

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Сергачская средняя общеобразовательная школа № 2»  
г. Сергач, Нижегородская обл., 607513, ул. Краснодонцев, 38а,  
тел. 5 90 67, факс (83191) 5 90 67  
[skola2serga45@mail.ru](mailto:skola2serga45@mail.ru)

---

Рассмотрена  
на педагогическом совете  
№ 1 от 30.08.2019 г

Утверждена  
приказом директора школы  
№ 185-о от 30.08.2019 г

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

**«Психологический театр в школе»**

Срок реализации: 2 года

Возраст обучающихся: с 14-15 лет.

Автор программы:

Педагог-психолог Черновская В.Э

г. Сергач , 2019 г.

## Содержание

1. Пояснительная записка.
2. Учебно-тематический план.
3. Содержание изучаемого курса.
4. Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы.
5. Список используемой литературы для преподавателей и учащихся.

## 1. Пояснительная записка

Подростковый период – важнейший этап жизни человека, время выборов, которые во многом определяют последующую судьбу. Несмотря на разницу социально-культурного окружения, почти все подростки с особой остротой переживают свое взросление, заявляя об этом через агрессию, непослушание, алкоголь, школьные трудности и т.д. Поэтому так важно, чтобы у детей была возможность поговорить о себе, исследовать себя, получить новые знания о себе. Программа психологических занятий для подростков должна обеспечивать с одной стороны формирование их психологического здоровья, с другой стороны - выполнение основных задач развития. Данная программа кружка включает в себя основные направления работы: аксиологическое, инструментальное, потребностно - мотивационное и развивающее. Аксиологическое направление учит ребенка принимать самого себя и других людей, при этом адекватно осознавая свои и чужие достоинства и недостатки. Инструментальное направление формирует умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы, т.е. помогает личностной рефлексии ребенка. Потребностно - мотивационное направление для подростков предполагает развития умения сделать выбор, готовность нести за него ответственность, а также формирование потребности в самоизменении и личностном росте. Развивающее направление обеспечивает формирование эго-идентичности (Э. Эриксон), половой идентичности и личностного самоопределения (Л.И. Божович).

### **Цель программы:**

Цель изучения программы кружка «Психологический театр в школе» - решение основных проблем возраста с целью сохранения психологического здоровья детей, а также развитие коммуникативной, познавательной и личностной сфер личности ребенка.

### **Задачи программы:**

#### *Обучающие:*

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

### *Воспитательные:*

- воспитывать чувства коллективизма, взаимопомощи, ответственности;
- сохранять и поддерживать психологическое здоровье 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.

Программа предоставляет широкие возможности для изучения собственной личности, для развития творческих и интеллектуальных способностей, наблюдательности, для коррекции своих эмоциональных состояний.

Новизна программы в том, что с целью повышения эффективности образовательного процесса используются современные психолого-педагогические технологии: тренинг, деловая игра и др. методы. Перед учебными и практическими занятиями проводится инструктаж о работе в тренинговой группе, о значимости чужого мнения, о правилах ведения дискуссии.

### **Краткие сведения о программе:**

Программа кружка «Психологический театр в школе» составлена для обучающихся 8 - 9 классов. Реализация программы осуществляется на дополнительных занятиях, где используются как коллективные формы работы, так и индивидуальные формы и работа в парах. Чередование форм работы способствует повышению коммуникативных способностей и формированию нравственных качеств учащихся, позволяет познание себя осуществлять активно и деятельностно.

Основополагающими принципами построения программы кружка «Психологический театр в школе» являются:

- доступность;
- практико - ориентированность;

- метапредметность.

Программа кружка «Психологический театр в школе» рассчитана на 70 часов (35 часов в год, 1 час в неделю).

Направленность: социальная.

Возраст обучающихся: 14 - 15 лет.

Сроки реализации дополнительной общеобразовательной программы: 2 года.

