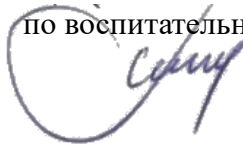


Федеральное государственное казенное общеобразовательное учреждение
«Казанское суворовское военное училище Министерства обороны Российской Федерации»

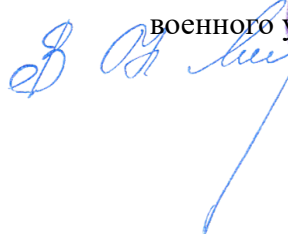
СОГЛАСОВАНО

Заместитель начальника училища
по воспитательной работе
А.Сухих



УТВЕРЖДАЮ

Начальник Казанского суворовского
военного училища
В. Миронченко



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

по курсу _____ "Учимся учиться" _____
курс

_____ общеинтеллектуальное направление _____
направление развития личности обучающегося

_____ 5-9 класс, 1-5 курс _____
класс, курс

составители: Чумаченко Галина Павловна,
Ф.И.О. педагога

Сабилова Лилия Эмерьевна,
Ф.И.О. педагога

Матвеева Марина Геннадьевна
Ф.И.О. педагога

РАССМОТРЕНО

на заседании МО воспитателей и педагогов-организаторов
Протокол №1 от «26» августа 2019 г.

Руководитель:  _____ Шакимов В.Б.

г. Казань
2019г.

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности по социальному направлению, по курсу «Учимся учиться» составлена на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273 ФЗ.

- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (далее ФГОС ООО).

- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 декабря 2015 г. № 1577 «О внесении изменений в Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования».

- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая 2011 г. № 03296 «Об организации внеурочной деятельности при введении Федерального государственного образовательного стандарта общего образования».

- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 декабря 2015 г. № 09-3564 «Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ».

- Постановления главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. № 189 об утверждении СанПин 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

- Устава ФГКОУ «Казанское суворовское военное училище Министерства обороны Российской Федерации» (далее Учреждение).

- Положения о порядке разработки и утверждения рабочей программы внеурочной деятельности.

- Положения об учебно-исследовательской и проектной деятельности 5-8 классов.

- Основной образовательной программы основного общего образования (по ФГОС ООО) учреждения.

- Примерной программы для основной школы, рекомендованной Министерством образования и науки РФ, на основе авторской программы по психологии Е. Г Коблик, О.В. Хухлаевой.

Назначение программы.

Современное общество формирует новую систему ценностей, в которой обладание знаниями является необходимым, но далеко не достаточным результатом образования. Развитие личности в системе образования обеспечивается, прежде всего, через формирование универсальных учебных действий, которые выступают инвариантной основой образовательного и воспитательного процесса. Овладение обучающимися универсальных учебных действий создает возможность самостоятельного успешного усвоения новых знаний, умений и компетентностей, включая организацию усвоения, то есть умения учиться. Учебная деятельность приобретает черты деятельности по саморазвитию и самообразованию.

Актуальность и перспективность программы состоит в том, что современное общество нуждается в человеке, способном мыслить самостоятельно, быть готовым как к индивидуальному, так и к коллективному труду, осознавать последствия своих поступков для себя, для других людей и для окружающего мира.

Человек (особенно это касается формирующейся личности) должен уметь успешно работать в группе, обладать коммуникационной компетентностью, уметь выслушивать коллег и противников, убеждать словом, грамотно отстаивать свою точку зрения, конструктивно взаимодействовать с другими людьми, с окружающим миром, с самим собой.

Ведущими идеями современного обучения являются идеи гуманизации образовательного процесса. В связи с этим большое внимание уделяется личности обучающегося как субъекту

учебного процесса, равноправному партнеру общения. Такой подход к организации образовательного процесса предполагает умение всех участников вести диалог, выбирать необходимые формы и средства общения, позволяющие конструктивно взаимодействовать (сотрудничать) как на уроке, так и во внеурочной деятельности.

В ходе реализации данной программы предполагается проведение групповой работы в форме психологического тренинга и мини-лекций с использованием активных методов обучения.

Периодичность занятий – 1 занятие в неделю в течение учебного года для суворовцев 5-х классов, 1 занятие в две недели в 6-9-х классах.

Общий объем внеклассных занятий **107 часов**.

Продолжительность одного занятия 40 мин.

Программа рассчитана для обучающихся 5-9 классов.

Программа состоит из пяти разделов:

5 класс: Раздел 1. «Познаем себя и других» (35 часов).

6 класс: Раздел 2. «Мыслим-следовательно, существуем» (18 часов).

7 класс: Раздел 3. «Учиться = учить себя» (18 часов).

8 класс: Раздел 4. «Школа лидера» (18 часов).

9 класс: Раздел 5. «Есть такая профессия – Родину защищать» (18 часов).

