

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа объединения по интересам «Познай себя» имеет социально-педагогическую направленность и ориентирована на социализацию личности учащегося, удовлетворение его индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном, физическом совершенствовании, адаптацию к жизни в обществе, организацию свободного времени, профессиональную ориентацию.

Программа объединения по интересам «Познай себя» разработана в соответствии с типовой программой дополнительного образования детей и молодежи (социально-педагогический профиль), утверждённой Министерством образования Республики Беларусь 06.09.2017 года.

Реализация программы содействует освоению учащимися социального опыта, приобретению ими навыков воспроизводства социальных связей и личностных качеств, необходимых для жизни, овладению некоторыми знаковыми системами, созданными человечеством, нормами и правилами поведения, социальными ролями.

Цель: формирование и овладение учащимися психологической культурой как частью общей культуры человека.

Задачи:

образовательные:

формирование представления о внутреннем мире человека (его духовно-нравственной, эмоционально-волевой и познавательной сферах), о месте в окружающем мире (природе, социуме, времени);

приведение к осознанию и усвоению (соответственно возрасту) знаний и понятий о своем организме, психике, здоровье, нравственности;

систематизация знаний о приемах и способах познавательной, учебной, коммуникативной, игровой, гигиенической и других видов деятельности;

обучение социальным нормам, правилам поведения, формам социальной жизни в группах и сообществах;

подготовка учащихся к выполнению широкого спектра социальных ролей;

развивающие:

развитие коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми;

развитие творческих способностей, самовыражения;

развитие интеллектуальной сферы (общие и специальные способности);

развитие самосознания (чувство собственного достоинства, адекватная самооценка).

воспитательные:

активизация осмысления общечеловеческих ценностей и выработка личного отношения к ним, собственной внутренней позиции, собственных ценностных ориентаций;

формирование представления о способах преодоления трудностей, осознание особенностей собственного поведения в трудных жизненных ситуациях;

формирование представления о психологической помощи и особенностях применения психологических знаний в разных сферах общественной жизни;

формирование ценностного отношения к здоровому и безопасному образу жизни.

Организационные условия реализации программы

Программа рассчитана на 1 год обучения. Объединение по интересам формируется из числа учащихся в возрасте от 12 до 16 лет. Группы комплектуются без специального отбора с учетом возраста, личного желания и желания законных представителей. Занятия проходят два раза в неделю по одному часу. Оптимальное количество учащихся в группе – 15 человек. Форма организации образовательного процесса – групповая.

Санитарно-гигиенические требования

Организация рабочего пространства осуществляется с учетом правил пожарной безопасности и санитарно-гигиенических норм, установленных требованиями постановления Совета Министров Республики Беларусь от 07.08.2019 №525 «Об утверждении специфических санитарно-эпидемиологических требований».

При организации обучения необходимым является соблюдение санитарно-гигиенических норм, норм пожарной безопасности, наличие наглядного и дидактического материала.

Кадровое обеспечение

Занятия проводит педагог, имеющий психолого-педагогическое образование.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

(образовательная область «Психологическая культура»)

№ п/п	Название разделов, тем	Кол-во часов		
		Всего	Теор.	Практ.
	Вводное занятие	2	2	-
1	Психологическая культура как часть общей культуры	4	1	3
2	Сущность и природа человека	6	1	5
3	Культура здоровья	8	2	6
4	Самопознание, саморегуляция, самосовершенствование	10	2	8
5	Психические процессы (культура познания, эмоций и чувств)	8	1	7
6	Общение и взаимоотношения	8	2	6
7	Поведение в трудных ситуациях	8	1	7
8	Культура самоопределения	10	2	8
9	Мир семьи	6	2	4
	Итоговое занятие	2	-	2
	Итого:	72	16	56

СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЛАСТИ

Вводное занятие

Цели и задачи обучения. Содержание занятий. Правила работы. Техника практических работ. План работы на год.

1. Психологическая культура как часть общей культуры

Теоретические занятия. Понятие «культура». Образование и культура. Психологическая культура. Психологические знания как важный компонент психологической культуры. Понятие «житейская психология». Научная психология. Взаимодействие научной и «житейской» психологии.

