

Министерство образования и науки Пермского края



государственное учреждение  
дополнительного образования  
«Пермский краевой центр «Муравейник»

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора

Е.С. Митина

8 сентября 2020



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**  
(социально-гуманитарной направленности)

**«Психология»**

*Возрастной состав обучающихся – 13-18 лет*

*Срок реализации – 2 года*

**РАССМОТРЕНО И ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
протокол от 28.08.2020 № 1

**АВТОР-СОСТАВИТЕЛЬ**

Педагог дополнительного образования  
Мехоношина Анастасия Павловна

Пермь, 2020 г.

## Содержание

1. Общая характеристика образовательной программы	2
2. Учебно-тематический план	6
3. Аннотация к содержанию разделов	7
4. Условия реализации программы	8

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

#### 1.1 Введение

Психологическое просвещение имеет высокую ценность для гармоничного развития ребенка, особенно в период подросткового возраста. В этот период подросток активно изучает себя и мир, у него формируется мировосприятие, он задает важные вопросы об устройстве своей души. Если ребенок не получает ответы на свои вопросы, то его психологическая жизнь затрудняется, что приводит к трудностям с учебной жизнью, во взаимоотношениях.

Также важно понимать особенности социального положения страны и мира, связанные с этим неустойчивости в сферах экономики (экономический кризис и санкции), образования (эмоциональная напряженность, связанная с государственными экзаменами), влияние СМИ и социальных сетей и т.д. Можно говорить о множестве факторов, влияющих на психологическое развитие и здоровье подрастающего поколения.

Подростковый возраст называют критическим возрастом (в широком смысле слова). Главная особенность подросткового возраста – резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития личности: стремление к общению со сверстниками и появление в поведении признаков, свидетельствующих о желании утвердить свою самостоятельность, независимость, личную автономию.

Основные проблемы психологического развития подростка в этот период:

- развитие интереса к себе, стремление разобраться в своих способностях, поступках, формирование привычных навыков самоанализа;
- формирование интереса к другому человеку как к личности;
- формирование широкого спектра способностей и интересов, определение круга устойчивых интересов;
- формирование нового уровня мышления, логической памяти, устойчивого внимания;
- развитие чувства собственного достоинства, внутренних критериев самооценки;
- развитие форм и навыков личностного общения в группе сверстников, способов взаимопонимания;
- развитие навыков личностного общения в группе сверстников, способов взаимопонимания и толерантности;
- развитие моральных качеств, форм сочувствия и сопереживания другим людям.

Настоящая программа призвана помочь подростку разобраться в тех изменениях, которые происходят в нём, и предложить пути решения проблем, с которыми он сталкивается в своей жизни.

#### 1.2 Нормативные правовые основания

Нормативную правовую основу разработки образовательной программы составляют:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);

2. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);

3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

5. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

### **1.3 Отличительные особенности**

Актуальность общеразвивающей дополнительной общеобразовательной программы «Психология» состоит в том, что – современное образование должно быть направлено на:

– формирование психологически зрелой, здоровой, гармонично развитой личностью, способной справляться с жизненными трудностями.

– формирование интеллектуальной и личностной зрелости с навыками формирования собственного мнения, его аргументации, рефлексии и критичности мышления.

Поэтому педагогическая целесообразность программы заключается в ее разработке таким образом, что обучающиеся, могут применить свой жизненный опыт, сравнить его с научными представлениями об этом и сформировать собственные стратегии поведения, необходимые в повседневной жизни. В результате обучающиеся могут ежедневно применять психологические знания, полученные в процессе обучения.

Также знание основ психологии ориентирует обучающегося на интерес и бережное отношение к своему внутреннему миру, на выстраивание гармоничных и эффективных отношений с окружающими людьми, а также проявление способностей в различных видах деятельности.

Отличительные особенности общеразвивающей дополнительной общеобразовательной программы «Психология»:

– возможность психологического просвещения, с акцентом на прикладной аспект психологического знания;

– возможность выполнения практических заданий в форме письменных практик для личного осознания изучаемой темы;

– соответствие возрастным и индивидуальным особенностям развития обучающихся;

– использование медиа-ресурсов сети Интернет для анализа медиа-материалов;

– формирование собственного мнения, навыков аргументированного суждения, рефлексия, критичность мышления.

Новизна программы состоит в изучении основ психологии в заочной форме с применением дистанционных технологий, без ущерба практической составляющей знаний, индивидуальном подходе к ученику и безопасному раскрытию своих личностных качеств, при получении обратной связи от педагога.

