

Министерство образования Московской области
Автономная некоммерческая организация Общеобразовательная
средняя школа «Город Солнца»

Введено в действие:
приказ АНО ОС школы
«Город Солнца»
№ 86/23-ув от 31.08.2023г.

Рабочая программа

**«Уроки психологического развития»
для 5-6 класса**

Программа построена на основе программы «Уроки психологического развития в средней школе» (5-6 классы) Локаловой Н.П. и «Тропинка к своему Я» уроки психологии в средней школе (5-6 классы)» Хухлаевой О.В.

Педагог-психолог
Бударагина О.Н.

2023 – 2024 учебный год

Пояснительная записка.

Данная программа внеурочной деятельности построена на основе программы «Уроки психологического развития в средней школе (5-6 классы)» Локаловой Н.П. и «Тропинка к своему Я (уроки психологии в средней школе (5-6 классы))» Хухлаевой О.В.

Актуальность программы.

Подготовка подростков к жизни в современных социально-экономических условиях занимает особое место среди множества актуализировавшихся в последнее время проблем. К их числу относится определение молодыми людьми своей социальной и личностной позиции взрослого человека в системе межличностных отношений.

Пятый класс для учащихся является довольно сложным периодом, так как они переходят к новым условиям обучения в среднем звене, требующим от них некоторой адаптации.

У части учащихся могут возникнуть трудности при необходимости следовать требованиям разных учителей. В учебной деятельности можно ожидать, что у некоторых учащихся произойдет временное снижение успеваемости за счет того, что им придется привыкать к формам и методам учения, принятым в средней школе. С этого времени активизируются процессы взросления, начинает понемногу возрастать агрессивность. Следует ожидать существенных изменений в межличностных отношениях внутри класса. Возможно снижение самооценки учащихся. В отношении родителей многие подростки занимают противоречивую позицию. С одной стороны, они активно отстаивают самостоятельность. С другой — требуют любви и внимания, тоскуют по детской позиции. У некоторых может появиться страх взросления, внешне не всегда проявляемый. В это время дети активно начинают осваивать внутренний мир. Они сами еще плохо в нем ориентируются, не уверены в его устойчивости.

У шестиклассников борьба за самостоятельность в мыслях и поступках приобретает особое значение. Для них очень важно, чтобы окружающие с уважением выслушивали их точку зрения. Основной формой проявления самостоятельности в этом возрасте становятся различного рода агрессивные действия, которые у взрослых, как правило, вызывают ответную агрессию, что приводит к нарастанию конфликтов между шестиклассниками и их родителями, педагогами. Большинство подростков проявляют живой интерес к самопознанию. Девочки и мальчики пытаются нравиться друг другу, экспериментируют с формами ухаживания, поскольку с ними еще не знакомы. Подростки, имеющие успех у представителей противоположного пола, приобретают высокий статус в классе. Также, у многих шестиклассников снижается самооценка из-за первых телесных изменений, неуверенности в своей взрослости. У подростков появляются свои пристрастия в музыке, спорте.

Развивая интеллект у учащихся 5-6 классов, мы можем дать мощный толчок для познания окружающего мира. Огромное значение для развития интеллектуальных способностей является уровень развития памяти, внимания, воображения, мышления, восприятия, речи. Именно эти качества являются основой продуктивного мышления и творческих способностей учащихся.

Личность с развитым интеллектом гораздо активнее использует полученную сумму знаний не только на уроке, но и за его пределами. Такие дети легче адаптируются к внешним воздействиям, менее подвержены стрессам, устойчивы к психофизическим нагрузкам, обладают навыками саморазвития и логического мышления.

Рабочая программа «Уроки психологического развития» соответствует требованиям Федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования.

Программа предусматривает развитие основных видов универсальных учебных действий: личностные (самоопределение, смыслообразование, действия нравственно-

этического оценивания), регулятивные (целеобразование, планирование, контроль, оценка, коррекция, прогнозирование), познавательные (общеучебные, логические, знаково-символические), коммуникативные.

Содержание программы выстроено таким образом, что обеспечивается устойчивое развитие воспитательных результатов: приобретение ребенком личностных (о себе) и социальных знаний (первый уровень); переживание им ценности этого знания, формирование положительного отношения к базовым общественным ценностям (второй уровень результатов); приобретение ребенком опыта самостоятельного общественного действия (третий уровень результатов).

