

***РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ЭЛЕКТИВНОГО КУРСА***

***«Основы возрастной психологии»***

Направление элективного курса: общеинтеллектуальное,  
социально-педагогическое

Программа рассчитана на один год обучения  
(для учащихся 10-11 классов)

*Составитель программы:  
К.п.с.н., доцент Матасова И.Л.*

Самара, 2021 г.

## 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.

Ведущая деятельность в подростковом возрасте-интимно-личностное общение со сверстниками

У подростка появляется необходимость дифференцированного отношения к собеседникам. В связи с этим ускоряется формирование планирующей функции.

Посредством общения у подростков формируются навыки взаимодействия с людьми, умение соотносить личные интересы с интересами окружающих, приобретается эмоциональный опыт. В процессе общения происходит проигрывание различных сторон будущей жизни, достигается основное новообразование подросткового возраста - самосознание.

В подростковом возрасте отмечается возрастание роли друзей в процессе общения, в общении же с взрослыми подростки переживают напряженность. Эта напряженность может проявляться в хамстве и агрессии в адрес взрослого, не принимающего или не понимающего попытки взросления подростка; в стремлении создать «свой язык»; в отказе от общения из-за страха быть непонятым.

Тем не менее, общение со взрослыми для подростка является весьма значимым, поскольку оно связано как с потребностью в любви и заботе со стороны близких взрослых, так и с нуждой в их мнении и оценках по поводу социальных и нравственных проблем, событий, поступков и т.д.

В этой связи возникает противоречие между объективной необходимостью во взаимодействии с различными возрастными группами и недостаточной компетентностью подростка в этом вопросе.

Преподавание курса изучения основ возрастной психологии в средних общеобразовательных учреждениях представляется актуальной и важной задачей образования, получившего социальный заказ на подготовку подрастающего поколения к жизни в правовом демократическом государстве. Именно личностные, психологические факторы выступают на первый план в работе над этой важной задачей. Психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и самосовершенствованию, понимание интересов, мотивов, чувств и потребностей окружающих людей, умение строить свои отношения с окружающими, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом — все это относится к необходимым компонентам личности гражданина демократического общества.

Обучение основано на использовании традиционных *принципов* дидактики: принцип воспитывающего обучения, научности, наглядности, сознательности и активности, систематичности, прочности, доступности. Индивидуальный подход, учет возрастных возможностей для преподавания курса в подростковой аудитории имеют исключительное значение.

Программа имеет общеинтеллектуальное и социально-педагогическое направление, а также позволяет развивающейся личности познавать не только законы материального мира, но и формировать систему знаний о себе, о законах взаимодействия людей, узнавать

свои собственные возможности и расширять их, т.е. овладевать психологической культурой.

**Цель курса:** раскрыть определяющие закономерности психического развития человека на различных возрастных этапах его жизни.

### **Задачи курса.**

#### *Основные:*

- сформировать понятие ценности развивающейся личности
- представить содержание основных законов психического развития человека в онтогенезе.
- овладеть практическими навыками построения коммуникаций с различными возрастными группами.

#### *Обучающие:*

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

#### *Воспитательные:*

- воспитывать чувства коллективизма, взаимопомощи, ответственности;
- сохранять и поддерживать психологического здоровья 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.

### *Общая характеристика учебного курса*

Данная программа 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).

#### *Обоснование необходимости реализации программы.*

Данный учебный курс направлен на решение психолого-педагогических задач, обеспечивающих становление личности ребенка. Освоение учебного материала даст обучающимся возможность приблизиться к пониманию феномена человека, уникальности его внутреннего мира и неразрывной связи с миром внешним, другими людьми, нациями, человечеством в целом. Обучающиеся смогут научиться моделировать свое будущее, принимать решения, делать выбор и нести за него ответственность, отстаивать свои права, уважая интересы других людей, что позволит ощущать себя полноправными гражданами общества, активными субъектами деятельности и социальной действительности.

#### *Формы проведения занятий*

- лекции, беседы;
- тренинги;

- арт-техники: сказкотерапия, телесноориентированная терапия, правополушарное рисование;
- театральные постановки, разыгрывание ситуаций;
- практические занятия с элементами игр, с использованием дидактических и раздаточных материалов;
- кейс-задания;
- дидактические настольные и интерактивные игры;
- самостоятельная творческая работа (индивидуальная и групповая);
- поисково-исследовательская, проектная деятельность.

*Виды деятельности*

- игровая;
- познавательная;
- проблемно-ценностное общение;
- художественное и театральное творчество;
- психологические тренинги.

