

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
Октябрьский сельский лицей  
Чердаклинского района Ульяновской области

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора лицея  
от 31.08. 2023 года  
№ 160

Рабочая программа внеурочной деятельности  
(в том числе с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий)  
Теория психологии  
учителя начальных классов  
высшей квалификационной категории  
Туктагуловой Татьяны Николаевны

Направление: социальное  
Срок реализации: учебный год  
Возраст: обучающиеся 10 классов

РАССМОТРЕНО и ОДОБРЕНО  
на заседании кафедры  
социально-гуманитарных дисциплин  
Протокол № 01 от «29» августа 2023 года  
Руководитель кафедры \_\_\_\_\_ Л.И. Золотухина

СОГЛАСОВАНО  
зам директора лицея по УВР  
Г.М. Константинов  
«30» августа 2023год

## **Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

### **Предметные:**

Знание общественно-исторической обусловленности человеческих способностей.

Понимание психологических механизмов развития способностей.

Формирование представления о специальных способностях и их связи с различными видами человеческой деятельности.

Формирование представления о том, что роднит понятия «способности», «талант», «гениальность» и что дает основания их различать.

Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

Представление о психологической культуре как части общей культуры.

Понимание роли психологии в современной духовной жизни и познании человеком самого себя и других людей.

Понимание психологического механизма обмана, манипулирования и формирование представлений о способах противостояния обману.

### **Метапредметные результаты:**

#### **Регулятивные:**

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 полноправными гражданами общества, активными субъектами деятельности и социальной действительности.

Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

#### **Коммуникативные:**

Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности

Определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих

Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.

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 нём взаимопонимания.

#### **Познавательные:**

Знакомятся с видами жизненного самоопределения человека: личностным, профессиональным, социальным; усваивают сущность понятия психологической готовности к самоопределению, осознают, что юношеский возраст является наиболее благоприятным и ответственным периодом самоопределения.

#### **Личностные:**

Формирование представления о способах преодоления трудностей, осознание особенностей собственного поведения в трудных жизненных ситуациях

Формирование представления о психологической помощи и особенностях применения психологических знаний в разных сферах общественной жизни.

Профориентация и знакомство с профессиями психолог и педагог.

Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.

Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

**Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**

**Введение.** Что такое психологическая готовность к самоопределению, социализация, ценностные ориентации, выбор.

**Юность – пора самоопределения** Что такое самоопределение, мировоззрение, идентичность, рефлексия, смысл жизни. Какова роль временной перспективы для самоопределения и личностного развития. Как эффективно использовать время своей жизни, планирование.

**Личностное самоопределение** Чувства, как отражение личности человека, его индивидуальных особенностей и жизненного опыта. Структура и роль чувств, эмоций и эмоциональных состояний. Развитие чувств в онтогенезе. Высшие чувства. Психологическая характеристика чувств.

**Профессиональное самоопределение** Личностные факторы профессионального самоопределения. Условия успешного профессионального самоопределения. Выбор будущей профессии. Индивидуальный стиль деятельности. Карьера

**Социальное самоопределение** Роль и значение семьи в жизни человека. Психологические особенности мужчин и женщин, социальные стереотипы. Любовь в семье. Психологическая совместимость.

**Что может нарушить процесс самоопределения** Психологические барьеры. Психологический стресс, его причины, формы и способы преодоления. Психологические зависимости. Способы уверенного отказа.

**Профориентация. Мои педагогические и психологические способности.** Я в педагогической профессии. Характер, Темперамент. Способности.

**Заключение.** Обобщение основных аспектов проблемы самоопределения личности.

**Форма организации - кружок**

**Виды деятельности**

метод социально-психологического тренинга:

-дискуссионные методы (обсуждение конфликтов, анализ ситуации морального выбора);

-игровые методы – дидактические (поведенческое научение, интонационно-речевой и видеотренинг) и творческие игры (игровая психотерапия, психодраматическая коррекция, трансактивный метод осознания коммуникативного поведения);

-сензитивный тренинг (тренировка самопонимания, межличностной чувствительности и эмпатии);

-метод творческого самовыражения (через литературное, научное, художественное и др. виды творчества);

-методы психической саморегуляции и тренировки психических функций (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки);

- метод экспрессий, а также метод чтения вслух, метод интроспективного анализа; метод по развитию творческого самочувствия; рефлексивный тренинг.

- арт-терапия во всем многообразии своих проявлений.

#### Тематическое планирование

№ занятия	Тема	Количество часов
1	Введение. Общие понятия о самоопределении	1
2	На пороге взрослой жизни. Мировоззрение и самоопределение.	1
3	Жизненные цели и временная перспектива. Время в жизни человека.	1
4	Свойства временной перспективы. Поколения формируются в юности	1
5	Обобщение по теме «Юность - пора самоопределения»	1
6	Чувства - важнейшая характеристика личности	1
7	Эмоциональные состояния и чувства	1
8	Развитие чувств в онтогенезе	1
9	Высшие чувства	1
10	Психологическая характеристика нравственных чувств (смущение и застенчивость)	1
11	Психологическая характеристика чувства вины, стыда.	1
12	Психологическая характеристика чувства долга, ответственности, чести и достоинства	1
13	Психологическая характеристика моральных чувств	1
14	Психологическая характеристика чувства одиночества	1
15	Обобщение по теме «Личностное самоопределение»	1
16	Отношение к труду и самооценка в процессе профессионального самоопределения	1
17	Способности и склонности	1
18	Выбор будущей профессии.	1
19	Обобщение по теме «Профессиональное самоопределение»	1
20	Семья и брак. Функции современной семьи	1
21	Психологические особенности мужчин и женщин	1
22	Социальные стереотипы мужественности и женственности	1
23	Любовь – высшее человеческое чувство	1
24	Многообразие проявлений чувства любви	1
25	Любовь и семья	1
26	Семейные отношения	1
27	Супружеские отношения	1
28	Обобщение по теме «Социальное самоопределение»	1
29	Психологические барьеры самоопределения	1
30	Психологический стресс. Фрустрация.	1
31	Психологические зависимости Бегство в иллюзии	1
32	Игровая зависимость. Интернет-зависимость	1

33	Общие характеристики психологической зависимости	1
34	Обобщение по теме «что может нарушить процесс самоопределения»	1