Реализуется программа в помещениях психологической службы училища:

-кабинет военно-профессиональной ориентации;

-кабинет групповой психологической работы;

-кабинет сенсорного развития и релаксации.

Цели программы:

- развитие важнейшей компетенции личности подростка – «умения учиться», формирования познавательных и коммуникативных универсальных действий, развития творческого потенциала обучающихся;

- формирование психологической готовности к совершению осознанного профессионального выбора с учётом индивидуальных особенностей и возможностей обучающихся;

- формирование у обучающихся активной гражданской позиции, организаторских способностей, развитие лидерских качеств;

- формирование универсальных учебных действий обучающихся через освоение социальных ролей, необходимых для учебно-исследовательской и проектной деятельности; актуальные для данного вида деятельности аспекты личностного развития (умение учиться, готовность к самостоятельным поступкам и действиям, целеустремлённость, самосознание и готовность преодолевать трудности); освоение научной картины мира, понимание роли и значения науки в жизни общества, значимости учебно-исследовательской и проектной работы, инновационной деятельности; овладение методами и методологией познания, развитие продуктивного воображения; развитие компетентности общения;

- общение и сотрудничество обучающихся с группами одноклассников, преподавателей, специалистов за счёт потенциала и многообразия целей, задач, видов учебно-исследовательской и проектной деятельности.

Задачи программы:

- развитие учебного взаимодействия в игровой форме на основе доверия;

- развитие универсальных учебных действий в ходе групповых занятий;

- развитие коммуникативной компетентности в сотрудничестве;

- формирование психологической готовности к профессионально-личностному самоопределению, выбору профиля обучения;

- развитие лидерских и организаторских навыков обучающихся;

- развитие ораторских навыков обучающихся;

- обучение целеполаганию, планированию и контролю;

- овладение приёмами работы с неструктурированной информацией (сбор и обработка,

анализ, интерпретация и оценка достоверности, аннотирование, реферирование, компиляция) и простыми формами анализа данных;

- обучение методам творческого решения проектных задач;
- создание дополнительных условий для успешной социализации и ориентации в мире профессий, в т.ч. военных.

Методы и средства психолого-педагогической диагностики направлены на:

- а) развитие самооценки подростков;
- б) анализ участия в познавательной деятельности;
- в) анализ межличностных отношений в индивидуальной, парной и групповой деятельности;
- г) анализ уровня сформированности активной социальной позиции.

Программа направлена на развитие коммуникативной культуры подростков, повышение образовательного и воспитательного потенциала обучающихся и реализуется в рамках общеинтеллектуального направления внеурочной деятельности на следующих *принципах*:

- принцип диалогического общения со значимым другим, предполагающий равноправное субъектное взаимодействие психолога и обучающихся в педагогическом процессе;
- принцип идентификации как обеспечение условия развития ценностно-смысловой сферы личности подростка;
- принцип совместного решения значимых личностных и общественных проблем как выражение психолого-педагогической поддержки в процессе личностного роста;
- принцип системно-деятельностной организации воспитания как интеграции важнейших компонентов воспитательно-образовательной практики;
- аксиологический принцип как основа формирования системы ценностей подростка.

Планируемые результаты:

1. Познавательные УУД: владение навыками работы с информацией, основными операциями познавательной деятельности.

2. Регулятивные УУД: владение навыками самоорганизации, способность к целеполаганию, выбору стратегии, планированию путей, достижению результатов, самооценке.

3. Коммуникативные УУД: умение излагать свою позицию, понимать позицию собеседника, работать индивидуально и в команде, преодолевать конфликты (формирование регулятивных и коммуникативных УУД осуществляется в ходе тренинга, т.е. определяется формой организации занятий).

Помимо метапредметных, планируется достижение личностных результатов: способности к аргументированной оценке поступков, осознание своих сильных сторон и слабостей, уважительно-доброжелательное отношение к партнерам и оппонентам, способность осуществлять осознанный и ответственный выбор. Этих результатов можно достичь за счет синергетического эффекта командного взаимодействия.

Личностные результаты освоения образовательной программы:

1) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду;

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

3) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

4) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах;

5) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе

личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

6) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной деятельности;

7) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.

Метапредметные результаты освоения образовательной программы отражают:

1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

3) умение 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) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

6) умение находить и определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, критически мыслить, анализировать, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

8) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с психологом и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

9) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

Формы организации программы «Учимся учиться»

-беседа;

-мини-лекция;

-телесно-ориентированные упражнения;

-ролевая игра;

-моделирование ситуаций;

-развивающие игры;

-познавательные упражнения и практикумы;

-метод арт-терапии;

-проектная деятельность;

-компьютерная диагностика и анкетирование.

