

**Муниципальное образовательное учреждение
«Лицей № 32»**

ПРИНЯТ

Педагогическим советом
(протокол № 1 от 30.08.2024)

УТВЕРЖДЕН

Директор МОУ «Лицей № 32»
О.Ю. Воронина
(приказ № 93 от 30.08.2024)



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Введение в психологию»**

Руководитель:

педагог-психолог Одинцова Евгения Юрьевна

Вологда

**Результаты освоения программы
(личностные, метапредметные и предметные)**

Программа «Введение в психологию» разработана на основе пособия Микляевой А. «Я – подросток. Программа уроков психологии». - СПб.: «Речь», 2006.

Программа реализуется через достижение образовательных результатов. Эти результаты структурированы по ключевым задачам общего образования и включают в себя предметные, метапредметные и личностные результаты.

Личностные результаты	
У обучающегося будут сформированы	Обучающийся получит возможность для формирования
Внутренняя позиция школьника	
формирование коммуникативной компетентности в процессе образовательной, учебно-исследовательской и других видов деятельности.	внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно-познавательных мотивов
Метапредметные результаты	
Умение работать с личностными методиками	
Работать с личностными методиками	С помощью диагностических методик выявлять свое эмоциональное состояние
Анализировать свое эмоциональное состояние	С помощью диагностических методик выявлять свои личностные особенности
Умение работать в команде	
Слушать и слышать собеседника	Вести диалог и полилог
Учитывать мнение собеседника, вставать на сторону собеседника	
Умение доказать свою точку зрения	
Строить рассуждения последовательно	Устанавливать причинно-следственные связи, устанавливать последовательность событий
Умение понимать информацию, представленную в неявном виде	
Понимать информацию, представленную в	Понимать скрытые подтексты высказываний

неявном виде	
Регулятивные универсальные действия	
Целеполаганию	постановке учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено и того, что еще неизвестно
Планированию	определению последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата; составление плана и последовательности действий;
Прогнозированию	предвосхищению результата и уровня усвоения, его временных характеристик;
Контролю	контролю в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона
Коррекции	вносить необходимые дополнения и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его продукта
Оценке	выделению и осознанию того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению
Волевой саморегуляции как способности к мобилизации сил и энергии	развитию способности к волевому усилию - к выбору в ситуации мотивационного конфликта и к преодолению препятствий
Предметные результаты	
Коммуникативные универсальные действия	
Умение объяснить свой выбор	строить понятные для партнера высказывания
Умение формулировать вопросы	Уметь формулировать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

№ п/п	Раздел/тема, кол-во часов	Изучаемые вопросы	Форма занятия	Виды деятельности обучающихся
1.	Наедине с собой: что я знаю о себе. 1 час.	1. Знакомство с целями занятий. 2. Знакомство с инструментами исследования личности.	Комбинированное занятие	<i>Познавательная деятельность:</i> • понимает чувства

		<ol style="list-style-type: none"> 3. Выполнение и анализ символа («Мой герб») 4. Выполнение и самоанализ теста «20 Я». 		<p>других людей и почему они возникают;</p> <ul style="list-style-type: none"> • знать способы взаимодействия в проблемных ситуациях; • уметь определять ценности собственные и других людей; • понимать причины своего поведения и анализировать последствия своих поступков. <p><i>Практическая деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • работа с психодиагностическими методиками; • самоанализ из полученных результатов.
2.	<p>Моё имя. 1 час.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сочинение сказки. 2. Обсуждение вариантов имени. 3. Рефлексия 	<p>Занятие – фантазия.</p>	
3.	<p>Моё уникальное «Я». «Я» глазами других. 1 час.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Тест «Волшебница», самоанализ. 2. Опрос-цепочка «Кто ты?» 3. Самоанализ результатов опроса. 	<p>Комбинированное занятие</p>	
4.	<p>Как меня видят другие: мои достоинства и недостатки. 1 час.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Арт-терапевтическое упражнение «Психологический портрет». 2. Обсуждение «Достоинства и недостатки». 3. Заполнение таблиц по теме, анализ работ, обобщение. 	<p>Комбинированное занятие</p>	<p><i>Регулятивная деятельность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • принимать и сохранять учебные цели и задачи; • планировать и выполнять свои действия
5.	<p>Мои «плюсы» и «минусы» со стороны, мои недостатки. 1 час.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Коллаж «Мои плюсы и минусы». 2. «Сказка по кругу». 3. Арт-терапевтическое упражнение «Карикатура». 	<p>Комбинированное занятие</p>	
6.	<p>Как превратить недостатки в достоинства. Мои ценности.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обсуждение вариантов трансформации недостатков в 	<p>Занятие - дискуссия</p>	

