

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение городского  
округа Тольятти "Школа с углубленным изучением отдельных предметов №  
93 имени ордена Ленина и ордена Трудового Красного Знамени  
"Куйбышевгидростроя"  
СП Центр «Школьная академия»

**«Принято»**  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 7 от 28.05. 2024

**«Утверждаю»**  
директор МБУ «Школа №93»  
\_\_\_\_\_ А.Г. Родионов

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
социально – гуманитарной направленности  
**«Психологическая лаборатория»**

Возраст обучающихся: **7 -10 лет**

Срок реализации: **1 год**

Разработчик:  
Гудкова Татьяна Александровна,  
педагог дополнительного образования  
СП Центра «Школьная академия»

г.о. Тольятти, 2024

## Пояснительная записка

**Направленность** дополнительной общеразвивающей программы **социально – гуманитарная.**

### **Актуальность**

За последние десятилетия в обществе произошли кардинальные изменения в представлении о целях образования и путях его реализации. Целью образования становится общекультурное, личностное и познавательное развитие учащихся, обеспечивающее такую ключевую компетенцию, как умение учиться.

Важнейшей задачей современной системы образования является формирование универсальных учебных действий, обеспечивающих школьникам умение учиться, способность к саморазвитию и самосовершенствованию. Все это достигается путем сознательного, активного присвоения учащимися социального опыта через усвоение общеобразовательных программ и дополнительное образование.

Программа разработана на основе следующих нормативно-правовых документов, регламентирующих работу дополнительного образования:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – закон № 273-ФЗ), гл. 1, ст. 2, п. 14)
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
- План мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»)

**Новизна** программы состоит в том, что она разработана с учетом современных тенденций в образовании по **принципу модульного** освоения материала, что отвечает запросу социума на возможность выстраивания ребенком индивидуальной образовательной траектории.

**Отличительной особенностью** программы является применение конвергентного подхода, позволяющего выстраивать обучение, включающее в себя элементы нескольких направленностей, в том числе использование в технической программе при освоении материала темы естественно – научной области.

**Педагогическая целесообразность** заключается в применяемом на занятиях деятельностного подхода, который позволяет максимально продуктивно усваивать материал путем смены способов организации работы. Тем самым педагог стимулирует познавательные интересы обучающихся и развивает практические навыки. В программу включены коллективные практические занятия, развивающие коммуникативные навыки и способность работать в команде.

В процессе реализации программы «Умная железяка» проводятся мультимедиа – занятия. Аудиовизуальная информация, представлена в различной форме (видеофильмы, анимация, слайды), стимулирует непроизвольное внимание детей благодаря возможности демонстрации явлений, объектов. Информационно – коммуникативные технологии позволяют увеличить поток информации по содержанию предмета и методическим вопросам.

Программа предусматривает **ознакомительный уровень** освоения содержания программы, предполагающий использование общедоступных универсальных форм организации материала, минимальную сложность задач, поставленных обучающимся.

**Цель** - развитие личности ребенка, в частности его самосознания и рефлексивных способностей в тех пределах, которые определяются возрастными возможностями и требованиями «психологической безопасности».

**Задачи:**

*Обучающие:*

- Знакомство детей с базовым понятийным аппаратом психологии и ее предметом;
- Изучение методов и приемов познания себя;
- Осознание осмысленного отношения к ресурсам человеческой психики с целью их эффективного использования во всех основных видах и формах познания;
- Ознакомление учащихся с имеющимися в науке типологиями индивидуально-психологических особенностей человека с целью осознания ими собственных характеристик;

*Развивающие*

- Знакомства детей с понятиями «чувства» и «эмоции» и осознание ими собственных переживаний;
- Осознание детьми собственных задатков и способностей и их ориентация на развитие творческих способностей и воображения.
- Знакомство с основными познавательными процессами, приемами их развития и применения в учебной деятельности.