В основе внеурочного кружка лежит системно - деятельностный подход, который предполагает:

-воспитание и развитие качеств личности, отвечающих требованиям информационного общества;

- ориентацию на результаты образования как системообразующий компонент курса, где развитие личности обучающегося на основе усвоения универсальных учебных действий, познания и освоения мира составляет цель и результат образования;

- учет индивидуальных возрастных и интеллектуальных особенностей обучающихся;

- обеспечение преемственности начального общего, основного и среднего (полного) общего образования;

- разнообразие видов деятельности и учет индивидуальных особенностей каждого обучающегося, обеспечивающих рост творческого потенциала, познавательных мотивов, обогащение форм взаимодействия со сверстниками и взрослыми в познавательной деятельности;

- гарантированность достижения планируемых результатов освоения внеурочного кружка «Мир психологии», что и создает основу для самостоятельного успешного усвоения обучающимися новых знаний, умений, компетенций, видов и способов деятельности.

**Методы и приемы, используемые при изучении программы кружка:**

1. *Интеллектуальные игры* – задания, дающиеся в начале занятия в качестве разогревающих, настраивающих на работу, организующих ее. Такого рода игры

являются достаточно безопасными, поэтому позволяют легко и быстро включить в дискуссию даже закрытых подростков. Интеллектуальные задания способствуют расширению лексического запаса учащихся в области психологии, помогают им овладеть необходимыми понятиями.

2. *Форум – театр (ролевые методы)* – предполагает принятие ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание необычных ролей; проигрывание своей роли в гротескном, т.е. усиленном варианте.

3. *Коммуникативные игры* – игры, направленные на формирование у подростков умения увидеть в другом человеке его достоинства, способствующие углублению осознания сферы общения и обучающие умению сотрудничать.

4. *Игры, направленные на развитие вербального и невербального воображения.*

5. *Использование терапевтических метафор* с целью поиска и нахождения ресурсов внутри себя.

6. *Методы формирования «эмоциональной грамотности»* - предполагают обучение распознаванию эмоциональных состояний по мимике, жестам, голосу; умение принимать во внимание чувства другого человека в конфликтных ситуациях.

7. *Когнитивные методы.*

8. *Дискуссионные методы* - позволяют реализовать принцип субъект – субъектного взаимодействия, выявлять различные точки зрения на какую-либо проблему.

### **Формы проведения занятий:**

-индивидуальная работа;

-работа в паре;

-групповая работа;

-коллективная работа.

## **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы кружка «Психологический театр в школе»**

Сформулированная цель реализуется через достижение образовательных результатов. Эти результаты структурированы по ключевым задачам общего образования, отражающим индивидуальные, общественные и государственные потребности, и включают в себя предметные, метапредметные и личностные результаты. Особенность внеурочного кружка «Психологический театр в школе» заключается в том, что полученные знания о себе, своих личностных особенностях, а также работа со своим эмоциональным состоянием будут способствовать успешному усвоению школьной программы.

### *ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ*

У обучающегося будут сформированы:

- обучающийся получит возможность для формирования внутренней позиции школьника;
- формирование ответственного отношения к учению;
- готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании обучения и познания;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики;
- развитие осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

### *ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ*

Предметными результатами освоения программы кружка «Психологический театр в школе» являются следующие знания и умения:

- знание индивидуальных и эмоциональных особенностей людей;
- знание правил работы в тренинговой группе;
- знание способов разрешения конфликтных ситуаций;

- умения вести конструктивный диалог;
- умение определять жизненные цели и задачи.

Учащиеся получают возможность научиться:

- понимать себя, свои желания, мечты, ценности;
- вести конструктивную беседу;
- учитывать мнение людей при взаимодействии, вставать на сторону собеседника;
- бесконфликтному поведению со сверстниками и взрослыми людьми.

Текущий контроль усвоения материала осуществляется во время наблюдения за работой детей во время урока (активность, заинтересованность). В конце учебного года проводится отчетное занятие, на котором учащиеся продемонстрируют полученные навыки и умения.

### **Требования и результаты к уровню подготовки учащихся**

*обучающиеся должны знать:*

- что такое «психология», каково её место в системе наук;
- понятие личность, индивид, индивидуальность;
- об уникальности внутреннего мира каждого;
- о способах ведения конструктивного диалога;
- о мотивах выбора друзей.

