

муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 78»

Согласовано:

Методический совет

От «27» августа 2020 г.

Протокол № 1



Утверждаю:

Директор средней школы № 78

Е.В. Дмитриева

Принята на заседании Педагогического совета

Протокол № 1

«28» августа 2020 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Познай себя»**

Социально-педагогическая направленность;
профессиональное и личностное самоопределение

Возраст обучающихся: 15-16 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
педагог-психолог
Крутий-Филиппова Е.А.

г. Ярославль, 2020 г.

Оглавление

1. Пояснительная записка _____	3
2. Учебный план _____	5
3. Содержание программы _____	7
4. Оценочные материалы для определения и оценки уровня знаний _____	8
5. Организационно-педагогические условия _____	8
6. Список информационных источников _____	9

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа разработана в соответствии с требованиями Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ, приказа Минобрнауки России от 29 августа 2013 г. N 1008 г. "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам", предназначена для осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам для старшеклассников общеобразовательных школ.

Вид образования

Дополнительное образование

Подвид дополнительного образования – дополнительное образование детей и взрослых

Под дополнительным образованием старшеклассников понимается целенаправленный сущностно - мотивированный процесс обучения и воспитания, позволяющий обучающемуся приобрести и максимально реализовать потребность в познании и творчестве, самореализоваться и самоопределиваться личностно и профессионально.

Дополнительное образование – это особый вид образования, составляющий вариативную часть общего образования.

Вид дополнительной образовательной программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа - (ДООП).

Направленность программы

Направленность образовательных программ – это совокупность определенных убеждений, идей, характерных для группы (класса) образовательных программ. Направленность реализуемых дополнительных общеразвивающих программ определяется в сфере той или иной образовательной области или профессиональной деятельности. При этом предметно-тематическая или типодеятельностная сфера образовательных запросов студентов находится за пределами федеральных государственных образовательных стандартов профессионального образования.

Социально-педагогическая — направлена на социальную адаптацию, повышение уровня готовности обучающихся к взаимодействию с различными социальными институтами, формирование знаний об основных сферах современной социальной жизни, устройстве общества, создание условий для развития коммуникативной, социально успешной личности, расширение «социальной практики», воспитание социальной компетентности (сфера деятельности «человек-общество», «человек-человек»), формирование педагогических навыков.

Профессионального и личностного самоопределения — направлена на расширение и углубление знаний и умений в области изучаемых учебных дисциплин, а также на поиск и нахождение обучающимся личностного смысла в выбираемой, осваиваемой и уже выполняемой творческой, учебной, социально значимой, трудовой и будущей профессиональной деятельности.

Актуальность программы

Данная программа необходима для развития личности обучающегося. Содержание программы рассматривает такие ответвления практической психологии как физиогномику, графологию, хиромантию, френологию. Дабы привлечь внимание к психологии, как к науке, опосредованно нужно заинтересовать подростков тем, что является интересным и связано с их личностью. А уже впоследствии выходить на иной уровень – уровень психологической коррекции по выявляющейся проблематике в процессе общения.

Программа кружковых занятий открывает многогранные границы мира психологии, позволяет понять кто такой психолог, что изучает наука психология, как устроена личность человека (особенности темперамента, характера), как связать особенности характера с

наружностью: чертами лица, строением черепа, формой пальцев, рук, внешними особенностями человека, почерком.

Уровень освоения программы

Углубленный уровень предполагает развитие компетентности обучающихся в данной образовательной области, формирование навыков на уровне практического применения.

Категория учащихся

Категория, возраст обучающихся: обучающиеся 10 класса. Наполняемость, возраст: тридцать человек, 15-16 - летнего возраста. Условия приема: свободный вариант (по желанию)

Цели и задачи программы – ожидаемые результаты

В результате освоения программы обучающийся должен уметь:

-применять в профессиональной деятельности полученные знания о личности человека;
-научиться регулировать свое поведение (агрессивные проявления, неуверенное поведение, заниженная /завышенная самооценка, высокий/низкий уровень тревожности и т.д.)

