
Научная обоснованность реализуемых в системе образования практик психолого-педагогической работы с детством

Scientific Validity of the Practices of Psychological and Pedagogical Work with Childhood Implemented in the Education System

Развивающая психолого-педагогическая программа «Познаю себя. Развиваюсь. Стремлюсь»

Иванова С.А.

Сунтарский политехнический лицей-интернат (МБОУ «СПТЛ-И»), с. Сунтар, Республики Саха (Якутия), Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6668-3690>, e-mail: sargylana.ivanova17@mail.ru

Тимофеева Е.Д.

Сунтарский политехнический лицей-интернат (МБОУ «СПТЛ-И»), с. Сунтар, Республики Саха (Якутия), Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1173-2234>, e-mail: timofeevaelena.8@mail.ru

Статья представляет опыт проведения развивающей психолого-педагогической программы под общим названием «Познаю себя. Развиваюсь. Стремлюсь», включающей пять взаимосвязанных курсов внеурочной деятельности: «Познаю себя» (V–VI классы), «Счастливым подросток» (VII класс), «Психология и выбор профессии» (VIII класс), «Основы психологии» (IX класс), «Психология старшеклассника» (X–XI классы), которые предусматривают поэтапную реализацию всех задач на основе выполнения предшествующих курсов. Рабочие программы курсов внеурочной деятельности определяют содержание работы педагогов-психологов с обучающимися 11–18 лет по направлениям: психопрофилактика, психодиагностика, психологическое консультирование. При этом проводимые диагностические, коррекционно-развивающие, консультативные, просветительские процедуры соотносимы с возрастом обучающихся. Рабочая программа в каждом классе рассчитана на 1 учебный год (35 часов в V–VIII, X классах, 34 часа в IX классах и 17 часов в XI классах. Критерии оценки достижения планируемых результатов включали показатели успешности деятельности обучающегося, осуществление деятельности без значимых нарушений физического и психического здоровья, удовлетворенность своей деятельностью, своим положением, связывание своих личных планов и интересов с данной деятельностью в перспективе.

Ключевые слова: *психологическая культура, самопознание, адаптация к обучению, профориентация, позитивное мышление.*

Для цитаты: *Иванова С.А., Тимофеева Е.Д. Развивающая психолого-педагогическая программа «Познаю себя. Развиваюсь. Стремлюсь» [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. 2022. Том 19. № 4. С. 7–28. DOI:10.17759/bppe.2022190401*

Developing Psychological and Pedagogical Program “I’m Knowing Myself. I’m Developing. I’m Striving”

Sargylana A. Ivanova

Suntarsky Polytechnic Boarding Lyceum, Suntar, Republic of Sakha (Yakutia), Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6668-3690>, e-mail: sargylana.ivanova17@mail.ru

Elena D. Timofeeva

Suntarsky Polytechnic Boarding Lyceum, Suntar, Republic of Sakha (Yakutia), Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1173-2234>, e-mail: timofeevaelena.8@mail.ru

The article presents the experience of conducting a developing psychological and pedagogical program under the general title “I’m knowing myself. I’m developing. I’m striving.”, which includes five interrelated courses of extracurricular activities: “I’m knowing myself” (grades V–VI), “Happy Teenager” (grade VII), “Psychology and Choosing a Profession” (grade VIII), “Fundamentals of Psychology” (grade IX), “Psychology of a high grade student” (grades X–XI), which provide for the phased implementation of all tasks based on the implementation of previous courses. The work programs of extracurricular activities courses determine the content of the work of psychologists with students aged 11–18 in the following areas: psychoprophylaxis, psychodiagnostics, psychological counseling. At the same time, the ongoing diagnostic, correctional and developmental, consultative, educational procedures are correlated with the age of the students. The work program in each grade is designed for the one academic year (35 hours in grades V–VIII, X, 34 hours in grades IX and 17 hours in grades XI. The criteria for assessing the achievement of planned results included indicators of the success of the student’s activity, the implementation of activities without significant impairment of physical and mental health, satisfaction with their activities, their position, linking their personal plans and interests with this activity in the future.