*обучающиеся смогут узнать:*

- о разных направлениях психологической науки;
- о способах поведения в трудных ситуациях;
- о понятиях «уверенность» и «уважение» обучающиеся должны уметь:
- анализировать и понимать притчи, сказки, выявлять в них скрытый подтекст;
- анализировать поступки других людей и свои собственные.

*обучающиеся смогут научиться:*

- самостоятельно анализировать поведение героев фильма;
- анализировать сказки, притчи, рассказы;
- анализировать собственные потребности и цели.

## 2. Учебно-тематический план.

№ п.п.	Название тем и разделов	Всего часов	Теория	Практика
	<b>Раздел 1</b> <b>Кто Я? Мои силы, мои возможности.</b>	<b>28</b>	<b>12</b>	<b>16</b>
1	Мое лето.	1	0,5	0,5
2	Кто Я?	1	0,5	0,5
3	Какой Я?	1	0,5	0,5
4	Какой я - большой или маленький?	1	0,5	0,5
5	Мои потребности и цели.	1	1	
6	Борьба мотивов.	1	1	
7	Познай себя.	2		2
8	Анкета «Вот я какой!»	1		1
9	Как сделать волю сильнее.	1	0,5	0,5
10	Остров Ощущений в море Восприятия.	1	0,5	0,5
11	Пульт управления Вниманием.	1	0,5	0,5
12	Проективная методика «Мой щит и герб»	2		2
13	Госпожа Память.	1	0,5	0,5
14	Моя уверенность.	1		1
15	Как повысить самооценку.	1	1	
16	В гостях у Мышления.	1	0,5	0,5
17	В море Эмоций.	1	0,5	0,5
18	Мой выбор, мой путь.	1	0,5	0,5

19	Мой внутренний мир.	1	0,5	0,5
20	Сказкотерапия (психологические притчи)	1	0,5	0,5
21	Сказкотерапия (психологические притчи) продолжение.	1		1
22	Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира.	1	0,5	0,5
23	Кого я могу впустить в свой внутренний мир?	1	0,5	0,5
24	Конгруэнтность. Ресурсное состояние (учимся управлять собой)	1	0,5	0,5
25	Что значит верить?	1	0,5	0,5
26	Мои страхи, как с ними бороться.	1	0,5	0,5
	<b>Раздел 2. Я расту, я изменяюсь</b>	<b>7</b>	<b>2,5</b>	<b>4,5</b>
27	Мое детство.	1	0,5	0,5
28	Я изменяюсь.	1	0,5	0,5
29	Загляни в себя.	1		1
30	Я глазами других.	1	0,5	0,5
31	Самооценка.	1		1
32	Мои внутренние друзья и мои внутренние враги.	2	1	1
	<b>Раздел 3.</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>

	<b>Конфликты и их предотвращение.</b>			
33	Почему люди ссорятся?	1	1	
34	Барьеры общения.	1	0,5	0,5
35	Эмпатия и рефлексия как способы восприятия и понимания.	1	0,5	0,5
36	Конфликт: способы поведения в конфликте.	1	0,5	0,5
37	Конфликт, конструктивное решение.	1	0,5	0,5
38	Конфликт как возможность развития “Я”	1	0,5	0,5
39	Фильтры “Я-слушания” как способ существования различных частей личности.	1	0,5	0,5
40	Обиды.	1		1
41	Критика.	1		1
42	Тренинг «Наш дружный коллектив».	1		1
	<b>Раздел 4. Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?</b>	<b>8</b>	<b>5,5</b>	<b>2,5</b>
43	Мое будущее.	1	0,5	0,5
44	Груз привычек.	1	1	

