МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДА НОВОСИБИРСКА

ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ № 82
«РАЗВИТИЕ»

Выписка из ООП ООО

,

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КЛУБ
«ПСИХОЛОГИЯ В ЛИЦАХ»
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 9 КЛАССОВ

Новосибирск, 2026

Содержание программы

Пояснительная записка 3

Содержание курса внеурочной деятельности 5

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности..... 8

Тематическое планирование..... 10

Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса..... 12

Используемая литература 13

Пояснительная записка

Направленность программы

Рабочая программа к курсу «Психология в лицах» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта общего образования. Программа курса представляет собой систему развивающих и обучающих занятий для учащихся 9 классов. Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций программы воспитания МАОУ ЦО «Развитие».

Данная программа разработана на основе «Программы развития личностного потенциала» благотворительного фонда «Вклад в будущее». Программа направлена на психолого-педагогическое сопровождение 9 классов с целью развития личностного потенциала обучающихся, развития у детей эмоционального интеллекта, повышения психологической грамотности участников.

Актуальность программы

Психология играет ключевую роль в понимании внутреннего мира человека, особенностей поведения, эмоциональных реакций и межличностных взаимодействий. Современному обществу важно воспитывать осознанных, стрессоустойчивых и эмпатичных обучающихся, готовых эффективно справляться с жизненными трудностями и решать личные проблемы. Программа психологического клуба направлена на развитие психологической культуры школьников, формирование основ понимания себя и окружающих, повышение уровня психолого-педагогической компетентности. Это способствует личностному росту учащихся, улучшению качества учебной деятельности и снижению тревожности и стресса среди участников образовательного процесса.

Психологические знания помогают человеку лучше понимать собственные чувства и эмоции, способствуют развитию коммуникативных навыков, улучшают способность адаптации к новым условиям среды. Освоение знания о психологии позволяет подросткам эффективно управлять своими эмоциями, предотвращать конфликты и поддерживать позитивные отношения с окружающими людьми. Кроме того, психология помогает развивать критическое мышление, умение анализировать ситуации и находить оптимальные решения. Эти навыки необходимы каждому современному человеку, независимо от профессии и социального статуса.

Важным упором программы внеурочной деятельности является мотивация учеников к олимпиадной и проектной деятельности. Участие в олимпиадах по психологии стимулирует интерес подростков к науке, развивает исследовательские способности и творческое мышление. Подготовка к таким мероприятиям включает изучение специальной литературы, решение кейсов и участие в дискуссиях, что повышает уровень общего образования и расширяет кругозор. Победители и призеры олимпиад получают дополнительные баллы при поступлении в ведущие российские университеты, что открывает перед ними новые перспективы карьерного роста и профессионального развития. Таким образом, программа психологического клуба является важным инструментом формирования целостной личности, способствующей успешной социализации и профессиональному самоопределению молодых людей

Цель программы психологического клуба заключается в формировании у обучающихся устойчивого интереса к психологии, развитии у них психологической грамотности, компетенций в области самопознания и самореализации, а также подготовке к участию в предметных олимпиадах различного уровня.

Задачи программы:

1. Создание устойчивой мотивации к самостоятельному освоению базовых понятий и категорий психологии, повышению общей психологической грамотности.

2. Обеспечение условий для осознания участниками своих сильных сторон, потенциала и ресурсов, создание возможностей для выявления индивидуальных способностей и склонностей.

3. Организация систематизированной подготовки участников клуба к конкурсам и олимпиадам по психологии, включая разбор сложных заданий, тренировочные тесты и методику самостоятельной работы над заданиями.

Содержание курса внеурочной деятельности

Программа психологического клуба «Психология в лицах» рассчитана как внеурочная деятельность для обучающихся 9 классов.

Срок реализации программы: 1 год (34 часа)

Форма организации занятий: групповая (10-15 человек).

Формы проведения занятий: беседа, наблюдение, рассказ, обсуждение ,игры, психологические разминки

Периодичность занятий: 1 раз в неделю, продолжительность занятия 40 минут.

