

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
городского округа Заречный
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

Принято
на педагогическом
совете

 протокол № 2
от 29.08.2017г.



УТВЕРЖДЕНА:
Приказом
директора МБОУ ГО
Заречный «ЦПМиСП»
№ 37-од от 31.08.2017г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА СОЦИАЛЬНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«УРОКИ ПСИХОЛОГИИ»**

Возраст обучающихся: 11-12 лет
Срок реализации: 1 ГОД

Составители:

Брохина Ю.Л.,
педагог-психолог
высшей категории

Ермакова Т.А.
педагог-психолог
первой категории

г. Заречный

2017

Пояснительная записка

Дополнительная рабочая программа развивающей направленности «Уроки психологии» предназначена для работы с обучающимися в пятых классах средних образовательных школ.

Программа «Уроки психологии» соответствует федеральному государственному образовательному стандарту основного общего образования, который устанавливает требования к результатам освоения обучающимися основной образовательной программы основного общего образования: личностным, метапредметным.

Личностные результаты освоения дополнительной рабочей программы развивающей направленности «Уроки психологии» отражают:

- 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 нем взаимопонимания;

- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;

- 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;

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

Метапредметные результаты освоения дополнительной рабочей программы развивающей направленности «Уроки психологии» отражают:

- владение основами самооценки, принятия решений;

- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;

Данная программа соответствует концепции модернизации Российского образования, важнейшей задачей воспитания, которой, является формирование у школьников гражданской ответственности и правового самосознания, духовности и культуры, инициативности, самостоятельности, толерантности, способности к успешной социализации в обществе и активной адаптации на рынке труда. В решении этих задач важно взаимодействие школы с учреждениями дополнительного образования детей, которые были и остаются одной из наиболее эффективных форм развития

склонностей, способностей и интересов, социального и профессионального самоопределения детей и молодежи.

Усиление психологической грамотности населения - одно из условий гармонизации взаимоотношений между людьми, снижение конфликтности и напряженности при их взаимодействии.

Психология - древняя наука. Человек всегда интересовался тем, что значит его душа, как работает ум, и какие движущие силы определяют его поведение.

Уроки психологии, направленные на самопознание, самоопределение, самореализацию младших подростков помогают привлечь внимание к особенностям собственной личности, понять свою ответственность за успешность общения с окружающими, способствуют конструктивному развитию соответствующей потребности и способности.

В 5-м классе ко всем проблемам подросткового возраста добавляется проблема адаптации к новым условиям обучения. Под адаптацией принято понимать — в широком смысле — приспособление к окружающим условиям. Адаптация имеет два спектра — биологический и психологический. Мы ведем речь именно о психологической адаптации учащихся - так как им в настоящий период необходимо приспособиться к новым условиям школьной действительности, начиная от внешних (кабинетная система), и заканчивая внутренними (установление контактов с разными учителями, усвоение новых предметов).

Успешность адаптации пятиклассника зависит не только от интеллектуальной готовности, но и оттого, насколько хорошо он умеет налаживать отношения и общаться с одноклассниками и педагогами, соблюдать школьные правила, ориентироваться в новых ситуациях.

Данная программа является модификацией нескольких программ:

- Программа «Как научить пятиклассников общаться и познавать себя» Антоновой И.Г., в которой центральным является положение о внутреннем мире личности, его смысловом содержании, выражающем не только сущность личности, но и определяющим всю систему психологических структур человека.

- Программа «Навстречу» Юдиной Н.А. Данный курс помогает наладит адекватные межличностные взаимоотношения, повысить коммуникабельность, укрепить уважение к окружающим и чувство собственного достоинства, скорректировать свое поведение.

- Программа «Тропинка к своему я» (Уроки психологии в средней школе (5-6 класс) Хухлаевой О.В. базируется на оказание помощи подросткам адаптироваться к условиям средней школы, научиться лучше понимать себя и других, принимать на себя ответственность за свои поступки, обрести уверенность в собственных силах.

Осуществленная модификация данных программ заключалась в расширении круга решаемых задач, в дополнении содержания, в изменении предложенных авторами форм, методов, а также в доработке условий реализации программы.

Основа программы – это обучение детей жизненно важным навыкам, или психосоциальной компетентности – способности индивида к сохранению состояния психического благополучия и его проявлению в гибком и адекватном поведении во взаимодействии с внешним миром. В ядро жизненно важных навыков входит развитое самосознание, прежде всего умение осознавать собственные эмоциональные состояния и регулировать их, а также чувствовать эмоциональные состояния другого человека (Р.Вайсен, Дж.Оли, В.Эванс, Дж.Ли, Б.Спрангер, Д.Пеллаукс).

