

## **Аннотация к рабочей программе курса внеурочной деятельности «Возрастная психология» 8 класс**

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Возрастная психология» на уровне основного общего образования подготовлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 г. № 287, зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 05.07.2021 г., рег. номер — 64101 в ред. Приказа Минпросвещения России от 18.07.2022 г. № 568) (далее — ФГОС ООО), Примерной программы воспитания с учётом распределённых по классам проверяемых требований к результатам освоения ООП ООО.

### **Общая характеристика курса внеурочной деятельности «Возрастная психология»**

Цель рабочей программы – формирование осознанного отношения к себе и миру, социальных чувств.

Задачи:

- осознание подростками самоизменения, стремления к саморазвитию и самореализации
- развитие уверенности в себе, повышение самооценки подростка.
- воспитание у детей толерантности, навыков здорового образа жизни.

Программа занятий рассчитана на работу в течение учебного года и делится на четыре этапа (по четвертям):

I этап — Наедине с собой Цель: Развитие интереса у учащихся к самому себе, своему внутреннему миру, осознание своей уникальности;

II этап — От хочу к могу Цель: Развитие уверенности в себе, повышение самооценки подростка.;

III этап — Я и другие Цель: развитие интереса к другим людям, окружающему миру.;

IV этап — Мои вершины Цель: осознание подростками самоизменения, стремления к саморазвитию и самореализации.

Программа рассчитана на 35 часов. Занятия по программе проходят 1 раз в неделю.

Срок реализации программы – 1 год. Программа предназначена для детей 14-15 (8 классы) лет, так как именно этот возраст является наиболее благоприятным для нового отношения к себе и миру, социальных чувств.

### **Цель изучения курса внеурочной деятельности «Возрастная психология»**

– формирование осознанного отношения к себе и миру, социальных чувств.

### **Место курса внеурочной деятельности «Возрастная психология» в учебном плане**

В пределах одного класса последовательность изучения тем, представленных в содержании каждого класса, может варьироваться.

Программа рассчитана на 35 часов. Занятия по программе проходят 1 раз в неделю.

Срок реализации программы – 1 год. Программа предназначена для детей 14-15 (8 классы) лет, так как именно этот возраст является наиболее благоприятным для нового отношения к себе и миру, социальных чувств.

### **Учебно-методическое обеспечение**

1. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. - М.: «Ось-89», 2011г.
2. Грецова А.Г. Тренинг общения для подростков. – СПб.: Питер, 2007.
3. Григорьева Т.Г., Линская Л.В., Усольцева Т.П. Основы конструктивного общения. - Новосибирск, 2000 г.
4. Дубровина И. В., Акимов М. К., Борисова Е. М., «Рабочая книга школьного психолога», - М.: «Просвещение», 2011 г.
5. Козлов Н.И. Лучшие психологические игры и упражнения.-Екатеринбург,2007 г.
6. Микляева А.В. Я – подросток. Мир эмоций. Программа уроков психологии. – СПб.: Речь, 2003 г.
7. Победы конфликт! В.И. Екимова, Т.В. Золотова.-М.: Аркти,2008.
8. Подростковый возраст – все ли в норме? В. И. Екимова, А.Г.Демидова.-М.:АРКТИ,2007.
9. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. Под ред. И.В.Дубровиной.- Екатеринбург: «Деловая книга», 2000 г.
10. Справочник психолога средней школы.-Ростов н/Д.: «Феникс», 2012
11. Фопель К. Чтобы дети были счастливы. Психологические игры и упражнения для детей школьного возраста: Пер. с нем. – М.: Генезис, 2005.

### **Цифровые образовательные ресурсы**

1. Электронная библиотека Российской государственной библиотеки, режим доступа: <http://elibrary.rsl.ru/>
2. Библиотека учебной и научной литературы» Русского гуманитарного интернет – университета, режим доступа: <http://www.i-u.ru/biblio/default.aspx>
3. «Психея», режим доступа: <http://www.psycheya.ru>
4. Библиотека сайта «Psychology.ru: Психология на русском языке» , режим доступа: <http://www.psychology.ru/Library>
5. ПроШколу.ру - бесплатный школьный портал, режим доступа: <http://www.proshkolu.ru>
6. Журнал «Школьный психолог» выпускаемый издательским домом "Первое сентября", режим доступа: <http://psy.1september.ru/>

## Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Возрастная психология»

### Содержание курса внеурочной деятельности «Возрастная психология»

Рабочая программа по психологии для 8 класса составлена в полном соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом общего образования, требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, фундаментальным ядром содержания основного общего образования, примерной программой по психологии.

