

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ШКОЛА № 161 ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
194358, Санкт-Петербург, внутригородское муниципальное образование города
федерального значения Санкт-Петербурга, поселок Парголово, улица
Архитектора Белова, дом 5, корпус 2, строение 1**

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
ГБОУ школа № 161
Выборгского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от «30» августа 2024г.

УТВЕРЖДЕНА

Директор ГБОУ школа № 161
Выборгского района Санкт-Петербурга
_____ О.А. Клекоцук
Приказ № 6-4/ОД от «02» сентября 2024г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Начинающий психолог»

Срок освоения 1 год
Возраст обучающихся от 10 до 18 лет

Разработчик:
Чиркова Светлана Сергеевна,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Начинающий психолог» (далее программа) относится к социально-педагогической направленности. Программа позволяет каждому ребенку получать дополнительное образование исходя из его интересов, склонностей и способностей. Уровень освоения программы – общеразвивающий.

По своему функциональному назначению программа является общеразвивающей. Программа знакомит школьников 10-15 лет с основными категориями психологии, формирует интерес к собственной психической жизни, навыки ее познания. Программа «Начинающий психолог» имеет социально- педагогическую направленность и предполагает через систематическое обучение психологии решать возрастные и личностные проблемы учащихся, повышать уровень их психологической культуры, способствовать профессиональной ориентации молодежи.

Психология - научная дисциплина, изучающая закономерности возникновения, развития и функционирования психики и психической деятельности человека и групп людей. Отцом психологии принято считать немецкого врача Вильгельма Вундта. Он написал первый учебник по этой дисциплине под названием «Основы физиологической психологии», где в общих чертах изложил ключевые связи между физиологией, мышлением и поведением, а в 1879 году основал первую в мире лабораторию экспериментальной психологии. Основным методом исследования Вундта была интроспекция или самонаблюдение, при котором испытуемые концентрировались на собственных психических процессах и сообщали об этом опыте ученым. Такой подход до сих пор используется в нейробиологии.

Актуальность программы: Данная образовательная программа дает возможность участникам познакомиться с психологическими законами и явлениями, способствует удовлетворению познавательного интереса к самому себе и окружающим. Программа знакомит подростков с основными категориями психологии, формирует интерес к собственной психической жизни, навыки ее познания. Занятия по программе позволят детям развить компетентности в области человекознания, с тем чтобы он наилучшим образом проявить себя в конструктивном взаимодействии с окружающим миром и другими людьми.

Обучение содержанию программногo материала построено на основе общих методических положений;

- от простого к сложному,
- от частного к общему,
- с использованием технологий личностно-ориентированного подхода в обучении.

Объем и срок реализации программы

Программа «Начинающий психолог» предусматривает 1 год обучения. Время, отведенное на обучение, составляет 144 часа в год, по 2 часа 2 раза в неделю.

Основная 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.

Задачи программы:

Обучающие:

- Сформировать теоретические и практические знания о психической жизни человека; показать глубокую внутреннюю психическую работу, определяющую поведение, взаимоотношения и самоощущение человека в мире;
- Сформировать интерес психологии;

Развивающие:

- Развивать познавательные и когнитивные процессы: внимание, воображение, память, образное и логическое мышление;
- Развивать психологическую готовность учащегося к полноценному и позитивному взаимодействию с миром людей, его собственным внутренним миром, с миром культуры, миром природы;

Воспитательные:

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

- Помочь ребенку овладеть средствами понимания самого себя, самопринятия и саморазвития в контексте гуманистического взаимодействия с окружающими его людьми;

Условия реализации программы:

Программа «Начинающий психолог» реализуется для учащихся 10-15 лет. Срок реализации программы 1 год.

Режим работы:

Первый год обучения - 144 часов в год, 4 часа в неделю: 2 раза в неделю 2ч.

Условия набора.

В объединение «Начинающий психолог» принимаются все желающие (по заявлению родителей).

Форма организации занятий — групповая:

Количество обучающихся в группах:

1 год обучения не более 15 человек.

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

К результатам обучения по психологии традиционно относят психологические знания, психологические умения и навыки, опыт творческой самостоятельности, овладение культурой психической деятельности, формирование эмоционально-ценностного отношения к психической реальности и действительности в целом (по М.В. Поповой).