Поскольку в подростковом возрасте возникает интерес к своей личности, и актуальным становится процесс самопознания, необходимо сформировать такие личностные структуры, которые имели бы четко представленные иерархизированные уровни, содержащие информацию о положительных и отрицательных качествах личности, эмоциях, поступках, достойном и недостойном поведении, с выделением подструктур, содержащих знания о собственных личностных качествах, как положительных, так и отрицательных.

При отборе содержания и его организации мы опирались на следующие принципы:

- принцип последовательности, систематичности;
- принцип научности;
- принцип доступности и посильности;
- принцип сотрудничества;

Цель программы: развитие социального интеллекта учащихся, формирование общих представлений о психологии как науке, социализация младших подростков.

Задачи программы:

1. Формировать универсальные учебные действия, представления о своих возможностях, способностях, своем месте среди окружающих людей.
2. Раскрыть сущность личностной направленности. А именно: потребности, желания, цели, смыслы, идеалы, ценностные ориентации.
3. Активно привлекать к деятельности в рамках программы всех участников педагогического процесса, в том числе и родителей.

Программа предназначена для учащихся пятых классов средних образовательных школ.

Методы обучения, в основе которых лежит способ организации занятия

Таблица 1

Словесные	Наглядные	Практические
устное изложение	работа по образцу и др.	Разыгрывание ситуаций
беседа, объяснение	показ педагогом приемов	тренировочные

	исполнения	упражнения
анализ текста	наблюдение	

Формы проведения занятий

Таблица 2

беседа	круглый стол	игра сюжетно-ролевая
викторина	мозговой штурм	притча
диспут, дискуссия, обсуждение	наблюдение	размышление
занятие-игра	практическое занятие	и другие
игра-путешествие	презентация	

Программа содержит 32 занятия. Занятия проводятся 1 раза в неделю по 1 часу с сентября по май месяц.

Данная программа может косвенно повлиять на повышение успеваемости по разным школьным дисциплинам.

Реализация и эффективность программы «Уроки психологии» отслеживается в процессе мониторинга. Мониторинг разделяется на три блока:

- Мониторинг реализации
- Мониторинг качества исполнения программы
- Мониторинг эффективности

Мониторинг реализации программы «Уроки психологии».

Мониторинг реализации позволяет объективно оценить сам факт выполнения мероприятий программы.

Документами реализации являются:

- Списки обучающихся;
- Договор с родителями;
- Журнал;
- Рабочая тетрадь;
- Программа « Уроки психологии»;
- Методические рекомендации для ведущего

Мониторинг качества исполнения программы.

Мониторинг качества исполнения программы позволяет объективно оценить качество исполнения мероприятий программы.

Документами оценки качества являются:

- Опросный лист
- Урок-зачет
- Методика самооценки "Дерево" Д. Лампен, в адаптации

Л.П. Пономаренко

На основании полученных данных создается краткий анализ о субъективном восприятии обучающихся качества программы.

Мониторинг эффективности:

- Анкета обратной связи для обучающихся

Эффективность программы оценивается на основании сравнения входящей и исходящей диагностики.

Документальные формы достижения обучающихся.

Таблица 3

Педагогический мониторинг	Мониторинг образовательной деятельности детей
анкетирование	самооценка воспитанника
ведение журнала учета	урок зачет
кроссворд	оформление фотоотчетов

Программа «Уроки психологии» успешно внедрена в 5-х классах общеобразовательных школах города Заречный с 2011 года. Программа является школьным компонентом учебного плана средних образовательных школ г. Заречного, а так же составляющей частью муниципальной целевой программы «Психолого-педагогическое сопровождение предпрофильной подготовки и профильного обучения учащихся городского округа Заречный» на 2011-2016 гг.

Апробирование в течение 4-х лет программы «Уроки психологии» выявили ее достаточную эффективность и, что не менее важно, актуальность для педагогической практики. Об этом свидетельствует не только положительные результаты мониторинга на протяжении всего периода реализации программы, но и тот интерес, с которым эта программа была встречена учителями и родителями.

Широкое внедрение данной программы в практику обеспечивает не только повышение уровня психологического развития учащихся в целом, но и влияет на успешную адаптацию младших подростков.