В результате освоения программы обучающийся должен знать:

- себя, свою личность, личностные особенности (темпераментальные, характерологические, способности, склонности и т.п.);
- пополнять багаж знаний, представлений об окружающем мире

Способы определения результативности программы

-Мастер-класс, тренинговые занятия, «круглый стол», участие обучающихся в мероприятиях городского уровня

-Ведение журнала учета посещаемости

Система оценивания

— Психологическое наблюдение.

—Психологический анализ результатов анкетирования, тестирования, выполнения учащимися диагностических заданий, участия воспитанников в мероприятиях (мастер-классах, «круглых столах»), активности обучающихся на занятиях и т.п.

— Мониторинг. Для отслеживания результативности можно использовать:

- самооценка воспитанника
- диагностика личностного роста и продвижения
- анкетирование
 - психологические отзывы
 - ведение журнала учета или педагогического дневника
- оформление фото/видео - отчётов,

По окончании прохождения психологических курсов выдается сертификат участника.

Продолжительность обучения по программе.

Программа рассчитана на 34 часа

Режим занятий

Занятия проводятся по 1 часу 1 раз в неделю во внеучебное время

Формы организации занятий

Форма организации занятий - индивидуально-групповая

Форма проведения занятий

Занятия проводятся в форме – бесед, лекций, просмотра учебных видеоматериалов, семинаров, «круглых столов», творческих мастерских, творческих встреч, с интересными людьми, творческих отчетов, мастер-классов, конференций, наблюдений, игры, размышлений, «мозгового штурма», сборов, дискуссий, обсуждений, посещений экскурсий, тренингов, представлений, презентаций.

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

п/п	Наименование разделов и (или) тем	Учебная нагрузка обучающихся, часов				Форма контроля	
		Общая трудоемкость	Самостоятельная работа	Обязательная			
				Всего	в том числе		
			Теория		Практика		
	2						8
	Вводное учебное занятие						
	Раздел 1. Физиогномика						
.1	Тема 1.1. Зависимость между характером человека и его наружностью.						
.2	Тема 1.2. Лицо в деталях						
	Раздел 2. Графология						
.1	Тема 2.1. Наука о письме. Графология- искусство и наука						
.2	Тема 2.2. Графологические знаки.						
.3	Тема 2.3. Почерки известных людей.						
.4	Тема 2.4. Сферы применения графологии.						
	Раздел 3. Френология						
.1	Тема 3.1. Вес мозга и его значение.				1		
.2	Тема 3.2. Взаимосвязь умственных способностей с окружностью черепа.						
	Раздел 4. Хиромантия						
.1	Тема 4.1. Типы рук, формы пальцев и особенности характера.						
.2	Тема 4.2. Рельеф ладони.						
	Раздел 5. Моя личность.			4			
.1	Тема 5.1. Типы темперамента.						
.2	Тема 5.2. Особенности характера: техники, упражнения, способствующие отработке навыков уверенного поведения, повышающие самооценку; методики по саморегуляции в стрессовых состояниях и т.п. (по запросам студентов)						

п/п	Наименование разделов и (или) тем	Учебная нагрузка обучающихся, часов					Форма контроля
		Общая трудоемкость	Самостоятельная работа	Обязательная			
				Всего	в том числе		
					Теория	Практика	
	2						8
	Раздел 6. Анализ сновидений						
.1	Тема 6.1. Основные теории, объясняющие почему люди видят сны.						
.2	Интерпретация сновидений.						
	Итоговое занятие (презентация, отзывы о занятии, фото-отчеты)						«круглый стол»
	Итого:	4	1	2	7	5	

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Вводное занятие

Теория.

Формирование контингента обучающихся, ознакомление с расписанием занятий, обязанности студентов (техника безопасности). Правила пожарной безопасности. Значение кружковых занятий для личностного становления и развития студентов. Знакомство с правилами занятий и базовым тематическим глоссарием.

Раздел 1. Физиогномика

Теория.

Тема 1.1. Зависимость между характером человека и его наружностью.

Тематические беседы: «Механизмы возникновения выражений лица», «Опыты Дюшенна», «О выражении ощущений у человека и животных», «Подходы (теории) Дарвина Ч., Дюваля М, Э. Кюэ».

