

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОДРОСТКАМ О ПОДРОСТКАХ»

I. ПЛАНИРУЕМЫ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ "ПОДРОСТКАМ О ПОДРОСТКАХ"

Личностные результаты:

- формирование позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки, снижение уровня школьной тревожности;
- формирование мотива самопознания и саморазвития;
- моделирование поведения в различных ситуациях, осознание себя и своего места в жизни, определение оптимального стиля поведения;
- формирования умения преодолевать трудности, опираясь на внутренние резервы.

Метапредметные результаты:

- наличие позитивного образа Я: абсолютное принятие человеком самого себя при достаточно полном знании самого себя;
- формирование толерантности: принятия других людей вне зависимости от пола, возраста, культурных особенностей и т.п.;
- формирование умения понимать и описывать свои эмоциональные состояния и состояния других людей, возможность свободного и открытого проявления чувств без причинения вреда другим, осознание причин и последствий как своего поведения, так и поведения окружающих;
- развитие умения сделать выбор и готовности нести за него ответственность на основе внутренней позиции взрослого человека.

Предметные результаты:

- устойчивый интерес к предмету «Психология»;
- знание объективных психологических законов;
- освоение важных для подросткового возраста психологических понятий;
- освоение методов и приемов познания себя.

II. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОДРОСТКАМ О ПОДРОСТКАХ»

Введение

Что значит «я - подросток»?

Эмоциональная сфера человека

Почему нам нужно изучать чувства. Основные законы психологии эмоций.

Эмоциональный словарь

Чувства полезные и вредные

Запреты на чувства

Эффект обратного действия. Передача чувств по наследству

Сказка «Страна чувств»

Психогигиена эмоциональной жизни

Какие чувства мы скрываем? Маска

Я в «бумажном зеркале»

«Бумажное отражение»

Что такое страх? Страхи и страшилки

Побеждаем все тревоги

А что они обо мне подумают?

Злость и агрессия. Как справиться со злостью?

Обида. Как простить обиду?

Ах, чем я виноват?

Что такое эмпатия? Развиваем эмпатию.

Способы выражения чувств.

Социальное восприятие: как узнавать другого человека

Как мы получаем информацию о человеке

Учимся понимать жесты и позы

Невербальные признаки обмана

Понимание причин поведения людей

Впечатление, которое мы производим. Из чего складывается впечатление о человеке

Способы понимания социальной информации

Как узнать другого человека: обобщение

Межличностная привлекательность: любовь, дружба

Привлекательность человека

Взаимность или обоюдная привлекательность

Дружба. Четыре модели общения.

Романтические отношения или влюбленность

Любовь

Половая идентичность и ее развитие у подростков

Переживание любви.

Что помогает и что мешает любви

Заключительное занятие. Диагностика готовности к саморазвитию

III. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ

№п/п	Тема	Кол-во часов	Характеристика основных видов деятельности ученика
	7 КЛАСС		
1	Введение	1	- развитие познавательного интереса - структурирование знаний
2	Эмоциональная сфера человека	18	- развитие познавательного интереса - структурирование знаний - актуализация личного опыта, - саморефлексия эмоциональных состояний, - овладение способами свободного и открытого проявления чувств без причинения вреда другим - повышение самооценки
3	Социальное восприятие: как узнавать другого человека	7	- развитие познавательного интереса - актуализация знаний и личного опыта - формирование умения понимать и принимать других людей - саморефлексия
4	Межличностная привлекательность: любовь, дружба	8	- развитие познавательных интересов - актуализация знаний и личного опыта - формирование умения понимать и принимать других людей - рефлексия процесса общения - саморефлексия
5	Заключительное занятие	1	- развитие познавательного интереса, - структурирование знаний личного опыта, - формирование мотива к позитивному самоизменению - саморефлексия