Формы учета результатов освоения программы:

В процессе оценки достижения результатов планируется использование следующих диагностических материалов:

– результаты психологического наблюдения;

– результаты самоанализа и самооценки;

- тесты интеллекта;
- результаты учебной деятельности (динамика текущей успеваемости по предметам);
- результаты интервью преподавателей-предметников;
- творческие продукты обучающихся: проекты, исследовательские и творческие работы.

Содержание программы внеурочной деятельности «Учимся учиться»

1 КУРС (5 КЛАСС)

РАЗДЕЛ 1. «ПОЗНАЕМ СЕБЯ И ДРУГИХ» (35 ЧАСОВ)

Тема 1. Проектная деятельность (4 часа)

Понятие проектной деятельности. Типология проектов. Шаблон паспорта проекта. Выбор темы проекта и проблемы исследования. Критерии выбора темы проекта. Как формулировать актуальность проекта, цели и задачи. Гипотеза, методы исследования. Продукты проектной деятельности. Этапы работы над проектом. Консультации суворовцев по выполнению проектной работы (по отдельному плану). Презентация проекта. Защита проекта на тему «Моя семья».

Тема 2. Введение в мир психологии (2 часа)

Добро пожаловать в психологию. Выработка и принятие правил группового общения. Мы группа, ритуал приветствия и прощания. Упражнение «Снежный ком». Развитие позитивного общения и взаимодействия друг с другом с помощью мультисенсорной среды. Сплочение группы. Игра «Ассоциация». Упражнения: «Нарисуй по памяти», «33», «Самый внимательный», «Зачеркни букву...».

Работа в сенсорной комнате. Релаксация, диагностика эмоциональных проявлений, концентрация внимания, тренировка воображения, формирование позитивного мировосприятия.

Тема 3. Я – это я (4 часа)

Развитие понятийного мышления, расширение кругозора. Тренировка наблюдательности, памяти, внимания и развитие воображения. Возможность реализовать свои творческие способности с элементами арт-терапии. Знаю ли я, что обозначает мое имя? Нравится ли мне мое имя? Есть ли мои тезки среди известных людей? Как имя влияет на мое поведение в жизни? Упражнения: «20 – Я», «Угадай о ком речь». Нарисуй «Автопортрет». Изготовление визитки. Что я знаю о себе? Какими я обладаю качествами, способностями, возможностями. Упражнения: «Угадай, чей голосок», «Те, кто...», «Кого загадал ведущий».

Работа в сенсорной комнате. Релаксация, снятие мышечного напряжения, стабилизация эмоционального фона.

Что я люблю, ценю, принимаю в себе, а что нет. Что дает мне чувство внутренней уверенности в себе.

Работа в сенсорной комнате. Релаксация, визуализация, погружение в мир мечты и сказки.

Тема 4. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства (9 часов)

Развитие речи, формирование логического умозаключения. Какие ты знаешь чувства? Упражнение - «Ассоциации». Что такое Эмоции? Упражнение «Угадай эмоцию». Как справиться с гневом? Упражнение «Эмоции в моем теле». Что такое агрессия? Для чего ее нужно контролировать? Понятие «конструктивная агрессия». Упражнение «Притча о змее». Работа в группах – Размышления о способах поведения в конфликте: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта, «Конструктивное разрешение конфликтов». «Конфликт как возможность развития». Диалог за круглым столом. Зачем нужны миротворцы? 17 шагов выхода из конфликта.

Релаксация. Работа с песком. Погружение в мир чувств. Активация внутренних ресурсов участников. Снятие эмоционального и мышечного напряжения. Дыхательные упражнения.

Тема 5. Я и мой внутренний мир (10 часов)

Формирование алгоритмов построения выводов. Реализация умений работать в команде. Каждый имеет право на собственную точку зрения. Что такое уважать мнение другого? Арт-терапия - рисование под музыку «Пристанище для души». Цвет моего настроения. Упражнение на сплочение и поднятия командного духа в группе «Улучшатель настроения» презентация. Упражнение «Орехи». Беседа обсуждение упражнения. Упражнение «Легкие пути ведут в тупик». Упражнение «Уникальность каждого». Творческая работа «Шаблон». Работа со сказкой «Напиши и покажи». Чем можно гордиться, самоанализ «Умею ли я слушать» (тест). Упражнение «Чему я научился?». Обсуждение выполненного задания. В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется. Расскажи о своей трудной ситуации в жизни.

Релаксация. Снятие эмоционального и мышечного напряжения. Дыхательные упражнения.

Тема 6. Я и Ты (3 часа)

Развитие речи, формирование навыка вести дискуссии, отстаивать свою точку зрения. Умение выслушать собеседника и аргументировать свой ответ. Обсуждение понятие «Друг». Для чего нужны друзья и нужно ли ценить дружбу? Противопоставление себя другим. Человеческие качества, которые способствуют и мешают дружбе. Творческая работа «Футболка с надписью» Упражнение «Только вместе». Творческая работа – изготовление «Талисмана» для друга. Беседа о доверии и сплочении. Упражнение «Тест на доверие».