Курс внеурочной деятельности построен с учетом следующих принципов реализации программы:

1. Принцип научности: Программа основывается на современных научных знаниях и достижениях отечественной и зарубежной психологии, обеспечивая глубокое усвоение ключевых понятий и концепций.

2. Принцип доступности: Материал курса представлен доступным языком, с использованием наглядных примеров и игровых форм работы, что облегчает восприятие и усвоение новых знаний всеми участниками клуба.

3. Принцип последовательности: Занятия организованы последовательно, начиная с простейших вопросов и постепенно переходя к более сложным темам, что позволяет плавно погружаться в мир психологии.

4. Принцип развивающего обучения: Участники вовлекаются в активные формы обучения, направленные на развитие интеллектуальных, творческих и личностных качеств.

5. Принцип практической направленности: Теоретические знания закрепляются через практические задания, что усиливает связь теории с реальной жизнью и готовит ребят к применению полученных знаний в повседневной практике.

7. Принцип сотрудничества: Формируются навыки командной работы, взаимопомощи и поддержки, создаются условия для совместного творчества и дружеского общения внутри группы.

8. Принцип добровольности участия: Дети принимают активное участие в клубе добровольно, проявляя искреннюю заинтересованность и желание учиться новому, свободно выражают свое мнение и задают интересующие вопросы.

Программа курса построена с опорой на следующую нормативно-правовую базу:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ (с изм. от 08.08.2024 N 252-ФЗ);
- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 N 124-ФЗ (с изм. от 03.04.2023 N 96-ФЗ);
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Федеральная образовательная программа основного общего образования, утвержденная приказом Минпросвещения России от 18.05.2023 N 370;
- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», с изменениями и дополнениями от 21 марта 2022 г. №9 (зарегистрирован 24.03.2022 № 67884);

Программа психологического клуба «Психология в лицах» включает в себя:

- Введение (1 час). Введение в предмет психология. Психология личности.

- Раздел 1. Человек. (6 часов). Человек как предмет познания. Психика и мозг. Что такое сознание. Виды сознания. Структура сознания. Сознание и бессознательное;

- Раздел 2. Индивид. Личность. Индивидуальность. (6 часов). Человек как индивид. Человек как личность. Человек как индивидуальность.

-Раздел 3. Характеристики человека как личности. (4 часа) Самосознание. Я – концепция. Самооценка и уровень притязаний. Локус контроля.

- Раздел 4. Личность и мотивация. (6 часов). Мотивационная сфера личности. Направленность личности. Определение направленности личности. Уровень развития личности и мотивация. Устойчивость и изменчивость личности.

- Раздел 5. Поведение и поступок (7 часов). Что такое поведение. Проявления личности в вербальном поведении. Проявления личности в невербальном поведении. Личность и поступок.

- Раздел 6. Как психологически подготовиться к сдаче экзаменов (3 часа) Память и приемы запоминания. Методы работы с текстом. Знакомство с приемами волевой мобилизации и совладания со своими чувствами. Обучение приемам релаксации и снятия напряжения.

- Заключение (1 час). Итоговый контроль.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Курс внеурочной деятельности в первую очередь ориентирован на достижение личностных и метапредметных результатов.

Регулятивные:

- Учащиеся смогут планировать свои действия согласно конкретной задаче и имеющимся условиям, предварительно представляя шаги действий.
- Будут учитывать установленные правила при составлении плана и контроле выбранного метода решения.
- Научатся контролировать выполнение задач поэтапно и окончательно по достигнутым результатам.
- Оценят правильность выполненного действия путем сопоставления результата с исходными требованиями задачи.
- Смогут объективно воспринимать рекомендации и оценки педагогов, сверстников, родителей и иных субъектов, отличая способы действий от конечных результатов.
- Будут проявлять активность в учебном взаимодействии, предлагая собственные идеи и подходы.
- Смогут самостоятельно оценить точность исполнения задачи и внести корректировки в процессе её выполнения либо по завершении.

