

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
Средняя общеобразовательная школа с. Преображенка

РАССМОТРЕНО

Педагогическим  
советом

\_\_\_\_\_  
Протокол № 6 от «30» мая  
2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора  
по УВР

*Марк*  
\_\_\_\_\_  
Маркова С.Н.  
Приказ № 19 от «30» мая  
2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

*Лищинская*  
\_\_\_\_\_  
Лищинская Е.О.  
Приказ № 19 от «30» мая  
2023 г.

Рабочая программа

по психологии

**Научи себя учиться**

**7 класс**

Составитель:  
Верхотурова Н.И.,  
учитель психологии

2023-2024 уч. г.

## Пояснительная записка

Рабочая программа курса составлена на основе авторской программы Г.К. Селевко «Научи себя учиться». Курс «Научи себя учиться» является составной частью программы «Самосовершенствование личности школьника» Г.К. Селевко (зав. кафедрой педагогики Ярославского ИПКПРО, канд. пед. наук).

Преподавание курса внеурочной деятельности «Научи себя учиться» опирается на технологию саморазвития личности А.А.Ухтомского – Г.К.Селевко. *Главной целью* данной технологии является *формирование веры личности в себя и признание смыслом жизни путь непрерывного самосовершенствования.*

Ставка делается на внутриличностные факторы мотивации учащихся, на присущие детям природные потребности саморазвития, на стремление к самовыражению, самоутверждению, самоопределению и самоуправлению.

Основной ведущей инновационной идеей технологии саморазвития личности, почерпнутых в наследии А.А. Ухтомского, явилась *ставка на активизацию внутренних психических сил* школьника, его субъектной позиции, проявляющейся в потребностях развития и решающей роли направленности и Я-концепции в процессах развития личности.

*Доминанта самосовершенствования личности* становится в педагогическом процессе *целью и средством*, включая в себя установки на самообразование, на самовоспитание, на самоутверждение, самоопределение, саморегуляцию и самоактуализацию.

Человек – весьма совершенная самоуправляющаяся и саморегулирующаяся система. Уровень самоуправления – одна из главных характеристик личностного развития.

Основу внутреннего саморегулирующего механизма представляют четыре интегральных группы качеств (психогенные факторы развития): *потребности, способности, направленность, Я-концепция.*

### **Рабочая программа по психологическому просвещению «Научи себя учиться» составлена в соответствии с**

Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.12. 2014, с изм. от 02.05. 2015) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 31. 03. 2015);

Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 06.10. 2009 № 373;

Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12. 2015 № 1576 «О внесении изменений в федеральный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06 октября 2009 г. № 373»;

### **с использованием**

авторской программы курса «Самосовершенствование личности» для 7 класса Г.К. Селевко

### **в соответствии с**

Учебным планом МКОУ СОШ с. Преображенка на 2023 - 2024 учебный год;  
Основной образовательной программой МКОУ СОШ с. Преображенка (основная школа);  
Уставом МОУ СОШ с. Преображенка.

## **Цель:**

Программа «Самосовершенствование личности школьника», готовит к социальному самоопределению, ставит *целью* педагогическое руководство этими процессами, активизацию факторов развития, профилактику девиантного поведения и негативных проявлений школьников, побуждение их к самосовершенствованию.

## **Задачи курса:**

- побудить учеников к умственному самовоспитанию, самообразованию;
- ознакомить с понятиями: самообразование, общеучебные умения, навыки общей культуры труда;
- сформировать мотивы самообразования;
- осмыслить учащимся эффективности своего учебного труда
- ознакомить с творческими и исследовательскими методами работы;
- ознакомить учащихся с методами и приёмами самообразования;
- ознакомить с творческими и исследовательскими методами работы;
- составить индивидуальную программу самообразования.

## **Общая характеристика курса «Научи себя учиться»**

Курс «Научи себя учиться» направлен на вооружение детей принципами научной организации труда школьника. Этот курс, на общепедагогическом уровне рассматривает вопросы теории и практики организации учебного труда школьников. Особый акцент делается на формировании мотивации учения, овладении учащимися методами самостоятельной деятельности по самообразованию, саморазвитию, самосовершенствованию. Курс имеет большой воспитательный потенциал, так как помогает сформировать позитивные качества личности на всю жизнь.