Keywords: *psychological culture, self-knowledge, adaptation to learning, career guidance, positive thinking.*

For citation: Ivanova S.A., Timofeeva E.D. Developing Psychological and Pedagogical Program “I’m Knowing Myself. I’m Developing. I’m Striving”. *Vestnik prakticheskoi psikhologii obrazovaniya = Bulletin of Practical Psychology of Education*, 2022. Vol. 19, no. 4, pp. 7–28. DOI:10.17759/bppe.2022190401 (In Russ.).

Проблемная ситуация, цели и задачи, на решение которых направлена программа

Приоритетным направлением новых образовательных стандартов является реализация развивающего потенциала общего образования, поэтому актуальной задачей становится обеспечение развития универсальных учебных действий — как собственно психологической составляющей фундаментального ядра образования наряду с традиционным изложением предметного содержания конкретных дисциплин.

Изменение парадигмы образования и превращение его, по существу, в образование психолого-педагогическое означает необходимость такого содержания, которое позволит осуществлять в процессе деятельности обучение, ориентированное на развитие обучающихся, учет их особен-

ностей и всестороннее раскрытие их интеллектуального и личностного потенциала. В связи с этим важное место в образовательном процессе занимают психическое здоровье обучающихся, индивидуализация образовательных маршрутов, создание психологически безопасной и комфортной образовательной среды.

В условиях перехода на федеральные государственные образовательные стандарты традиционные направления деятельности психолога включают в себя решение и новых задач сопровождения обучающихся, в том числе

- развивающую работу (индивидуальную и групповую) — формирование потребности в новом знании, возможности его приобретения и реализации в деятельности и общении;
- психологическое просвещение обучающихся — формирование потребности в психологических знаниях, желания использовать их в интересах собственного развития;
- создание условий для полноценного личностного развития и самоопределения обучающихся на каждом возрастном этапе, а также в своевременном предупреждении возможных нарушений в становлении личности и развитии интеллекта.

Характерной особенностью первой четверти XXI в. является цифровизация всех сфер общества, что порождает целый комплекс проблем и, в первую очередь, у детей, у которых возможности в достижении психологической безопасности ниже, чем у взрослых. У детей, которые много времени проводят с гаджетами, происходит изменение структуры социальных связей, снижение оперативной памяти, подвижного интеллекта — того, что отвечает за интеллектуальную деятельность «здесь и сейчас». У обучающихся происходит сокращение способов коммуникации, изменение уровня эмоционального контакта между людьми, наблюдается общая разобщенность, сокращается дистальное видение — они хуже планируют будущее и хуже строят жизненные планы.

Дети больше других восприимчивы к клиповому мышлению, что создает огромные трудности при обучении и общении с окружающими. С детства привыкая листать ленту соцсетей или видеосервисов, они полностью игнорируют то, что не вызывает у них интереса с первых секунд. Гаджеты и общение в сети вызывают всплеск дофамина — гормона, который отвечает в мозге за вознаграждение. Причем этот способ гарантирует быстрый и постоянный выброс без особых усилий, в отличие от учебы, где нужно долго и сосредоточенно трудиться. Такие дети не в состоянии занять себя чем-то в отсутствие смартфона или планшета, склонны к частым истерикам и даже агрессии. А в современном высокотехнологичном мире нужно обладать высокой степенью стрессоустойчивости, чтобы сохранить физическое и психическое здоровье, заниматься эффективной деятельностью.

Запреты пользования гаджетами в данном случае, как и в большинстве случаев, не помогут. Поэтому одним из путей разрешения данной проблемы является целенаправленное формирование у обучающихся психологической культуры. В школе нужна такая программа, в ходе которой дети учились бы раскрывать свой внутренний потенциал, научились личностному общению, адаптации к внешнему миру, иными словами, научились быть хорошо социализированными.