Таким образом, результаты систематического обучения психологии комплексно влияют на личность, затрагивая интеллектуальную, эмоциональную, волевую сферы, формируя перспективы.

По окончании занятий по программе учащиеся

Знать:

- особенности психологии как науки, специфику ее предмета и области исследования, ее практическую значимость;
- основные термины психологии, описывающие психическую реальность личности и поведение ее в социуме
- иметь научные представления о психических процессах, свойствах и явлениях, их сущности, природе, основных характеристиках и видах;
- знать собственные личностные характеристики, характер протекания познавательных процессов, сильные и слабые стороны своей психики, проявляющиеся в учебной и иной деятельности;

Уметь:

- узнавать психологическое содержание в жизненных ситуациях, использовать научные знания для их обоснования и интерпретации;
- использовать знания и навыки, полученные на занятиях, для саморегуляции, проектирования собственной деятельности и поведения;
- проводить психологическое исследование (в форме наблюдения, беседы, теста) и интерпретировать его результаты;
- работать с психологической литературой, уметь подобрать справочные, консультативные материалы по интересующему вопросу.

Личностные и метапредметные результаты освоения программы «Начинающий психолог»

Результаты освоения программного материала оцениваются по трем базовым уровням и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами.

Личностные:

- Сформируется устойчивый интерес к психологии
- Разовьются навыки взаимодействия со взрослыми и сверстниками, умения не

создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;

Метапредметные:

- Повысится уровень коммуникативных и организаторских способностей, памяти, внимания и воображения;

Предметные:

- Приобретут опыт специфической деятельности по получению новых знаний, их преобразованию и применению: знания и умения;
- Научатся анализировать и оценивать результат своей работы;

Формы учебно-воспитательного процесса при реализации программы являются:

- Теоретические и практические занятия;
- Конкурсы (школьные, районные, городские);

Типы занятий.

Занятия включает в себя теоретическую и практическую часть. В теоретической части рассматривается история развития психологии, психические процессы, специфичные стороны общения.

Образовательный процесс строится так, чтобы учащиеся могли применить теоретические знания на практике, участвуя в концертах, конкурсах.

Виды занятий: Групповые

Методы обучения:

Словесные методы - устное изложение, дискуссии, диспуты;

Наглядные методы – показ видеороликов, экспериментов и п.;

Практические методы – тестирования, тренинги, работа с материалом, самоисследование, анализ заданных ситуации;

Репродуктивные методы – формирование навыков путем повторения и закрепления результатов теоретической и практической работы.

Материально-техническое обеспечение программы.

Для успешной реализации программы «Начинающий психолог» необходимы следующее:

Основной учебной базой для проведения занятий является класс ОУ с интерактивной доской. И наличие материалов для детского творчества (акварель, гуашь, белая и цветная бумага, картон и ватман для рисования и конструирования, клей, фотоальбомы и др.). Канцелярские принадлежности и пр.

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения	9 сентября 2024 год	28 мая 2025 год	36	144	2 раза в неделю по 2 часа

Календарно – тематическое планирование

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
			План	Фактическое
1	Знакомство. Определение правил работы	2	09.09.2024	
2	Введение. Что изучает психология	2	11.09.2024	
3	Виды психологии	2	16.09.2024	
4	Методы изучения психологии	2	18.09.2024	
5	Методы психологии. Практика	2	23.09.2024	
6	Психические процессы. Ощущение и восприятие	2	25.09.2024	
7	Психические процессы. Ощущение.	2	30.09.2024	

