

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Самарской области средняя общеобразовательная школа пос. Чапаевский  
муниципального района Красноармейский Самарской области

«ПРОВЕРЕНО»

Зам. директора по УР

\_\_\_\_\_ Л.А. Мастерова

29.08.2022г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБОУ СОШ пос. Чапаевский

\_\_\_\_\_ С.Н. Петровская

Приказ № 132-од от 30.08.2022 г..

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет (курс) «Зеркало души»

Класс 5

Количество часов 34 часа в год, 1 час в неделю.

Рассмотрено на заседании МО учителей гуманитарного цикла

Протокол №5 от 15.06.2022 г.

Председатель МО Рузова Ю.В.

п. Чапаевский

2022 год

### **Пояснительная записка.**

У каждого ребенка имеются свои школьные и социальные проблемы и трудности, но подростков объединяет то, что в этом возрасте на первый план выходят проблемы общения и самопознания. Центральное личностное новообразование периода отрочества — становление нового уровня самосознания, «Я-концепции». Этот новый уровень характеризуется стремлением понять себя, свои возможности и особенности, свое сходство с другими людьми и свое отличие — уникальность и неповторимость.

У младших подростков активно развивается самостоятельность мышления, что позволяет рассматривать этот возраст как сензитивный период для развития творческого мышления. Развитие рефлексии — способности делать предметом своей мысли саму мысль, — дает средство, с помощью которого подросток может размышлять о себе, т. е. делает возможным развитие самосознания.

Занятия с психологом призваны помочь школьнику наиболее полно реализовать свои познавательные и личностные возможности, выработать эффективные, конструктивные способы преодоления трудностей, что необходимо для полноценного перехода к взрослости.

В работе с подростками отдается предпочтение групповой форме проведения психологических занятий, т.к. общение со сверстниками воспринимается подростками как нечто очень важное и личностное и является ведущей деятельностью данного возраста.

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

#### **Основные принципы программы:**

**Основной целью программы** является оказание психолого-педагогической помощи подросткам в формировании собственного «Я», а также в подготовке их к самостоятельной жизни.

#### **Задачи программы:**

##### *Обучающие:*

- Обучение принятию самого себя и других людей;
- Формирование умения осуществлять различные умственные действия;
- Формирование коммуникативной компетентности в сотрудничестве.

##### *Развивающие:*

- Осознание креативности в себе и ее развитие;
- Развитие рефлексии;
- Развитие самостоятельности детей, способности к рассуждению.

##### *Воспитательные:*

- Содействие принятию школьником на себя ответственности за свои поступки;
- Формирование психологической культуры для обеспечения эффективного взаимодействия в социуме;
- Формирование потребности в самоизменении и личностном росте.

#### **Отличительная особенность.**

Программа «Зеркало души» сочетает элементы традиционного урока с игровыми и тренинговыми фрагментами. Предлагаемые занятия способствуют познавательной активности, творческих и коммуникативных способностей учащихся. Кружковая деятельность строится так, чтобы ребёнок почувствовал, что учение и общение — это радость, а не долг или проблема. Занятия по психологии помогут учащимся 5-6 классов не только разобраться в своих чувствах и желаниях, на новом уровне научиться строить

взаимоотношения с окружающими, но и устранить некоторые трудности в обучении за счет развития интеллектуальных способностей.

- *Принцип гуманизации* – опора на возможности и ресурсы подростка, акцент на самоопределение.
- *Принцип индивидуализации* – учет индивидуальных и возрастных особенностей учащихся при выборе форм и методов работы.
- *Принцип системной дифференциации*. Когнитивно - личностные структуры обладают внутренним потенциалом развития, так как: формирование обобщенных знаний о способах интеллектуальных действий стимулирует потребность в их использовании для получения новых конкретных впечатлений, фактов, знаний.
- *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 - 40 минут. Программа рассчитана на учебный год и состоит из 34 занятий для 5 классов.

**Формы занятий:** групповые.

На занятиях используются разнообразные и взаимодополняющие **методы и приемы:**

- психологическое информирование;
- ролевые методы;
- формирования (развития) творчества;
- коммуникативные игры;
- соревновательный метод;
- терапевтические метафоры;
- тренинги внимания, памяти и других мыслительных операций;
- когнитивные методы;
- диагностика;
- дискуссии;
- сказкотерапевтические упражнения;
- арт-терапия.

### ***Содержание программы***

Содержание программы направлено на создание условий для личностного развития обучающегося, а также имеет практико-ориентированную направленность: в ней использованы как оригинальные разработки авторов, так и хорошо известные психологические упражнения и игры, головоломки, ребусы, психотехники.

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

По своей структуре урок 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. Также сюда входит изучение некоторых важных для подросткового возраста психологических понятий, игры, позволяющие развивать способности в общении, помогающие самоутвердиться, попробовать разные роли, тематические дискуссии, работа со сказками и психотехнические упражнения.