Новизна. Основной формой работы на занятии является игровая деятельность, как наиболее эффективный способ развития интеллекта, творческих способностей, обогащения внутреннего самочувствия и переживания, широко используются задания занимательного характера, головоломки, ребусы, а также задания, требующие рассуждений, нестандартных решений.

Целесообразность. Основой обучения является изучение личности каждого ученика, создание оптимального психологического режима на занятии, выявление интересов учащихся и помощь в их развитии, включение ученика в активную учебную деятельность, формирование заинтересованности и положительного отношения к учебе.

Способности развиваются в деятельности, и для развития способностей нужна высокая познавательная активность подростков. Причем не всякая деятельность развивает способности, а только эмоционально приятная.

Отличительная особенность.

Программа «Уроки психологического развития» сочетает элементы традиционного урока с игровыми и тренинговыми фрагментами. Предлагаемые занятия способствуют развитию мышления и познавательной активности, творческих и коммуникативных способностей учащихся, повышают мотивацию достижения успеха, дети получают навыки групповой работы. Весь процесс обучения строится так, чтобы ребёнок почувствовал учение

– это радость, а не долг, учением можно заниматься с увлечением. Целенаправленное развитие системы процессов анализа и синтеза позволит устранить значительное число трудностей в обучении и существенно повысить в связи с этим качество процесса усвоения знаний. Обучение школьников различным когнитивным умениям на основе всестороннего развития системы аналитико - синтетических процессов позволяет не только развивать интеллектуальный потенциал учащихся, но и заложить основу логико-аналитического отношения к действительности как составляющую общей направленности деятельности и поведения человека, т.е. его мировоззрения.

Цель данной программы: осознание и развитие индивидуальных особенностей подростков (развитие памяти, мышления, восприятия, внимания и др.).

Задачи:

- 1) мотивировать учащихся к занятиям психологией;
- 2) способствовать развитию познавательной сферы детей;
- 3) ориентировать детей на развитие творческих способностей и воображения;
- 4) способствовать развитию логического мышления, внимания, смысловой памяти, рефлексии.
- 5) учить методам и приемам познания себя и одноклассников;
- 6) формировать у учащихся психологическую основу обучения, повысить уровень их общего психологического, и в частности умственного, развития;
- 7) развивать самостоятельность детей;
- 8) способствовать рефлексии эмоциональных состояний;
- 9) побудить учащихся задуматься о собственных жизненных ценностях.

Принципы, которые позволяют достичь решения вышеуказанных задач:

Принцип системной дифференциации. Когнитивно - личностные

структуры обладают внутренним потенциалом развития, так как:

- 1) имеют разноуровневую и иерархическую организацию, что позволяет репрезентировать в них знания от конкретных до обобщенно-абстрактных (Н.И. Чуприкова, 2003);
- 2) формирование обобщенных знаний о способах интеллектуальных действий стимулирует потребность в их использовании для получения новых конкретных впечатлений, фактов, знаний. Полученные же конкретные сведения активизируют процесс их обобщения, который в свою очередь порождает потребность в новых конкретных впечатлениях.

Принцип развития. Подразумевает не только учет уровня актуального развития самосознания детей и создание оптимальной зоны ближайшего его развития, но и необходимость единого (одновременного, слитого) процесса развития самосознания и учителя, и учеников.

Принцип субъектности. Ориентация на этот принцип определяет построение особого рода взаимодействия между детьми и ведущим занятия психологом – полисубъектного взаимодействия, подразумевающего рассмотрение всех участников как субъектов, придание ими друг другу субъектной ценности и оказание помощи всем в расширении их возможностей в мире.

Принцип психологизации. Связан с использованием научных психологических знаний, преподнесенных через систему образных представлений, в качестве средства анализа собственного опыта детей, оценки себя и своих возможностей, углубления самопонимания, оптимизации самоотношения, формирования эффективной саморегуляции.

