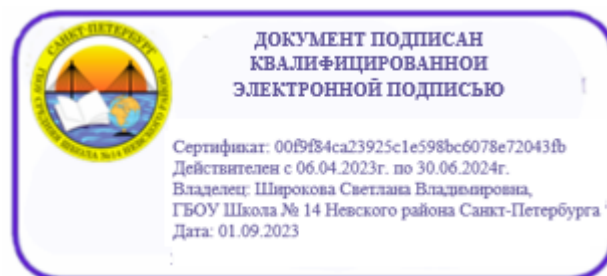


**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя  
общеобразовательная школа №14 Невского района Санкт-Петербурга**

РАССМОТРЕНА  
на заседании ШМО  
Протокол от 29.08.2023г. № 1

ПРИНЯТА  
Педагогическим советом  
Протокол от 31.08.2023г. №1

УТВЕРЖДЕНА  
приказом от 31.08.2023 №129-О  
Директор ГБОУ Школы №14  
Невского района Санкт-Петербурга  
**С.В.Широкова** \_\_\_\_\_



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**ВОПРОСЫ ПСИХОЛОГИИ**

для 8 класса

## Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочным занятиям «Вопросы психологии» направлена на формирование гармоничной личности обучающихся 8 классов, развитие навыков самопознания и саморазвития. Она предоставляет им помощь в осознании особенностей своей личности, в выстраивании отношений с окружающими и, как следствие, дает толчок к формированию успешной и психологически здоровой личности в настоящий момент и в перспективе.

Актуальность программы соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту основного общего образования.

Концептуальная основа программы заключается в том, чтобы способствовать формированию личностных и социальных навыков самопознания для эффективного функционирования в деятельности и общении. Направить обучающихся на практическое применение психологических знаний.

Освоение учебного материала в 8-9 классах образовательного учреждения 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 впоследствии полноправными гражданами общества, активными субъектами деятельности и социальной действительности.

Занятия по данной Программе способствуют развитию психологических знаний, самосознания (чувства собственного достоинства, адекватной самооценки); помогают раскрыть сущность личностной направленности (потребностей, желаний, целей, смыслов, идеалов, ценностных ориентаций); способствуют развитию эмоциональной сферы (чувств, переживаний, настроений) и пониманию чувств и переживаний других людей.

Программа предполагает дискуссии, ролевые игры, в ходе которых учащиеся будут иметь возможность проверить эффективность различных моделей поведения, отработать навыки принятия решения. В занятия включён блок упражнений, способствующих развитию внимания, памяти, мышления, воображения; упражнений и игр, требующих взаимодействия и сотрудничества детей, совместного поиска решений или их вариантов, соревновательные ситуации и т.д.

В ходе реализации программы у обучающихся формируется навык саморефлексии, способствует решению на практике таких актуальных проблем современной педагогики и психологии, как:

- формирование воли, развитие памяти, воображения, фантазии, речи;
- снятие напряженности, решение конфликтных ситуаций через игру;
- соотношение обучения и развития обучающихся.

### Цель:

способствовать формированию и развитию личностных и социальных навыков самопознания и саморазвития, способствовать формированию гармоничной личности и умению выстраивать эффективные взаимоотношения.

Основными **задачами** курса являются :

- 1) изучить базовые психологические понятия;
- 2) способствовать развитию навыков саморефлексии;
- 3) способствовать становлению самоидентичности;
- 4) развить навыки саморегуляции;
- 5) расширить спектр стратегий действия в различных ситуациях;
- 6) развить навыки эффективного общения и конструктивного взаимодействия.

## Организационно-педагогические основы обучения

Программа рассчитана на 1 год с периодичностью занятий 1 раз в неделю (всего 34 часов). Организация работы проходит с учетом возрастных особенностей и санитарно-гигиенических требований.

**Формы реализации:** занятия проводятся в группе, количество человек должно не превышать 10 человек.

**Формы проведения:** лекции, беседы, элементы тренинга, проективные методики.

### Планируемые результаты

В результате освоения программы формируются следующие умения, соответствующие требованиям федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

#### *Личностные:*

- 1) осознавать значимость психологических знаний для развития собственной личности;
- 2) испытывать потребность в систематическом применении полученных знаний на практике, в жизни;
- 3) проецировать теоретический материал на практическое применение;
- 4) свободно владеть базовыми психологическими понятиями.

#### *Метапредметные:*

- 1) регулировать собственное поведение на основе изученных упражнений и технологий;
- 2) эффективно взаимодействовать с другими участниками группы;
- 3) грамотно выстраивать конструктивное решение конфликтных ситуаций при их возникновении;
- 4) гибко варьировать стратегии действия в зависимости от ситуации.
- 5) выражать свои чувства и эмоции при необходимости дать обратную связь;
- 6) формулировать свое мнение относительно психологических ситуаций, случаев;
- 7) вербально оценивать собственные успехи в саморефлексии;
- 8) эффективно устанавливать контакт;
- 9) конструктивно выстраивать межличностное общение.

### Содержание

Содержание программы «Вопросы психологии» позволяет обучающимся приблизиться к пониманию собственной личности и, как следствие, более успешному пониманию внутреннего мира окружающих людей. Это дает возможность для установления конструктивных контактов с окружающими и наиболее гармоничного развития самих обучающихся.

В программе 5 блоков:

1. Секреты психики
2. Самопознание. Знакомство с собой
3. Мир эмоций и чувств
4. Психология межличностных отношений. Я и другие
5. Конфликтная сторона реальности

## Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Кол-во часов
<b>I</b>	<b><i>Секреты психики</i></b>	
1.	Психика. Что это такое и с чем ее едят?	1
2.	Запоминайка. Возможности нашей памяти	1
3.	Я смогу. Психология воли	1
4.	Мир способностей. Человек всемогущий	1
5.	Психология цвета	1
6.	Мы разные, но мы одно. Темперамент в нашей жизни	2
<b>II.</b>	<b><i>Самопознание. Знакомство с собой</i></b>	
7.	Этот человек в зеркале. Исследование своего я	2
8.	Две стороны медали: физическое и психологическое	1
9.	Сигналы в теле. Что они хотят сказать?	2
10.	Путь профессионала. Я в будущем	1
11.	«Имя любимое мое»	1
<b>III.</b>	<b><i>Мир чувств и эмоций</i></b>	
12.	В буре эмоций	2
13.	Мир моих чувств	2
14.	«Управление эмоциями»	1
15.	Экзамены. Как бороться с волнением	1
16.	Стресс. Мои ресурсы	2
<b>IV.</b>	<b><i>Психология межличностных отношений. Я и другие</i></b>	
17.	Я и ты. Секреты взаимоотношений	2
18.	Техники невербального общения	1
19.	Манипуляции. Как с ними бороться?	1
20.	Психология лидерства	1
21.	«Вместе, мы сила»	2
<b>V.</b>	<b><i>Конфликтная сторона реальности</i></b>	
22.	На пике конфликта. Куда бежать?	2
23.	Искусство бесконфликтного общения	2
24.	Защита своих границ. Это твое, это мое	1
	<b>ИТОГ</b>	<b>34</b>