Релаксация. Снятие эмоционального и мышечного напряжения. Дыхательные упражнения.

Тема 7. Мы начинаем меняться (3 часа)

Освоение технологии учебного проекта. Развитие способности к целеполаганию. Диалог в кругу друзей. Самое важное – захотеть меняться. Упражнение - «Пожелание». Взгляд со стороны. Анкета. Письмо будущему суворовцу («Подари улыбку миру», выпуск психологической газеты: «Мы пятиклассники»).

Релаксация. Снятие эмоционального и мышечного напряжения. Дыхательные упражнения. Активация внутренних ресурсов участников.

2 КУРС (6 КЛАСС)

РАЗДЕЛ 2. «МЫСЛЮ – СЛЕДОВАТЕЛЬНО, СУЩЕСТВУЮ» (18 ЧАСОВ).

Тема 1. Проектная деятельность (3 часа)

Типология проектов. Выбор темы проекта и проблемы исследования. Критерии выбора темы проекта. Как формулировать актуальность проекта, цели и задачи. Гипотеза, методы исследования. Внутренние и внешние продукты проектной деятельности. Этапы работы над проектом. Презентация проекта. Требования и подготовка публичного выступления. Консультации суворовцев по выполнению проектной работы (по отдельному плану). Защита проекта на тему «Пешком по городу Казани».

Тема 2.

Я и мы (1 час)

Выявление мотивов участников группы. Выработка и принятие правил группового общения. Ваш социальный мир. Что такое доверие? Нужно ли доверие? Сплочение группы.

Тема 3. Развиваем интеллект (2 часа)

Операции формальной логики. Диагностика уровня сформированности формально-логических умений. Развитие памяти, речи, воображения, оригинальности мышления. Осознание того, что способность к интеллектуальной деятельности является существенным признаком человеческого сознания. Воспитание уважения к интеллектуальной деятельности человека.

Работа в сенсорной комнате. Упражнения на снятие мышечного напряжения.

Тема 4. Сила ума (2 часа)

Диагностика и развитие умений работать с понятиями (определять объем, выделять общее и частное, существенные признаки, устанавливать функциональные отношения между понятиями, классифицировать, обобщать, исключать лишнее). Формирование навыков оценивания результатов своей деятельности. Развитие умения работать в команде.

Тема 5. Школа Шерлока Холмса» (4 часа)

Развитие наблюдательности и дедукции. Развитие способности к умозаключению. Формирование алгоритмов построения выводов. Выполнение групповых заданий по разгадыванию детективных ситуаций. Развитие умения работать в команде. Знакомство с видами восприятия. Восприятие пространства, движения, времени. Тренировка наблюдательности. Развитие способности целостного восприятия объекта, внимательности, наблюдательности. Развитие групповой сплоченности, умения оказывать поддержку партнерам.

Тема 6. Уроки Цицерона (2 часа)

Развитие речи. Формирование навыков ведения дискуссии, аргументировано отстаивать свою точку зрения, вести дискуссию, полемику, дебаты. Развитие навыков группового взаимодействия, умения противостоять групповому давлению, конструктивного поведения в конфликте.

Работа в сенсорной комнате. Упражнения на снятие эмоционального напряжения.

Тема 7. Пути познания (2 часа)

Формирование умений извлекать информацию. Получение знаний о документе, алгоритмах информационного поиска. Развитие умения работать в команде.

Тема 8. Свой мир мы строим сами (2 часа)

Развитие навыков командной деятельности. Развитие способности к целеполаганию и целедостижению. Групповая работа над изготовлением памятки, газеты, презентации. Развитие умения работать в команде.

3 КУРС (7 КЛАСС)

РАЗДЕЛ 3. «УЧИТЬСЯ = УЧИТЬ СЕБЯ». (18 ЧАСОВ)

Тема 1. Проектная деятельность (3 часа)

Выбор темы проекта и проблемы исследования. Критерии выбора темы проекта. Формулировка актуальности проекта, целей и задач. Гипотеза, методы исследования. Теоретические основания исследования. Структура проекта. Продукты проектной деятельности. Этапы работы над проектом. Консультации суворовцев по выполнению проектной работы (по отдельному плану). Презентация проекта. Требования и подготовка публичного выступления. Защита проекта на тему «Я и моя команда».

Тема 2.

Есть такая профессия – ученик (1 час)

Основа умения учиться: воля, трудолюбие и способности. Индивидуальность в учении. Индивидуальные способности. Характеристика профессии ученик: предмет труда, результаты труда. Как выработать у себя силу воли? Упражнение-анкета «Умеете ли вы учиться?». Тест «Волевой ли вы человек?» Рекомендации по коррекции индивидуальных особенностей.