**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. В этой части подростки учатся пользоваться речевым общением, учатся проявлять свои эмоциональные ощущения, учатся признавать себя личностью.

### **Ожидаемые результаты.**

#### **Универсальные учебные действия:**

*Личностные результаты.* Предполагается, что в результате прохождения программы, ее участники осознают феномен творчества, скорректируют собственное поведение, разовьют умения и навыки управления механизмами, обуславливающими их успешное функционирование, что может быть использовано для развития гибкости, прочности, восприимчивости мышления, выработки стратегии решения жизненных проблем.

*Регулятивные умения.* У школьников улучшатся способности к организации своей деятельности и управлению ею, сможет осознавать причины своих поступков, регулировать свое поведение и гибко взаимодействовать с внешним миром.

*Познавательные результаты:* познание внутреннего мира личности, умение находить ответы на вопросы, делать выводы в результате совместной работы, устанавливать закономерности, выделять существенные признаки и несущественные, анализировать, обобщать, сравнивать, классифицировать.

#### **Результативность определяется посредством:**

- психолого-педагогического наблюдения;
- анализа результатов анкетирования;
- мониторинг, включающий самооценку обучающегося, ведение творческого дневника обучающегося.

### **Тематическое планирование**

| N п/п | Тема занятия                                | Кол-во часов |
|-------|---|--------------|
| 1.    | Введение в программу. Что такое психология? | 1            |
| 2.    | Я – это Я!                                  | 1            |
| 3.    | Общество людей.                             | 1            |
| 4.    | Развиваем внимание и мышление.              | 1            |
| 5.    | Я имею право чувствовать.                   | 1            |
| 6.    | Я имею право выражать свои эмоции.          | 1            |
| 7.    | Развитие пространственных представлений.    | 1            |
| 8.    | Я и мой внутренний мир.                     | 1            |
| 9.    | Развитие внутреннего плана действия.        | 1            |
| 10.   | Кто в ответе за мой внутренний мир?         | 1            |

|               |  |                |
|---------------|--|----------------|
| 11.           | Установление закономерностей и развитие гибкости мышления. | 1              |
| 12.           | Я и ты.  | 1              |
| 13.           | Мы начинаем меняться.                                      | 1              |
| 14.           | Как работать с книгой.                                     | 1              |
| 15.           | Агрессия и ее роль в моей жизни.                           | 1              |
| 16.           | Развиваем внимание, учимся сравнивать.                     | 1              |
| 17.           | У меня появилась агрессия.                                 | 1              |
| 18.           | Как реагировать на агрессию?                               | 1              |
| 19.           | Существенное и несущественное.                             | 1              |
| 20.           | Развиваем внимание и логическое мышление.                  | 1              |
| 21.           | Развиваем умение различать виды поведения.                 | 1              |
| 22.           | Познание своего поведения.                                 | 1              |
| 23.           | Развиваем умение различать виды поведения.                 | 1              |
| 24.           | Учимся договариваться.                                     | 1              |
| 25.           | Развиваем логическое мышление.                             | 1              |
| 26.           | Уверенность в себе.  | 1              |
| 27.           | Учимся сравнивать.   | 1              |
| 28.           | Конфликты.   | 1              |
| 29.           | Учимся сотрудничать.                                       | 1              |
| 30.           | Учимся договариваться и уступать.                          | 1              |
| 31.           | Развиваем логическое мышление.                             | 1              |
| 32.           | Учимся решать проблемы вместе.                             | 1              |
| 33.           | Мои достоинства и недостатки.                              | 1              |
| 34.           | Итоговое занятие. Я повзрослел.                            | 1              |
| <b>Итого:</b> |  | <b>34 часа</b> |

**Методическое обеспечение программы.** Организационно-методические аспекты работы по программе «Зеркало души» предусматривают организацию специальной пространственно-предметной среды. Для проведения занятий желательно наличие специального помещения, пригодного как в качестве традиционного учебного класса, так и в качестве игровой аудитории.

Оборудование: 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).

Программа «Тренировка для ума» должна быть обеспечена такими методическими материалами, как:

- методическое пособие для психолога «Уроки психологического развития в средней школе (V-VI 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.

| <b>Диагностический инструментарий</b>   | <b>Цель</b>  |
|---|--|
| - Школьный тест освоенности мышления учащихся 5 класса (ШТОМ – 5)<br>- «Восмицветовой тест М.Люшера»; | Определение уровня развития мыслительных операций.<br>Определение особенности эмоциональной сферы. |
| - тест межличностных отношений;   | Изучение психологического климата коллектива.  |
| - методика Дембо-Рубинштейн.  | Исследование самооценки.   |

ЭОР

<https://kinouroki.org/films#nachalnaya>