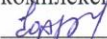


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Смоленской области
Администрация города Смоленска
МБОУ "СШ №17 им. Героя Российской Федерации А.Б. Буханова"


РАССМОТРЕНО

Руководитель
методического
объединения учителей
предметов художественно-
эстетического профиля и
комплексных дисциплин
 Ефремова Е.Н.

Протокол №1
от «30» августа 2024 г.


СОГЛАСОВАНО

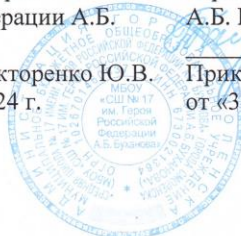
Заместитель директора МБОУ
«СШ № 17 им. Героя
Российской Федерации А.Б.
Буханова»

 Викторенко Ю.В.
«30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "СШ№17 им.
Героя Российской Федерации
А.Б. Буханова»

 Балыкина В.Д.
Приказ №65/14
от «30» августа 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ЛАБОРАТОРИЯ»

для обучающихся 8 классов

г. Смоленск 2024

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	2
Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Психологическая лаборатория».....	3
Личностные результаты	3
Метапредметные результаты	3
Регуляторные результаты	3
Познавательные результаты	4
Коммуникативные результаты.....	4
Тематическое планирование.....	4
Содержание курса внеурочной деятельности «Психологическая лаборатория» ..	5

1. Пояснительная записка

Курс «Психологическая лаборатория» представляет собой самостоятельную, завершённую систему психологических знаний, достаточно полную для получения первичных психологических знаний и психологического образования, которое после общеобразовательной школы может быть продолжено в других учебных заведениях. Программа не повторяет ни вузовских курсов психологии, ни тех, которые преподаются в средних специальных учебных заведениях. Однако, она согласуется со всеми курсами, обеспечивая их преемственность и взаимодополняемость.

Направленность программы: развитие личности и самореализации обучающихся.

Новизна программы «Психологическая лаборатория» заключается в том, что она построена на принципах гуманизации и развития личностных качеств обучающихся, призвана приобщить обучающихся к психологической культуре, направлена на углубление знаний в области психологии человека.

Права участников программы «Психологическая лаборатория» обеспечиваются с помощью реализации принципа «конфиденциальности информации», которую получает ведущий (какие проблемы выдвигались конкретными детьми, каким образом они отвечали на вопросы и т. п.) и введения определенных правил работы для учащихся.

Педагогическая целесообразность. При реализации программы внеурочной деятельности «Психологическая лаборатория» используются следующие формы и методы образовательной деятельности: лекционные (теоретические) занятия, экспериментально-диагностические, практические (тренинговые) занятия.

На лекционных занятиях раскрывается основной теоретический материал. Экспериментально-диагностические занятия предназначены для демонстрации психологических явлений, предварительного знакомства с полезными на практике психологическими методиками. Практические занятия включают психодиагностику, освоение элементарных методов практического воздействия, практические приемы изучения и развития собственной личности.

Цель программы «Психологическая лаборатория» - формирование у учащихся представления об основных понятиях психологической науки, знакомство с методами психологии

Задачи программы «Психологической лаборатории»

1. Формирование у школьников общего представления о том, что такое психология и чем она занимается
2. Формирование представлений о том, какое значение психологические знания имеют в жизни, и какую пользу приносят людям;
3. Познание самих себя, человеческих взаимоотношений;
4. Овладение элементарными приемами психической саморегуляции, психологической помощи;

5. Планирование и реализация научно-исследовательских проектов по психологии;

6. Подготовка и участие в городских, региональных, всероссийских олимпиадах, конференциях и конкурсах.

Возрастная группа обучающихся–14-16 лет.

Программа рассчитана на 1 год обучения. **Количество детей в группе – до 15 человек.** Занятия проводятся **по 1 часу в неделю** (34 учебных недели), **34 часа в год** продолжительность каждого занятия - 40 минут.

