

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 4»**

Приложение к основной  
общеобразовательной программе  
Основного общего образования

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
внеурочной деятельности  
«Будь успешным»  
7-е классы**

**село Курьи  
ГО Сухой Лог**

## **Пояснительная записка**

Данная программа внеурочной деятельности построена на основе следующих программ:

1. «Тренинги развития с подростками: Творчество, общение, самопознание», А.Г. Грецов, Питер, 2011;
2. Программа развития проектного мышления младших подростков «Учимся решать проблемы», М.Р. Битянова, Т.В. Беглова. М.: Просвещение, 2008;
3. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5-6 классы), О.В. Хухлаева – 3-е изд. – М.: Генезис, 2010

### **Актуальность программы**

Обучение подростков в средней школе — вторая и очень значительная ступень в их школьной жизни. От степени освоения ими новой учебной деятельности, приобретения умения учиться во многом зависит дальнейшее обучение ребенка, развитие его как субъекта учебного процесса и формирование его отношения к школе.

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.

Развивая интеллект, мы можем дать ребёнку мощный толчок для познания окружающего мира. 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. Развитием интеллектуальных способностей необходимо заниматься и во внеурочное время.

Стратегия современного образования заключается в предоставлении возможности всем учащимся проявить свои таланты и творческий потенциал, подразумевающий возможность реализации личных планов. Эти позиции соответствуют современным гуманистическим тенденциям развития отечественной школы, для которой характерна ориентация педагогов на личностные возможности учащихся, их непрерывное «наращивание».

На сегодняшний день актуальна проблема поиска средств развития мыслительных способностей, связанных с творческой деятельностью школьников, как в коллективной, так и в индивидуальной форме обучения.

## **Новизна**

Приоритетным направлением ФГОС второго поколения является развитие потенциала личности.

Одна из очевидных задач школьного образования — помочь ученикам освоить такие способы действия, которые окажутся необходимыми в их будущей жизни.

Учащийся должен уметь успешно работать в группе, обладать немалой коммуникативной компетентностью, уметь выслушивать коллег и противников, убеждать словом, грамотно отстаивать свою точку зрения, конструктивно взаимодействовать с другими людьми, с окружающим миром, с самим собой.

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**

Умение рассматривать проблемную ситуацию, возникшую в процессе деятельности, как задачу, предполагающую поиск, нахождение и реализацию оптимального варианта решения, является важной составной частью субъектной позиции личности. Обучение такому подходу к проблемной ситуации должно стать необходимым элементом образовательного процесса.

С проблемными ситуациями учащиеся сталкиваются в различных сферах школьной жизни: в учебном процессе (на уроках и при подготовке домашних заданий), в общении со сверстниками и взрослыми, при участии в общественной жизни класса и школы, в процессе решения собственных жизненных задач.

Готовность и способность работать с проблемной ситуацией как с задачей предполагает, что учащийся способен:

- проанализировать проблему;
- вычленить ее суть;
- переформулировать проблему в задачу собственной деятельности;
- спланировать шаги по решению этой задачи;
- осуществить необходимые шаги;
- оценить полученный результат с точки зрения поставленной цели.

Целесообразность данной программы заключается в активизации внутренних резервов обучающихся, способствующих успешному освоению нового опыта на ступени основного общего образования.

## **Отличительная особенность**

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.

**Направление:** Социальное

**Цели программы:**

- Осознание креативности в себе, её развитие.
- Развитие способности участников находить новые нестандартные (креативные) решения задач; налаживание коммуникативных связей внутри группы.
- Развитие интеллектуальных способностей подростков (развитие памяти, мышления, восприятия, внимания, и др.).

**Задачи:**

- 1) способствовать развитию познавательной сферы детей;
- 2) ориентировать детей на развитие творческих способностей и воображения;
- 3) способствовать развитию логического мышления, внимания, смысловой памяти, рефлексии;
- 4) учить методам и приемам познания себя и одноклассников;
- 5) формировать у учащихся психологическую основу обучения, повысить уровень их общего психологического, и в частности умственного, развития;
- 6) развивать самостоятельность детей.