*Воспитательные:*

- Осознание мотивов собственной деятельности и формирование навыков саморегуляции.
- Развитие личностных, познавательных, коммуникативных и регулятивных УУД в процессе знакомства с основами психологии и освоения навыков учебной деятельности.

**Возраст обучающихся – 7-16 лет**

**Сроки реализации программы - Сроки реализации** – 1 год, объем – 108 часов (3 модуля по 36 часов каждый).

**Формы обучения** – обучение проводится в очной форме.

**Формы организации деятельности:** групповая.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа и 1 часу. Одно занятие длится 40 минут.

**Наполняемость учебных групп:** составляет 12 – 15 человек.

### **Планируемые результаты:**

**Личностными результатами обучения** являются: формирование адекватной позитивной осознанной самооценки и самопринятия; формирование познавательных интересов, компетенций связанных с интеллектуальным и духовным развитием, учебных мотивов; развитие этических чувств (стыд, вина, совесть) как регуляторов морального поведения; развитие доброжелательности, готовности к сотрудничеству и дружбе; к самоанализу эмоционального и физического состояния, высказывание своей точки зрения и уважение мнения собеседника

**Метапредметными результатами обучения** являются: формирование умений организации собственной учебной деятельности, базовыми навыками исследовательской деятельности; формирование и развитие основ продуктивного взаимодействия и сотрудничества со сверстниками и взрослыми; овладение способностью принимать и сохранять учебную цель и задачи; формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности; происходит освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии; формирование умения провести сравнение, анализ, обобщение, простейшую классификацию по родовидовым признакам, установление аналогий, отнесение к известным понятиям.

**Предметными результатами обучения** является формирование мотивационной направленности на действие контроля; формируется умения действовать по алгоритму; развитие логического мышления на основе целостности восприятия: установление связи между данными и искомыми; научатся навыкам монологической речи; формирование умения строить суждения на основе наблюдений; производить анализ существенных и несущественных признаков предмета; овладеют приемами планирования своей деятельности; формирование мотивации на преодоление трудностей.

### **Учебный план**

№ п/п	Название раздела, темы, модуль	Количество часов			Формы обучения/ аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Мир психологии	36	20	16	Беседа, практикум, самостоятельная работа
2	Я и мои эмоции	36	20	16	Беседа, практикум, самостоятельная работа

3	Психика и познание мира».	36	20	16	Беседа, практикум, самостоятельная работа
Итого:		108	60	48	

### **Критерии оценки знаний, умений и навыков при освоении программы.**

Для того чтобы оценить усвоение программы, в течение года используются следующие методы диагностики: собеседование, наблюдение, анкетирование, выполнение отдельных творческих заданий, тестирование, участие в конкурсах, викторинах.

По завершению учебного плана каждого модуля оценивание знаний проводится посредством, интерактивного занятия, интеллектуальной игры, викторины.

Применяется 3-х уровневая система оценки знаний, умений и навыков обучающихся (выделяется три уровня: низкий, средний, высокий). Итоговая оценка результативности освоения программы проводится путем вычисления среднего показателя, основываясь на суммарной составляющей по итогам освоения 4 – х модулей.

Низкий уровень освоение программы – обучающийся овладел менее чем 50% предусмотренных знаний, умений и навыков, испытывает серьезные затруднения при работе с учебным материалом; в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.

Средний уровень освоения программы – объем усвоенных знаний, приобретенных умений и навыков составляет 50 – 70 %: работает с учебным материалом с помощью педагога: в основном выполняет задания на основе образца: удовлетворительно владеет теоретической информацией по темам программы.

Высокий уровень освоения программы – учащийся овладел на 70-100% предусмотренным программой учебным планом; работает с учебными материалами самостоятельно, не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества; свободно владеет теоретической информацией, умеет анализировать источники информации, применять полученную информацию на практике.