Формы занятий: тренинги, беседы, игры, практикумы, ситуативные задачи

Формы организации деятельности: работа в группах в полном составе, в группах малого состава, индивидуальная работа.

Критерии и способы определения результативности: анкетирование, психологическая диагностика, тестирование, педагогическое наблюдение, участие в мероприятиях школы.

Формы подведения итогов: деловая игра

Планируемые результаты освоения курса:

Личностными результатами изучения курса являются:

- овладение навыками адаптации в динамично изменяющемся мире;
- принятие и освоение социальной роли посредника;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- умение делать выбор, опираясь на общие для всех простые правила поведения;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- умение справляться с трудными ситуациями в общении с людьми;
- формирование установки на бесконфликтное общение;

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- умение высказывать свое мнение;
- овладение навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- умение адекватно воспринимать предложения и оценку других людей;
- умение справляться с эмоциями;
- умение быть способным к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и преодолению препятствий.

Познавательные УУД:

- умение добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную от психолога;
- умение перерабатывать полученную информацию: делать выводы, структурировать знания;
- рассуждение, построение логических умозаключений;
- моделирование ситуаций с помощью ведущего;
- сравнение предметов, объектов: нахождение общего и различий;
- группирование объектов на основе существенны признаков;
- самостоятельное нахождение способов решения проблемы;
- осуществление рефлексии способов и условий действия;
- осуществление анализа сложившейся игровой ситуации;
- осуществление контроля и оценки процесса и результатов деятельности.

Коммуникативные УУД:

- умение слушать и слышать других людей;
- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста);
- умение отстаивать свою позицию в коллективе, противостоять давлению сверстников;
- умение задавать вопросы;
- умение совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им;
- умение находить альтернативные способы разрешения конфликта.

Учебно-тематический план

№	Наименование разделов, тем программы	Количество часов		
		Всего	Из них	
			Теоретических	Практических
1	Тема 1. «Вопросы общения психологий»	4	2	2
2	Тема 2. «Индивид. Индивидуальность. Личность»	6	1	5
3	Тема 3. «Познавательные процессы»	8	1,25	6,75
4	Тема 4. «Эмоции и чувства»	8	1	7
5	Тема 5. «Психология общения»	7	1	6
6	Заключительное занятие	1		1
	Итого:	34	6,25	27,75

Содержание курса внеурочной деятельности «Психологическая лаборатория»

№	Тема занятия	Кол-во часов	Содержание занятия
1 тематический раздел «Вопросы общей психологии» - 4 часа			
1.	Психология как наука.	0,5 часа	Практическое занятие. Знакомство участников группы друг с другом. Формирование доверительной атмосферы в группе. Определение запроса и мотивации учащихся для занятий психологией.
		0,5 часа	Теоретическое занятие. Место психологии в системе наук. Отрасли психологии. Предмет психологии. Исторический очерк развития психологии как науки. Связь психологии с другими науками.
2.	Методы психологии	0,5 часа	Лекционное занятие. Классификация методов исследования. Метод наблюдения. Виды наблюдения. Эксперимент. Психодиагностика. Анализ продуктов деятельности. Биографический метод.
		0,5 часа	Практическое занятие (1 час). Просмотр и обсуждение фильма о психологических экспериментах. Анализ поз и жестов человека (запрос группы). Домашнее задание: наблюдение за поведением выбранного объекта (человека/группы).
3.	Психика. Сознание. Деятельность	0,5 часа	Лекционное занятие (1 час). Психика. Теория отражения. Психическое отражение окружающего мира. Природа человеческого сознания. Психологические характеристики человеческого сознания. Понятие бессознательного. Проявления бессознательного. Соотношение сознания и бессознательного в психики (З. Фрейд).
		0,5 часа	Практическое занятия (1 час). Игра «Мафия».
4.	Биологические основы личности	0,5 часа	Лекционное занятие (1 час). Физиологические основы психической деятельности. Ведущий тип восприятия. Межполушарная асимметрия. Антропогенез.
		0,5 часа	Практическое занятие. (1 час). Физиогномика человека (запрос группы). Анализ подчерка человека (запрос группы)