Тема 3. Пять САМО в учении (3 часа)

Первое «Само» - целеполагание. Второе «Само» - планирование. Третье «Само» - организация. Четвертое «Само» - усвоение. Пятое «Само» - контроль.

Потребности и мотивы в учебной деятельности. Планирование в самообразовании. Правила организации умственной деятельности. Процесс усвоения. Восприятие и внимание. Упражнения для тренировки внимания. Рекомендации по самоконтролю.

Работа в сенсорной комнате.

Тема 4. Что помогает нам учиться (3 часа)

Понимание. Понимание слова, предложения, текста, речи. Ступени понимания. Условия понимания и причины непонимания. Тайны хорошей памяти. Кривая забывания. Основные черты мышления: продуктивность, оригинальность, любознательность». Рекомендации «Как развивать мышление». Проба умственных сил.

Способность к анализу и синтезу. Скорость протекания мыслительных процессов, выделение существенных признаков понятий. Способность к обобщению на математическом и словесном материале.

Работа в сенсорной комнате.

Тема 5. Самопознание (2 часа)

Самооценка и уровень притязаний. «Кто Я?», «Какой Я?», «Самый-самый», «Успех – это...». Темперамент и профессия. Темперамент и НС. Стресс. Уровень внутренней свободы. Что я знаю о своих возможностях. Оценка учебных ситуаций. Мои психологические особенности. Уровень притязаний.

Тема 6. Психология и мир профессий (6 часов)

Классификации профессии. Признаки профессии. Формула профессии. Профессия, специальность, должность. Интересы и склонности в выборе профессии. Определение профессионального типа личности. Профессионально важные качества. Профессия и здоровье. Закрепление навыков работы в команде, распределения ролей в группе. Развитие умения ставить цели, добиваться их в процессе выполнения задания. Групповая работа «Моя будущая профессия» в программе фото-шоу.

4 КУРС (8 КЛАСС)

Раздел 4. «Школа лидера» (18 часов)

Тема 1. Проектная деятельность (3 часа)

Выбор темы проекта и проблемы исследования. Критерии выбора темы проекта. Формулировка актуальности проекта, целей и задач. Гипотеза, методы исследования. Теоретические основания исследования. Структура проекта. Продукты проектной деятельности. Этапы работы над проектом. Консультации по выполнению проектной работы (по отдельному плану). Презентация проекта. Требования и подготовка публичного выступления. Критерии оценивания проектной деятельности. Защита проекта на тему «Мой выбор».

Тема 2. Найди в себе лидера (4 часа)

Разбуди в себе лидера. Упражнение «Слепая геометрия». Знакомство с 1 законом лидера – «Лидер видит будущее».

Лидер и порядок. 2 закон лидера - «Быть успешным, значит, быть дисциплинированным». Упражнения: «Гарелка», «Встаньте вместе», «Джеффа».

Основная компетенция лидера – самопознание. Упражнение-разминка «Хлопки по кругу». Упражнение «Опыт и знания». Тест «Кто из нас лидер?». 3 закон лидера – «Лидер обладает мудростью». Мозговой штурм «Как стать успешным лидером?»

Работа в сенсорной комнате. Профилактика психоэмоциональных нагрузок.

Тема 3. Мастерство общения – секрет лидера (3 часа)

Лидер – патриот. Тест «Как я ориентируюсь в различных ситуациях?» 4 закон лидера – «Лидер обладает мужеством». Работа в группах – составление портрета уверенного, неуверенного и самоуверенного человека. Упражнения «Слепой и поводырь», «Я лучше всех».

Скромность – достоинство лидера. 5 закон лидера – «Лидер обладает скромностью». Знакомство с произведением «Почему светит солнце». Тест «Умеете ли вы слушать?» Упражнение «Атомы и молекулы».

«Лидер – человек действия». Информирование: 6 закон лидера – «Лидер умеет принимать решения». Игра «Необитаемый остров». Упражнение «Спиной к спине».

Тема 4. Лидер 21 века – какой он? (4 часа)

«Лидер и его команда». Упражнение – разминка «Шурум – бурум». 7 закон лидера – «Лидер умеет создать команду». Игра «Воздушный шар». Упражнения: «Умей сказать «Нет», «Связующая нить».

«Лидер и доверие». Упражнение - разминка «Фью-фью». 8 закон лидера – «Лидер должен быть в доверии». Работа в группах «Выбираем стиль руководства». Мозговой штурм «Как поменять авторитарный стиль руководства на демократический?» Упражнение «Травинка».

«Лидер – способный руководитель». Упражнение – разминка «Слон – пальма - крокодил». 9 закон лидера – «Лидер развивает в себе способности руководителя». Упражнение «Составление портрета лидера». Упражнение – разминка «Сантики – фантики». 10 закон лидера – «Лидер излучает вдохновляющую силу». Упражнения: «Самопрезентация», «Лодка», «Свеча».