Курс дает ребенку базовую психолого-педагогическую подготовку, методологическую основу для сознательного управления своим развитием, помогает ему найти, осознать и принять цели, программу, усвоить практические приемы и методы своего духовного и физического роста и совершенствования. Этим курсом реализуется положение о ведущей роли теории в развитии личности; он является теоретической базой для всех учебных предметов.

## **Описание места курса в учебном плане**

В учебном плане в 7 классе на изучение курса «Научи себя учиться» выделено 34 часа из расчета 1 ч в неделю.

## **Планируемые результаты освоения программы**

Перечень формируемых знаний и умений:

*Учащиеся должны знать:*

- понятия: учение, обучение, самообразование, индивидуальные психофизиологические особенности;
- характеристики учебного труда;
- значение воли в учебном труде;
- элементы и ступени понимания, условия понимания и причины непонимания;
- типы и тайны памяти;
- алгоритмы работы с информацией;
- основные причины затруднений в учебе;
- структуру составления программы самообразования.

*Учащиеся должны уметь:*

- аргументировать смысл учения в жизни человека;
- оценивать собственные умения учиться;
- давать объяснения результатам своей учебной деятельности;
- работать с книгой и различными источниками информации;
- анализировать причины затруднений в учебе;

- правильно организовать период подготовки и сдачи экзаменов.

*Ожидаемые результаты:*

- учащиеся должны осознавать себя субъектами образовательного процесса;
- проявлять главные составляющие трудолюбия: добросовестность, настойчивость, творческое отношение;
- корректировать индивидуальные особенности;
- избегать конфликтов с учителем в ситуации непонимания учебного материала;
- использовать приемы работы с информацией и запоминания;
- успешно готовиться к контрольным работам и зачетам;
- использовать технику самообразования в других сферах жизни.

### Тематическое планирование

<i>№п/п</i>	<i>Наименование темы</i>	<i>Кол-во час.</i>	<i>Виды деятельности обучающихся</i>
1	<b>Что такое учение.</b> Введение. Что такое учение Есть такая профессия - ученик Что такое урок? Воля и трудолюбие Индивидуальность в учении	8	Обсуждение пословиц об учении Самоанализ умения учиться. Обсуждение проблемной ситуации «Ваша мама – учитель» Обсуждение проблемной ситуации «Вы в роли учителя» Работа с тестом «Волевой ли ты человек?» Работа с таблицей «Проявления трудолюбия» Работа с тестом «Канал восприятия». Самоанализ успеваемости. Описание «Я-индивидуальность в учении»
2	<b>Пять «САМО» в учении</b> Первое «САМО» - целеполагание Второе «САМО» - планирование Третье «САМО» - организация Четвертое «САМО» - усвоение Пятое «САМО» - контроль	6	Самоанализ собственных мотивов и целей учения. Обсуждение проблемной ситуации «Желание и долг» Выполнение упражнения на аналогичное составление планирования Работа с тестом «Рационально ли вы используете время?» Повторная работа с тестом «Канал восприятия». Наметить задачи по коррекции своего восприятия. Работа в парах с текстом Выполнение упражнения на рефлексию. Описание «Я-учащий себя»

3	<b>Организация учебной работы</b> Поиск информации Понимание Тайны хорошей памяти Повторенье – мать ученья? Чтение – вот лучшее учение От книги к конспекту Уча других – учимся сами Как говорим, так и учимся Мыслью – следовательно, существую Железо логики	11	Посещение библиотеки Эксперимент на восприятие речи. Самоанализ «Мое понимание учебных предметов». Работа с тестом «Понятлив ли я?» Микротренинг памяти Определение своего собственного ритма повторения. Самооценка навыков техники чтения. Описание «Я-читающий» Работа в группах. Взаимообучение различным формам и видам конспектирования Проработка содержания материала в процессе общения ученика с учеником в парах сменного состава. Описания «Я- в работе с информацией» Микротренинг публичной речи. Описание «Я-говорящий» Анализ таблицы «Мышление» Работа с тестом «Умозаключение». Решение логических задач
4	<b>Творчество и исследование</b> Попробуй докажи! Проба умственных сил Творчество и исследование	4	Выполнение упражнения на разоблачение софизмов Работа с тестом интеллекта Тренировка в формулировании гипотез
5	<b>План самообразования</b> Домашняя школа Экзамены, зачеты, отметки Учил-учил, и не выучил Ваш друг - компьютер План самообразования	5	Обсуждение проблемной ситуации «Несправедливая оценка». Дискуссия «Домашнее задание» Мозговой штурм «Что такое успешная сдача экзаменов» Самоанализ работы дома. Анализ конкретной двойки. Самоанализ причин трудностей в учении Сообщения Составление индивидуального плана.

### Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

#### Интернет-ресурсы:

<http://www.selevko.net/> официальный сайт Г.А. Селевко

<http://litlbeta.ru/razvitiye-sposobnostey/razvitiye-intellekta/> (тренировка внимания и памяти)

<http://azps.ru/training/> (упражнения для развития интеллектуальных способностей)

<http://www.citycat.ru/> (тренинги для развития интеллекта и памяти) <http://shard-copywriting.ru/>

*Материально-техническое обеспечение:* компьютер, мультимедийный проектор.

#### Литература:

№ п/п	Название	Автор	Издательство	Год издания
1	Научи себя учиться	Г.К. Селевко	М.: Народное образование, НИИ школьных технологий	2009
2	Как подготовить ребенка к экзамену	Н.Ю. Кадашникова, Т.Ф. Илларионова	Волгоград: Учитель	2010
3	Психолого-педагогическое сопровождение ЕГЭ. Профилактика экзаменационной тревожности	М.А. Павлова, О.С. Гришанова	Волгоград: Учитель	2012
4	Тренинги с подростками: программы, конспекты занятий	Ю.А. Голубева	Волгоград: Учитель	2020

**Календарно-тематическое планирование**

№ п/п	Раздел. Тема урока	Содержание примерной/ авторской программы	Количество часов	Дата	Планируемые результаты (ЗУН)		
					знать	уметь	использовать в практической деятельности
1	<b>Что такое учение.</b> Введение. Что такое учение	Учиться – учить себя. Народная мудрость об учении. Пример великих	1		понятия: учение, обучение, самообразование	аргументировать смысл учения в жизни человека	
2	Есть такая профессия - ученик	Предмет труда. Результат труда. Общеучебные знания, умения, навыки	2		характеристики учебного труда	оценивать собственные умения учиться	общеучебные знания, умения и навыки
3	Что такое урок?	Структура урока. Цель. Содержание. Методы и средства. Контроль и оценка знаний на уроке	1		структуру урока	сопоставить позиции: «Я-ученик» и «Я–учитель»	
4	Воля и трудолюбие	Тест «Волевой ли ты человек?» Рекомендации «Как выработать у себя силу воли?»	2		значение воли в учебном труде	вырабатывать у себя силу воли	проявлять главные составляющие трудолюбия: добросовестность, настойчивость, творческое отношение
5	Индивидуальность в учении	Индивидуальность способностей. Индивидуальность биоритмов. Индивидуальность восприятия. Тест «Канал восприятия»	2		понятия: задатки, индивидуальные психофизиологические особенности, индивидуальность	дать объяснение результатам своей учебной деятельности	корректировать индивидуальные особенности
6	<b>Пять «САМО» в учении</b> Первое «САМО» - целеполагание	Этапы деятельности. Мотивы и цели учения	1		понятия: субъект деятельности, мотив, цель	отвечать на вопрос: «Зачем я учусь?»	решать жизненную задачу: «Желание и долг»

7	Второе «САМО» - планирование	Виды планов в самообразовании. Планирование и выполнение плана. Решение «слоновой задачи». Планирование развития самообразовательных умений на учебный год.	1		виды планов в самообразовании	следовать рекомендациям составления планов	планировать решение задач, написание сочинений, свою жизнедеятельность
8	Третье «САМО» - организация	Использование времени. Правила организации умственной деятельности во времени. Правила организации рабочего места	1		правила организации умственной деятельности во времени и правила организации рабочего места	следовать рекомендациям организации рабочего места, правилам ведения тетради	рационально использовать время
9	Четвертое «САМО» - усвоение	Процесс усвоения. Внимание. Виды внимания. Рекомендации по выработке умения сосредотачиваться. Интериоризация.	2		рекомендации по выработке умения сосредотачиваться, теорию усвоения материала П.Я. Гальперина	проводить анализ собственного характера восприятия	сосредотачиваться на учебном материале
10	Пятое «САМО» - контроль	Контроль. Самооценка учащегося. Рекомендации по самоконтролю. Как исправить ошибку.	1		понятия: контроль, самоконтроль, взаимоконтроль, рефлексия	дать оценку себе «Я-учащий себя»	исправлять ошибки, рефлексировать свою деятельность
11	<b>Организация учебной работы</b> Поиск информации	Книга. Справочный аппарат. Личная библиотека. Виды чтения книг.	1		виды чтения: сквозное, выборочное, повторное, чтение с проработкой	пользоваться справочным аппаратом	работать с книгой
12	Понимание	Сущность понимания. Элементы понимания языка. Причинность. Ступени понимания языка. Условия понимания. Причины непонимания	2		элементы и ступени понимания, условия понимания и причины непонимания	определить сильные и слабые стороны своего понимания	избегать конфликта с учителем в ситуации непонимания учебного материала
13	Тайны хорошей памяти	Виды памяти. 7 тайн памяти. Рекомендации по развитию памяти	1		типы и тайны памяти	определить свой тип памяти	использовать приемы запоминания