		0,5 часа	Экспериментально-диагностическое занятие: «Исследование умственных способностей. Исследование коммуникативных и организаторских способностей»
		3 часа	Практическое занятие: «Тренинг личностного роста»

3 тематический раздел «Психические познавательные процессы» - 8 часов

9.	Ощущение и восприятие	0,25 часа	Лекционное занятие: Ощущения: виды, функции, свойства. Пороги чувствительности. Иллюзии. Значение ощущений в жизни человека.
		0,5 часа	Экспериментально-диагностическое занятие «Исследование роли ощущений в познавательной деятельности человека»
		0,5 часа	Экспериментально-диагностическое занятие: «Исследование наблюдательности. Исследование восприятия временей. Исследование познавательного контроля при восприятии».
10.	Память	0,25 часа	Лекционное занятие: Понятие о памяти человека. Её функции. Виды и процессы памяти. Значение памяти в жизни и деятельности человека. Закономерности запоминания (по Г.Эббингауз). Индивидуальные различия памяти у людей. Приемы и средства развития и улучшения памяти человека.
		0,5 часа	Экспериментально-диагностическое занятие: «Исследование объема кратковременной памяти. Исследование опосредованного запоминания. Сравнительное исследование непосредственного и опосредованного запоминания отвлеченных понятий».
11.	Внимание	0,25 часа	Лекционное занятие. Характеристика внимания: виды, функции, свойства. Психологические теории внимания. Развитие внимания.
		0,5 часа	Экспериментально-диагностическое занятие: «Исследование избирательности внимания. Исследование концентрации внимания. Исследование переключения внимания». Исследование зрительно-моторной реакции.

12.	Мышление как познавательный процесс	0,25 часа	<p>Лекционное занятие. Характеристика мышления: виды, процессы. Операции и формы мышления. Структура мышления. Индивидуальные особенности мышления. Мышление как процесс решения задачи. Особенности творческого мышления. Тесты интеллекта.</p> <p>Экспериментально-диагностическое занятие: «Исследование влияния установки на способ решения задач. Исследование аналитического мышления. Исследование рефлексивного мышления».</p> <p>Экспериментально-диагностического занятия: диагностика уровня интеллектуального развития. Тесты интеллекта.</p>
		0,5 часа	
		0,5 часа	
13.	Воображение	0,25 часа	<p>Лекционное занятие. Характеристика воображения. Способы построения воображаемого образа. Воображение как фактор поведения. Роль воображения в жизни человека. Развитие мышления и воображения.</p> <p>Экспериментально-диагностическое занятие: «Исследование продуктивности воображения. Исследование индивидуальных особенностей воображения. Исследование творческого воображения»</p>
		0,5 часа	
14.	Тренировка мыслительный процессов	3,25	Тренинг когнитивного развития

4 тематический раздел «Эмоции и чувства» - 8 часов

15.	Эмоции и чувства	0,5 часа	<p>Лекционное занятие: Понятие об эмоциях. Виды и роль эмоций в жизни человека. Классификация эмоций. Настроение. Стресс. Аффект. Фрустрация. Виды чувств. Сходства и различия между эмоциями и чувствами. Связь эмоций с физиологическими процессами в организме. Формирование и развитие эмоций и чувств.</p> <p>Экспериментально-диагностическое занятие: «Исследование настроения. Исследование тревожности. Исследование импульсивности. Исследование эмоциональных реакций в конфликтных (фрустрирующих) ситуациях».</p>
		0,5 часа	