### **1.4 Цель и задачи освоения программы**

*Цель:* создание условий для овладения психологическими знаниями, способствовать личностному развитию через психологическое просвещение.

*Обучающие задачи:* помочь освоить систему базовых знаний, составляющих основу научных представлений о психологии личности и психологии общения; дать знания о способах использования диагностического инструментария.

*Развивающие задачи:* развить познавательные интересы, интеллектуальные и творческие способности обучающихся; способствовать личностному самоопределению подростка; развить

навыки аргументированного суждения, формирование своего мнения, критичность мышления; развить мотивации к самопознанию себя и других.

*Воспитывающие задачи:* воспитать уважительное отношение к личности; воспитать ответственное отношение к делу.

### **1.5 Планируемые результаты**

По обучающему компоненту программы:

- знание основ психологии личности и психологии общения;
- знание способов использования диагностического инструментария;
- знание о своих индивидуальных личностных особенностях.
- знание о способах развития интеллектуальных и творческих способностях.

По развивающему компоненту программы:

- проявление познавательного интереса к психологии;
- проявление интереса к своим интеллектуальным и творческим способностям;
- личностное самоопределение подростка;
- владение средним/высоким навыком аргументированного суждения, формирование своего мнения, критичность мышления;
- развитая мотивация самопознания и познания других.

По воспитательному компоненту программы:

- уважительное отношение к личности;
- уважительное отношение к делу.

### **1.6 Адресат программы**

Программа адресована детям 13-18 лет.

Исходный уровень подготовки обучаемых, необходимый для изучения программы:

- познавательная потребность;
- принятие стандартных, типичных заданий и готовых ответов;
- активное использование Интернет-технологий, а том числе приложений и программ интерактивной коммуникации. А именно наличие автоматизированного места с выходом в Интернет, регистрация в социальной сети Vkontakte, наличие своего аккаунта, регистрация в группе Краевая заочная школа, регистрация на сайте Краевая заочная школа и др.

### **1.7 Объем программы, срок освоения**

Программа на 256 часов, рассчитана на 2 года обучения (1 год – 128 часа).

### **1.8 Особенности организации образовательного процесса**

Общеразвивающая дополнительная общеобразовательная программа «Психология» реализуется в заочной форме с применением дистанционных образовательных технологий.

Обучение осуществляется в следующих формах:

- традиционная форма реализации программы (проведение очных сессий или занятий) на базе ГУ ДО «Пермский краевой центр «Муравейник» или партнеров центра.
- дистанционное обучение с консультированием педагога по электронной почте;
- on-line лекции, конференции, вебинары и другие формы учебных занятий, обучение с использованием технологии скайп, проводимые педагогом. В этом случае учащиеся могут оставаться в своей образовательной организации или дома и с использованием возможностей Skype участвуют в обучении;
- семинары могут проводиться с помощью компьютерных видеоконференций, а так же прямых трансляций через социальные сети. Возможны виртуальные семинары, проводимые с помощью обмена сообщениями через интернет или телефонные приложения, т.е. при письменном, невербальном общении, когда его участники не видят друг друга, а обмениваются только текстовыми сообщениями.

Форма организации образовательного процесса – очная, групповая, дистанционная, лекции, on-line лекция, лекция-беседа, интегрированное занятие, конференция, on-line конференция, доклады, практические работы.

Для оценивания успешности обучения используется бальная система. Каждая контрольная работа состоит из двух частей: теоретической и практической. В теоретической контрольной работе есть тестовые вопросы с несколькими вариантами ответов и вопросы на соотношение. Заранее педагог определяет и прописывает в вопросах максимальное количество баллов за каждый вопрос. Если обучающийся отвечает неверно или частично, то педагог в отзыве указывает верный ответ и дает ссылку на тему, в которой разбирается этот вопрос, чтобы обучающийся мог обратиться на это внимание и еще раз проработать эту тему. В конце теоретической части рецензии педагог перечисляет, на что нужно еще обратить внимание, и также на успешные ответы.

Для оценивания практической части используется подобная система. Поскольку практическая часть нацелена на развитие мышления и творчества, рефлексии, формулирования собственного аргументированного мнения и направлена на самоопределение обучающегося, то ответы оцениваются по полноте высказывания, глубине и аргументированности мысли, реалистичности и личностной включенности. Для оценивания в каждом задании прописывается максимальное количество баллов, четко формулируется вопрос, прописывается минимальное количество предложения. В отзыве педагог дает отзыв о глубине, полноте, правильности ответа на задание, также дает свою рефлексивную оценку для более полного личностного развития обучающегося.