Практические занятия. Разработка информационных карточек по психологической культуре.

2. Сущность и природа человека

Биологическое и социальное в человеке. Человек как индивид (телесное существование человека). Классификация природных свойств: возрастно-половые, индивидуально-типические.

Практические занятия. Определение и содержание понятия «личность». Уровни иерархии человеческой организации: «индивид», «субъект», «личность» и «индивидуальность». Структура личности: способности, темперамент, характер.

3. Культура здоровья

Здоровье в системе человеческих ценностей. Компоненты здоровья. Понятия «болезнь» и «здоровье». Здоровье и укрепляющие его факторы.

Практические занятия. Критерии здоровья человека. Факторы, разрушающие здоровье. Влияние здорового образа жизни на природу человека и окружающую среду.

4. Самопознание, саморегуляция, самосовершенствование

Общее представление о самопознании и его значение для жизни человека. Саморегуляция и самосовершенствование как элементы самопознания. Общая характеристика самопознания как процесса. Цели и мотивы самопознания.

Практические занятия. Сферы и области самопознания. Способы, средства, механизмы и барьеры самопознания.

5. Психические процессы (культура познания, эмоций и чувств)

Общее представление о познании. Определение и содержание понятий «субъект познания», «объект познания». Ступени познавательной деятельности: чувственное познание, рациональное познание.

Практические занятия. Виды эмоциональных переживаний и их характеристика (аффекты, Соотношение понятий «эмоции» и «чувства»). Основные виды эмоций и чувств. Настроение как эмоциональное состояние. Основные характеристики настроений.

6. Общение и взаимоотношения. Коммуникативная культура

Определение понятия «общение». Структура и средства общения. Общение как основа межличностных отношений.

Практические занятия. Определение индивидуального стиля общения. Способы воздействия в процессе общения. Понятие «коммуникативная культура» и его характеристики.

7. Поведение в трудных ситуациях

Способы преодоления трудностей, осознание особенностей собственного поведения в трудных жизненных ситуациях: стресс, фрустрация, кризис, переживание, эмоциональное напряжение. Представление о жизненной стойкости.

Практические занятия. Создание памяток

8. Культура самоопределения. Смысл жизни и выбор жизненного пути

Психологическая суть жизненного и профессионального самоопределения.

Межличностное взаимодействие. Развитие умений по принятию решений. Эмоциональное отношение к выбору профессии. Роль жизненных ценностей при выборе профессии. Планирование профессионального пути.

9. Мир семьи. Культура семейных отношений

Культурно-историческая природа брака и семьи. Тенденции развития современной семьи. Функции современной семьи. Динамика семьи. Жизненный цикл и жизненный путь семьи. Нормативные и ненормативные кризисы семьи. Семья как целостная система. Психологические закономерности выбора брачного партнера.

Практические занятия. Психология родительства. Детско-родительские отношения в семье. Семьи группы риска.

Итоговое занятие

Подведение итогов работы.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Знания по программе не могут подвергаться жесткому контролю, так как программа направлена на формирование у учащихся стремления к дальнейшему познанию себя, поиску новых возможностей для реализации собственного потенциала. Реализация программы призвана способствовать: социальной адаптации учащихся;

формированию знаний об основных сферах современной социальной жизни и устройства общества;

созданию условий для развития коммуникативной, социально успешной личности.

В результате освоения программы у учащихся актуализируются: познавательный интерес и творческий подход к решению различных задач; способность самостоятельно добывать знания;

исследовательская деятельность;

потребность в дальнейшем саморазвитии и реализации собственного личностного потенциала;

сформированность общей психологической культуры;

активная деятельность учащихся для продуктивного и гармоничного общения со сверстниками и взрослыми;

творческое мышление учащихся, стремящихся к раскрытию личностного потенциала, направленного на поиск места в социуме, профессионального самоопределения;

успешное прохождение кризисных возрастных этапов.

ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Формы подведения итогов образовательного процесса: итоговое занятие.