16.	Воля	0.5 часа 0.5 часа	Лекционное занятие: Воля и её основные признаки. Значение воли в жизни человека. Нейрофизиологические основы воли. Степень выраженности воли у людей. Волевые качества личности. Формирование и развитие воли. Понятие локус-контроля. Классификация волевых действий. Экспериментально-диагностическое занятие: «Исследование локуса контроля. Исследование настойчивости. Исследование импульсивности».
17.	Тренировка воли и эмоциональной регуляции	6 часов	Практическое занятие: Тренинг саморегуляции и эмоционального интеллекта
5 тематический раздел «Психология общения» - 7 часов			
18.	Психология общения	1 часа	Лекционное занятие: что такое коммуникация, объект и субъект общения. Виды общения. Манипуляции. Как распознать манипулятора и нейтрализовать его. Конфликт и его виды. Самопомощь в конфликте.
19.	Тренировка навыков общения	6	Тренинг общения
6 тематический раздел «Заключительное занятие» *- 1 часов			
20.	Итоговое занятие	1 часа	Подведение итога года. Самоанализ и рефлексия. Отчет по участию в олимпиадах, конкурсах, городских мероприятиях по психологии.

Список литературы по программе «Психологическая лаборатория»

1. Андреева Г.М. Социальная психология. Москва: Аспект Пресс, 1999.
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Екатеринбург: Литур, 2001.
3. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. Москва: Астрель, 2008.
4. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? Москва: Астрель, 2008.
5. Годфруа Ж. Что такое психология: В 2-х т. Т.1-2. Москва, 1992.
6. Карандашев В.Н. Психология: Введение в профессию. Москва: Академия, 2003.
7. Куницына В.Н., Казаринова Н.В., Погорьша В.М. Психология общения. СПб: Питер, 2002.
8. Майерс Д. Социальная психология. СПб: Питер, 2000.
9. Петровский А.В. Введение в психологию. Москва: Академия, 1996.
10. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Москва: Прогресс, 1994.
11. Соколова Е.Е. Тринадцать диалогов о психологии. Москва, 2005.
12. Фрейд З. Введение в психоанализ. СПб: Питер, 2001.
13. Фромм Э. Иметь или Быть. Москва: АСТ, 2000.
14. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ. Москва: Ювента, 2000.
15. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. СПб: Питер, 2000.

**Календарно –тематическое планирование внеурочного курса
«Психологическая лаборатория» на 2024-2025 учебный год**

№ п/п	Наименование разделов и тем курса внеурочной деятельности	Количество часов	Дата проведения
1	Психология как наука.	1	03.09.24
2	Методы психологии	1	10.09.24
3	Психика. Сознание. Деятельность	1	17.09.24
4	Биологические основы личности	1	24.09.24
5	Общее представление о личности Темперамент	1	01.10.24
6	Характер	1	08.10.24
7	Способности	1	15.10.24
8	Практическое занятие: «Тренинг личностного роста»	1	22.10.24
9	Практическое занятие: «Тренинг личностного роста»	1	05.11.24
10	Практическое занятие: «Тренинг личностного роста»	1	12.11.24
11	Ощущение и восприятие	1	19.11.24
12	Память	1	26.11.24
13	Внимание	1	03.12.24
14	Мышление как познавательный процесс	1	10.12.24
15	Воображение	1	17.12.24
16	Тренинг когнитивного развития	1	24.12.24
17	Тренинг когнитивного развития	1	14.01.25
18	Тренинг когнитивного развития	1	21.01.25
19	Эмоции и чувства	1	28.01.25
20	Воля	1	04.02.25
21	Тренинг саморегуляции и эмоционального интеллекта	1	11.02.25
22	Тренинг саморегуляции и эмоционального интеллекта	1	18.02.25

23	Тренинг саморегуляции и эмоционального интеллекта	1	25.02.25
24	Тренинг саморегуляции и эмоционального интеллекта	1	04.03.25
25	Тренинг саморегуляции и эмоционального интеллекта	1	11.03.25
26	Тренинг саморегуляции и эмоционального интеллекта	1	18.03.25
27	Психология общения	1	25.03.25
28	Тренинг общения	1	08.04.25
29	Тренинг общения	1	15.04.25
30	Тренинг общения	1	22.04.25
31	Тренинг общения	1	29.04.25
32	Тренинг общения	1	06.05.25
33	Тренинг общения	1	13.05.25
34	Заключительное занятие	1	20.05.25
	ИТОГО	34	