного планирования индивидуальной развивающей работы с ним.

Цели и задачи программы:

Основной целью занятий является развитие познавательных процессов для успешного освоения образовательных программ.

Основные задачи реализации программы:

Согласно традиционной форме деления, все задачи можно разделить на:

Обучающие:

- + Формирование общеучебных навыков.
- + Формирование умений работать в строго организованном учебном пространстве – следовать инструкциям, работать по заданному алгоритму, составлять схемы и таблицы, систематизировать и обобщать полученную информацию и др.
- + Формирование умений работать в режиме творческой мастерской – формулировать задачу, разрабатывать план действий, находить нестандартные решения поставленной задачи и др.
- + Формирование умений работы в режиме проблемного обучения.

Развивающие:

- + Развитие познавательных процессов учащихся (мышления, внимания, памяти, воображения).
- + Развитие волевых свойств личности.
- + Развитие личностной сферы поведения.
- + Развитие учебной и познавательной активности учащихся.

Воспитательные:

- + Формирование основополагающих качеств новой социальной роли – ученик.
- + Формирование нравственных и моральных норм поведения.
- + Формирование чувства вкуса и стиля.
- + Формирование индивидуального стиля поведения и интеллектуальной деятельности учащихся. Расширение коммуникативных способностей обучающихся.

Срок реализации программы 1 год. В проведении занятий используются индивидуальные и групповые формы работы.

Эффективность программы оценивается по результатам наблюдения, психологического обследования.

Программа внеурочной деятельности состоит из 3 блоков, включающих в себя занятия на развитие психических функций, необходимых для успешного обучения в школе:

1 блок - «Мой внутренний мир»

2 блок – «Интеллектика»

3 блок – «Человековедение».

Блок **«Мой внутренний мир»** направлен на формирование и профилактику нарушений психологического здоровья школьников.

Блок **«Интеллектика»** направлен на развития различных познавательных процессов: памяти, внимания, мышления, восприятия, воображения.

Блок **«Человековедение»** направлен на подготовку школьников к их правильной социализации, воспитание терпимости и уважения к другому человеку, а также помочь увидеть смысл и ценности жизни.

I. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты освоения курса внеурочной деятельности:

- 1) российская гражданская идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);
- 2) гражданская позиция как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
- 3) готовность к служению Отечеству, его защите;
- 4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- 5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- 6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;
- 7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- 8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- 9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- 10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
- 11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

- 12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;
- 13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- 14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
- 15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

Метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности:

- 1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- 2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- 3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- 4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;
- 5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
- 6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;
- 7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;

- 8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;
- 9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

II. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Основные формы развивающей работы:

Данная программа содержит комплекс развивающих игр, упражнений, заданий направленных на развитие познавательных психических процессов, общения. Основной целью занятий является развитие познавательных процессов для успешного освоения образовательных программ. Программа состоит из игр, упражнений, заданий которые можно разделить на:

- **релаксационные** – снимающие психо – эмоциональное, мышечное напряжение;
- **двигательные** – развивающие координацию движений, крупную и мелкую моторику;
- **коммуникативные** – способствующие формированию умений и навыков общения;
- **развивающие** – направленные на развитие познавательной и социальной рефлексии, отдельных процессов: памяти, мышления, внимания, воображения.

Все эти виды развивающих игр, упражнений и заданий развивают следующие **общеучебные навыки**:

мыслительные навыки - обучение школьника анализу и обобщению, сравнению, классификации и т.д.;

исследовательские навыки направлены на формирование умения выполнять исследовательскую работу, наблюдать, выявлять, соотносить и т.д.;

коммуникативные навыки направлены на формирование умения не только говорить, но и слушать и слышать собеседника, доказательно и спокойно отстаивать своё мнение или принимать точку зрения и советы других;

социальные навыки предполагают развитие умения работать в группе, сотрудничать в мини – коллективе, выполняя разные роли: лидера или исполнителя; учат строить взаимоотношения в обществе: в коллективе, с людьми, которые его окружают.

№	Наименование раздела	Содержание
1.	1 блок «Мой внутренний мир»	Понятия «эмоции», «мимика», «жесты», «язык жестов». Эмоционально-волевая сфера. Различные виды страхов. Приёмы преодоления различных страхов. Различные виды гнева - злость, ярость. Приёмы контроля обид, прощение обиды. Стыд в жизни человека - чем он помогает и чем мешает людям. Умение владеть и управлять своими эмоциями. Внутренние и внешние качества людей.

