

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
города Абакана «Средняя общеобразовательная школа №11»

ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности
(кружок «Тропинка к своему «Я»»)

для 10-11х классов

Рабочая программа по внеурочной деятельности кружка «Реальная математика» является частью ООП СОО и состоит из следующих разделов:

- 1) планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности;
- 2) содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности;
- 3) тематическое планирование.

1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Эти результаты структурированы по ключевым задачам общего образования, отражающим индивидуальные, общественные и государственные потребности, и включают в себя предметные, метапредметные и личностные результаты. Особенность программы «Тропинка к своему «Я» заключается в том, что полученные знания о себе, своих личностных особенностях, а также работа со своим эмоциональным состоянием будут способствовать успешному усвоению школьной программы.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

У обучающегося будут сформированы	Обучающийся получит возможность для формирования
Внутренняя позиция школьника	
<ul style="list-style-type: none"> • ответственное отношение к учению, готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; • целостное мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики; • осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам; • коммуникативные компетентности в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности. 	<p><i>внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно-познавательных мотивов и предпочтений социального способа оценки знаний</i></p>

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Познавательные универсальные действия

Ученик научится	Ученик получит возможность научиться
Умение работать с личностными методиками	
анализировать свое эмоциональное состояние	<i>С помощью диагностических методик выявлять свое эмоциональное состояние</i>
анализировать свои личностные особенности	<i>С помощью диагностических методик выявлять свои личностные особенности</i>
Умение работать в команде	
слушать и слышать собеседника	<i>Вести диалог и полилог</i>
учитывать мнение собеседника	
уметь вставать на сторону собеседника	
Умение доказать свою точку зрения	

строить рассуждения, доказывать свою точку зрения	<i>строить логические рассуждения, включающие установление причинно-следственных связей</i>
Умение определять последовательность событий	
устанавливать последовательность событий	<i>устанавливать последовательность событий, выявлять недостающие элементы</i>
Умение понимать информацию, представленную в неявном виде	
понимать информацию, представленную в неявном виде	<i>Понимать скрытый подтекст высказывания</i>

- Регулятивные универсальные действия

Ученик научится	Ученик получит возможность научиться
целеполаганию	<i>постановке учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено и того, что еще неизвестно</i>
планированию	<i>определению последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата; составление плана и последовательности действий;</i>
прогнозированию	<i>предвосхищению результата и уровня усвоения, его временных характеристик;</i>
контролю	<i>контролю в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона</i>
коррекции	<i>вносить необходимые дополнения и коррективы в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его продукта</i>
оценке	<i>выделению и осознанию того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения;</i>
волевой саморегуляции как способности к мобилизации сил и энергии;	<i>Развитию способности к волевому усилию - к выбору в ситуации мотивационного конфликта и к преодолению препятствий.</i>

- Коммуникативные универсальные действия

Ученик научится	Ученик получит возможность научиться
Умение объяснить свой выбор	
строить понятные для партнера высказывания при объяснении своего выбора	<i>строить понятные для партнера высказывания при объяснении своего выбора и отвечать на поставленные вопросы</i>
Умение задавать вопросы	
формулировать вопросы	<i>формулировать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером</i>

Содержание программы внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

10-е классы

Введение

Психология самоопределения. Что такое психологическая готовность к самоопределению, социализация, ценностные ориентации, выбор.

1. 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.

2. 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.

3. Профессиональное самоопределение

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

4. Социальное самоопределение

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

5. Что может нарушить процесс самоопределения

Психологические барьеры. Психологический стресс, его причины, формы и способы преодоления. Психологические зависимости. Способы уверенного отказа.

Заключение

Обобщение основных аспектов проблемы самоопределения личности.

11-е классы

Введение

1. Психологическая культура как часть общей культуры

Что включает в себя понятие «культура». Образование и культура. Психологическая культура. Психологические знания как важный компонент психологической культуры. Что такое «житейская психология». Научная психология. Взаимодействие научной и «житейской» психологии

2. Психологическая культура личности

Что человек может знать о самом себе как о личности и индивидуальности. Как человек познает себя. Индивидуальные различия в познании и самопознании. Самопознание и познание других людей. Психологические знания и самопознание. Проявление психологической культуры личности в общении и отношениях. Умение принимать решения и самостоятельно решать личные проблемы. Поведение в трудных ситуациях. Жизненная стойкость.