Каждый отзыв педагога содержит обратную связь - мнение педагога с указанием сильных и слабых мест работы, дает эмоциональную поддержку.

### **1.9 Режим занятий**

4 часа в неделю.

### **1.10 Оценка качества освоения программы**

Входной контроль – в начале освоения образовательной программы.

Текущий контроль – по окончании изучения темы.

Промежуточная аттестация – 2 раза в учебный год, в конце полугодия, за счет времени отведенного на практические занятия.

Итоговая аттестация – после успешного освоения образовательной программы в полном объеме.

### **1.11 Выдаваемый документ по результатам освоения программы**

Лицам, успешно освоившим дополнительную общеразвивающую программу в полном объеме и прошедшим итоговую аттестацию, выдается документ об обучении, установленного образца: Свидетельство об обучении.

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

	Наименование раздела	Итого по программе, час.	1 год обучения				2 год обучения			
			Всего, час.	в т.ч.		Форма контроля	Всего, час	в т.ч.		Форма контроля
				Теория	Практика			Теория	Практика	
1.	Введение в психологию	20	20	2	18	анкетирование (входной контроль) контрольная работа				
2.	Темперамент	26	26	8	18	контрольная работа				
3.	Характер	26	26	8	18	контрольная работа (промежуточная аттестация)				
4.	Потребности и мотивация	28	28	10	18	контрольная работа				
5.	Способности	28	28	10	18	контрольная работа (промежуточная аттестация)				
6.	Психология общения	24					24	6	18	контрольная работа
7.	Эффективное общение	26					26	8	18	контрольная работа
8.	Формы взаимодействия	26					26	8	18	контрольная работа (промежуточная аттестация)
9.	Эмоции в общении	26					26	8	18	контрольная работа
10.	Деловое общение	26					26	8	18	контрольная работа (итоговая аттестация)
	Итого	<b>256</b>	<b>128</b>	<b>38</b>	<b>90</b>		<b>128</b>	<b>38</b>	<b>90</b>	

### **3. АННОТАЦИЯ К СОДЕРЖАНИЮ РАЗДЕЛОВ**

#### **1. Введение в психологию**

Введение в психологию: психология как наука, житейская и научная психология, предмет психологии, индивид, личность, индивидуальность, методы психологии.

#### **2. Темперамент**

Темперамент: понятие о темпераменте, экстраверты и интроверты, биологическая основа темперамента, темперамент и личность, типы темперамента.

#### **3. Характер**

Характер: понятие. Черты характера. Формирование характера. Акцентуации характера.

#### **4. Потребности и мотивация**

Потребности и мотивация: потребности, пирамида потребностей А.Маслоу, мотив, мотивация, виды мотивации, мотивация достижения.

#### **5. Способности**

Способности: понятие, виды способностей, обучаемость, креативность, интеллект, талант и одаренность, способы развития способностей.

#### **6. Психология общения**

Психология общения: понятие общения, его функции. Три стороны общения. Средства общения: вербальные и невербальные.

#### **7. Эффективное общение**

Эффективное общение. Что такое эффективность общения. Внешние факторы, способствующие эффективности общения. Стили общения. Свойства личности, влияющие на эффективность общения: экстраверсия/интроверсия, эмпатия, агрессивность и конфликтность, толерантность, робость, ригидность/мобильность.

#### **8. Формы взаимодействия**

Формы взаимодействия. Воздействие в общении. Императивные и неимперативные способы воздействия. Просьба, совет, похвала, поддержка и утешение. Манипуляция. Теория Э. Берна об эго-состояниях, виды транзакций, игры.

#### **9. Эмоции в общении**

Эмоции в общении. Понятие эмоций, функции и особенности. Теории эмоций. Фундаментальные эмоции, их функции, содержание и проживание. Понятие чувств, функции и особенности. Высшие чувства, их проживание.

#### **10. Деловое общение**

Деловое общение. Отличие делового общения от других видов общения. Этикет как нормы и правила в общественном сознании. Деловое общение: основные правила, особенности вербального и невербального общения. Публичное выступление. Принципы и методы информирования. Оценка аудитории. Преодоление страхов.