Работа в сенсорной комнате. Профилактика психоэмоциональных нагрузок.

Тема 5. Технология личностного и профессионального самоопределения (4 часа)

Мои возможности в выборе будущей профессии. Самооценка и уровень притязаний. Темперамент и профессия. Свойства нервной системы. Наиболее предпочтительные направления профессиональной деятельности для каждого типа темперамента. Упражнения «Тип темперамента и типы профессий», «Успех – это...».

Интересы и склонности в выборе профессий. Различие интересов по содержанию, глубине, длительности. Зависимость способности проявлять интерес от типа темперамента. Связь психологического типа личности и профессии.

Профессия и карьера. Стратегии выбора профессии. Личный профессиональный план. Упражнение «Профессия военного – требуемые качества». Визуально-рефлексивное упражнение «Призвание».

Групповая работа «Планирование профессиональной карьеры».

5 КУРС (9 КЛАСС)

РАЗДЕЛ 5. «ЕСТЬ ТАКАЯ ПРОФЕССИЯ – РОДИНУ ЗАЩИЩАТЬ» (18 ЧАСОВ)

Тема 1. Технология проектной деятельности (4 часа)

Выбор темы проекта и проблемы исследования. Формулировка актуальности проекта, целей и задач. Гипотеза, методы исследования. Теоретические основания исследования. Структура проекта. Продукты проектной деятельности. Этапы работы над проектом. Презентация проекта. Критерии оценивания проектной деятельности. Требования и подготовка публичного выступления. Консультации по выполнению проектной работы (по отдельному плану).

Работа в сенсорной комнате. Профилактика психоэмоциональных нагрузок.

Тема 2. Профессия «офицер» (4 часа)

Понятие профессия «офицер». Анализ профессий. Условия получения профессии. Дискуссия на тему «Мой выбор – моё призвание». Здоровье и выбор профессии. Свойства нервной системы, их взаимосвязь с индивидуальными особенностями поведения личности, значение нервной системы в профессиональной деятельности. Диагностика типа нервной системы «Теппинг-тест»,

профессиональный тип личности. Профессионально-важные качества, предъявляемые к профессии «Офицер». Способности и профессиональная пригодность.

Работа в сенсорной комнате. Профилактика психоэмоциональных нагрузок.

Тема 3. «Мой первый серьезный экзамен ОГЭ» (3 часа)

Процедура экзамена, анкетный опрос «Знаю ли я процедуру ОГЭ?». Упражнение «Самое трудное». Изучение отношения учащихся к ОГЭ, осознание учащимися «-» и «+». Упражнения «Две стороны медали», «Уверенность на экзамене», «Уверенность живёт во мне». Отработка навыков психологической подготовки к экзаменам, повышение уверенности в себе, в своих силах при сдаче экзаменов. «Запомнить всё и сдать ОГЭ». Упражнение «Приёмы памяти».

Работа в сенсорной комнате. Профилактика психоэмоциональных, умственных нагрузок

Тема 4 Психологическая подготовка к ОГЭ (3 часа)

Положительный настрой - 50% успеха. Научить избавляться от мешающих и неприятных эмоций. Упражнения: «Мышечная релаксация», «Состояние тревоги и покоя», «Мои ресурсы», «Мне это может помочь на экзамене», «Учимся держать себя в руках и расслабляться».

Работа в сенсорной комнате. Профилактика психоэмоциональных, умственных нагрузок.

Тема 5. «Профессия и специальность» (2 часа)

«Профессия», «Специальность». «Хочу – могу – надо» - необходимые условия правильного выбора. Ошибки в выборе профессии. Анализ различий между понятиями «Профессия» и «Специальность». Деловая интеллектуально-психологическая игра «В мире военных профессий».

Тема 6. «Построение профессиональной карьеры» (2 часа)

Мотивация, цели и потребности в карьере военного. Понятие должности. Построение и обоснование обучающимися вариантов будущей карьеры. Внутренняя и внешняя оценка карьеры. Цели собственной будущей карьеры. Планирование самообразования, необходимого для успешного профессионального роста. Диспут на тему: «Карьера офицера – это мой выбор». Написание эссе «Военная карьера – это престижно». Дискуссия по результатам выполненных заданий.

