

Кировское областное государственное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Средняя школа с. Верхосунье Сунского района»

Утверждено:
Приказ № 78-од от 31.08.2021
Директор Л. Ф. Бакулина

Дополнительная общеобразовательная
программа
«Познай самого себя»

Направленность программы: естественнонаучная

Возраст обучающихся: 15-16 лет
Срок реализации: 1 год

Автор программы:
учитель биологии Карасева О.Ю.

с. Верхосунье, 2021 год

Пояснительная записка

Предлагаемая программа может быть рассмотрена как межпредметная программа кружка дополнительного образования для учащихся 9 класса. Она объединяет в себе знания биологии человека и элементы психологии, которые можно рассматривать, как проявление высшей нервной деятельности .

Подросткам свойственно желание узнать что-то новое о себе, своем характере, говорить о своих проблемах. Поэтому задачи предлагаемого курса состоят в том, чтобы поиски смысла жизни подростки связали с ситуацией в окружающем мире, воспитать у подростков ответственности за свое здоровье и поступки, последствия которых имеют значение для окружающих людей и природы.

У девятиклассников складывается потребность в развитии социального интеллекта. В этом возрасте важно получить оценку окружающих, сравнить ее с самооценкой. Кружок «Познай самого себя» способствует личностному развитию девятиклассников, обеспечивает преемственность прошлого и будущего. Практические работы ориентируют учащихся на активное познание свойств организма человека.

Цель курса: Сформировать психологическую готовность девятиклассников к вступлению во взрослую жизнь.

Задачи курса:

1. Обеспечить обучающихся теоретической психологической информацией;
2. Обеспечить обучающихся средствами познания себя и окружающих.

Занятия проводятся в технологии деятельностного общения.

На занятиях используются следующие формы работы :ролевые, подвижные, малоподвижные игры, мозговой штурм ,моделирование, упражнения, диалог.

Планируемые результаты Личностные

результаты:

- сформированные навыки культуры общения: умения высказывать своё мнение;
- стремление к развитию интеллектуальных способностей;
- способность анализировать и обобщать информацию, полученные данные о себе, делать по ним выводы;

- умение использовать полученные знания для саморазвития и самовоспитания.

Предметные результаты:

- осознание термина «психология»;
- определение места психологических знаний о человеке в процессе социализации личности;
- осознание роли своих возможностей и способностей в развитии личности человека; - осознание понятий «самовоспитание», «способности», «характер».
- освоение приемов и методов организации и планирования деятельности;
- приобретение навыков социальной активности;
- получение конкретных социальных и профильных знаний и умений, предусмотренных программой.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности;
- определение в выборе успешной стратегии в различных ситуациях;
- овладение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем;
- способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания.

Программа курса по выбору *«Познай самого себя»*

1. Введение. Психология – наука о душе. Упражнение «Паровоз». Упражнение «Намерения».

2. Что такое тренинг. Правила тренинговых занятий. Что такое тренинг? Что дает тренинг? Правила тренинговых занятий : создание атмосферы доверия, развитие системности мышления развитие рефлексии, формирование работы в малой группе.

3. Понятие о личности. Этимология слова «Личность». Понятие «Личность» в психологии. Тест «Личность».

4. Изучение коммуникативно-поведенческой сферы старшеклассников. Темперамент. Игра «Сломанный телефон». Коммуникативные и организаторские способности.

5. Изучение мотивационно-потребностной сферы старшеклассников. Ценностные ориентации. Самооценка волевых качеств. Индекс жизненной удовлетворенности.

6.Изучение познавательной сферы и потенциала развития старшеклассников.

Определение типа личностной направленности. Тест интересов и склонностей.

Творческий потенциал. Опросник самоактуализации.

7.Самопрезентация.

Календарно – тематическое планирование.

№п/п	Тема занятия	Количество часов	
		теория	практика
1	Введение к курсу. Самопрезентация.		1
2	Понятие о личности	1	
3	Методы психологии	1	
4	Ценностные ориентации личности	1	
5	Воображение. Групповая оценка.		1
6	Отношение к окружающим людям		1
7	Конструктивное взаимодействие		1
8	Темперамент		1
9	Характер		1
10	Характеристика человека	1	
11	Потребности человека		1
12	Интеллект		1
13	Эмоции и мимика		1
14	Жесты и наблюдательность		1
15	Навыки распознавания эмоций и чувств		1
16	Умение понимать других		1
17	Что такое резюме?		1
	Итого	4	13

Методическое сопровождение курса:

Упражнения:»Самопрезентация», «Свободный микрофон», «Иван Сусанин»,»Животный мир»,»Ассоциация», «Карниз», «Характер»,»Расскажи о человеке»,»Не от своего лица», «Любовное послание», «Монета», «Стулья», «Сходства», «Подарки», «Необычное знакомство», «Перевоплощение», «Две стороны медали», «Поза кучера», « Полное дыхание». «Передача энергии», «Маяк», «Весенний лес», «Часы», «Формулы».

Игры: «Мы похожи»,»Место в маршрутке», «Молекулы», «Таможня», «Имитация»

«Личность», «Несуществующее животное», «Стили взаимоотношения с окружающими», «Трансактный анализ общения», «Изучение темперамента», «Объективность», «Понимаете ли вы язык общения?», «САН».

Ожидаемые результаты

В результате усвоения курса «Познай самого себя» учащиеся должны:

- осознать свои личные особенности, интересы и склонности.

-обрести уверенность в себе и уметь представлять свои возможности потенциальному работодателю.