45	Как мы воспринимаем окружающий мир	1	0,5	0,5
46	Я повзрослел: роль агрессии в развитии человека	1	1	
47	Кто в ответе за мой внутренний мир	1	1	
48	Хочу вырасти здоровым человеком!	1	0,5	0,5
49	Вредные привычки как с ними бороться!	1	1	
50	Профилактика ПАВ.	1		1
	<b>Раздел 5. Форум-театр как средство решения проблем.</b>	<b>7</b>	<b>2</b>	<b>5</b>
51	Форум- театр – это искусство?	1	1	
52	Психологические особенности публичного выступления	1	1	
53	Форум-театр «Открытая тема»	5		5
	<b>Раздел 6. Хочу быть интеллигентным</b>	<b>3</b>	<b>1,5</b>	<b>1,5</b>

	<b>человеком: что для этого нужно?</b>			
54	Комплименты или лесть.	1	0,5	0,5
55	Вежливость. Приветствия.	1	0,5	0,5
56	Умение вести беседу. Телефонный разговор.	1	0,5	0,5
	<b>Раздел 7. Хочу быть свободным человеком: что для этого нужно?</b>	<b>7</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
57	Кто такой свободный человек?	1	1	
58	Права и обязанности.	1		1
59	Мои права и права людей.	1	1	
60	Тренинг «Я!?»	2		2
61	Заключительное занятие: обратная связь и рефлексия	1	1	
62	Итоговое занятие.	1		1
	<b>Всего:</b>	<b>70</b>	<b>30,5</b>	<b>39,5</b>

### **3. Содержание изучаемого курса.**

Главная особенность подростков – появление глубокого интереса к своему внутреннему миру. Они легко включаются в беседы о прошлом и будущем, пытаются анализировать происходящие в них изменения, размышляют о своих способностях и возможностях. Теперь для них важны не столько успехи в учебе, сколько признание окружающими их внутренней ценности и уникальности.

Самое важное свойство этого возраста - особая открытость души. Дети не только легко и доверчиво впускают взрослых в свой внутренний мир, но нередко и сами приглашают их туда. Однако взрослые должны помнить, что это последний возрастной период, когда ребенок настолько открыт.

#### **Раздел 1. Кто Я? Мои силы, мои возможности.**

Цели:

- помочь детям усвоить понятие «способности», исследовать свои способности и возможности;
- помочь каждому ребенку осознать свою уникальность и неповторимость.

#### **Раздел 2. Я расту, я изменяюсь.**

Цели:

- помочь детям научиться осознавать происходящие в них изменения;
- помочь детям научиться планировать цели и пути само изменения.

#### **Раздел 3. Конфликты и их предотвращение.**

Цели:

- помочь детям научиться избегать конфликтов;
- познакомить детей с видами конфликтов;
- помочь детям конструктивно выходить из конфликтных ситуаций.

#### **Раздел 4. Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?**

Цели:

- дать детям возможность задуматься о будущем, попытаться структурировать его, обсудить возможные варианты будущего;
- Помочь детям понять, что будущее начинается в настоящем;
- ввести понятие «Жизненный выбор»

## **Раздел 5.**

### **Форум-театр как средство решения проблем.**

Цель – познакомить детей со способом разрешения конфликтных ситуаций через использование метода форум-театр.

### **Раздел 6. Хочу быть интеллигентным человеком: что для этого нужно?**

Цель – помочь детям осознать понятие «Интеллигентный человек», обсудить проблему идеалов.

### **Раздел 7. Хочу быть свободным человеком: что для этого нужно?**

Цели:

- помочь детям осознать личную свободу и свободу другого;
- помочь им понять, что свобода часто связана с наличием обязанностей;
- помочь осознать, что необходимо признавать и уважать права других людей.

#### **4. Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы.**

Занятия проводятся: коллективные, малыми группами. Продолжительность занятия 1 академический час (45 минут). Чередование видов деятельности, присутствие игровых форм позволяет поддерживать активный темп работы и избегать переутомления учащихся. На первых занятиях преобладают игровые формы, которые дают возможность ребенку «рассказать» о себе, познакомиться, учат действию и общению в коллективе. В игровой форме происходит знакомство с новыми видами деятельности, таким образом, кроме приобретения новых знаний и умений, происходит обогащение жизненного опыта учащихся.

