

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Астраханский государственный университет»  
(Астраханский государственный университет)

ПРИКАЗ

16.05.2019

№ 080101/691

Об утверждении дополнительной  
общеразвивающей программы  
«Летняя образовательная площадка «Я в мире психологии»»

В соответствии с Федеральным законом № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 12, 75, 101), приказом Минобрнауки от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» **приказываю:**

1. Утвердить дополнительную общеразвивающую программу «Летняя образовательная площадка «Я в мире психологии»» общей трудоемкостью 32 часа (32 аудиторных часа).

2. Дополнительную образовательную услугу на договорной основе по программе «Летняя образовательная площадка «Я в мире психологии»» оказывать на базе факультета психологии АГУ.

3. Руководителем программы назначить С.В. Агафонову, доцента кафедры общей и когнитивной психологии, кандидата психологических наук, доцента.

4. Возложить ответственность за соответствие содержания и количества часов программы на руководителя программы.

Основание: служебная записка об утверждении дополнительной общеразвивающей программы декана факультета психологии Б.В. Кайгородова.

И.о. ректора

К.А. Маркелов

СОГЛАСОВАНО:

Проректор по учебной работе

А.М. Трещев

Директор ДепНО

Г.В. Файзиева

Начальник отдела ОМО

Н.У. Ремизова

Декан ФП

Б.В. Кайгородов

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«АСТРАХАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Принята на заседании Ученого  
Совета факультета психологии  
Протокол № 8  
от «11» апреля 2019 года

Утверждена приказом № 08-01-01 / 691  
от « 16 » 05 20 19 года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**  
**«Летняя образовательная площадка «Я в мире психологии»»**

*Направленность:* социально-педагогическая

*Уровень программы:* ознакомительный

*Возраст учащихся:* 12-16 лет

*Срок реализации:* 2 недели (32 часа)

***Авторы-составители:***

Агафонова Светлана Валентиновна,  
доцент кафедры общей и когнитивной психологии

Борисова Елена Викторовна,  
доцент кафедры общей и когнитивной психологии

Зиналиева Нурия Койшваевна,  
доцент кафедры общей и когнитивной психологии

Коленкова Наталья Юрьевна,  
доцент кафедры общей и когнитивной психологии

Астрахань 2019

## 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

### 1.1. Пояснительная записка

Направленность дополнительной общеразвивающей программы «Летняя образовательная площадка «Я в мире психологии»» - социально-педагогическая. Программа предназначена для учащихся средних общеобразовательных школ – подростков.

Подростковый возраст характеризуется вниманием детей к своему внутреннему миру, повышением интереса к миру человеческих взаимоотношений, к социальным взаимодействиям, особенно к общению со сверстниками. При этом зачастую подростки испытывают сложности в общении, во взаимодействии с другими людьми. Для подросткового возраста характерна также эмоциональная нестабильность, в силу чего возникают трудности с саморегуляцией и самоконтролем. В этом возрасте происходит интенсивное когнитивное развитие. В силу этого подростки начинают переосмысливать свое представление о мире и о людях, происходит перестройка в их мировоззрении.

Данная общеразвивающая программа направлена на преодоление трудностей подросткового возраста, возникающих в процессе социальной коммуникации, межличностного взаимодействия, организации собственной деятельности, саморегуляции.

*Объем программы – 32 часа.*

*Форма обучения – очная.*

*Виды занятий:* лекции, практические занятия, мастер-классы, тренинги, интерактивные занятия.

*Срок освоения программы: 2 недели.*

*Режим занятий:* ежедневно, кроме выходных и праздничных дней, с 10.10 до 13.20.

**1.2. Цель программы:** развитие у подростков навыков социальной коммуникации, межличностного взаимодействия, организации собственной деятельности, саморегуляции, лидерских качеств.