Тематический план

№ п/п	Наименование отдельных разделов, тем	Количество часов
1 КУРС (5 КЛАСС)		
РАЗДЕЛ 1. «ПОЗНАЕМ СЕБЯ И ДРУГИХ» (35 ЧАСОВ)		
Тема 1. Проектная деятельность		4
1	Ознакомление с технологией проектной деятельности	2
2	Этапы работы над проектом.	1
3	Составление плана работы над проектом.	1
4	Консультации до защиты проекта	
5	Защита проекта	
Тема 2. Введение в мир психологии		2
6	В мире психологии	1
7	Работа в сенсорной комнате	1
Тема 3. Я – это я.		4
8	Мое имя	1
9	Я – могу. Работа в сенсорной комнате	1
10	Я и мои «колючки»	1
11	Я мечтаю. Работа в сенсорной комнате	1
Тема 4. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства.		9
12	Чувства бывают разные	1
13	Эмоции	1
14	Работа в сенсорной комнате	1
15	Агрессия	1
16	Работа в сенсорной комнате	1
17	Конфликт	1
18	Миротворцы	1
19	Учимся договариваться	1
20	Работа в сенсорной комнате	1
Тема 5. Я и мой внутренний мир.		10
21	Каждый видит мир и чувствует по-своему	1
22	Диагностика (Цветовой тест Люшера)	1
23	Работа в сенсорной комнате	1
24	Я - индивидуальность	1
25	Само - «Цвет моего настроения»	1
26	Моя уникальность заключается во мне	1
27	Мои сильные и слабые стороны	1
28	Чему я научился	1
29	Трудные ситуации	1
30	Работа в сенсорной комнате	1
Тема 6. Я и Ты.		3
31	Я считаю тебя другом	1
32	Хорошо, когда вместе	1
33	Работа в сенсорной комнате	1
Тема 7. Мы начинаем меняться.		3
34	Нужно ли человеку меняться?	1
35	Мне есть чем поделиться	1
36	Работа в сенсорной комнате	1
	Итого	35

№ п/п	Наименование отдельных разделов, тем	Количество часов
2 КУРС (6 КЛАСС)		
РАЗДЕЛ 2.«МЫСЛЮ – СЛЕДОВАТЕЛЬНО, СУЩЕСТВУЮ» (18 ЧАСОВ)		
Тема 1. Проектная деятельность		3
1	Технология проектной деятельности	1
2	Этапы работы над проектом	1
3	План работы над проектом	1
4	Консультации до защиты проекта	
5	Защита проекта	
Тема 2. Я и мы		1
6	Понимаем ли мы друг друга	1
Тема 3. Развиваем интеллект		2
7	Интеллектуальные игры на развитие мышления	1
8	Профилактика психофизических, умственных и эмоциональных нагрузок с помощью мультисенсорной среды	1
Тема 4. Сила ума		2
9	Упражнения на развитие способности целостного восприятия объекта, на развитие внимания, памяти, логического мышления	1
10	Конкурс «Развиваем логику!»	1
Тема 5. Школа «Шерлока Холмса»		4
11	Метод Шерлока Холмса: как развивать наблюдательность и дедукцию	1
12	Учимся наблюдать осмысленно	1
13	Командный турнир «Загадки Шерлока Холмса»	1
14	Профилактика психофизических, умственных и эмоциональных нагрузок с помощью мультисенсорной среды	1
Тема 6. Уроки Цицерона		2
15	Искусство спора	1
16	Ролевая игра «Учимся ораторскому искусству»	1
Тема 7. Путь познания		2
17	Интеллектуальная сюжетная игра «Найди клад» (часть 1-я)	1
18	Интеллектуальная сюжетная игра «Найди клад» (часть 2-я)	1
Тема 8. Свой мир мы строим сами		2
19	Индивидуальная работа над изготовлением памятки, газеты, презентации	1
20	Групповая работа над изготовлением памятки, газеты, презентации	1
	Итого:	18
3 КУРС (7 КЛАСС)		
РАЗДЕЛ 3. «УЧИТЬСЯ = УЧИТЬ СЕБЯ». (18 ЧАСОВ)		
Тема 1. Проектная деятельность		3
1	Технология проектной деятельности	1
2	Деятельность по решению проблем	1
3	Составление плана работы над проектом	1
4	Консультации до защиты проекта	
5	Защита проекта	
Тема 2. Есть такая профессия – ученик		1