#### 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

##### Материально-техническое обеспечение

Персональные компьютеры, интерактивные доски или приставки, графические планшеты, документ-камеры, фото- и видеоканалы. Подключение к сети Интернет по выделенному высокоскоростному каналу (оптимальная скорость зависит от количества одновременных подключений и выполняемых операций на удаленном сервере). Веб-камеры, проводные и беспроводные гарнитуры, спикерфоны, акустические системы, дисплеи с высоким разрешением

Программное обеспечение для видеоконференцсвязи. Программное обеспечение, в том числе веб-сервисы (электронная почта, форум и т. п.). Системы управления обучением для создания учебных материалов, проведения занятий и контроля, фиксации результатов обучения (например, система «Moodle»). Электронный журнал.

##### Кадровое обеспечение:

Требования к квалификации педагогических кадров, обеспечивающих обучение: наличие высшего профессионального образования и/или среднего профессионального образования, соответствующего профилю программы.

##### Информационное обеспечение:

1. Аватер И. Я вас слушаю. Советы руководителю, как правильно слушать собеседника. — М., 1984.
2. Бергсон А. Смех // Психология эмоций. Тексты / Под ред. В.К. Вилюнаса, Гиппенрейтер Ю.Б. . М.: Изд-во МГУ, 1984, с. 186–191;
3. Берн Э. Игры, в которые играют люди. — Л., 1992.
4. Берне Р. В. Развитие Я-концепции и воспитание: Пер. с англ. / Общ.ред. В. Я. Пилиповского. — М.: Прогресс, 1986.
5. Боброва О.В. «Маленький принц» и его друзья. М., 1990.
6. Богоявленская Д. Б. Пути к творчеству. М., 1981.
7. Бодалев А. А. Психология о личности. — М.: Изд-во МГУ, 1988.
8. Бодалев А. А. Формирование понятия о другом человеке как личности. Л., 1970.
9. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте: Психол. исследование. — М.: Просвещение, 1968.
10. Братусь Б. С. Психологические аспекты нравственного развития личности. —М.: Знание, 1977.
11. Бубер М. Я и Ты. М, 1993.
12. Вайншюйг П. Десять заповедей творческой личности. — М., 1990.
13. Варламова Е. П., Степанов С. Ю. Психология творческой уникальности. М., 1998.
14. Васильев И.А., Поплужный В.Л., Тихомиров О.К. Эмоции и мышление. М.: Изд-во МГУ, 1980;
15. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. М.: Изд-во МГУ, 1976;
16. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций: Учебное пособие для вузов. —М.: ЧеРо, 1997.
17. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций: Учебное пособие для вузов. —М.: ЧеРо, 1997.
18. Гиппенрейтер Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? — М., 2003.
19. Джемс У. Что такое эмоция? / Психология эмоций. Тексты / Под ред. Вилюнас В.К. , Ю.Б. Гиппенрейтер. М.: Изд-во МГУ, 1984, с. 83–92;
20. Зейгарник Б. В. Теории личности в зарубежной психологии: Учеб.пособие для вузов. - М.: Изд-во МГУ, 1982.
21. Изард К. Эмоции человека. М.: Изд. Мос. Унив., 1980;
22. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. —СПб.: Питер, 2000
23. Кон И. С. Постоянство и изменчивость личности // Психол. журнал. — 1987. — № 4.
24. Лейтес Н. С. Способности и одаренность в детские годы. —М.: Знание, 1984.
25. Лейтес Н. С. Умственные способности и возраст. —М.: Педагогика, 1971.



26. Леонгард К. Акцентуированные личности. — Киев: Вища школа, 1989.
  27. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. — 2-е изд. — М.: Политиздат,
  28. Мак-Дугалл У. Различение эмоции и чувства / Психология эмоций. Тексты / Под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтер. М.: Изд-во МГУ, 1984, с. 103–107;
  29. Петровский, А.В. Психология о каждом и каждому о психологии /А.В.Петровский.— М.: Издательство РОУ, 2004.
  30. Раатшелдерс Д. Лабиринты одиночества. — М., 1989.
  31. Роджерс К.Р. Эмпатия // Психология эмоций. Тексты / Под ред.
  32. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. — СПб.: Питер, 1999.
  33. Седых Г. От мечты к открытию. Как стать ученым. — М., 1987.
  34. Селье Г. Стресс без дистресса. М., 1979, с. 123;
  35. Симонов П.В. Эмоциональный мозг. М.: Наука, 1981;
  36. Стреляу Я. Роль темперамента в психологическом развитии / Пер. спол.подобщ. ред. И. В. Равич-Щербо. —М.: Прогресс, 1982.
- Электронные ресурсы*
- <http://www.voppsy.ru>
  - <http://psyjournals.ru/index.shtml>
  - <http://psystudy.ru>