	Практическое занятие			
8	Психические процессы. Восприятие	2	02.10.2024	
9	Психические процессы. Ощущение Практическое занятие	2	07.10.2024	
10	Психические процессы. Память	2	09.10.2024	
11	Память. Практическое занятие	2	14.10.2024	
12	Психические процессы. Внимание	2	16.10.2024	
13	Внимание. Практическое занятие	2	21.10.2024	
14	Психические процессы. Мышление	2	23.10.2024	
15	Мышление. Практическое занятие	2	28.10.2024	
16	Психические процессы. Речь	2	30.10.2024	
17	Речь. Практическое занятие	2	06.11.2024	
18	Эмоции. Виды эмоций	2	11.11.2024	
19	Эмоции. Практика	2	13.11.2024	
20	Воля (просмотр фильма 127 часов)	2	18.11.2024	
21	Воля. Обсуждение фильма. Волевые процессы	2	20.11.2024	
22	Способности.	2	25.11.2024	
23	Способности. Практическое занятие самоисследование	2	27.11.2024	
24	Индивидуальные особенности человека.	2	02.12.2024	
25	Характер.	2	04.12.2024	
26	Тестирование. Характер	2	09.12.2024	
27	Темперамент. Его виды	2	11.12.2024	
28	Темперамент. Самоисследование	2	16.12.2024	
29	Самооценка. Самоисследование	2	18.12.2024	
30	Дебаты	2	23.12.2024	
31	Психология общения	2	25.12.2024	
32	Виды общения	2	13.01.2025	
33	Коммуникативная сторона общения	2	15.01.2025	
34	Перцептивная сторона общения	2	20.01.2025	
35	Интерактивная сторона общения	2	22.01.2025	
36	Проблемы современной коммуникации	2	27.01.2025	
37	Телефон как средство коммуникации	2	29.01.2025	
38	Знакомство. Лайфхаки	2	03.02.2025	
39	Гендерные особенности влияющие на общение	2	05.02.2025	
40	Тестирование . Гендер	2	10.02.2025	
41	Конфликты и их разрешение	2	12.02.2025	
42	Конфликт определение стратегии поведения в конфликте	2	17.02.2025	
43	Правила поведения в конфликте. Практика. Буклет	2	19.02.2025	
44	Конфликты. Практика решения задач	2	24.02.2025	
45	Буллинг. Практическое занятие	2	26.02.2025	
46	Просмотр фильма “Чучело”	2	03.03.2025	
47	Социальная психология. Малая группа.	2	05.03.2025	
48	Большая группа.	2	10.03.2025	
49	Психология стихийных групп	2	12.03.2025	
50	Субкультуры	2	17.03.2025	

51	Психология деятельности	2	19.03.2025	
52	Деятельность	2	24.03.2025	
53	Успех и неуспех в деятельности	2	26.03.2025	
54	Дебаты	2	31.03.2025	
55	Психология личности	2	02.04.2025	
56	Мотивация	2	07.04.2025	
57	Поведение и поступок. Что такое поведение	2	09.04.2025	
58	Больная и преступная личность	2	14.04.2025	
59	Тренинг уверенного поведения	2	16.04.2025	
60	Технологии практической психологии	2	21.04.2025	
61	Основы психодиагностики	2	23.04.2025	
62	Основы психодиагностики. Практика. тестирование	2	28.04.2025	
63	Основы психоконсультирования	2	30.04.2025	
64	Основы психоконсультирования. Практическое занятие	2	05.05.2025	
65	Основы психокоррекции	2	07.05.2025	
66	Основы психокоррекции. Практическое занятие	2	12.05.2025	
67	Психологическая профилактика	2	14.05.2025	
68	Психологическая профилактика. практика	2	19.05.2025	
69	Психологические школы. Фрейдизм	2	21.05.2025	
70	Психологические школы. Бихевиоризм	2	26.05.2025	
71	Психологические школы. Гуманистическая психология	2	27.05.2025	
72	Психологические школы. Когнитивная и гештальт психология	2	28.05.2025	

По окончании первого года обучения, учащейся должны:

1. Знать особенности психологии как науки, специфику ее предмета и области исследования, ее практическую значимость;
2. Знать основные термины психологии, описывающие психическую реальность личности и поведение ее в социуме
3. Иметь научные представления о психических процессах, свойствах и явлениях, их сущности, природе, основных характеристиках и видах;
4. Знать собственные личностные характеристики, характер протекания познавательных процессов, сильные и слабые стороны своей психики, проявляющиеся в учебной и иной деятельности;
5. Уметь узнавать психологическое содержание в жизненных ситуациях, использовать научные знания для их обоснования и интерпретации;
6. Уметь использовать знания и навыки, полученные на занятиях, для саморегуляции, проектирования собственной деятельности и поведения;
7. Уметь проводить психологическое исследование (в форме наблюдения, беседы, теста) и интерпретировать его результаты;
8. Уметь работать с психологической литературой, уметь подобрать справочные, консультативные материалы по интересующему вопросу.