2.	2 блок «Интеллектика»	Память и её роль в жизни человека, виды памяти. Тренировка видов памяти. Понятия «восприятие», «ощущение»; приёмы восприятия величины, цвета, формы, пространства, движения, времени. Понятие «иллюзия восприятия». Понятие «внимание», его виды (произвольное, непроизвольное, внешнее и внутреннее), свойства (концентрация, распределение, переключение). Понятие «мышление», его виды. Развитие пространственной ориентации. Наблюдательность. Связь левого и правого полушария головного мозга.
3.	3 блок «Человековедение»	Условия устранения психологического дискомфорта, агрессии; умение учитывать позиции другого человека. Связь характера человека и его поведения. Степень коммуникативности. Формулы вежливости. Этикетный диалог. Приёмы установления добрых отношений.

III. Тематическое планирование

1 ч/нед, всего 34(35) ч

№	Тема	Содержание занятий	Основные виды деятельности учащихся	Дата	
				1-я смена	2-я смена
1 блок «Мой внутренний мир» (12 ч)					
1.	Вводное занятие. ТБ «Правила поведения на занятиях». «Я-ученик!» (диагностический минимум)	Сплочение группы, настрой на продуктивную будущую работу.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	07.09	02.09
2.	Язык мира эмоций.	Знакомство с понятиями «эмоции», «мимика», «жесты», «язык жестов»	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	14.09	09.09
3.	Город Радости и Веселья.	Развитие эмоционально-волевой сферы через игру.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	21.09	16.09
4.	Остров Страх и его обитатели.	Знакомство с различными видами страхов.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	28.09	23.09
5.	Мы все умеем побеждать страх!	Знакомство с приемами преодоления различных страхов.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	05.10	30.09
6.	Пещера Гнева.	Ознакомление с различными видами гнева - злость, ярость; узнают, откуда берётся гнев, может ли он быть полезным.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	12.10	07.10
7.	Обиженная Деревня. ТБ «Правила работы в группе»	Знакомство с приемами контроля обид, умение прощать обиды.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	19.10	14.10
8.	Гора Стыда.	Показать значение стыда в жизни человека - чем он помогает и чем мешает людям.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	26.10	21.10
9.	Мы владеем Эмоциями.	Развитие умений владеть и управлять своими эмоциями.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	09.11	28.10

10.	Мешок хороших качеств.	Знакомство с внутренними и внешними качествами людей.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	16.11	11.11
11.	«Тёмные» и «светлые» качества. Салют качеств.	Знакомство с качествами людей, которые не только могут быть хорошими, но и с теми, которые мешают быть счастливым и жить в мире с окружением.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	23.11	18.11
12.	Итоговое занятие по 1 блоку «Путешествие в мир Добра»	Через игровые упражнения выявить приобретённые знания и умения - умение применить знание тем на практике.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	30.11	25.11
2 блок «Интеллектика» (15 ч)					
13.	Что такое память?	Раскрыть понятие памяти и её роли в жизни человека, познакомить с видами памяти.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	07.12	02.12
14.	Развиваем память.	Задания и упражнения на развитие видов памяти.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	14.12	09.12
15.	Тренируем память.	Тренировка видов памяти.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	21.12	16.12
16.	Что такое восприятие? Виды восприятий.	Закрепить понятия «восприятие», «ощущение»; раскрыть приёмы восприятия величины, цвета, формы, восприятия, пространства, движения, времени.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	28.12	23.12
17.	Иллюзии восприятия.	Раскрыть понятие «иллюзии восприятия», показать на примерах.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	11.01	13.01
18.	Тренировка восприятия.	Тренировка восприятия через игру.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	18.01	20.01
19.	Что такое внимание? Виды и свойства внимания.	Раскрыть понятие «внимание», его виды (произвольное-непроизвольное), «внешнее и внутреннее»),	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	25.01	27.01