### **Формы контроля качества образовательного процесса:**

- собеседование;
- наблюдение;
- интерактивное занятие;
- анкетирование;

- выполнение творческих заданий;
- тестирование;
- участие в конкурсах, викторинах в течение года.

### Модуль 1 «Мир психологии»

**Цель** – раскрыть перед детьми сначала в сказочной метафорической форме, а затем в конкретной форме реальных проявлений просторы Королевства Внутреннего мира – психического мира каждого человека.

*Обучающие:*

- научить положительному самоотношению и принятию других людей;
- научить рефлексивным умениям;
- формировать потребность в саморазвитии.

*Воспитательные:*

- воспитывать чувства коллективизма, взаимопомощи, ответственности;
- сохранять и поддерживать психологического здоровья ребенка;
- воспитывать нравственные качества учащихся.

*Развивающие:*

- создавать условия для развития личности каждого подростка;
- развивать положительные эмоции и волевые качества;
- развивать умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы.

### Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Формы обучения/ аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	3	3	-	Беседа, творческие задания
2	Я - образ	6	3	3	Беседа, творческие задания
3	Игры «Помоги угадать визитку»; создание рисунка «Королевство внутреннего мира».	6	3	3	Творческие задания

4	«Наука об обычных чудесах», сказки о Волшебных зеркалах».	6	3	3	Беседа. Практическое задание
5	«Отражение Кари в волшебных зеркалах	6	3	3	Беседа. Практическое задание
6	«Атомы»	6	3	3	Творческие задания, публичные презентации.
7	«Мое отражение в волшебных зеркалах»;	3	2	1	Беседа. Практическое задание
Итого:		36	20	16	

### **Содержание программы**

#### **Введение в мир психологии.**

##### Теоретическая часть:

- знакомство с основным содержанием программы (план работы);
- создать мотивацию на познание самих себя, дать первоначальное представление о психической реальности;
- познакомить с основными составляющими Я-образа;
- показать и помочь осознать собственную уникальность, помочь посмотреть на себя глазами других людей.

##### Практическая часть:

- знакомство с участниками группы (психологические игры);
- игра «Помоги угадать визитку»;
- создание рисунка «Королевство внутреннего мира»
- знакомство с пси-магом по рисункам, выполненным дома;
- чтение и анализ сказки «Наука об обычных чудесах», сказки о Волшебных зеркалах»
- задание «Отражение Кари в волшебных зеркалах»;
- упражнение «постройся в ряд по признаку»;
- упражнение «Атомы»;
- задание «Мое отражение в волшебных зеркалах»;
- задание «Я на лесенках характера»
- задание «как расселить людей в домиках»;
- задание «три дома» и др.

Формы проведения занятий: беседа, игры, упражнения, создание рисунков, чтение и анализ сказок, практические занятия.

Для этой темы рекомендуется наличие следующего материала: конспекты занятий, дидактический материал для педагога и обучающихся, цветные карандаши, фломастеры; книга «Сказки о самой душевной науке, бланки методик.

## **Модуль 2. Я и мои эмоции.**

**Цель:** познакомить детей с содержанием понятия «эмоция» и «чувства» и способствовать осознанию детьми собственных эмоций.

### **Задачи:**

*Обучающие:*

- учить детей изображать эмоциональное состояние с помощью выразительных средств: мимикой и жестами;

*Развивающие:*

- помочь детям осознавать свои эмоциональные состояния и освободиться от негативных эмоций;
- научить различать эмоции;

*Воспитательные*

- обучение конструктивным формам поведения.