3. Психология в повседневной жизни

Психология в политической, информационной, экономической, бытовой сферах жизни. Психология пропаганды. Что такое «пиар». Средства массовой информации как инструмент воздействия на людей. Психологическая эффективность воздействия на человека СМИ. Стихийные формы передачи информации. Реклама как способ психологического воздействия. Психологические особенности имиджа. Психология мошенничества. Как избежать обмана

4. Практическая психология

Что такое психологическая помощь и поддержка. Когда у человека возникает потребность в психологической помощи. Донаучные способы оказания психологической помощи. Современная психологическая помощь при возникновении у человека личных проблем. Психотерапия.

Медицинская и психологическая психотерапия. Групповая психотерапия. Тренинги и группы встреч. Психологическое консультирование. Профориентация и профконсультация. Работа психолога в различных сферах жизни. Психологическая помощь в экстремальных ситуациях. Какие ситуации можно назвать экстремальными. Посттравматический стресс: история проблемы. Как проявляется посттравматический стресс. Как помочь людям, пережившим травматические события. Психология террора и терроризма. Этика профессиональной деятельности психолога.

Заключение

Обобщение основных научных и практических аспектов, которые изучались и обсуждались в контексте темы: «Психология: наука, культура, жизнь».

Вся деятельность учащихся условно делится на познавательную и практическую. Материал кружка позволяет сформировать основные представления о личности в целом, об этапах проведения психологических исследований, об анализе и интерпретации сказок, притчей, рассказов, а также способствует развитию личностных характеристик, которые помогут успешно овладеть учебным материалом.

Тематическое планирование

10-е классы

	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Характеристика основных видов учебных действий
	Юность - пора самоопределения	5 час.	
1.	Введение. Общие понятия о самоопределении	1	Ввести обучающихся в новую для них область психологических знаний – психологию самообразования. Психические свойства личности
2,3	На пороге взрослой жизни. Мировоззрение и самоопределение.	2	Представление об основных психологических характеристиках возраста ранней юности. Понятие «мировоззрение» в контексте самоопределения.
4.	Жизненные цели и временная перспектива. Время в жизни человека.	1	Роль временной перспективы для самоопределения и личностного развития.
5.	Свойства временной перспективы. Поколения формируются в юности	1	Свойства временной перспективы. Возможности эффективно использовать время. Роль сопричастности поколению в самоопределении человека
	Личностное самоопределение	11 час.	
6.	Чувства - важнейшая характеристика личности	1	Представление о том, что чувства являются отражением личности человека, его индивидуальных особенностей и жизненного опыта
7,8.	Эмоциональные состояния и чувства	2	Эмоции, чувства, эмоциональные состояния, их структура и роль в эмоциональной сфере человека

9.	Развитие чувств в онтогенезе культуры личности в его общении	1	Основные направления возрастного развития чувств
10.	Высшие чувства	1	Основные категории высших чувств
11.	Психологическая характеристика нравственных чувств (смущение и застенчивость)	1	Психологические особенности чувств их социальная функция
12,13.	Психологическая характеристика чувства вины, стыда.	2	Социальная функция чувства вины
14	Психологическая характеристика чувства долга, ответственности, чести и достоинства	1	Социальная функция чувства долга, ответственности, чести и достоинства
15	Психологическая характеристика моральных чувств	1	Негативные моральные чувства, чувство привязанности
16	Психологическая характеристика чувства одиночества	1	Социальная функция чувства одиночества
	Профессиональное самоопределение	5 час.	
17.	Отношение к труду и самооценка в процессе профессионального самоопределения	1	Показать связь выбора профессии с отношением человека к труду
18.	Способности и склонности	1	Показать необходимость осознания своих способностей для успешного профессионального самоопределения
19,20, 21	Выбор будущей профессии.	3	Раскрыть сложность и неоднозначность выбора будущей профессии.
	Социальное самоопределение	8 час.	
22.	Семья и брак. Функции современной семьи	1	Показать значение семьи, как важнейшей ценности
23.	Психологические особенности мужчин и женщин	1	Познакомить с имеющимися в науке данными о психологических особенностях мужчин и женщин.
24.	Социальные стереотипы мужественности и женственности	1	Познакомить с проблемой социальных стереотипов мужественности и женственности
25.	Любовь – высшее человеческое чувство	1	Раскрыть психологическое содержание феномена любви
26.	Многообразие проявлений чувства любви	1	Раскрыть феномен любви во всем многообразии его проявлений