#### **Задачи:**

1. Развить коммуникативную компетентность.
2. Обучить саморегуляции эмоциональных проявлений.
3. Развить умение конструктивного разрешения конфликтов.
4. Актуализировать лидерские качества через овладение стратегией и инструментами эффективного мышления.
5. Когнитивное развитие.
6. Сформировать положительную социальную направленность личностного развития.
7. Развить способности организации собственной деятельности.
8. Развить способности к творческой реализации, разрешению внутренних противоречий через творчество.
9. Обучить умению использовать средства физической культуры (плавание) для оздоровления организма.

### 1.3. Содержание программы:

#### Учебный (тематический) план

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика (интерактивные занятия)	
1.	Мастер-класс «Дело в шляпе: стратегии эффективного мышления»	4	1	3	Решение кейсов
2.	Эффективность деятельности	2	1	1	Тестирование
3.	Невербальные средства общения	4	-	4	Выполнение упражнений и заданий
4.	Конфликты и пути их разрешения	2	1	1	Тестирование, выполнение практических заданий
5.	Личностное развитие	4	2	2	Тестирование
6.	Коммуникативный тренинг «Искусство общения»	4	-	4	Выполнение практических упражнений
7.	Творческий мастер-класс	4	-	4	Выполнение творческой работы
8.	Кулинарный мастер-класс	4	-	4	Приготовление продукта
9.	Занятия плаванием	4	-	4	Проверка практических навыков
	Всего	32	5	27	Зачет

## Содержание учебного (тематического) плана

### **Тема 1. Мастер-класс «Дело в шляпе: стратегии эффективного мышления» (4 часа).**

**Теория (1 ч).** Знакомство с основными положениями концепции эффективного мышления Э. де Боно.

**Практика (3 ч).** Выявление критериев и трудностей эффективного мышления. Изучение «режимов» мышления. Кейс-анализ (работа в группе).

### **Тема 2. Эффективность деятельности (2 часа).**

**Теория (1 ч)**

Определение и виды деятельности. Структура деятельности. Факторы эффективности.

**Практика (1 ч.)** Самоанализ учебной и внеучебной деятельности. Разработка рекомендаций по повышению ее эффективности.

### **Тема 3. Невербальные средства общения (4 часа).**

**Практика (4 ч.).**

Мимика. Взгляд. Невербальные аспекты речи. Пантомимика. Перцепция.

### **Тема 4. Конфликты и пути их разрешения (2 часа).**

**Теория (1 ч)**

Понятие конфликта. Управление конфликтами. Стратегии поведения в конфликте.

**Практика (1 ч.)** Выработка умений определять стратегию поведения в конфликте и ее эффективность, подбирать адекватную ситуации стратегию.

### **Тема 5. Личностное развитие (4 часа).**

**Теория (2 ч.)**

Понятия «индивид» и «личность». Факторы личностного развития. Мотивационная сфера личности.

**Практика (2 ч.)** Формирование умения различать проявления человека как индивида и как личности, определять личностные характеристики и направление личностного развития.

### **Тема 6. Коммуникативный тренинг «Искусство общения» (4 часа).**

**Теория (1 ч.).** Конструктивное и неконструктивное общение.

**Практика (3 ч.).** Выполнение упражнений: «Я рад общаться с тобой», «Комплимент», «Наши сходства и различия», «Сидящий и стоящий», «Спиной друг к другу», «Вместо ссоры – помирились».

### **Тема 7. Творческий мастер-класс (4 часа).**

**Практика (4 ч.).**

Развитие способности к творческой реализации, воплощению художественных замыслов, разрешению внутренних противоречий через творчество.

### **Тема 8. Кулинарный мастер-класс (4 часа).**

**Практика (4 ч.).**

Развитие способности организовывать свою деятельность и достигать предметный результат деятельности, выраженный в виде конкретного продукта. Развитие самостоятельности, навыков самообслуживания.

### **Тема 9. Занятия плаванием (4 часа).**

**Практика (4 ч.).**

Развитие навыков плавания. Положительное влияние на протекание нервных импульсов в организме, уравнивание процессов торможения и возбуждения. Расслабление,

успокоение, снятие нервно-психического напряжения. Оптимизация протекания психических процессов у детей, улучшение памяти и внимания. Повышение дисциплинированности, ответственности, укрепление силы духа. Улучшение зрения, формирование хорошего настроения, увеличение жизненных сил.