### **Учебно-тематический план**

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Формы обучения/ аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	3	3	-	Беседа
2	Эмоции	6	3	3	Беседа, творческие задания
3	Чувства	6	3	3	Беседа, творческие задания
4	От улыбки станет всем теплей	6	3	3	Творческие задания
5	Угадай мелодию	6	3	3	Беседа, творческие

					задания
6	Создание рисунков на темы: «Мой страх», «Мой гнев».	6	3	3	Беседа, творческие задания
7	Тропинка к своему Я.	3	2	1	Творческие задания
Итого:		<b>36</b>	<b>20</b>	<b>16</b>	

### Содержание программы

#### Теоретическая часть:

- знакомство с понятиями «эмоции», «чувства», «настроение»;
- зачем нужны эмоции и чувства, их роль в жизни человека;
- знакомство с видами эмоций;
- положительные и отрицательные эмоции, их вред и польза.
- как справиться с гневом и страхом.

#### Практическая часть:

- упражнение «От улыбки станет всем теплей»;
- игры «Передача предмета по кругу», «Превращение в животное»; «Заколдованный принц (принцесса)»
- задания «Угадай эмоцию», «Покажи и угадай эмоции», «Список эмоций», «Сценки», «Дневник эмоций», «Замок чувств», «Наши эмоции», «Этюды», «Что я чувствую, слушая музыку», «Закончи предложение»;
- конкурс «Чувствоведов»;
- создание рисунков на темы: «Мой страх», «Мой гнев», «Страшно - смешно- нестрашно» и по сказкам о разных видах чувств;
- чтение и анализ сказок по видам чувств и способам саморегуляции гнева, страха.

Формы проведения занятий: беседа, игры, задания, упражнения, создание рисунков, чтение и анализ сказок, практические занятия.

Для этой темы рекомендуется наличие следующего материала: конспекты занятий, дидактический материал для педагога и обучающихся, цветные карандаши, фломастеры; книга «Сказки о самой душевной науке, бланки методик, книга О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я».

### Модуль 3. Психика и познание мира».

**Цель:** показать роль ощущений, восприятия и внимания в познании окружающего мира

**Задачи:**

*Обучающие*

- Изучение методов и приемов познания себя;
- Осознание осмысленного отношения к ресурсам человеческой психики с целью их эффективного использования во всех основных видах и формах познания;
- Ознакомление учащихся с имеющимися в науке типологиями индивидуально-психологических особенностей человека с целью осознания ими собственных характеристик;

*Развивающие*

- Знакомства детей с понятиями «чувства» и «эмоции» и осознание ими собственных переживаний;
- Осознание детьми собственных задатков и способностей и их ориентация на развитие творческих способностей и воображения.
- Знакомство с основными познавательными процессами, приемами их развития и применения в учебной деятельности.

*Воспитательные:*

- Осознание мотивов собственной деятельности и формирование навыков саморегуляции.

#### Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Формы обучения/ аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	3	3	-	Беседа
2	Кладовая памяти				Беседа, творческие задания
3	Этюды				Беседа, творческие задания
4	Лабиринты мышления.				Творческие задания

5	Тропинка к своему Я				Беседа, творческие задания
6	Темперамент и характер				Беседа, творческие задания
7	Как стать талантливым				Беседа, творческие задания
Итого:		<b>36</b>	<b>20</b>	<b>16</b>	

### Содержание программы

**Тема** - Кладовая памяти.

Теория – беседа по теме

Практика – творческое задание, игра, «Какой Я»

**Тема:** Лабиринты мышления.

Теория – беседа по теме

Практика – игра «Возможности памяти»

**Тема:** Темперамент и характер.

Теория – беседа по теме.

Практика – творческое задание «Я всё могу»

**Тема** - Как стать талантливым?

Теория – видео материалы по теме

Практика – творческое задание «Я талантлив во всем».

### Обеспечение программы

#### *Методическое обеспечение*

#### Основные принципы положенные в основу программы:

- принцип доступности, учитывающий индивидуальные особенности каждого ребенка, создание благоприятных условий для развития;
- принцип демократичности предполагающий сотрудничество педагога и обучающегося;
- принцип системности и последовательности;

#### Методы работы:

- **словесные методы:** рассказ, беседа, сообщения, - эти методы способствуют обогащению знаний детей, являются источником новой информации;

- **наглядные методы:** презентации, демонстрации плакатов, иллюстраций, видеороликов.
- **практические методы:** выполнение практических заданий по темам программы, участие в квест играх и познавательных викторинах.

