

Приложение к ООП ООО,  
утвержденное приказом  
МОБУ «СОШ «ЦО «Кудрово»  
№ 269 от 28.08.2020 г

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по курсу внеурочной деятельности  
«Психологическая подготовка к ОГЭ»  
9 класс

Автор / Разработчик  
учитель Гущина В. Н.

**2020-2021 учебный год**  
г. Кудрово Ленинградской обл.

## Пояснительная записка

Данная программа предназначена для учащихся 9 классов. Занятия по форме напоминают тренинговую структуру и включают в себя:

- Профориентационные упражнения
- Телесно-ориентированные упражнения
- Психодиагностические упражнения
- Развивающие упражнения
- Психотехнические упражнения
- Педагогические упражнения
- Коррекционные упражнения
- Дискуссии
- Релаксационные упражнения
- Решение проблемных ситуаций
- Психодиагностические процедуры

Данный курс рассчитан на 9 часов в год. Занятия проводятся в свободной форме и в дружеской обстановке, что дает возможность учащимся:

- ✓ Проявить себя
- ✓ Воплощать найденное решение или оптимальный вариант поведения в реальность.

**Основной целью курса** является оказание психолого-педагогической помощи подросткам в формировании собственного «Я», а также в подготовке их к самоконтролю на экзаменах.

### Задачи программы:

1. Повышение мыслительных возможностей.
2. Психологическая диагностика и самодиагностика внутренних ресурсов подростка (интересы, склонности, способности, мотивы, особенности темперамента).
3. Осознание креативности в себе и ее развитие.
4. Формирование адаптивных навыков решение проблем.
5. Моделирование индивидуального пути решения жизненных ситуаций.

### Основные принципы программы:

- *Принцип гуманизации* – опора на возможности и ресурсы подростка, акцент на самоопределение.
- *Принцип индивидуализации* – учет индивидуальных и возрастных особенностей учащихся при выборе форм и методов работы.
- *Принцип социализации* – содействие самоопределению подростков социальной среде, приобретение социального опыта путем принятия на себя различных социальных ролей.

### Методы обучения:

- **Словесный:** объяснение нового материала; рассказ обзорный для раскрытия новой темы; беседы с учащимися в процессе изучения темы.
- **Наглядный:** применение демонстрационного материала, наглядных пособий, презентаций по теме.
- **Практический:** индивидуальная и совместная продуктивная деятельность, выполнение учащимися определенных заданий, решение задач.
- **Интерактивный:** создание специальных заданий, моделирующих реальную жизненную ситуацию, из которой учащимся предлагается найти выход.

### Технологии, используемые в обучении:

- **технология проблемного диалога.** Учащимся не только сообщаются готовые знания, но и организуется такая их деятельность, в процессе которой они сами делают «открытия», узнают что-то новое и используют полученные знания и умения для решения жизненных задач;
- **технология коллективного взаимообучения** («организованный диалог», «сочетательный диалог», «коллективный способ обучения», «работа учащихся в парах сменного состава») позволяет плодотворно развивать у обучаемых самостоятельность и коммуникативные умения;
- **игровая технология.** Игровая форма в образовательном процессе создаётся при помощи игровых приёмов и ситуаций, выступающих как средство побуждения к деятельности. Способствует

развитию творческих способностей, продуктивному сотрудничеству с другими учащимися. Приучает к коллективным действиям, принятию решений, учит руководить и подчиняться, стимулирует практические навыки, развивает воображение;

- **элементы здоровьесберегающих технологий** являются необходимым условием снижения утомляемости и перегрузки учащихся;
- **проектная технология** предлагает практические творческие задания, требующие от учащихся их применение для решения проблемных заданий, знания материала на данный исторический этап. Овладевая культурой проектирования, школьник приучается творчески мыслить, прогнозировать возможные варианты решения стоящих перед ним задач;
- **информационно-коммуникационные технологии** активизируют творческий потенциал учащихся; способствует развитию логики, внимания, речи, повышению качества знаний; формированию умения пользоваться информацией, выбирать из нее необходимое для принятия решения, работать со всеми видами информации, программным обеспечением, специальными программами и т.д.