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все

методы реализуются в теснейшей взаимосвязи. Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала. С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов. В основу программы легли определенные педагогические принципы: принцип субъектности познающего сознания. Педагог и учащийся определяются активными субъектами образования.

Принцип дополнительности - монолог педагога уступает место смысловому диалогу, взаимодействию, партнерству, ориентация на реальную свободу развивающейся личности. Принцип открытости учебной и воспитательной информации. Мир знаний "открывается" перед учащимся благодаря работе его сознания, как главной личной ценности. Педагог не "преподносит" знания в готовом для понимания виде, а придает им контекст открытия. Принцип уважения к личности ребенка в сочетании с разумной требовательностью к нему предполагает, что требовательность является своеобразной мерой уважения к личности ребенка. Разумная требовательность всегда целесообразна, если продиктована потребностями воспитательного процесса и задачами развития личности. Принцип сознательности и активности учащихся предполагает создание условий для активного и сознательного отношения учащихся к обучению, условий для осознания учащимися правильности и практической ценности получаемых знаний, умений и навыков. Принцип дифференцированного и индивидуального подхода в обучении предполагает необходимость учета индивидуальных возможностей и возрастных психофизиологических особенностей каждого учащегося при выборе темпа, методов и способа обучения. Принцип преемственности, последовательности и систематичности заключается в такой организации учебного процесса, при которой каждое занятие является логическим продолжением ранее проводившейся работы, позволяет закреплять и развивать достигнутое, поднимать учащегося на более высокий уровень развития. Принцип доступности и пассивности заключается в применении основного правила дидактики "от простого к сложному, от известного к неизвестному".

Методические материалы:

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

Литература для педагога и учащихся

1. Климов Е.А. Психология: Учебник для средней школы. – М.: ЮНИТИ, 1997.
2. Леви В.Л. Искусство быть собой. - М.: Знание, 1991. – 256с.
3. Леви В.Л. Искусство быть другим. – М.: Знание, 1992. – 226с.
4. Андреева А.Д. Психология: Учебное пособие для учащихся V класса / Андреева А.Д., Данилова Е.Е., Дубровина И.В. /Под ред. И.В.Дубровиной– М.: МОДЭК МПСИ, 2001.
5. Андреева А.Д. Психология: Учебное пособие для учащихся VI класса / Андреева А.Д., Данилова Е.Е., Дубровина И.В. /Под ред. И.В.Дубровиной– М.: МОДЭК МПСИ, 2001.
6. Андреева А.Д. Психология: Учебное пособие для учащихся VII класса / Андреева А.Д., Данилова Е.Е., Дубровина И.В. /Под ред. И.В.Дубровиной– М.: МОДЭК МПСИ, 2002.
7. Андреева А.Д. Психология: Учебное пособие для учащихся VIII класса / Андреева А.Д., Данилова Е.Е., Дубровина И.В. /Под ред. И.В.Дубровиной– М.: МОДЭК МПСИ, 2003.
8. Андреева А.Д. Психология: Учебное пособие для учащихся IX класса / Андреева А.Д., Данилова Е.Е., Дубровина И.В. /Под ред. И.В.Дубровиной– М.: МОДЭК МПСИ, 2007.
9. Андреева А.Д. Психология: Учебное пособие для учащихся X класса / Андреева А.Д., Данилова Е.Е., Дубровина И.В. /Под ред. И.В.Дубровиной– М.: МОДЭК МПСИ, 2004.
9. Микляева А.В. Я подросток: Программа уроков психологии (ч.1,2,3) – М.: Речь,

Диагностический инструментарий:

1. «Самооценка психических состояний» (по Г. Айзенку).
2. Методика «Несуществующее животное».
3. «Методика диагностики коммуникативной установки» (В. Бойко).
4. «Методика диагностики межличностных отношений» (Т.Лири).
5. «Q- сортировка» (В. Стефансон).
- 6.«Методика многофакторного исследования личности» (Р. Кеттел).
7. Словарь для начинающего психолога. – СПб, 2006.

Дидактические материалы для учащихся:

1. Наглядные пособия: таблицы, схемы, иллюстрации, фотоматериалы и др.
2. Медиапособия: учебные фильмы, презентации, электронные учебники.
3. Подборка игр, упражнений по темам занятий.