Коммуникативные:

- Эффективно пользоваться речью и иными средствами коммуникации для решения разных коммуникативных задач, составлять высказывания, вести диалог, пользуясь возможностями дистанционной связи и технологиями ИКТ.
- Признавать существование множества взглядов и позиций, отличающихся от собственных, и учитывать точку зрения собеседника в ходе общения и взаимодействия.
- Прислушиваться к мнению других, стремясь достичь согласия и гармонии в коллективной работе, выражать личное мнение и убеждения.
- Находить компромисс и совместно вырабатывать общее решение даже в условиях разногласий и конфликта интересов.
- Задавать уточняющие вопросы, ясно формулировать мысль, регулировать своё поведение вербально.
- Школьники овладеют способностью согласовывать точки зрения, представлять обоснованную позицию и осознавать условность любых решений и подходов.

- Аргументируют свою позицию, работая вместе с партнёрами над общим решением задач в совместной деятельности.

- Используют вопросы, помогающие организовать сотрудничество и деятельность, оказывают поддержку другим ученикам.

- Правильно используют речевые средства для успешного выполнения разнообразных коммуникативных задач.

В результате учебно-проектной и исследовательской деятельности ученики ознакомятся с:

- Философскими и методологическими аспектами научной деятельности, методами исследования в педагогико-психологической сфере.

- Понятием концепции, научной гипотезы, эксперимента, надежности гипотез, моделей, методик сбора и обработки данных.

- Отличительными особенностями исследований в гуманитарных и естественно-научных дисциплинах.

- Новейшими тенденциями и результатами в области психолого-педагогики и образовательных технологий.

- Нормативными актами, регулирующими научные, инновационные и исследовательские процессы (например, патентное законодательство).

- Работой учреждений и ассоциаций, занимающихся продвижением достижений в психологии и педагогике.

- Выбором оптимального типа чтения в зависимости от целей (ознакомительный, просмотровой, поисковый).

Тематическое планирование

№	Тема занятия	Коли чество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
	Введение	**1**	
1	Введение в предмет психология. Психология личности.	1	ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)
	Раздел 1. Человек.	**6**	
2	Человек как предмет познания.	1	https://infourok.ru/chelovek-kak-predmet-socialnofilosofskogo-poznaniya-2500244.html
3	Психика и мозг.	1	https://infourok.ru/prezentaciya-po-psihologii-na-temu-mozg-i-psihika-4473179.html
4	Что такое сознание.	1	https://infourok.ru/prezentaciya-po-psihologii-na-temu-soznanie-cheloveka-6983136.html
5	Виды сознания.	1	https://foxford.ru/wiki/obschestvoznanie/soznanie-i-samopoznanie
6	Структура сознания.	1	https://cyberleninka.ru/article/n/priroda-i-struktura-soznaniya-cheloveka
7	Сознание и бессознательное	1	https://infourok.ru/kratkiy-konspekt-po-teme-soznanie-i-bessoznatelnoe-1351013.html
	Раздел 2. Индивид. Личность. Индивидуальность.	**6**	
8	Человек как индивид.	1	https://foxford.ru/wiki/obschestvoznanie/chelovek-individ-individualnost-lichnost?ysclid=mghu2g78mz990198949
9	Человек как личность.	1	https://foxford.ru/wiki/obschestvoznanie/chelovek-individ-individualnost-lichnost?ysclid=mghu2g78mz990198949
10	Составляющие личности.	1	https://multiurok.ru/files/struktura-lichnosti-individ.html?ysclid=mghu3bddws827854460
11	Личностные особенности.	1	https://interneturok.ru/h/biblioteka/biologiia/8-klass/psihologicheskie-osobennosti-lichnosti/1
12	Человек как индивидуальность.	1	https://foxford.ru/wiki/obschestvoznanie/chelovek-individ-individualnost-lichnost?ysclid=mghu4jhea8820737870