Тема 1.2. Лицо в деталях.

Значение величины и общей формы лица. Изучение черт лица и их особенностей.

Практика

Тема 1.1. Зависимость между характером человека и его наружностью.

Анализ портретов персоналий древнего Рима: императора Нерона, Каракалла; образ Мефистофеля (Гете «Фауст) и т.п. (по материалам презентации). Осмысление и перенос на практических знаний о физиогномическом выражении чувств, умственных актов; антропологической составляющей физиогномики: понятия «норма» и «патология», исследование патологических явлений, опираясь на полученные ранее теоретические знания.

Тема 1.2. Лицо в деталях.

Проведения анализа расположения черт лица и их выраженности, работая в подгруппах.

Раздел 2. Графология.

Теория.

Тема 2.1. Наука о письме. Графология- искусство и наука.

Проведение тематических бесед о сущности графологии, об особенностях почерка (о соединении букв, об искусстве определения значения почерка, о графологических законах, об учении и знаках, об исследованиях Мишона, о форме графологических знаков, о значении круглого и угловатого почерков; о полноте почерка, величине букв, о тонких чертах и нажимах, о направлении (наклоне) почерка, о направлении и длине строк, о расстоянии между буквами, словами и строчками; применении в судебных процессах)

Практика

Тема 2.2. Графологические знаки.

Проведение анализа почерков, используя графологическую программу «GraphExpress»

Тема 2.3. Почерки известных людей.

Анализ почерков знаменитых личностей: Наполеона, Тургенева, Гоголя, Толстого, Чайковского и др.

Раздел 3. Френология

Теория.

Тема 3.1. Вес мозга и его значение

О весе мозга, его значении. Объем черепа фараонов и современного европейца. Примеры знаменитых личностей.

Тема 3.2

Проведение тематических бесед о размерах головы ученых и безграмотных, об особенностях строения черепа умственно отсталых людей.

Практика

Тема 3.2.

Обсуждения содержания и интересующих вопросов по докладам студентов в форме «круглого стола»

Раздел 4. Хиромантия

Теория.

Тема 4.1. Типы рук, формы пальцев и особенности характера.

Проведение тематических бесед и подготовка сообщений о пяти типах рук, о существующих формах пальцев и их связи с особенностями характера.

Практика

Тема 4.1. Типы рук, формы пальцев и особенности характера.

Психологический практикум: определение типа своей руки.

Тема 4.2. Рельеф ладони.

Психологический практикум: проведение анализа рельефа (линий, холмов) и психологических особенностей личности.

Раздел 5. Моя личность

Теория.

Тема 5.1. Типы темперамента и **тема 5.2.** Особенности характера: техники, упражнения, способствующие отработке навыков уверенного поведения, повышающие самооценку; методики по саморегуляции в стрессовых состояниях и т.п. (по запросам студентов)

Осмысление знаний по темпераментальным и характерологическим особенностям личности (по видам темперамента, особенностям ВНД по акад.И.П.Павлову, психологическим характеристикам темпераментов; структуре характера, типам акцентуаций характера).

Практика

Тема 5.1. и **тема 5.2.**

Работа с тестами и опросниками Айзенка, Шмишека, Я. Стреляу, Е.Жарикова и Е.Крушеницкого; выполнение тематических заданий (ситуационных, пиктограмм).

Раздел 6. Анализ сновидений

Теория

Тема 6.1. Знакомство с понятием «бессознательное», основными теориями, объясняющими, почему люди видят сны. Личность З.Фрейда, толкования сновидений с позиции психоанализа.

Практика

Тема 6.2. Интерпретация рисунков сновидений студентов.

4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ И ОЦЕНКИ УРОВНЯ ЗНАНИЙ

Контрольные вопросы

- 1.Что такое личность?
- 2.Какие составляющие личности являются врожденными, какие –формируются в процессе жизни?
- 3.Что такое темперамент?
- 4.Какие типы темперамента выделяют?
- 5.Что такое характер?
- 6.Что изучает «графология», «хиромантия», «френология», «физиогномика»?
- 7.Каков психологический портрет уверенного человека?
- 8.Что такое самооценка? Поясните сущность адекватной, завышенной самооценки.
- 9.Какие вы знаете методы регулирования своего эмоционального состояния? и др.