Программа рассчитана на 35 часов. Занятия по программе проходят 1 раз в неделю.

Срок реализации программы – 1 год. Программа предназначена для детей 14-15 (8 классы) лет, так как именно этот возраст является наиболее благоприятным для формирования осознанного отношения к себе и миру, социальных чувств.

### Планируемые образовательные результаты

#### *Метапредметные результаты обучения*

Обучающиеся должны уметь:

1. Самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.
2. Самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.
3. Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.
4. Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения.
5. Владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.
6. Создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.
7. Пользоваться смысловым чтением.
8. Организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; **работать индивидуально и в группе:** находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.
9. Осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.
10. Формировать и развивать компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий.

#### *Личностные результаты обучения*

Обучающиеся должны уметь:

1. Усваивать гуманистические, демократические и традиционные ценности многонационального российского общества.
2. Формировать ответственное отношение к учению, готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.
3. Формировать целостное мировоззрение, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.
4. Формировать осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.
5. Осваивать социальные нормы, правила поведения, роли и формы социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.
6. Развивать моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личного выбора, формировать нравственные чувства и нравственное поведение, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам.
7. Формировать коммуникативную компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.
8. Формировать ценности здорового и безопасного образа жизни.

#### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Тема раздела	№ урока в теме	Кол-во часов	Тема урока	Домашнее задание	Ожидаемый результат
<b>Наедине с собой</b> Цель: Развитие интереса у учащихся к самому себе, своему внутреннему миру, осознание своей уникальности	1	1	Введение в курс	Оформить тетрадь	Развитие интереса у учащихся к проблемам общения
	2-3	2	Сколько меня во мне	Составить психологический	Развитие рефлексивных навыков подростков

				автопортрет	
	4-5	2	Кого мы видим, когда смотрим		Осознание учащимися своего места в мире людей
	6-7	2	Мир моих чувств	Составить памятку «Я и мои эмоции»	Умение адекватно выражать свои чувства и эмоции
	8-9	2	Мои привычки	Ассоциативный рисунок «Мои вредные привычки»	Умение сказать «Нет»
<b>От хочу к могу</b> Цель: Развитие уверенности в себе, повышение самооценки подростка.	10-11	2	Гимнастика для ума	Составить комплекс развивающих упражнений	Развитие познавательной сферы
	12	1	Воображение и творческие способности	Составить комплекс развивающих упражнений	Развитие творческих способностей
	13-14	2	Мышление	Подобрать упражнения на развитие мышления	Развитие мышления
	15	1	Память	Подобрать упражнения на развитие памяти	Развитие памяти

	16-17	2	Внимание	Составить корректурную пробу	Развитие внимания
	18-19	2	Как узнать свое призвание	Составить таблицу «Тип профессии и необходимые качества»	Осознание своего места в мире профессий
	20-21	2	Азбука делового человека	Мини-сочинение «Я и моя будущая профессия»	Овладение «механизмами самопомощи»
<b>Я и другие</b> Цель: развитие интереса к другим людям, окружающему миру.	22	1	Я глазами других людей	Рассказ о себе в 3-м лице	Развитие позитивной «Я»-концепции
	23	1	Все мы разные, все мы одинаковые	Ответить на вопрос: «Что меня объединяет и отличает от одноклассников»	
	24	1	Что значит принимать других	Ответить на вопрос: «Я – толерантный человек?»	Развитие толерантности
	25-26	2	Как понимать без слов	КТД «Сказка без слов»	Развитие невербального общения

	27-28	2	Искусство контакта	Составить памятку «Позитивное общение – это...»	Развитие коммуникативных способностей
	29	1	Мы выбираем, нас выбирают	Ответить на вопрос «Кто такой настоящий друг»	Развитие эмпатии
<b>Мои вершины</b> Цель: осознание подростками самоизменения, стремления к саморазвитию и самореализации	30-31	2	Учитесь властвовать собой	Предложи свои способы снятия эмоционального напряжения	Умение управлять своими эмоциями
	32	1	Технология совершенствования	Составить программу саморазвития	Развитие рефлексивных навыков
	33-34	2	В чем секрет популярности или как стать лидером	Составить памятку для «неудачника»	Развитие лидерских качеств
	35	1	Мои вершины		Повышение социальной адаптации