	1 час.	достоинства.		в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации
7.	Наши ценности. «Я» в зеркале. 1 час.	1. Тест «Сейф», самоанализ результатов. 2. Обсуждение ценностей в ходе выполнения упражнения «Дом».	Комбинированное занятие	
8.	«Отражение» личности. Планирование личного времени. 1 час.	1. Диагностическое исследование «Тест Кетелла». 2. Проектирование результатов. 3. Анализ реальных результатов.	Комбинированное занятие	
9.	Время взрослеть. Моя будущая профессия. 1 час.	1. Самоисследование «Моё настоящее». 2. Арт-терапевтическое упражнение «Мои перспективы».	Занятие-поиск	
10.	Как я выгляжу. 1 час.	Сочинение и инсценировка сказки «Идеальный человек».	Занятие - инсценировка	
11.	Моя семья. «Трудные» дети и «трудные» родители. 1 час.	1. Обсуждение личных ресурсов в контексте семейных. 2. Дискуссия «Трудные дети и трудные родители».	Комбинированное занятие	
12.	Мои права в семье. Дружба и взаимопомощь. 1 час.	1. Мозговой штурм «Мои права и права моих родителей». 2. Составление объявления для поиска друзей.	Комбинированное занятие	

13.	Мужчины и женщины. 1 час.	1. Коллажи «Женщина» и «мужчина». 2. Доклады о гендерных ситуациях.	Семинар
14.	Сильные чувства: любовь и желание рисковать. 1 час.	1. Телесно-ориентированное упражнение «Сиамские близнецы». 2. Рефлексия. 3. Дискуссия: «Насколько оправдан риск».	Комбинированное занятие
15.	Уверенность в себе. 1 час.	1. Мозговой штурм «Копилка трудных ситуаций». 2. Репетиция поведения в упражнении «3 портрета».	Обучающая игра
16.	Публичное выступление. Умение сказать «нет». 1 час.	1. Репетиция поведения в ходе упражнения «Шуточный экзамен». 2. Репетиция поведения в ходе упражнения «Отказ».	Обучающая игра
17.	Итоговое	1. Рефлексия результатов. 2. Упражнение «Чемодан»	Комбинированное занятие

Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем/Тема занятия
	Название изучаемого раздела/изучаемой темы (количество часов на раздел, тему)

1.	Наедине с собой: что я знаю о себе. 1 час.
2.	Моё имя. 1 час.
3.	Моё уникальное «Я». «Я» глазами других. 1 час.
4.	Как меня видят другие: мои достоинства и недостатки. 1 час.
5.	Мои «плюсы» и «минусы» со стороны, мои недостатки. 1 час.
6.	Как превратить недостатки в достоинства. Мои ценности. 1 час.
7.	Наши ценности. «Я» в зеркале. 1 час.
8.	«Отражение» личности. Планирование личного времени. 1 час.
9.	Время взрослеть. Моя будущая профессия. 1 час.
10.	Как я выгляжу. 1 час.
11.	Моя семья. «Трудные» дети и «трудные» родители. 1 час.
12.	Мои права в семье. Дружба и взаимопомощь. 1 час.
13.	Мужчины и женщины. 1 час.
14.	Сильные чувства: любовь и желание рисковать. 1 час.
15.	Уверенность в себе. 1 час.
16.	Публичное выступление. Умение сказать «нет». 1 час.
17.	Итоговое занятие.
Итого:	17 часов.