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

Общие требования

Реализация программы по дополнительному образованию должна проходить в полном соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации в области образования, нормативными правовыми актами, регламентирующими данные направления деятельности.

При обучении необходимо предусмотреть различные виды учебных занятий: лекции, семинарские и практические занятия, лабораторные работы, круглые столы, мастер-классы, мастерские, деловые игры, ролевые игры, тренинги, семинары по обмену опытом, выездные занятия, консультации и другие виды учебных занятий, используя при этом технические

средства, способствующие лучшему теоретическому и практическому усвоению программного материала: видеофильмы, компьютеры, мультимедийные программы.

Для закрепления изучаемого материала рекомендуется проводить собеседование в форме ответа на контрольные вопросы в виде «круглого стола».

При оценке качества подготовки слушателей необходимо широко использовать методологию экспертной оценки. Экспертные оценки - основаны на суждениях специалистов и выражаются в качественных оценках процессов или явлений, не поддающихся непосредственному измерению. Наиболее активные, регулярно посещавшие занятия, проявляющие творческий подход студенты награждаются грамотами по итогам занятий.

Основные методические материалы следует размещать на электронном носителе для последующей выдачи обучающимся.

Обеспечение ДООП

Методическое обеспечение

Специальные компьютерные программы, содержащие опросники по типам темперамента и особенностям характера, коммуникативным навыкам, уровню самоконтроля и т.п; программа по графологии «GraphExpress».

Литературные источники педагога-психолога для подготовки сообщений, докладов обучающимися, находящиеся в аудитории №1.

Во время обучения и самостоятельной подготовки обучающимся обеспечен доступ к сети Интернет.

Организационное

Реализация программы обеспечена наличием учебных кабинетов оборудованных средствами мультимедийного обучения для демонстрации презентационного материала всех видов учебных занятий.

Материально-техническая база соответствует действующим санитарным и противопожарным нормам.

Для реализации программы используются: учебный класс, (аудитория №1, аудитория №12); бланки опросников.

6. СПИСОК ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ (ДЛЯ ПЕДАГОГОВ, ДЛЯ УЧАЩИХСЯ И РОДИТЕЛЕЙ)

1. Грецов А. «Тренинг общения для подростков» - Питер, 2006.
2. Вачков И.В. «Психология тренинговой работы»-М.: Эксмо.2007.
3. Дальке Р. «Тело – зеркало души» - Питер, 2009.
4. «Займитесь собой. Пособие по саморегуляции и самосовершенствованию».-М.: Издательский Дом МСП,1996.
5. «Как узнать характер человека?» -М.: Захаров,2002.
6. Ключева Н. В., Свистун М.А. «Программы социально-психологического тренинга»-М.: Содействие, 1992.
7. Одинцова М. А. «Я – целый мир»-М.: Издательство Института психотерапии, 2004.
8. «Практическая психология в тестах»-М.: АСТ-ПРЕСС, 1997.
9. Рогов Е.И. «Психология познания»-М.:Владос,1998.
10. Синельников В. «Прививка от стресса»-М.: Центрполиграф, 2006.
11. Стишенок И. В. «Сказка в тренинге: коррекция, развитие, личностный рост»-СПб,: Речь, 2006.
12. Стреляу Я.«Роль темперамента в психологическом развитии»-М.: Прогресс, 1982.
13. Телесно-ориентированная психотерапия.Хрестоматия/автор-составитель Л.С.Сергеева/- СПб.: Практическая психотерапия, 2000.
14. Фрейд З. «Толкование сновидений»-М.: Попурри, 1997.
15. Щеголев И., Чернов Ю. «Графология 21 века»-СПб.: Питер, 2008.

Интернет-ресурсы:

http://www.knigge.ru/russian_business_communication.html

<http://www.luxemag.ru/etiquette/13296.html>