**1.4. Планируемые результаты** – совокупность знаний, умений, навыков, личностных качеств, компетенций, личностных, метапредметных и предметных результатов, приобретаемых учащимися при освоении программы по ее завершению:

1. Способность использовать средства общения для конструктивного взаимодействия.
2. Умение использовать способы саморегуляции эмоциональных проявлений.
3. Умение конструктивного разрешения конфликтов.
4. Развитие когнитивной активности.
5. Формирование лидерских качеств через овладение стратегией и инструментами эффективного мышления.
6. Умение организовывать собственную деятельность и достигать предметный результат деятельности.
7. Умение использовать средства физической культуры для физического оздоровления организма.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий:

### 2.1. Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	июнь	03.06.2019	10.10 – 13.20	Лекция / Практическое занятие	4 (1 / 3)	Дело в шляпе: стратегии эффективного мышления (мастер-класс)	Корпус № 1 (пристрой)	Выполнение тренинговых упражнений
2.	июнь	04.06.2019	10.10 – 11.40	Лекция / Практическое занятие	2 (1 / 1)	Эффективность деятельности	Корпус № 1 (пристрой)	Тестирование
3.	июнь	04.06.2019	12.00 – 13.20	Практическое занятие	1 (- / 1)	Занятия плаванием	Корпус № 1 (пристрой)	Проверка навыков
4.	июнь	05.06.2019	10.10 – 13.20	Практическое занятие	4 (- / 4)	Невербальные средства общения	Корпус № 1 (пристрой)	Выполнение упражнений и заданий
5.	июнь	06.06.2019	10.10 – 11.40	Лекция / Практическое занятие	2 (1 / 1)	Конфликты и пути их разрешения	Корпус № 1 (пристрой)	Тестирование, выполнение практических заданий
6.	июнь	06.06.2019	12.00 – 13.20	Практическое занятие	1 (- / 1)	Занятия плаванием	Корпус № 1 (пристрой)	Проверка навыков
7.	июнь	07.06.2019	10.10 – 13.20	Практическое занятие	4 (- / 4)	Творческий мастер-класс	Корпус № 1 (пристрой)	Решение кейсов
8.	июнь	10.06.2019	10.10 – 11.40	Лекция / Практическое занятие	2 (1 / 1)	Личностное развитие	Корпус № 1 (пристрой)	Тестирование
9.	июнь	10.06.2019	12.00 – 13.20	Практическое занятие	1 (- / 1)	Занятия плаванием	Корпус № 1 (пристрой)	Проверка навыков
10.	июнь	11.06.2019	10.10 – 13.20	Лекция / Практическое занятие	4 (1 / 3)	Коммуникативный тренинг «Искусство общения»	Корпус № 1 (пристрой)	Выполнение практических заданий
11.	июнь	13.06.2019	10.10 – 11.40	Практическое занятие	1 (- / 1)	Занятия плаванием	Корпус № 1 (пристрой)	Проверка навыков
12.	июнь	13.06.2019	12.00 – 13.20	Лекция / Практическое занятие	2 (1 / 1)	Личностное развитие	Корпус № 1 (пристрой)	Тестирование
13.	июнь	14.06.2019	10.10 – 13.20	Практическое занятие	4 (- / 4)	Кулинарный мастер-класс «Готовим пиццу!»	Корпус № 1 (пристрой)	Приготовление продукта

**2.2. Условия реализации программы:** аудитории с мебелью (столы, стулья) на колесиках для создания пространства для движения, трансформации обстановки; аудитория с ковровым покрытием; экран и проектор для мультимедиа-презентации, показа видеороликов, маркерная доска; производственная база Регионального инновационного центра ресторанного бизнеса и правильного питания; бассейн АГУ.

Необходимые материалы: бумага, цветные фломастеры, ручки, карандаши, шары разного цвета; мольберты, холсты, краски, кисти; пищевые продукты, посуда.

**2.3. Форма аттестации** – зачет. Зачет получают слушатели, освоившие программу в полном объеме, выполнившие все формы контроля (практические задания, кейсы и др.).