Сочетание словесного и наглядного методов учебно-воспитательной деятельности воплощенных в форме беседы, рассказа, творческого задания, позволяют психологически адаптировать ребенка к восприятию материала, направить его потенциал на расширение кругозора, познание нового.

Занятие состоит из следующих структурных компонентов:

1. Организационный момент
2. Повторение материала
3. Постановка цели занятия перед обучающимися
4. Изложение нового материала
5. Практическая работа
6. Обобщение материала
7. Подведение итогов

Материально – техническая база программы:

1. Учебный кабинет.
2. Компьютер, проектор.
3. Учебная литература.

### **Список литературы**

1. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 1 классе. –М.: Генезис, 2012.
2. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий во 2-м классе. –М.: Генезис, 2014.
3. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 3-м классе. –М.: Генезис, 2014.
4. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 4-м классе. –М.: Генезис, 2014.
5. Ахмадуллин Ш.Т., Ахмадуллин И.Т. Развитие логики и мышления у детей. Как вырастить умного ребенка: Учебно-методическое пособие. –М.: БИЛИНГВА, 2016. -64 с.

6. Волков Б.С. Как помочь школьнику учиться? Психологическая поддержка и сопровождение. – СПб.: Питер, 2011. – 304 с.
7. Вачков И.В. Сказки о самой душевной науке: Королевство внутреннего мира. -3-е изд., М.: Генезис, 2014.
8. Данилюк Т.В. Развиваем мышление. Коррекционно-развивающая программа для работы со школьниками. – М.: Генезис, 2019.
9. Жизненные навыки. Уроки психологии во 2 классе /Под ред. С.В. Кривцовой. – М.: Генезис, 2002. – 248 с.
10. «Тренинг по сказкотерапии. Сборник программ по сказкотерапии» под ред. Т.Д.Зинкевич-Евстигнеевой, Санкт-петербург, «Речь»,2014 г.
11. «Игры: обучение, тренинг, досуг. Педагогические игры» под ред. В.В.Петрусинского, М., «ЭНРОФ», 2014 г.
12. Князева Т.Н. Я учусь учиться. Психологический курс развивающих занятий для младших школьников. – М.: АРКТИ, 2004. – 216 с.
13. Кривцова С.В., Мухаматулина Е.А. «Тренинг «Навыки конструктивного взаимодействия с подростками». Практическое руководство для школьного психолога», М., «Генезис», 2015 г.
14. Локалова Н.П. 120 уроков психологического развития младших школьников. (Психологическая программа развития когнитивной сферы учащихся 1- 4 классов). Часть 1. Книга для учителя.- 3-е изд., перераб. и доп.- М.: «Ось-89», 2006. -272 с.
15. Локалова Н.П. 120 уроков психологического развития младших школьников. (Психологическая программа развития когнитивной сферы учащихся 1- 4 классов). Часть 2. Материалы к урокам психологического развития. .- 3-е изд., перераб. и доп.- М.: «Ось-89», 2006. 160 с.
16. Столяренко Л.Д. «Основы психологии. Практикум», М., «Феникс»,2013 г.
17. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4), -6-у изд., -М.: Генезис, 2014.

#### **Учебные пособия для обучающихся**

1. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. – Рабочая тетрадь. –м.: Генезис, 2014.
2. Вачков И.В. Сказки о самой душевной науке: Королевство внутреннего мира. -3-е изд., М.: Генезис, 2014.
3. Локалова Н.П. 120 уроков психологического развития младших школьников. (Психологическая программа развития когнитивной сферы учащихся 1- 4 классов).

Часть 2. Материалы к урокам психологического развития. .- 3-е изд., перераб. и  
доп.- М.: «Ось-89», 2006. 160 с.