*Методы и приемы работы:*

- когнитивно-поведенческие тренинги;
- ролевая игра;
- диспуты;
- тренинги, ориентированные на формирование адекватной самооценки;
- игровая терапия и арт-терапия;
- музыкотерапия;
- наблюдение за коммуникативным поведением других;
- ароматерапия (набор ароматических масел);
- развитие сенсорики, цвето- и светотерапия;
- техники позитивной психотерапии;
- групповая дискуссия;
- психогимнастика.

Интерес учащихся поддерживается внесением творческого элемента в занятия и возможностью изучения собственных психологических особенностей (самодиагностика).

Программа рассчитана на 68 учебных часов, включающих в себя как теоретический материал, так и практические упражнения и тренинги.

## **Раздел 1. Планируемые результаты освоения учебного курса внеурочной деятельности «Основы возрастной психологии»**

Универсальные учебные действия, которые развиваются в процессе освоения курса «Основы возрастной психологии».

В результате у школьников должны быть развиты навыки взаимодействия и непосредственного общения, выражающиеся:

- в знании особенностей развития человека на различных стадиях взросления;
- в обучении умению сотрудничать с представителями различных возрастных групп;
- в снижении уровня конфликтности;
- в умении принимать самого себя и других людей, осознавая свои и чужие достоинства и недостатки;
- в умении осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков;
- в осознании необходимости самому делать выбор и нести за него ответственность;
- в формировании потребности самоизменения и личностном росте.

### *Ожидаемые результаты*

Учащиеся будут анализировать и оценивать взаимодействие в социуме с представителями различных возрастных групп, а именно:

- корректность речевого поведения;
- уместность использования несловесных (невербальных) средств общения – жестов, мимики, телодвижений, интонации в устных высказываниях.

Научиться общаться при решении риторических задач, в частности:

- ориентироваться в ситуации общения, вступая в контакт и поддерживая его (на элементарном уровне);
- уместно использовать словесные и несловесные средства общения.

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

- 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;
- знание возрастных особенностей развития человека на различных стадиях взросления
- умение оценивать поступки людей, уметь соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами;
- знания моральных норм.

### **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Предметными результатами освоения программы являются следующие знания и умения:

- знание возрастных 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 других людей при взаимодействии, вставать на сторону собеседника;
- бесконфликтному поведению со сверстниками и взрослыми людьми

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

- профессиональное самоопределение школьников, т.е. готовность к осознанному выбору профиля и ориентация в выбранной профессиональной области.
- обеспечение методологической компетентности, позволяющей осуществить прогнозирование и самопроектирование «Я-концепции» личности, способность к самопрезентации в рамках публичных выступлений;
- социально-педагогическое самоопределение в будущем;
- постановка и решение исследовательских задач в области науки и образования;
- применяет способы диагностики, обладает основами письменного анализа ПС.

*Основной способ оценивания результативности обучающихся:*

- Педагогический анализ наблюдений деятельности обучающихся;
- Выполнение и защита обучающимися заданий и проектов.
- Работа обучающихся на занятиях, решение ими проблемных педагогических ситуаций, оформление диагностических работ.
- Итоговый творческий зачет в форме защиты проекта по выбранной учащимися теме.

Текущий контроль усвоения материала осуществляется во время наблюдения за работой детей во время занятий (активность, заинтересованность). В конце учебного года

проводится отчетное занятие, на котором учащиеся продемонстрируют полученные навыки и умения.

Формы промежуточного контроля знаний, умений, навыков: наблюдение; беседа.

## 2. Место программы в структуре ООП

Данная программа представляет собой профориентационный курс психолого-педагогического образования, который должен сформировать у школьников первоначальные общие представления о психологической деятельности, необходимые для их осознанного выбора профессии педагога-психолога по окончании школы. Освоение данной программы предполагается по особому учебному плану созданному для психолого-педагогического класса (в 9 классе) и является элективным курсом по выбору, а также пропедевтическим в изучении психологии и педагогики как системы наук о воспитании, развитии и образовании человека.

## 3. Учебный план программы курса

### 3.1. Содержание курса

№	Тема	Содержание
1.	Факторы и механизмы развития личности	Биологический и социальный фактор развития личности, их соотношение и роль в развитии личности Развитие, рост, созревание. Противоречия как движущие силы психического развития
2.	Особенности развития в младенческом возрасте	Кризис новорожденности. Новорожденный: коренные изменения образа жизни при переходе от пренатального к постнатальному детству – приспособление к новым условиям с помощью безусловных рефлексов. Появление первых условных рефлексов. Переход от новорожденности к младенчеству. Появление первых условных рефлексов. «Комплекс оживления». Возникновение и развитие психических функций у младенца. Формирование потребности в общении. Роль взрослого в психическом развитии младенца. Младенческий возраст как время появления предпосылок к развитию многих качеств личности, проявляемых в общении с людьми. Эмоциональное развитие. Овладение речью
3.	Период раннего детства	Предметно-манипулятивная деятельность – ведущий тип деятельности в раннем возрасте. Логика развития предметных действий в раннем возрасте. Предпосылки возникновения сюжетно-ролевой игры. Развитие восприятия, памяти, мышления в раннем возрасте. Дальнейшее развитие речи в совместной деятельности ребенка и взрослого. Возникновение стремления к самостоятельности и потребности в достижении успехов. Осознание себя во времени, социальном пространстве. Притязания на признание. Кризис трех лет: негативизм, упрямство, строптивость, своеволие, обесценивание взрослых, протест-бунт, стремление к деспотизму