#### **2.4. Оценочные материалы.**

*Выполните практические упражнения:*

А) Упражнение «Я рад общаться с тобой».

Предложить каждому протянуть другому руку со словами: «Я рад общаться с тобой», а тот, кому протянули руку, протягивает ее другому с этими же словами. Так по «цепочке» все берутся за руки и образуют круг.

Б) Упражнение «Комплимент».

Каждый участник должен сказать своему соседу что-нибудь приятное. Обязательные условия «Комплимента»: 1) обращение к партнеру по имени и 2) сказанное должно быть приятно не говорящему, а слушающему.

Анализ упражнения:

— Тебе понравилось слышать приятные слова в свой адрес? А говорить комплименты другим?

В) Разбейтесь, пожалуйста, на четверки или пятерки. Пусть каждая группа сядет и составит список того, что объединяет ее членов. В этом списке можно написать, например: «У каждого из нас есть сестра...», «У каждого из нас ее мягкая игрушка...», «Любимый цвет каждого из нас — синий. «У каждого из нас мама ходит на работу...», «Мы все очень любим макароны...», «Мы все не выносим, когда кто-нибудь ябедничает», «В каникулы мы все любим ездить на море...» и так далее. У вас есть пятнадцать минут. Победит та команда, которая найдет и запишет наибольшее количество общих черт.

Как вы работали в своей команде?

Г) Упражнение «Сидящий и стоящий».

Один ребенок сидит, другой стоит. Задача: постараться в этих условиях вести разговор. Через некоторое время дети меняются местами, чтобы иметь возможность сравнить ощущения при общении «сверху» и «снизу». После выполнения этого упражнения дети также делятся впечатлениями. Игра направлена на то, чтобы показать детям значение неверных средств общения.

Анализ упражнения:

— Что ты чувствовал, когда разговаривал, сидя на стуле? Какие чувства испытывал, ведя беседу стоя?

— Какое положение в разговоре понравилось, а какое – нет? Почему?

— Как ты думаешь, с чем связаны такие ощущения? Если бы вы с партнером общались на равных, что бы изменилось?

— Общался ли ты подобным образом в жизни с позиции «сверху» или «снизу»?

*Выберите правильный вариант ответа в тестовых заданиях:*

В качестве одного из видов конфликтов выделяют «конфликт принадлежности», когда человек одновременно входит в две группы с противоположными интересами. Какая ситуация иллюстрирует этот вид конфликта?



- 1) Друзья поссорились во время подготовки к школьному празднику.
- 2) Супруги К. не смогли договориться о том, как назвать своего сына.
- 3) Хоккеист М. играет против команды своего родного города.
- 4) К. отказался возместить материальный ущерб, причинённый его сыном.

Деятельность человека от поведения животных отличает наличие

- 1) биологической программы
- 2) осознанной цели
- 3) инстинктов
- 4) зависимости от среды обитания

Руководитель отдела с утра провёл совещание сотрудников, а вечером у него запланирована встреча с одноклассниками.

Сравните эти две формы межличностных отношений: официальные и неофициальные. Выберите и запишите в первую колонку таблицы порядковые номера черт сходства, а во вторую колонку – порядковые номера черт отличия.

- 1) соблюдение формальных правил в общении
- 2) обмен информацией между людьми
- 3) способ взаимодействия людей
- 4) личная привязанность, симпатия - основа возникновения общения

Иван узнал, что Артём пригласил на свой день рождения всех одноклассников, кроме него. Он не стал выяснять причины этого поступка, просто перестал разговаривать с Артёмом. Какой способ поведения в межличностном конфликте иллюстрирует этот пример?

- 1) посредничество
- 2) сотрудничество
- 3) уход из конфликтной ситуации
- 4) уступку противоположной стороне

Процесс передачи и обмена информацией, мыслями, чувствами называют

- 1) познанием
- 2) общением
- 3) творчеством
- 4) трудом

Р. преподаёт в университете. Он общительный человек, любящий путешествия. Все это характеризует Р. в первую очередь как

- 1) личность
- 2) индивида
- 3) мужчину
- 4) преподавателя

## 2.5. Методические материалы.

*Используемые методики:*

*Групповой метод обучения (командная работа)* - совместная целенаправленная деятельность обучающихся, решающих общую задачу на основе интеграции знаний из различных областей знаний по правилам, выработанным сообща.