Принцип событийности. Суть этого принципа заключается в следующем: при проведении занятий психолог должен обеспечить их превращение в цепь связанных между собой событий, которые будут переживаться всеми участниками полисубъектного взаимодействия как целостность, единство, неразрывность изменений, происходящих в них и в окружающем мире. Только в том случае, когда каждое занятие станет событием и для каждого ребенка, и для психолога, оно реализует свой развивающий и психокоррекционный потенциал.

Принцип системности. Высоких результатов работы по этой программе можно добиться только при условии реализации ее как целостной системы, сложно структурированной и четко иерархизированной.

Принцип психологической безопасности. Проводя работу по оказанию помощи детям в лучшем понимании себя, психолог должен позаботиться о том, чтобы «боль самопознания» не оказалась для них разрушительной, травмирующей.

Переживания должны оказаться продуктивными, стимулирующими саморазвитие.

Режим занятий: программа подразумевает одно занятие в неделю. Длительность занятия - 45 минут. Программа рассчитана на 2 учебных года и состоит из 34 занятий для 5 класса и 34 занятий для 6 класса.

Формы занятий: групповые.

На занятиях используются разнообразные и взаимодополняющие методы и приемы:

- проблемного обучения;
- формирования (развития) творчества;
- соревновательный метод;
- тренинги внимания, памяти и других мыслительных операций;
- диагностика;
- сказкотерапевтические упражнения;
- арт-терапия;
- игровая терапия;
- музыкотерапия;

- телесно-ориентированная терапия;
- приемы сосредоточения, фокусировки, настройки;
- техники релаксации.

Организационно-методические аспекты работы по программе «Уроки психологического развития» предусматривают организацию специальной пространственно-предметной среды. Для проведения занятий желательна наличие специального помещения, пригодного как в качестве традиционного учебного класса, так и в качестве игровой аудитории.

Оборудование: компьютер, стол и стул на каждого ученика, доска, стенд для вывешивания плакатов, цветные карандаши (или фломастеры), краски, листы, листы плотной бумаги в достаточном количестве (формата А-4 и А-3).

Организационно-содержательное построение занятия.

Занятия строятся по определенной схеме, имеют общую гибкую структуру, наполняемую разным содержанием, в зависимости от этапа работы, его целей и задач, от индивидуальных особенностей учащихся.

Структура занятий.

По своей структуре занятие делится на вводную часть, основную и заключительную.

Задачей вводной части является создание у учащихся определенного положительного эмоционального фона, без которого эффективное усвоение знаний невозможно. В качестве приема создания положительного эмоционального фона может выступить просьба учителя улыбнуться друг другу и сказать добрые слова (Латохина Л.И., 1993). Важным моментом вводной части является выполнение упражнений для улучшения мозговой деятельности (Деннисон П., Деннисон Г., 1992). Для каждого урока подобраны специальные упражнения, стимулирующие те психические функции, которые подлежат развитию на данном уроке.

Задания для основной части занятия подобраны с учетом их направленности на осуществление дифференциации познавательных структур и с точки зрения удобства для коллективной работы в классе. Для достижения развивающего эффекта необходимо неоднократное выполнение заданий. Для предотвращения снижения интереса учащихся к повторным выполнениям одного и того же задания обеспечивается разнообразие внешнего оформления содержания ряда заданий. Здесь реализуется принцип «спирали», т.е. возвращение к одному и тому же заданию, но на более высоком уровне трудности.

Задача заключительной части занятия состоит в подведении итогов занятия, обсуждении результатов работы учащихся и тех трудностей, которые у них возникали при выполнении заданий. Существенным моментом здесь являются ответы учащихся на вопрос, чем же они занимались и чему научились на данном уроке.

Все этапы взаимосвязаны и направлены на реализацию поставленных целей и задач программы сопровождения.

Методическое оснащение. Программа «Уроки психологического развития» должна быть обеспечена такими методическими материалами, как:

- методическое пособие для психолога «Уроки психологического развития в средней школе (5-6 классы)» Локалова Н.П., включающее теоретическое обоснование содержания программы, методические рекомендации по каждому разделу, примерные конспекты занятий;
- методическое пособие «Тропинка к своему Я: уроки психологии в средней школе (5-6 класс)» О.В. Хухлаева.

Комплексное психодиагностическое обследование необходимо проводить два раза в год с использованием диагностического минимума. Диагностический минимум подобран в соответствии с направлениями работы, поставленными целями и задачами.