4.	Условия развития личности в дошкольном возрасте	Кризис семи лет: его сущность и особенности. Переходный период от дошкольного детства к младшему школьному возрасту. Период рождения социального «Я», переоценка ценностей, обобщение переживаний, возникновение внутренней жизни ребенка, изменение структуры поведения: появление смысловой ориентировочной основы поступка (звено между желанием что-то сделать и разворачивающимися действиями), утрачивание детской непосредственности
5.	Младший школьный возраст	Роль общения в развитии личности ребенка младшего школьника. Усвоение норм и форм поведения. Проявление моральных качеств личности в общении. Появление социальных мотивов, стремление к самоутверждению, ориентация на мнения окружающих людей, подражание и его значения для развития личности младшего школьника. Влияние родителей на формирование личностных качеств у мальчиков и девочек. Появление самосознания. Самооценка. Уровень притязания. Роль учителя в становлении самооценки младшего школьника. Проблема оценки. Влияние интереса к содержанию учебной деятельности младшего школьника
6.	Кризис подросткового возраста	Анатомо-физиологические особенности подростка. Перестройка организма: половое созревание, появление вторичных половых признаков, появление эмоциональной нестабильности. Формирование нового образа физического «Я». Психосексуальное развитие и взаимоотношения подростков. Совместное отчуждение от взрослых, стремление к эмансипации от близких взрослых. Половая идентификация. Перестройка учебной деятельности в подростковом возрасте. Особенности личностного и интеллектуального развития подростка. Чувство взрослости. Роль подражания в становлении личности. Становление самосознания, самоуправления, самоконтроля. Развитие волевых качеств личности. Конфликты в подростковом возрасте. Самооценка. Волевые, деловые, моральные качества личности подростка
7.	Юность и молодость	Учебно-профессиональная деятельность как ведущий вид деятельности в ранней юности. Когнитивное развитие в юности. Начало реализации серьезных жизненных планов, выбор профессии, поиск своего места в жизни. Понимание необходимости учебы. Значение нерегламентированных условий приобретения знаний. Позитивные тенденции в развитии: стремление к знаниям и профессионализму, расширение интересов в сфере искусства. Ответственное отношение к своему будущему при выборе профессии. Готовность и фактическая способность к различным видам научения. Оригинальность мышления. Повышенная интеллектуальная активность
8.	Психологические особенности взрослого человека	Самореализация в профессиональной деятельности. Классификация возрастов зрелости. Физиологическое, юридическое и психологическое взросление. Важнейшие

		новообразования взросления: создание собственной семьи и родительство. Освоение родительских ролей. Ценности возраста: любовь, семья, дети. Поиск нового смысла жизни. Кризисы на этапе взрослости. Переосмысление жизненных целей. Зрелость – вершина жизненного пути личности. Сознание ответственности и стремление к ней – основная характеристика периода зрелости. Источник удовлетворения в этом возрасте – семейная жизнь, взаимопонимание, успехи детей, внуки. Содержание отношений отцов и детей. Стабилизация семейных отношений или развод. Принятие новых жизненно важных решений
9.	Пожилой возраст как психологический феномен	Психологические изменения в личности и деятельности человека позднего возраста. Старость как социальная и психологическая проблема. Старость – закономерный процесс возрастных изменений в физическом и психическом плане. Особенности личности старого человека: сужение интересов, эмоциональная неустойчивость, эгоцентризм, недоверие к людям, требовательность, обидчивость и т.д. Положительные показатели возраста: жизненная мудрость, базирующаяся на опыте; потребность в передаче накопленного опыта и т.д. Долголетие и жизнеспособность. Отношение к смерти

### 3.2. Учебно-тематический план

№	Тема	Количество часов	
		теория	практика
1.	Факторы и механизмы развития личности	1	1
2.	Особенности развития в младенческом возрасте	1	3
3.	Период раннего детства	1	3
4.	Условия развития личности в дошкольном возрасте	1	3
5.	Младший школьный возраст	1	3
6.	<b>Кризис подросткового возраста</b> Я и моя физиология Я и друзья Я и школа Я и мои родители Я и вредные привычки	2	20
7.	<b>Юность и молодость</b> Профессиональное самоопределение Любовь	1	11
8.	<b>Психологические особенности взрослого человека</b> Семья Профессия Личность	1	9
9.	<b>Пожилой возраст как психологический феномен</b> Общение	1	5

	Здоровье		
	<b>Итого</b>	<b>10</b>	<b>58</b>

#### 4. Описание условий реализации программы

Условия реализации программы курса «Введение в педагогическую профессию» предполагает соблюдение требований к организации и проведению занятий, материальное обеспечение программы.