**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:** одно занятие в неделю. Длительность занятия – 1 академический час. Программа рассчитана на учебный год и состоит из 34 занятий.

**Формы занятий:** групповые.

**Количество участников:** 20 человек.

**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;
- приемы сосредоточения, фокусировки, настройки;
- техники релаксации.

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

**Оборудование:** ноутбук, общий стол, 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).

Представленная программа рекомендуется к применению, прежде всего, для мотивированных учащихся. Групповые занятия с обучающимися, на которых рассчитан данный курс, не заменяют индивидуальных занятий психолога с тем или иным ребенком, нуждающимся в особой психологической помощи.

**Программа «Верь в успех» имеет практико-ориентированную направленность**, в ней использованы как разработки авторов, так и хорошо известные психологические упражнения и игры, головоломки, ребусы, психотехники (см. список используемой литературы).

На уроках психологического развития не ставятся отметки, но обратная связь осуществляется обязательно. Ученики на этих уроках избавляются от «отметочной» психологии, они не боятся дать ошибочный ответ, так как никаких неудовлетворительных отметок за ним не последует, все ответы детей принимаются, внимательно выслушиваются, и в итоге коллективного обсуждения дети приходят к общему решению. У них постепенно формируется отношение к этим урокам как средству развития своей личности. Главным вопросом для учеников становится вопрос «Чему я научусь (научился) сегодня на уроке?», а не «Какую отметку я получу (получил)?».

### **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. Важным моментом вводной части является выполнение упражнений для улучшения мозговой деятельности.

**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.

**В процессе реализации программы должны быть сформированы следующие универсальные учебные действия:**

**Личностные:**

- самооценка (широта диапазона оценок, обобщение категорий оценок, представление в Я - концепции социальной роли и т.д.);
- смыслообразование (сформированность познавательных, учебных мотивов, стремление к приобретению знаний).

**Коммуникативные:**

- ориентация на позицию других людей, отличную от собственных, уважение иной точки зрения;
- учет разных мнений и умение обосновать собственное;
- умение слушать собеседника;
- потребность в общении со взрослыми и сверстниками

**Регулятивные:**

- целеполагание;
- контроль;
- коррекция;
- оценка;
- саморегуляция.

**Познавательные:**

- рефлексия способов и условия действий, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;
- поиск и выделение необходимой информации;
- самостоятельный поиск и выделение познавательной цели;
- анализ объектов с целью выделения признаков;
- синтез;
- установление причинно-следственных связей.

**Критериями эффективности программы являются:**

- мотивация на саморазвитие;
- повышение коммуникативной компетентности;
- активность и продуктивность учеников в деятельности, как в образовательном процессе, так и внеклассной и внешкольной деятельности (отслеживается психологом, либо выявляется в процессе беседы с классным руководителем).

Объективными методами измерения эффективности программы служат **диагностические опросные методы.**

## **Ожидаемые результаты реализации программы**

### **1. Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни):**

- приобретение школьниками социальных знаний о ситуации межличностного взаимодействия, её структуре, пространстве взаимодействия, способах управления социокультурным пространством;
- овладение способами самопознания, рефлексии;
- усвоение представлений о самопрезентации в различных ситуациях взаимодействия, об организации собственной частной жизни и быта;
- освоение способов исследования нюансов поведения человека в различных ситуациях, способов типизации взаимодействия, инструментов воздействия, понимания партнёра.

### **2. Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом):**

- развитие ценностных отношений школьника к труду, к другим людям, к своему здоровью и внутреннему миру;
- получение школьного опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества.