Учебный план программы

№	Наименование блоков	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Теорет	Практич	
1	Знакомство	1	0,5	0,5	Дискуссия Наблюдение Анкетирование
2	Основная часть	29	13,5	15,5	Беседа Методы самовыражения Моделирование и

					анализ заданных ситуаций. Мозговой штурм Дискуссия
3	Подведение итогов	2	1	1	Анкетирование
	Итого	32	15	17	

Учебно-тематический план программы

№п /п	Наименование темы	Общее кол-во часов	В том числе		Формы контроля
			Теорет. занятия	Практич. занятия	
1	«Введение в мир психологии»	1	0,5	0,5	Дискуссия
2	Что такое пятый класс?	1	0,5	0,5	Беседа
3	Мы и наши близкие	2	1	1	
4	Наши недостатки и наши достоинства	1	0,5	0,5	Методы самовыражения
5	Способности	1	0,5	0,5	
6	Я – это я	1	0,5	0,5	
7	Человеческие ценности	1	0,5	0,5	Моделирование и анализ заданных ситуаций. Мозговой штурм
8	Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее.	1	0,5	0,5	
9	Поведение человека в экстремальных условиях	3	1	2	
10	Правила договора, выводы	2	1	1	
11	Совесть	1	0,5	0,5	Дискуссия
12	Внутренние противоречия	2	1	1	
13	Честность	2	1	1	
14	Сочувствие	2	0,5	1,5	
15	Обида	2	1	1	
16	Права и обязанности	2	1	1	
17	Конфликт – неизбежность или...	3	2	1	Анкета
18	На пути к гармонии	2	0,5	1,5	
19	Урок-зачет	1	0,5	0,5	
20	Заключительный урок	1	0,5	0,5	
	ИТОГО	32	15	17	

Учебная программа

Последовательность занятий и подробное описание каждого упражнения, используемого на данном занятии, находится в приложении 1.

Структура и содержание программы

1. «Введение в мир психологии»

Установление контакта с классом. Знакомство. Проговаривание целей и задач программы.

1. Что такое пятый класс?

Развитие представления о новом социальном статусе пятиклассника по сравнению со статусом учащегося начальной школы; формирование позитивного отношения к своим возможностям

3. Мы и наши близкие

Развитие представления о роли близких в жизни человека; формирование убеждения в том, что близкие могут быть опорой в жизни;

4. Наши недостатки и наши достоинства

Актуализация представлений о человеческих слабостях и достоинствах как неотъемлемых сторонах личности.

5. Способности.

Дать школьникам представление о том, что такое общие способности, ознакомить с видами общих способностей, раскрыть роль общих способностей, интеллекта в жизни людей.

6. Я – это я

Формирование осознания ценности и уникальности личности каждого подростка; развитие навыков самопознания и принятия самого себя.

7. Человеческие ценности.

Формирование нравственных и моральных принципов общежития на основе понимания материальных и нематериальных ценностей человеческой жизни.

8. Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее.

Введение понятия «жизненный выбор»: возможность задуматься о будущем, попытаться структурировать его, обсудить возможные варианты будущего. Помочь детям понять, что будущее начинается в настоящем.

9. Поведение человека в экстремальных условиях

Реализация организаторских способностей и лидерских качеств в групповой работе; открытие потенциальных возможностей силы духа человека

10. Правила договора, выводы

Умение делать общие выводы из практических решений и задач. Развитие умения высказываться, доводя свою мысль до понимания слушающих; отработка навыков групповой работы.

11. Совесть

Определение понятия «совесть», рассмотрение роли совести при принятии решений, возможные последствия поступков по совести и против совести.

12. Внутренние противоречия

Знакомство с понятием «внутренние противоречия-споры» - результатом которого является противоречия между эгоистичными и неэгоистичными побуждениями человека.

13. Честность.

Рассмотрение роли честности в общественных взаимоотношениях, в личных отношениях. Воспитание желания поступать честно в ситуациях нравственного выбора.

14. Сочувствие

Обсуждение влияния людей друг на друга (как плохое, так и хорошее).

Формирование умения почувствовать себя на месте другого.

15. Обида

Формирование навыков рефлексии своего поведения в случаях обиды; умения адекватного поведения.

16. Права и обязанности

Актуализировать представления о правах и обязанностях; развивать убеждения в необходимости уважать права других и отстаивать свои права; осмыслить полученный опыт.

17. Конфликт – неизбежность или...

Обучение учащихся поиску альтернативных вариантов поведения в конфликте.

18. На пути к гармонии

Осмысление понятие «друг», «дружба», совершенствование навыков общения.