ЛИТЕРАТУРА

- 1.Савченко М.Ю. Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам(9-11 класс) Практическое руководство для классных руководителей и школьных психологов.д науч. Ред. Л.А.Обуховой.-М.Вако, 2005, 240 с.- (Педагогика. Психология.Управление)
- 2.Профориентация старшеклассников:сб. учеб.-метод. Материалов/сост.,ред и коммент. Т.В.Черниковой.-Волгоград:Учитель, 2006.-120с.
- 3.Психологические тесты для тинейджеров./Сост. Т.В.Орлова.-К.,ООО «Таир» ,1996.190с.- (Популярная психология).
- 4.Матвеева Л., Выбойщик И., Мякушкин Д. Практическая психология для родителей , или Что я могу узнать о своем ребенке.-М.: «АСТ-ПРЕСС» , южно-Уральское книжное издательство , 1997 .
- 5.Петровский А.В. Популярные беседы о психологии.-М.: «Педагогика» , 1977.
- 6.Книга психологических тестов / Сост.А.Ланская – М.: «Мир книги» , 2003.
- 7.Савченко М.Ю. Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам.- М.: «Вако»,2005.
8. Сборник программ и методических рекомендаций курсов по выбору в рамках предпрофильной подготовки. 8-9 классы.- Волгоград :Учитель – АСТ, 2005.

Оборудование

1. МФУ (принтер-сканер-копир) – 1 шт.
2. Ноутбук – 3 шт.
3. Интерактивная доска – 1 шт.
4. Проектор – 1 шт.
5. Цифровая лаборатория ученическая – 1 шт.
6. Комплект цифровой лаборатории состоит из:
 - Программное обеспечение для сбора и обработки данных - 3 шт.
 - Датчик электропроводности раствора беспроводной - 3 шт.
 - Датчик кислотности раствора беспроводной - 3 шт.
 - Датчик движения беспроводной - 3 шт.
 - Датчик температуры беспроводной - 3 шт.
 - Датчик давления беспроводной - 3 шт.
 - Датчик-вольтметр беспроводной - 3 шт.
 - Справочно-методические материалы по биологии для цифровой лаборатории - 3 шт.
 - Справочно-методические материалы по химии для цифровой лаборатории - 3 шт.
 - Справочно-методические материалы по физике для цифровой лаборатории - 3 шт.
 - Кейс для цифровых датчиков;
 - Учебное пособие по работе с цифровой лабораторией - 3 шт.
 - Комплект сопутствующих элементов для опытов по механике, в составе - 3 шт. Комплект сопутствующих элементов для опытов по молекулярной физике, в составе - 3 шт.
 - Комплект сопутствующих элементов для опытов по электродинамике, в составе - 3 шт.
 - Комплект сопутствующих элементов для опытов по оптике, в составе - 3 шт.
 - Весы электронные, учебные - 3 шт.
 - Микроскоп цифровой или оптический с увеличением - 3 шт.
 - Набор для изготовления микропрепаратов, в составе - 3 шт. Микропрепараты (набор), в составе - 3 шт.
7. Комплект посуды и оборудования для ученических опытов
 - Штатив лабораторный химический – 3 шт.
 - Набор чашек Петри – 3 шт.
 - Набор инструментов препаровальных – 3 шт.
 - Ложка для сжигания веществ – 3 шт.
 - Ступка фарфоровая с пестиком – 3 шт.
 - Набор банок для хранения твердых веществ – 3 шт.
 - Набор флаконов для хранения растворов реактивов – 3 шт.
 - Набор пробирок: ПХ-14 – 30 шт.
ПХ-16 – 30 шт.
 - Прибор для получения газов – 3 шт.
 - Спиртовка – 3 шт.
 - Горючее для спиртовок – 3 шт.
 - Фильтровальная бумага – 3 шт.
 - Колба коническая – 3 шт.
 - Палочка стеклянная (с резиновым наконечником) – 3 шт.
 - Чашечка для выпаривания (выпарительная чашечка) – 3 шт.
 - Мерный цилиндр (пластиковый) – 3 шт.

- Воронка стеклянная (малая) – 3 шт.
 - Стакан стеклянный – 3 шт.
 - Комплект трубок газоотводных – 3 шт.
8. Демонстрационное оборудование по химии
- Столик подъемный
 - Штатив демонстрационный химический
 - Аппарат для проведения химических реакций
 - Набор для электролиза демонстрационный
 - Комплект мерных колб малого объема
 - Набор флаконов для хранения растворов реактивов
 - Прибор для опытов по химии с электрическим током (лабораторный)
 - Прибор для иллюстрации закона сохранения массы веществ
 - Делительная воронка
 - Установка для перегонки веществ
 - Прибор для получения газов
 - Баня комбинированная лабораторная
 - Фарфоровая ступка с пестиком
 - Комплект термометров (0-100 C⁰,)
 - Комплект термометров (0-200 C⁰)

9. Комплект химических реактивов

- Набор Кислоты
- Набор Щелочи
- Набор Органические вещества
- Набор Минеральные удобрения
- Набор Иониты
- Набор Соли для демонстрационных опытов
- Набор Галогениды
- Набор Сульфаты, сульфиты, сульфиды
- Набор Нитраты (без серебра)
- Набор Соединения марганца
- Набор Индикаторы
- Набор реактивов для определения жесткости воды
- Набор Образцы неорганических веществ
- Набор Неорганические вещества для демонстрационных опытов
- Набор Соединения хрома