ФОРМЫ И МЕТОДЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Формы подбираются с учетом цели и задач, познавательных интересов и индивидуальных возможностей учащихся, специфики содержания образовательной программы и возраста учащихся.

Организационные методы – лекция (лекция-диалог, лекция-конференция и т.д.), конкурс, коллективно-творческое дело;

активные методы – семинар (семинар-беседа, семинар-диспут, семинар-заслушивание и обсуждение и т.д.), тренинг, дискуссия, экскурсия, учебная конференция, консультация, защита творческих заданий;

игровые методы – подвижные, сюжетные, деловые и ролевые игры, игровое моделирование, анализ конкретных ситуаций, игровое проектирование (конструирование), профессиональные игры, социально-психологический тренинг;

самостоятельные занятия учащихся – самостоятельные исследовательские, практические и теоретические работы и др.

Методы контроля: наблюдение, беседа, опрос, анализ результатов деятельности учащихся, диагностика, тренинги, самоанализ.

ЛИТЕРАТУРА И ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ

1. Кодекс Республики Беларусь об образовании. – Минск : Национальный институт правовой информации Республики Беларусь, 2011. – 400 с.
2. Положение об учреждении дополнительного образования детей и молодежи (утверждено постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 25 июля 2011 г. № 149) [Электронный ресурс] // Национальный образовательный портал. – Режим доступа : www.adu.by/wp-content/uploads/2014/posle_urokov/...i...i.../1_polog.doc.
3. Постановление Министерства образования Республики Беларусь «Об утверждении концепции непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь»: от 14.12 2006 г. № 125 [Электронный ресурс] // Национальный образовательный портал. – Режим доступа : www.adu.by/wp-content/uploads/2015/.../koncept-vospit-detej-i-molodioji.doc.
4. Программа непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи на 2021-2025 годы (утверждена Постановлением Министерства образования Республики Беларусь 31 декабря 2020 г. № 312) [Электронный ресурс] // Министерство образования Республики Беларусь. – Режим доступа : edu.gov.by/doc-3999313.
5. Беспалько, В. П. Слагаемые педагогической технологии / В. П. Беспалько. – М. : Педагогика, 1989. – 192 с.
6. Голоухова, Г. Н. Методика и технология работы социального педагога : учебное пособие / Г. Н. Голоухова. – Архангельск : ПГУ, 2010. – 152 с.
7. Гуманизация воспитания в современных условиях / Под ред. О. С. Газмана, И. Костенчука. – М. : УВЦ Инноватор, 1995. – 115 с.
8. Коновальчик, Е. А. Воспитание гендерной культуры учащихся : пособие для педагогов общеобразоват. учреждений / Е. А. Коновальчик, Г. Е. Смотрицкая. – Минск : Нац. ин-т образования, 2008. – 96 с.
9. Овчарова, Р. В. Практическая психология образования : Учеб. пособие для студ. психол. фак. университетов / Р. В. Овчарова. – М. : Академия, 2003. – 448 с.
10. Селевко, Г. К. Современные образовательные технологии : Учебное пособие / Г. К. Селевко. – М. : Народное образование, 1998. – 256 с.
11. Слободчиков, В. И. Основы психологической антропологии. Психология человека : Введение в психологию субъективности. Учебное пособие для вузов / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. – М. : Школа-Пресс, 1995. – 384 с.
12. Современная энциклопедия социальной работы : энциклопедия / под ред. В. И. Жукова. – М. : Изд-во РГСУ, 2008. – 412 с.
13. Технологии социальной работы / под ред. В. И. Жукова. – М. : Изд-во РГСУ, 2011. – 388 с.
14. Технология социальной работы : учебник / под. ред. Е. И. Холостовой, Л. И. Кононовой. – М. : Дашков и К, 2013. – 478 с.

15. Холостова, Е. И. Практикум по социальной работе : 2-е изд. – М. : Дашков и К, 2008. – 296 с.

16. Энциклопедия социальных практик / под ред. Е. И. Холостовой, Г. И. Климантовой. – М. : Дашков и К, 2011. – 660 с.