19. Урок-зачет.

Обобщение и повторение курса 5-го класса; выявление особенностей усвоения предложенного материала.

20. Заключительное занятие.

Подведение итогов.

Условия реализации программы

«Уроки психологии» могут быть эффективными при условии их систематического проведения. Поэтому количество уроков определено возможным количеством уроков в течение учебного года с сентября по май.

На «Уроках психологии» не ставится отметки, но оценивание осуществляется обязательно. Это – одно из условий достижения желаемых результатов. Учащиеся на этих уроках избавляются от «отметочной» психологии, они не боятся дать ошибочный ответ, так как никаких неудовлетворительных отметок за ним не последует, все ответы детей принимаются, внимательно выслушиваются и в итоге коллективного обсуждения приходят к правильному решению. У детей формируется отношение к этим урокам как средству развития своей личности. Главным вопросом для учащихся становится вопрос «Чему научусь (научился) сегодня на уроке?», а не «Какую отметку я получу (получил)?»

По своей структуре занятия делятся на вводную часть, основную и заключительную.

Задачей вводной части является создание у учащихся определенного положительного эмоционального фона.

Задания для основной части занятий подбирались с учетом их направленности на осуществление дифференциации познавательных структур и с точки зрения удобства для коллективной работы в классе.

Важно сохранить порядок, при котором упражнения, направленные на самораскрытие, были бы сосредоточены на первых занятиях, а упражнения, ориентированные на позитивные изменения мотивов межличностных отношений – ближе к окончанию цикла.

Задача заключительной части состоит в подведении итогов занятий, обсуждение результатов работы учащихся и тех трудностей, которые у них возникали при выполнении заданий.

Отличительная особенность программы состоит в том, что занятия строятся с учетом возрастных психологических особенностей и способностей учащихся, а значит, подбирается материал, не вызывающий у учащихся больших трудностей, но вызывающий интерес, позволяющий думать над проблемой и после занятия.

На уроках организуется совместная деятельность педагога-психолога и учащихся, основанная на началах сотрудничества и взаимопонимания, что обеспечивается системой стимулирования познавательной активности. Ученик самостоятельно ориентируется в процессе урока, а педагог-психолог корректирует зону ближайшего развития ученика.

В процессе занятий развивается рефлексия, анализ, планирование, переживание, непосредственная связь с жизнью.

Срок реализации программы: один учебный год.

Методы и формы работы.

1. Дискуссии.
2. Беседы.
3. Игры с правилами.
4. Ролевые игры.
5. Моделирование и анализ заданных ситуаций.
6. «Мозговой штурм» предполагаемых проблем или вопросов.
7. Методы самовыражения (в рисунке, в создании образа).
8. Метафорические истории и притчи.

Программа предназначена для учащихся пятых классов средних образовательных школ. Указанный возрастной период является очень благоприятным временем для подобной работы. Это связано, с одной стороны, с возрастанием их интереса к себе, к своим возможностям, способностям, а с другой стороны – с открытостью их к помощи со стороны взрослых в преодолении затруднений, проблем, принятии решений.

Возрастные особенности младших подростков, с одной стороны, дают возможность ученикам с большим интересом воспринимать информацию и активно включаться в работу на уроках, а с другой стороны, появляется возможность корректировать развитие личности и взаимоотношений между собой в классе, с окружающими взрослыми людьми, отношений в семье.

Гарантия прав участников программы, описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы, находятся в приложении № 2.

Данную программу должен вести педагог-психолог. Для более эффективного использования программы «Уроки психологии» ведущему необходимо свободно владеть навыками групповой работы с детьми и подростками, творчески применяя те или иные рекомендации программы. Высокий нравственный уровень и личностная зрелость специалиста способны создать почву для развития личности и индивидуальности учащихся. Только высокий профессионализм позволит ему не навязывать подросткам своих взглядов, не стараться воспитать его по своему образу и подобию, а способствовать прохождению успешной адаптации.

Учебно-методические ресурсы:

1. Методическое руководство;
2. Рабочая тетрадь;
3. Карандаши, ручки

Ожидаемые результаты реализации программы

1. Мотивационно-ценностный:

- Повышение интереса ребенка к другим людям и самому себе.
- Развитие умения слушать, становиться на точку зрения других, правильно общаться, работать сообща ради достижения общих целей.
- Социализация пятиклассников.

2. Операционально-технологический:

- Знания, умения и навыки о науке психологии, об общении, о нравственности.