*Мастер-класс* - оригинальный метод обучения и конкретное занятие по формированию практических умений и навыков, проводимое специалистом в определённой области психологической деятельности.

*Психологический тренинг* – форма активного обучения навыкам поведения и развития личности. В тренинге участнику предлагается проделать те или иные упражнения, ориентированные на развитие или демонстрацию психологических качеств или навыков.

Используются также такие методы обучения как психологические упражнения, игры, практическая работа, анализ конкретных ситуаций и др.

Современные педагогические и информационные технологии: карточки с описанием ситуаций, дискуссия, психологические игры, моделирование ситуаций.

Описание используемых методик: практические задания на знакомство и создание положительной атмосферы:

*Знакомство участников.*

Психолог обращается к участникам тренинга:

— Давайте познакомимся и сделаем это следующим образом. Каждый по очереди (по кругу) скажет «Здравствуйте» и назовет свое имя, а также одно из своих реальных хобби или увлечений, а затем в нескольких словах попробует объяснить, почему ему так нравится свое увлечение. Давайте начнем с меня. Здравствуйте, меня зовут Нурия. Я люблю психологию – науку о психике, потому что мне очень интересно и мне помогать людям.

Дальше все участники по одному здороваются со всеми, после этого называют свое имя и свое увлечение, объясняя остальным, почему это им нравится.

#### *Принятие правил.*

Каждая группа, собираясь работать совместно, всегда договаривается о правилах работы.

Примерные правила:

1. Активная работа на занятии каждого участника.
2. Не перебивать собеседника
3. Внимательность к говорящему человеку.
4. Доверие друг к другу.
5. Недопустимость насмешек.
6. Не выносить обсуждение за пределы занятия.
7. Право каждого на свое мнение.

### **3. Список литературы**

*Основная литература:*

1. Аминов, И. И. Психология делового общения. - М.: Омега-Л, 2006. - 303 с.
2. Андреева Г.М. Социальная психология. М., 2006. ([www.koob.ru](http://www.koob.ru)).
3. Боно Э. Шесть шляп мышления. – Минск: Попурри, 2006. – 204 с.
4. Корниенко А. «Детская агрессия. Простые способы коррекции нежелательного поведения ребенка», ООО «Рама Пабблишинг», 2012.
5. Кричевский Р. Л., Дубовская Е. М. Социальная психология малой группы: Учебное пособие для вузов. – М.: Аспект Пресс, 2001. – 318 с. (<http://www.myword.ru>).
6. Майерс Д. Социальная психология. СПб.: Питер, 2000.
7. Маклаков А.Г. Общая психология: учеб. для вузов; Рек. УМС по баз. псих. образованию в качестве учеб. пособия для студентов вузов и слушателей курсов псих. дисциплин. - СПб.: Питер, 2006. – 583 с.
8. Мамайчук И.И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии - СПб.: Речь, 2006. - 400 с.
9. Панфилова А.П. Психология общения: учебник для студ. учреждений сред. проф. образования. – М.: Издательский центр «Академия», 2013. – 368 с.
10. Чалдини Р. Социальная психология. Пойми других, чтобы понять себя. – 2002.

*Дополнительная литература:*

1. Вагин И. О. Мастер-класс Игоря Вагина: лучшие психотехники. - М. [и др.]: Питер, 2005. - 224 с.
2. Вачков И.В. Сказкотерапия: развитие самосознания через психологическую сказку - М.: Ось-89, 2003. - 246 с.
3. Данилина Т.А., Зедгенидзе В.Я., Степина Н.М. В мире детских эмоций. - М.: Айрис-пресс, 2004.
4. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Практическое пособие. – М.: Генезис, 2000.
5. Чернышев Д. А. Как люди думают? – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. – 304 с.