13	Отношение к индивидуальности Окружения.	1	Урок.рф
	Раздел 3. Характеристики человека как личности.	**4**	
14	Самосознание.	1	https://rutube.ru
15	Я – концепция.	1	https://clck.ru/3Pcr6x
16	Самооценка и уровень притязаний.	1	https://clck.ru/3PcrAz
17	Локус контроля.	1	https://infourok.ru/lekciya-na-temu-lokus-kontrolya-4984243.html?ysclid=mghudmmqjf554852157
	Раздел 4. Личность и мотивация.	**6**	
18	Мотивационная сфера личности.	1	https://nsportal.ru/vuz/psikhologicheskie-nauki/library/2022/09/15/potrebnostno-motivatsionnaya-sfera-lichnosti
19	Направленность личности.	1	https://clck.ru/3PcrNN
20	Определение направленности личности.	1	https://clck.ru/3PcrNN
21	Уровень развития личности и мотивация.	1	https://nsportal.ru/vuz/psikhologicheskie-nauki/library/2022/09/15/potrebnostno-motivatsionnaya-sfera-lichnosti
22	Устойчивость личности.	1	https://nsportal.ru/vuz/psikhologicheskie-nauki/library/2014/05/15/psikhologiya-lichnosti-problema-ustoychivosti
23	Изменчивость личности.	1	https://infourok.ru/magazin-materialov/statya-psihologiya-izmenchivosti-lichnosti-kak-lichnostnye-cherty-mogut-izmenyatsya-v-techenie-zhizni-819450?ysclid=mghui61dhe497640313
	Раздел 5. Поведение и поступок.	**7**	
24	Что такое поведение.	1	clck.ru/3PcrYt
25	Проявления личности в вербальном поведении.	1	https://infourok.ru/teoreticheskij-material-po-teme-verbalnoe-povedenie-7140117.html?ysclid=mghujtrfw8873611783

26	Проявления личности в невербальном поведении.	1	https://infourok.ru/psihologiya-lekciya-neverbalnoe-obschenie-2499533.html?ysclid=mghukbwin6276227153
27	Конструктивные поступки.	1	https://cyberleninka.ru/article/n/konstruktivnoe-povedenie-v-situatsii-mezhlichnostnogo-konflikta-suschnostnye-svoystva-funktsionalnaya-struktura-i-znachimye?ysclid=mghuqx8yy8470369547
28	Деструктивные поступки.	1	https://infourok.ru/konspekt-na-temu-destruktivnoe-povedenie-6943904.html?ysclid=mghurg1m47155242844
29	Личность и поступок.	1	https://cyberleninka.ru/article/n/k-psihologii-postupka?ysclid=mghuslk1y620313766
30	Поступок и общественное мнение.	1	https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/281318-opornyj-konspekt-na-temu-obschestvennoe-mneni
	Раздел 6. Как психологически подготовиться к сдаче экзаменов.	**3**	
31	Память и приемы запоминания.	1	https://umschool.net/journal/life/zapomnit-vsyo-mnemotehniki-dlya-podgotovki-k-ege-i-oge/?ysclid=mghuu9tpx7458795513
32	Методы работы с текстом.	1	https://sh6-georgievsk-r07.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/32/315/Effektivnye_priemy_raboty_s_textom.pdf
33	Знакомство с приемами волевой мобилизации и совладания со своими чувствами.	1	https://урок.рф/library/psihologopedagogicheskoe_soprovozhdenie_vipuskniko_141831.html?ysclid=mghuw1pve6369767630
	Заключение.	**1**	
34	Итоговый контроль по темам.	1	

Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

Занятия должны проводиться в просторном помещении с хорошим освещением и вентиляцией, для занятий необходимы стулья и столы по количеству детей в группе, соответствующие их росту.

Материальное обеспечение: для проведения упражнений в процессе реализации программы потребуются: тетрадь, ручка.

Техническое обеспечение: компьютер, принтер, магнитофон (колонка), проектор (интерактивная доска).

Используемая литература

1. Битянова, М. Р., Вачков М. Р. Я и мой внутренний мир. Психология для старшеклассников. СПб. : Питер, 2009.

2. Коломинский Я. Л. Основы психологии. Учебник для учащихся старших классов и студентов первых курсов высших учебных заведений. М. : АСТ, 2010. 239 с.

3. Крысько В. Г. Основы общей педагогики и психологии. М. : Юрайт, 2019. 472 с.

4. Психология: Учебное пособие. X класс / Под ред. И. В. Дубровиной. М.: Изд-во МПСИ; Воронеж : МОДЭК, 2008.

5. Реан А. А., Гатанов Ю. Б., Баранов А. А. Психология 8 -11 класс. Учебник.