Ежегодный аналитический отчет о результатах реализации программы, открытые занятия для родителей и педагогов являются **контролем** над реализацией программы.

Оценка достижения планируемых результатов осуществляется посредством проведения и сравнения результатов входящей и итоговой диагностики.

Список литературы.

1. Антонова И.Г. Как научить пятиклассников общаться и познавать себя. Ульяновск: ИПК ПРО, 1998.
2. Дубровина И.В. Практическая психология образования: Учебное пособие 4-е изд. – СПб.: Питер, 2009.
3. Дубровина И.В. Преподавание психологии в школе. М., 2003.
4. Локалова Н.П. Уроки психологического развития в средней школе. М.:Издательство «Ось -89».2001.
5. Радионов В.А. Я и все-все-все. Ярославль, 2002.
6. Хухлаева О.В. Счастливый подросток. ЭКСМО-Пресс, 2000.
7. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. М.: Генезис, 2008.
8. Юдина Н.А. Программа «Навстречу». Глазов,. 2007.

Сведения об авторах

Брохина Юлия Леонидовна – педагог-психолог Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения городского округа Заречный «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи».

Образование высшее. Закончила Ленинградский Государственный областной университет в 1997 году.

Прошла курсы повышения квалификации:

- г. Екатеринбург ГОУ ДОД ПДОД “Дворец молодежи” “Психология успешного педагогического общения с детьми различных категорий в системе дополнительного образования” в 2005 г.,

- ГП «Иматон» г. Санкт-Петербург «Детская и подростковая агрессивность. Методы психологической коррекции» в 2006 г.

- В Консорциуме «Социальное здоровье России» «Нейропсихологическая диагностика и коррекция отклоняющегося развития детей» г. Москва в 2008 г.

- УрГУ «Актуальные проблемы нейропсихологической коррекции и развития детей с ОВЗ» в 2011 г.

- Курсы повышения квалификации Педагогического университета «Первое сентября» и Факультета педагогического образования МГУ им. М.В.Ломоносова по образовательной программе «Психологические особенности проблемных детей», г. Москва в 2012 г.

- ИПП «Иматон» г. Санкт-Петербург, Семинар «Телесно-ориентированная терапия. Система целостного движения как метод психической саморегуляции и соматического оздоровления» в 2012 г.

- ИПП «Иматон» г. Санкт-Петербург, Семинар «Телесно-ориентированная терапия осознанием. Работа с психосоматическими расстройствами и зависимостями» в 2014 г.

- УрФУ, Аутизм: междисциплинарный подход в 2015 г.

- ГАОУ ДПО «Институт развития образования», Организация и содержание образовательной деятельности с обучающимися с расстройствами аутистического спектра в соответствии с ФГОС начального общего образования обучающихся с ОВЗ в 2015 г.

- Межрегиональная общественная организация «Общественный центр «Судебно-правовая реформа», Решение групповых конфликтов. Круг сообщества» в 2016 г.

Имеет высшую квалификационную категорию.

Ермакова Татьяна Александровна – педагог-психолог Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения городского округа Заречный «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи».

Образование высшее. Закончила Уральский профессионально-педагогический университет в 2000 году.

Прошла курсы повышения квалификации:

- ГП «Иматон» г. Санкт-Петербург «Дети с интеллектуальным недоразвитием (ЗПР, УО). Методика психокоррекционной работы» в 2008 г.;
- УрГУ «Опыт нейропсихологической коррекции и абилитации в детском возрасте». Уральский институт психологии «нейропсихологическая диагностика и коррекция детей» в 2009 г.;
- Курсы повышения квалификации Педагогического университета «Первое сентября» и Факультета педагогического образования МГУ им. М.В.Ломоносова по образовательной программе «Психологические особенности проблемных детей», г. Москва в 2012г.
- Негосударственное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования специалистов «Институт биологической обратной связи» по программе «Биотехнические и медицинские аппараты и системы с использованием биологической обратной связи» в 2014 г.
- ФГАОУ ДПО «Академия повышения квалификации и профессиональной подготовки работников образования» Психолого-педагогическое сопровождение инклюзивной практики в образовательной организации в 2015г.
- Свердловская региональная общественная организация Кризисный центр «Екатерина» Жестокое обращение с детьми в семье: особенности работы по проблеме. Алгоритм действий педагогов в 2015г.
- Межрегиональная общественная организация «Общественный центр «Судебно-правовая реформа» Решение групповых конфликтов. Круг сообщества» в 2016г.

Имеет первую квалификационную категорию.