### **3. Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия):**

- школьник может приобрести опыт самоорганизации, организации совместной деятельности с другими детьми и работы в команде; опыт взятия на себя ответственности за других людей; опыт эффективного взаимодействия в общении и простейших способов разрешения конфликтов; опыт взаимодействия и сотрудничества, опыт в распознавании собственных и чужих эмоций, осознанию их значения и смысла.



## Тематический план программы занятий «Будь успешным»

N п/п	Тема занятия	Теоретическая часть / кол – во часов	Практическая часть/ кол –во часов
1.	Вводное занятие. Принятие норм и правил групповой работы.	1	
2.	Знакомство и сплочение.	1	1
3.	Общение. Эффективные приемы общения. Вербальные и невербальные способы. Преодоление барьеров в общении.	1	2
4.	Я в своих глазах и в глазах других людей.		2
5.	Моя индивидуальность.	1	1
6.	Уверенное и неуверенное поведение. Обучение приемам уверенного поведения. Артистизм и уверенное поведение.	1	2
7.	Наши чувства, желания, настроения. «Стоп! Подумай! Действуй!»		2
8.	Конфликт – это способ выражения.... Выявление своих стилей поведения в конфликтной ситуации.	1	1
9.	Палитра способностей.		2
10	Развиваем мышление.		1
11	Я – творческая личность. Необычное в обычном.		2
12	Творческое мышление.		1
13	Воображение и выразительность.	1	1
14	Порисуем...		2
15	Творчество и взаимопонимание.		2
16	Творчество в команде.		2
17	Креативное решение проблем.		2
18	Итоговое занятие. Самопрезентация «Что нового я узнал о себе».		1
<b>Итого:</b>		<b>7 часов</b>	<b>27 часов</b>

## **Содержание программы.**

### **1. Вводное занятие. Принятие норм и правил групповой работы. 1 час**

Цели и задача курса. Ознакомление с правилами и нормами групповой работы

### **2. Знакомство и сплочение. 2 часа**

Первичное освоение приемов активного стиля общения и способов передачи и приема обратной связи. Коммуникативные игры и упражнения.

### **3. Общение. Эффективные приемы общения. Вербальные и невербальные способы. Преодоление барьеров в общении.**

Работа с «психологическим атласом проявлений человеческого тела». Что «говорят» позы и жесты собеседника. Открытые и закрытые позы. Практические упражнения на «чтение» языка жестов.

Техники эффективного общения: самораскрытие, отражение чувств, отражение значения, фокусировка, пересказ, поддержка, обратная связь. Практические упражнения на отработку техник эффективного общения.

### **4. Я в своих глазах и в глазах других людей.**

Дистанция при общении: интимная, личная, социальная (общественная), формальная, публичная (открытая). Значение правильного выбора дистанции для эффективного общения. Практические упражнения на определение своей наиболее «удобной» дистанции при общении.

### **5. Моя индивидуальность.**

Рефлексия собственных личных качеств.

Понятие «темперамент». Характеристика типов темперамента (сангвиник, холерик, флегматик, меланхолик). Практическая работа: определение темперамента.

### **6. Уверенное и неуверенное поведение. Обучение приемам уверенного поведения. Артистизм и уверенное поведение.**

Какое бывает поведение. Практикум: умения различать виды поведения.

### **7. Наши чувства, желания, настроения. «Стоп! Подумай! Действуй!»**

«Поглаживание», «укол» - различные способы эмоционального общения. Виды эмоционального «поглаживания»: поддакивание, похвала, содружество и т.д. Виды эмоциональных «уколов»: демонстрирование безразличия, холодности, пренебрежения, насмешливые высказывания, высокомерные высказывания и т.д. Практические упражнения на отработку положительного эмоционального общения и эффективного реагирования на уколы.

## **8. Конфликт – это способ выражения.... Выявление своих стилей поведения в конфликтной ситуации.**

Основные стратегии поведения в процессе взаимодействия (избегание, противодействие, сотрудничество, компромисс, уступчивость). Диагностика ведущего стиля поведения в конфликте (тест Томаса).