		свойства (концентрация, распределение, переключение)			
20.	Развиваем внимание.	Задания и упражнения на развитие внимания.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	01.02	03.02
21.	Тренируем внимание.	Тренировка внимания через игровые упражнения.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	08.02	10.02
22.	Что такое мышление?	Раскрыть понятие «мышление», его виды.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	15.02	17.02
23.	Развиваем мышление.	Задания и упражнения на развитие видов мышления.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	22.02	24.02
24.	Тренируем мышление.	Тренировка видов мышления через игру.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	01.03	03.03
25.	Развиваем пространственные ориентации. Развитие наблюдательности.	Задания и упражнения на развитие пространственных ориентации. Задания и упражнения на развитие наблюдательности.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	15.03	10.03
26.	Развиваем связи правого и левого полушария и мелкую моторику рук.	Задания и упражнения на развитие связи левого и правого полушария с помощью пальчиковых игр.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	29.03	17.03
27.	Контрольное занятие. Путешествие в Страну Чудилию.	Через игру выявить усвоение тем, раскрепостить и сплотить обучающихся при работе в группах	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	05.04	31.03
3 блок «Человековедение» (7 ч)					
28.	Поступки мои и окружающих.	Обсудить условия устранения психологического дискомфорта, агрессии; формировать умение учитывать позиции другого человека.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	12.04	07.04

29.	Твой характер.	Представление о связи характера человека и его поведения.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	19.04	14.04
30.	Умеем ли мы общаться?	Выяснить степень коммуникативности учащихся; повторить известные формулы вежливости и познакомить с новыми; продолжить знакомство с этикетным диалогом.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	26.04	21.04
31.	Умею ли я слушать других.	Развивать умения быть внимательным к окружающим людям, слушать и слышать окружающих.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	13.05	28.04
32.	Школьная дружба. Как подружиться.	Установление добрых отношений в группе; сплочение коллектива; совершенствование навыков общения. Ознакомить с приёмами установление добрых отношений.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	17.05	05.05
33.	Итоговое занятие. Игра «Вот и стали мы на год взрослей» (проведение теста достижений через игру)	Выявление уровня сформированности конкретных знаний, умений и навыков и как меры успешности выполнения, и как меры готовности к выполнению некоторой деятельности.	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	24.05	12.05
34-35.	Обобщение материала.	Выявить приобретённые знания и умения - умение применить знание тем на практике.	Проблемно-ценностное общение.	31.05	19.05 26.05

ЛИТЕРАТУРА

Для учителя:

1. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. – М., 1997.
2. Винокурова Н. Лучшие тесты на развитие творческих способностей. – М., 1999 г.
3. Гаврина С. Е. , Кутявина Н. Л. и др. Развиваем мышление. – М. , 2003.
4. Гиринин Л.Е., Ситникова Л.Н. Вообрази себе. Поиграем – помечтаем. – М., 2001 г.
5. Гусева Н.А. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей. – СнП., 2003 г.
6. Гуревич К. М. Индивидуально-психологические особенности школьников - М., 1988.
7. Гуткин Н.И. Психологическая готовность к школе. – М.: Образование, 1996.
8. Дубровина И.В. - Психокоррекционная и развивающая работа с детьми - М., 1999 г.
9. Дубровина И.В. Руководство практического психолога. - М., 1999 г.
10. Овчарова Р.В. - Справочная книга школьного психолога - М., 1996 г.
11. Практическая психология в тестах - М., 2001 г.
12. Кривцова С.В. Навыки жизни: В согласии с собой и миром. – М., 2003 г.
13. Романов А.А. Игротерапия: как преодолеть агрессивность у детей - М., 2003 г.
14. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога (1-2 часть), М., 2002 г.
15. Савенков А. И. Развитие логического мышления. – Ярославль, 2004.
16. Самоукина Н.В. Игровые методы в обучении и воспитании (психотехнические упражнения и коррекционные программы). — М., 1992.
17. Чистякова М.И. Психогимнастика. — М., 1990.
18. Школьный психолог - М., 2003 г

Для учащихся:

- Афонькин С. Ю.. Учимся мыслить логически. Увлекательные задачи для развития логического мышления. СПб.: Издательский дом «Литера», 2002.
- Гельфан ЕМ. Игры и упражнения для маленьких и больших. М., 1961.
- Заика Е.В. Комплекс интеллектуальных игр для развития мышления учащихся // Вопросы психологии, 1990, № 6.