27.	Любовь и семья	1	Развитие чувства любви в браке, создание условий для ее сохранения
28.	Семейные отношения	1	Дать представление о семье, как о системе ролевых отношений,
29.	Супружеские отношения	1	мотивы вступления в брак, ожидания в браке, уровни совместимости супругов
	Что может нарушить процесс самоопределения	5 час.	
30.	Психологические барьеры самоопределения	1	Дать представление о психологических барьерах самоопределения, их формах и способах преодоления
31.	Психологический стресс. Фрустрация.	1	Дать представление о причинах, формах, особенностях протекания психологического стресса и фрустрации, их роль в самоопределении и способах преодоления их негативных форм
32.	Психологические зависимости. Бегство в иллюзии	1	Дать представление о психологических зависимостях, как непродуктивных способах справляться с жизненными трудностями
33.	Игровая зависимость. Интернет-зависимость	1	Раскрыть механизмы возникновения игровой и Интернет -зависимости, познакомить со способами их профилактики и преодоления
34.	Общие характеристики психологической зависимости	1	Выделить общие признаки психологической зависимости; выработать совместно общие подходы к их профилактике и преодолению

11-е классы

	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Характеристика основных видов учебных действий
	Психологическая культура как часть общей культуры	6 час.	
1.	Психология как наука	1	Показать значимость и необходимость психологических знаний, как важного компонента общей культуры человека.
2.	Образование и культура	1	Представление о культуре, взаимосвязи и взаимообусловленности образования и культуры
3.	Психологическая культура	1	Показать роль психологии в современной духовной жизни общества
4.	Житейская психология	1	Показать сильные и слабые стороны,

			особенности житейской психологии
5.	Научная психология	1	Показать отличие научной психологии от житейской
6.	Взаимодействие житейской и научной психологии	1	Раскрыть связь житейской и научной психологии их взаимное влияние и взаимное обогащение
	Психологическая культура личности	8	
7.	Самопознание и познание других людей	1	Показать сложность процесса познания, дать представление об индивидуальных особенностях самопознания и познания других людей.
8.	Психологические знания и самопознание	1	Показать роль изучения научной психологии в целенаправленном познании человеком самого себя
9,10	Проявление психологической культуры личности в его общении	2	Раскрыть психологический смысл «золотого правила» нравственности
11,12	Толерантность как показатель психологической культуры	2	Психологическое содержание понятия толерантность
13.	Поведение в трудных ситуациях	1	Способы преодоления трудностей, осознание особенностей собственного поведения в трудных жизненных ситуациях
14.	Жизненная стойкость	1	Представление о жизненной стойкости
	Психология в повседневной жизни	12 час.	
15.	Психология в политической, информационной, экономической, бытовой сферах жизни	1	Дать представление о пропаганде, познакомить с основными задачами, функциями СМИ.
16,17, 18	Психологическая эффективность воздействия на человека средств массовой информации.	3	Дать представление об условиях и механизмах эффективности психологического воздействия СМИ на человека
19,20	Стихийные формы передачи информации	2	Дать представление о психологических условиях и механизмах возникновения и циркуляции слухов, как основной формы передачи стихийной информации
21.	Реклама как способ психологического воздействия	1	Сформировать представление о рекламе как одной из форм манипулирования человеческим поведением.
22.	Психологическая эффективность воздействия рекламы на человека. Виды рекламы	1	Эффективность воздействия рекламы на человека в ее побуждении человека к активным действиям.
23,24.	Психологические особенности имиджа	2	Дать представление основным характеристикам имиджа, его функции и предназначении
25.	Психология мошенничества	1	Продемонстрировать учащимся психологические механизмы обмана,

			научить распознавать отдельные признаки мошеннического манипулирования поведением людей
26.	Как избежать обмана	1	Познакомить с целевыми установками сект, и приемами вовлечения в секту, показать способы противостояния обману
	Практическая психология	9	
27.	Что такое психологическая помощь и поддержка	1	Раскрыть самые общие представления о психологической помощи
28.	Медицинская и психологическая психотерапия	1	Дать представление о разных формах и методах психотерапевтической помощи
29.	Групповая психотерапия	1	Познакомить с методами и способами психологической помощи в групповой психотерапии
30.	Психологическое консультирование Профориентация и профконсультация	1	Познакомить с основными видами психологического консультирования Показать какие задачи решаются в контексте профессионального консультирования
31.	Работа психолога в разных сферах общественной жизни Психологическая помощь в экстремальных ситуациях	1	Показать особенности применения психологических знаний в различных областях Дать представление о посттравматическом стрессовом расстройстве
32.	Психология террора и терроризма Маршрут безопасности	1	Дать общее представление о терроризме Дать представление о способах уверенного отказа
33.	Этика профессиональной деятельности психолога	1	Вспомнить и обобщить основные научные и практические аспекты