6	Учиться = учить себя	1
Тема 3. Пять «Само» в учении»		3
7	Первые три «Само» в учении	1
8	«Само» - усвоение, «Само» - контроль	1
9	Профилактика психофизических, умственных и эмоциональных нагрузок с помощью мультисенсорной среды	1
Тема 4. Что помогает нам учиться		3
10	Понимание	1
11	Тайны хорошей памяти	1
12	Проба умственных сил	1
Тема 5. Самопознание		2
13	Профилактика психофизических, умственных и эмоциональных нагрузок с помощью мультисенсорной среды	1
14	Самооценка и уровень притязаний	1
Тема 6. Психология и мир профессий		6
15	Классификация профессий. Признаки профессий	1
16	Определение профессионального типа личности	1
17	Интересы, склонности и выбор профессии	1
18	Обобщающее занятие «Что я знаю о профессиях»	1
19	Групповая работа «Моя будущая профессия»	1
20	Представление работы «Моя будущая профессия»	1
	Итого:	18
4 КУРС (8 КЛАСС)		
РАЗДЕЛ 4. «ШКОЛА ЛИДЕРА» (18 ЧАСОВ)		
Тема 1. Проектная деятельность		3
1	Технология проектной деятельности	1
2	Самоанализ и рефлексия	1
3	Составление плана работы над проектом	1
4	Консультации до защиты проекта	
5	Защита проекта	
Тема 2. Найди в себе лидера		4
6	Разбуди в себе лидера	1
7	Лидер и порядок	1
8	Основная компетенция лидера - самопознание	1
9	Профилактика психофизических, умственных и эмоциональных нагрузок с помощью мультисенсорной среды	1
Тема 3. Мастерство общения – секрет лидера		3
10	Лидер - патриот	1
11	Лидер - человек действия	1
12	Профилактика психофизических, умственных и эмоциональных нагрузок с помощью мультисенсорной среды	1
Тема 4. Лидер 21 века – какой он		4
13	Лидер и его команда	1
14	Лидер и доверие	1
15	Лидер – способный руководитель	1
16	Профилактика психофизических, умственных и эмоциональных нагрузок с помощью мультисенсорной среды	1
Тема 5. Технология личностного и профессионального самоопределения		4

17	Мои возможности в выборе будущей профессии	1
18	Интересы и склонности в выборе профессий	1
19	Групповая работа «Планирование профессиональной карьеры»	1
20	Защита работы «Планирование профессиональной карьеры»	1
	Итого:	18
5 КУРС (9 КЛАСС)		
РАЗДЕЛ 5. «ЕСТЬ ТАКАЯ ПРОФЕССИЯ – РОДИНУ ЗАЩИЩАТЬ» (18 ЧАСОВ)		
Тема 1. Проектная деятельность		4
1	Методы учебных проектов и его возможности	1
2	Классификация проектов. Структура проекта	1
3	Оценка эффективности проектной деятельности	1
4	Профилактика психофизических, умственных и эмоциональных нагрузок с помощью мультисенсорной среды	1
5	Консультации до защиты проекта	
6	Защита проекта	
Тема 2. Профессия «офицер»		4
7	Я выбираю профессию «Офицер»	1
8	Здоровье и выбор профессии	1
9	Важно сделать правильный выбор	1
10	Профилактика психофизических, умственных и эмоциональных нагрузок с помощью мультисенсорной среды	1
Тема 3. Мой первый серьезный экзамен ОГЭ		3
11	Процедура ОГЭ	1
12	Стратегии успешной подготовки к ОГЭ	1
13	Профилактика психофизических, умственных и эмоциональных нагрузок с помощью мультисенсорной среды.	1
Тема 4. Психологическая подготовка к ОГЭ		3
14	Саморегуляция познавательной деятельности	1
15	Саморегуляция эмоционального состояния	1
16	Профилактика психофизических, умственных и эмоциональных нагрузок с помощью мультисенсорной среды.	1
Тема 5. Профессия, специальность		2
17	«Хочу-могу-надо»	1
18	Играем и учимся	1
Тема 6. Построение профессиональной карьеры		2
19	Карьера офицера – это мой выбор	1
20	Мотив сделать карьеру	1
	Итого:	18
	ИТОГО:	107

Рекомендуемая литература

1. Вилкова Н.Н., Зейналова Л.Н. Планирование работы психолога по сопровождению реализации ФГОС // Справочник педагога-психолога 2012, № 4. – С.8 – 21:
2. Выготский Л.С. Проблема обучения и умственного развития в школьном возрасте// Выготский Л.С. Педагогическая психология/ Под ред. В.В.Давыдова. М.: Педагогика, 2011. – с.374-390
3. Зиновьева М.В., Никифорова Г.В. Специфика деятельности педагога-психолога в условиях введения ФГОС // Справочник педагога-психолога 2012, № 4. – С.4 – 8:
4. Организация деятельности психолого-педагогического сопровождения в системе образования в условиях реализации ФГОС / Сост. О.А.Драганова, М.И. Калараш, И.В. Климова. – Липецк: ЛИРО, 2014. – 68с.
5. Применение психодиагностического инструментария педагогами-психологами в рамках сопровождения внедрения ФГОС // Клюева Т.Н., Бубнова Ю.В., Ларина Т.В. и др. / Под общей редакцией Клюевой Т.Н. – Самара: Региональный социопсихологический центр, 2011. – 104 с.
6. Селевко Г.К. Научи себя учиться. –М. Народное образование, 2013.
7. Талызина Н.Ф. Педагогическая психология: учеб. пособие // <http://www.bsu.ru/>.

Материально-техническое обеспечение курса внеурочной деятельности:

Компьютер, проектор, листы бумаги А4, бланки диагностик, цветные карандаши.