#### **Методы и формы контроля:**

- **фронтальная форма** (ученики с места предоставляют короткие ответы на вопросы, составленные учителем по небольшому объему изученного материала);
- **индивидуальный контроль** (используется для полного ознакомления учителя со знаниями, умениями и навыками отдельных учащихся, которые вызываются для ответа к доске);
- **комбинированная форма** (сочетание индивидуального контроля с фронтальным и групповым);
- **самоконтроль / взаимоконтроль** (обеспечивает функционирование внутренней обратной связи в ходе обучения).

#### **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

В таблице 1 представлены планируемые результаты: личностные и метапредметные курса внеурочной деятельности

Таблица 1

#### **Планируемые личностные и метапредметные результаты освоения учебного предмета, курса**

<b>Планируемые результаты</b>	
<b>Личностные</b>	<b>Метапредметные</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование ответственного отношения к учению, способности довести до конца начатое дело на примере завершённых творческих учебных проектов;</li> <li>• формирование способности к саморазвитию и самообразованию средствами информационных технологий на основе, приобретённой благодаря иллюстративной среде программирования мотивации к обучению и познанию;</li> <li>• развитие опыта участия в социально значимых проектах, повышение уровня самооценки, благодаря реализованным проектам;</li> <li>• формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками в процессе образовательной, учебно-исследовательской и проектной</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• умение самостоятельно ставить и формулировать для себя новые задачи, развивать мотивы своей познавательной деятельности;</li> <li>• умение самостоятельно планировать пути решения поставленной проблемы для получения эффективного результата, понимая, что в программировании длинная программа не значит лучшая программа;</li> <li>• умение оценивать правильность решения учебно-исследовательской задачи;</li> <li>• умение корректировать свои действия, вносить изменения в программу и отлаживать её в соответствии с изменяющимися условиями;</li> </ul>

<p>деятельности, участия в конкурсах и конференциях различного уровня;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития информационных технологий;</li> <li>• формирование осознанного позитивного отношения к другому человеку, его мнению, результату его деятельности;</li> <li>• развитие эстетического сознания через творческую деятельность на базе иллюстрированной среды программирования.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• владение основами самоконтроля, принятия решений;</li> <li>• умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебно-исследовательских и проектных работ;</li> <li>• ИКТ-компетенция;</li> <li>• умение сотрудничества и совместной деятельности со сверстниками в процессе проектной и учебно-исследовательской деятельности</li> </ul>
---	--

### Календарно – тематический план

№	Тема занятия	Кол-во часов	Цель
1.	Введение в программу.	1	Введение в программу, знакомство, определение направления в работе.
2.	Такие разные настроения	1	Знакомство с понятием «настроение», какое бывает настроение, от чего оно зависит. Как справиться с плохим настроением – может ли человек влиять на свое настроение.
3.	Как стать уверенным в себе?	1	Что такое «самооценка», какая бывает самооценка, от чего зависит как человек оценивает себя. Тест тревожности. Игра-тренинг на поднятие самооценки.
4.	Как делать выбор и добиться успеха?	1	Что такое «личный выбор»? Право человека принимать индивидуальные решения, как влияет самооценка на выбор человека. Тренинг «Деловое решение». Успешность человека, что влияет на успех. Тренинг-игра «Монополия»
5.	Трудное слово «нет»	1	Почему не все люди умеют говорить «нет». Как это влияет на жизнь человека, на его положение в коллективе.
6.	Чем мы отличаемся друг от друга?	1	Индивидуально-личностные особенности человека. Положительные стороны индивидуальности. Тест Кеттелл (подростковый)
7.	Учимся говорить себе «стоп».	1	Что такое самоконтроль? К каким последствиям может привести несдержанность человека? Тест на тип темперамента. Тренинг «Команда «СТОП»
8.	Как победить свой страх?	1	Понятие «страх», ситуации когда возникает страх. Может ли человек победить свой страх, каким образом.
9.	Подведение итогов	1	Круглый стол – чему я научился за данное время.