##### Материально-техническое оснащение курса

№	Наименование	Примечание
1.	Рабочее место педагога	
2.	Средства ИКТ: ноутбук, мультимедийный проектор, экран. Доступ к ресурсам глобальной сети интернет	Видео и мультимедийные материалы по темам
3	Учебно-иллюстративный материал: иллюстративный и дидактический материал по темам занятий: наглядные пособия	
4.	Методические материалы: методическая литература для учителя, литература для обучающихся	

#### 5. Список литературы

##### Нормативно-правовая база

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года, N 273-ФЗ;
2. Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726-р
3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Минобрнауки России от 29 августа 2013 г. N 1008)
4. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»
5. СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" от 4 июля 2014 года N 41
6. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утвержден приказом Минобрнауки РФ от 17.12.2010 № 1897);
7. Федеральный государственный стандарт среднего (полного) общего образования (утвержден приказом Минобрнауки РФ от 17.05.2012 №413);
8. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 14.08.2009 № 593 «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих», раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования»,

9. «Единый квалификационный справочник должностей руководителей, специалистов и служащих», раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования»,
10. Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» (приказ Минтруда РФ от 18.10.2014 №544н).

#### **Учебно-методическая литература по психологии**

1. Андерсон Д. Думай, пытайся, развивайся. - СПб., 1996
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений. Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы. - СПб., 1992
3. Бэрон Р. Ричардсон Д. Агрессия. - СПб., 1997
4. Возрастная и педагогическая психология: Хрестоматия / Сост. И.В. Дубровина, А.М. Прихожан, В.В. Зацепин. – М., 2005.
5. Возрастная психология / Под ред. А. К. Белоусовой. –Ростов н/Д: Феникс, 2012
6. Григорьева Т.Г. Основы конструктивного общения: Практикум. – Новосибирск, М., 1997
7. Дольто Ф. На стороне подростка. - СПб., 1997
8. Зузенко Ю. Уроки психологии в школе (Электронный ресурс), Режим доступа: <http://www.psylesson.ru>
9. Игры для интенсивного обучения /под ред. В.В.Петрусинского.- М.: Прометей, 1991
10. Изард К. Эмоции человека. М., 1980
11. Классные часы: 5 класс / А.В. Давыдов. – М.: ВАКО, 2010
12. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками.- М.: Академия, 2001
13. Марасанов Г.И. Социально-психологический тренинг. - М., 1998
14. Наумова Ж.Л. Упражнения по коррекции общения среди младших школьников (Электронный ресурс), Режим доступа: <http://www.menobr.ru/materials/49/30116/>
15. Непомнящая Н.И. Игра как творчество при реализации человеческих сущностных свойств в развитии ребенка // Мир психологии, 2006, № 1, с. 133-142.
16. Пахальян В.Э. Развитие и психологическое здоровье. Дошкольный и школьный возраст. – СПб., 2006
17. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. - СПб., 2000
18. Слободяник Н.П. Психологическая помощь школьникам с проблемами в обучении.- М.: Айрис пресс, 2003
19. Фопель К. Энергия паузы. - М., 2004

#### **Учебно-методическая литература по педагогике**

1. Шашенкова Е.Психолого-педагогический практикум (учебно-методическое пособие) Год: 2010
2. Бережнова Л. Н. Этнопедагогика. Учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования. Гриф УМО МО РФ Год: 2013
3. Загвязинский Владимир Ильич Теории обучения и воспитания. Учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования. Гриф УМО вузов России Год: 2013
4. Губанова Н.Ф.Развитие игровой деятельности. Система работы в средней группе детского сада Год: 2012
5. Сигида Е.А.Содержание и методика социальной работы. Учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальности "Социальная работа". Гриф УМО вузов России Год: 2013

#### **Рекомендуемая литература для учащихся**

1. Вачков И.В. Психологическая азбука. Сказки о самой душевной науке. Королевство Внутреннего Мира. Королевство Разорванных Связей. – М.: Генезис, 2012. – 424с.
2. Токарева В.С. Нам нужно общение. – М.: АСТ, 2008, - 480с.

3. Энциклопедия для детей. Том 18, часть 2. Архитектура души. Психология личности. Мир взаимоотношений. Психотерапия. – М., 2002.
4. Психология развития: словарь / Под ред. А.Л. Венгера. – М., 2005