Типы занятий:

- комбинированный;
- первичного ознакомления материала;
- усвоение новых знаний;
- применение полученных знаний на практике;
- закрепления, повторения;
- итоговое.

Программа является вариативной. Педагог может вносить изменения в содержания тем, дополнять практические занятия новыми приемами практического исполнения.

Образовательный процесс включает в себя различные **методы обучения:**

- репродуктивный (воспроизводящий);
- иллюстративный (объяснение сопровождается демонстрацией наглядного материала);
- проблемный (педагог ставит проблему и вместе с детьми ищет пути ее решения);
- эвристический (проблема формулируется детьми, ими и предлагается способы ее решения);

**и воспитания:**

- убеждения,
- упражнения,
- личный пример;
- поощрения.

Все методы обучения реализуются **различными средствами:** *предметными* - для полноты восприятия учебная работа проводится с использованием наглядных пособий и технических средств;

*практическими* – тренинг, проблемная ситуация, игра, творческое задание; *интеллектуальными:* логика, воображение, интуиция, мышечная память, внимание;

*эмоциональными:* переживание, представление, интерес.

Рациональное применение этих форм, методов и средств обучения обеспечивает эффективность реализации дополнительной образовательной программы.

## **5. Список используемой литературы для преподавателей и учащихся.**

*Список литературы для педагога:*

1. Практическая психология образования / под ред. И.В. Дубровиной. - М.: ТЦ «Сфера», 1998.
2. Истратова, О.Н. Справочник психолога средней школы / О.Н. Истратова, Т.В. Экзакусто. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
3. Игры, ребусы, загадки для школьников: пособие для родителей / сост. Т.И. Линго. - Ярославль: Академия развития, Академия К, 1998.
4. Винокурова, Н. Лучшие тесты на развитие творческих способностей / Н. Винокурова. - М.: «АСТ-Пресс», 1999.

5. Младший школьник. Развитие познавательных способностей» / под ред. И.В. Дубровиной. - М.: Просвещение, 2003.
6. Винокурова, Н.К. Развиваем способности детей / Н.К. Винокурова. - М.: РОСМЭН, 2003.
7. Милосердов, И.В. Сборник психологических диктантов для средней школы / И.В. Милосердов. - М.: «Школа XXI век».
8. Сиротюк, А.Л. Обучение детей с учетом психофизиологии / А.Л. Сиротюк. - М.: «Творческий центр», 2001.
9. Вергелис, Г.И. Школьник: помоги ему учиться / Г.И. Вергелис, Л.А. Матвеева, А.И. Раев. - СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена. Изд-во «Союз», 2000.
10. Корнеева, Е.Н. Ох уж эти подростки!.. / Е.Н. Корнеева. - Ярославль: Академия развития, Академия К, 1999.
11. Костромина, С.Н. Как преодолеть трудности в обучении детей / А.Ф. Ануфриев, С.Н. Костромина. - М.: Ось-89, 1999.
12. Битянова, М.Р. Работа психолога в школе / М.Р. Битянова, Т.В. Азарова, Е.И. Афанасьева, Н.Л. Васильева. - М.: Совершенство, 1998.
13. Сиротюк, А.Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения / А.Л. Сиротюк. - М.: Творческий центр, 2003.
14. Кравцова, Е.Е. Психологические особенности детей подросткового возраста. Лекции 1-8 / Е.Е. Кравцова. - М.: Педагогический университет «Первое сентября», 2005.
15. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я/О..Хухлаева.-генезис, М.2012г.

*Список литературы для обучающихся:*

1. Гин, С. Мир логики / С. Гин. - М.: Вита-пресс, 2001.
2. Гин, С. Мир фантазии / С. Гин. - М.: Вита-пресс, 2001.
3. Тихомирова, Л.Ф. Упражнения на каждый день: логика для школьников / Л. Ф. Тихомирова. - Ярославль: Академия развития, Академия К, 1998.
4. Аверина, И. С. Методика экспресс-диагностики интеллектуальных способностей / И.С. Аверина, Е.И. Щербланова, Е.Н. Задорина // Вопросы психологии. - № 5. - 1991; № 4. - 1994.