14	Повторенье – мать ученья?	Виды повторения. Определение собственного ритма повторения. Уровни усвоения. Условия эффективного повторения	1		виды, уровни и условия повторения	определить свой ритм повторения	успешно готовиться к контрольным, зачетам
15	Чтение – вот лучшее учение	Быстрое чтение. Советы по быстрому чтению. Скорочтение. Советы по скорочтению	1		советы по быстрому чтению и скорочтению	дать оценку себе «Я-читающий»	работать с научно-популярной литературой
16	От книги к конспекту	Формы конспектирования. Советы по составлению конспекта	1		формы и виды конспектирования	разработать конспект опорных сигналов	эффективно запоминать и усваивать материал
17	Уча других – учимся сами	Самостоятельная работа с абзацем	1		алгоритм работы с абзацем	проработать содержание абзаца в процессе парного общения	эффективно запоминать и усваивать материал
18	Как говорим, так и учимся	Дикция, темп речи. Общие требования к речи. Рекомендации для доклада, выступления	1		понятия: устная речь, дикция, темп речи	дать оценку себе «Я-говорящий»	строить доклады, выступления
19	Мыслью – следовательно, существу	Виды и формы мышления. Рекомендации по развитию мышления	1		формы и виды мышления, мыслительные операции	анализировать и контролировать свою мыслительную деятельность	упорядочить процесс познания
20	Железо логики	Суждение. Умозаключение. Индукция/дедукция. Законы логики	1		понятия: суждение, умозаключение, индукция, дедукция; законы логики	делать правильные умозаключения	упорядочить процесс познания
21	<b>Творчество и исследование</b> Попробуй докажи!	Что такое доказательство. Доказательства прямые и косвенные. Ошибки в доказательстве. Софизмы. Как строить доказательства	1		понятия: доказательство, прямые и косвенные доказательства	пользоваться логическими законами	избегать ошибок в доказательствах
22	Проба умственных сил	Что есть «ум» человека? Упражнения-тесты	1		инструменты измерения интеллектуальных способностей	выполнять упражнения-тесты	наметить программу самообразования



23	Творчество и исследование	Общественное/личностное творчество. Исследование. Алгоритм исследования. Рекомендации по развитию творческого мышления.	2		алгоритм исследования	формулировать гипотезы	выполнять самостоятельно исследовательские проекты
24	<b>План самообразования</b> Домашняя школа	Домашняя школа самосовершенствования. Что нужно для эффективного домашнего задания?	1		рекомендации по выполнению домашней работы	следовать рекомендациям	применять в повседневной жизни рекомендации
25	Экзамены, зачеты, отметки	Секреты успешной сдачи экзаменов и зачетов.	1		секреты успешной сдачи экзаменов и зачетов	правильно организовать период подготовки и сдачи экзаменов	успешно сдавать экзамены
26	Учил-учил, и не выучил	Самоанализ работы дома. Анализ конкретной двойки. Причины трудностей.	1		основные причины затруднений в учебе	анализировать причины трудностей	выполнять рекомендации по устранению причин затруднений
27	Ваш друг - компьютер	Поиск информации в компьютере. Как владеть компьютером	1		свойства компьютера как помощника в учебном труде	использовать компьютер в учебном труде	использовать компьютер в учебном труде
28	План самообразования	Составление плана самообразования. «Мои достижения и проблемы»	1		структуру составления плана самообразования	составлять индивидуальный план самообразования	использовать технику самообразования в других сферах