## **9. Палитра способностей.**

Понятие «способности». Общие и специальные способности. Диагностика способностей и склонностей.

## **10. Развиваем мышление.**

Диагностика особенностей развития логического мышления, возможности прогнозировать и оценивать последствия различных событий.

## **11. Я – творческая личность. Необычное в обычном.**

Важность умения абстрагироваться в творческой деятельности. Практикум: комбинируем частями окружающих предметов и явлений.

## **12. Творческое мышление.**

Развитие внимания и гибкости мышления в условиях коллективной деятельности.

## **13. Воображение и выразительность.**

Понятие «образ». Практическое оперирование образами. Психологический практикум «Новая игрушка».

## **14. Порисуем....**

Стимулирование мотивационных факторов, побуждающих ребенка к развитию собственных способностей.

Проведение методики «Несуществующее животное».

## **15. Творчество и взаимопонимание.**

Игра «Необитаемый остров». Анализ собственных ролей в игре.

## **16. Творчество в команде.**

Оценивание и принятие альтернативных стратегий и действий.

Гибкость мышления.

Что я могу сказать о себе хорошее?

Делаем вместе.

## **17. Креативное решение проблем.**

Учимся рассуждать. Моделирование проблемных ситуаций и их проживание.

## **18. Итоговое занятие.**

Диагностика результативности программы

### **Методическое оснащение.**

Программа должна быть обеспечена такими методическими материалами, как:

- методическое пособие для психолога «Лучшие упражнения для развития креативности», А.Г. Грецов;
- методическое пособие «Тренинги развития с подростками: Творчество, общение, самопознание», А.Г. Грецов, Питер;
- методическое пособие для психолога «Тренинг креативности для старшеклассников», А.Г. Грецов;
- методическое пособие для психолога «Уроки психологического развития в средней школе (V-VI классы)», Локалова Н.П.;
- методическое пособие «Тропинка к своему Я: уроки психологии в средней школе (5-6 класс)», О.В. Хухлаева;
- методическое пособие для развития проектного мышления младших подростков «Учимся решать проблемы» Битянова М.Р., Беглова Т.В.;

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.

## **Список литературы.**

1. Битянова М.Р., Беглова Т.В. Учимся решать проблемы: Программа развития проектного мышления у младших подростков. Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов. – 2-е изд., стер. – М.: Генезис, 2007.
2. Венгер Л.А., Венгер А.Л. Домашняя школа мышления. М., 1985
3. Грецов А.Г. Лучшие упражнения для развития креативности. / Учебно-методическое пособие.- СПб., СПбНИИ физической культуры, 2006., – 44 с.
4. Грецов А.Г. Тренинги развития с подростками: Творчество, общение, самопознание», Питер, 2011 г
5. Грецов А.Г. Психологические тренинги с подростками, 2008
6. Локалова Н.П. Уроки психологического развития в средней школе (V-VI классы). – М.: Издательство «Ось-89», 2001г.
7. Матюшкин А.М. Загадки одаренности., М, 1993
8. Тихомирова Л.Ф. Развитие интеллектуальных способностей школьника. Ярославль: «Академия развития», 1997
9. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5-6 класы). – 3-е изд. – М.: Генезис, 2010
10. Психология. – уч. пособие под ред. И.В. Дубровиной, 2000.
11. Основы технологии группового тренинга. Психотехники. – И.В. Вачков, 2003.
12. Как научить детей сотрудничать? – К.Фопель, 2003
13. Сплоченность и толерантность в группе. – К.Фопель, 2002

## **Список литературы для детей и родителей.**

1. Айзенк Г.Ю. Проверьте свои интеллектуальные способности. Рига, 1992
2. Симановский А.Э. Развитие творчества детей, Ярославль, «Академия развития », 1996
3. Федоренко Л.Г. Качества ума (Психология для школьников). – СПб,: КАРО, 2002