Социализация — это процесс и результат включения индивида в социальные отношения. В процессе социализации индивид становится личностью и приобретает знания, умения, навыки и способы деятельности, необходимые для жизни среди людей. В процессе социализации осуществляется включение индивида в социальные отношения, и благодаря этому может измениться его психика. Высшим уровнем социализации личности является ее самоутверждение, реализация ее социального потенциала. Этот сложный процесс осуществляется обычно в соответствии с определенным социально-психологическим сценарием, содержание которого зависит как от ролевых позиций субъекта, так и от внешних условий, т. е. воздействия социальной микросреды.

Группой условий, необходимых для развития успешной личности, является психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, способность к рефлексии и самосовершенствованию, умение строить отношения с окружающими.

Все вышесказанное выдвигает в число первоочередных задач развитие психологической культуры у обучающихся.

Ключевая проблема предлагаемой развивающей психолого-педагогической программы «Познаю себя. Развиваюсь. Стремлюсь» определяется так: организация психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, направленного на формирование психологической культуры обучающихся, что обуславливает разработку программы, направленной на обучение школьников раскрытию своих внутренних ресурсов через самопознание, саморазвитие и самосовершенствование.

Таким образом, **целью** программы «Познаю себя. Развиваюсь. Стремлюсь» является формирование у обучающихся психологической культуры через познание ими самих себя, выступающей основой для осознанного развития ими своих способностей, творческой самореализации, физических, интеллектуальных и личностных качеств и успешной социализации.

Достижение данной цели конкретизируется в следующих **задачах**.

1. Разработка содержания программ курсов внеурочной деятельности, обеспечивающих условия для обучающихся к самопознанию, саморазвитию, самосовершенствованию, тем самым формированию у них психологической культуры.
2. Сопровождение обучающихся на уровне основного общего образования: адаптация к новым условиям обучения при переходе в основную школу, поддержка в решении задач личностного и ценностно-смыслового самоопределения и саморазвития, помощь в решении личностных проблем и проблем социализации, формирование жизненных навыков, профилактика нарушения эмоционально-волевой сферы, помощь в построении конструктивных отношений с родителями и сверстниками, предпрофильная ориентация.
3. Сопровождение обучающихся на уровне среднего общего образования: оказание помощи в профильной ориентации и профессиональном самоопределении, в решении экзистенциальных проблем (самопознание, поиск смысла жизни, достижение личной идентичности), в развитии временной перспективы, способности к целеполаганию, в развитии психосоциальной компетентности.
4. Создание благоприятных условий для укрепления психического здоровья обучающихся, в т. ч. их эмоционального благополучия; развития обучающихся в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого обучающегося как субъекта отношений с самим собой, другими обучающимися, взрослыми и миром.
5. Систематическое отслеживание психолого-педагогического статуса каждого обучающегося и динамики его психологического развития в процессе школьного обучения.

Использование при реализации данной программы национально-регионального компонента способствует развитию личности обучающихся в условиях национально-региональных традиций, формированию мировоззренческой, нравственной, социальной и экологической культуры обучающихся.

Целевая аудитория, описание ее социально-психологических особенностей

Адресная группа, на которую рассчитана программа, — это обучающиеся V–XI классов в возрасте от 11 до 18 лет.

Переход обучающегося в основную школу совпадает с первым этапом подросткового развития — переходом к кризису младшего подросткового возраста (11–13 лет, V–VII классы) и подросткового возраста (14–15 лет, VIII–IX классы), началом перехода от детства к взрослости, при котором центральным и специфическим новообразованием личности подростка является возникновение и развитие самосознания — представления о том, что он уже не ребенок, т. е. чувства

взрослости, а также внутренней переориентации подростка с правил и ограничений, связанных с моралью послушания, на нормы поведения взрослых.

Психолого-педагогические особенности развития детей 11–15 лет связаны:

- с переходом от учебных действий, характерных для начальной школы и осуществляемых только совместно с классом как учебной общностью и под руководством учителя, от способности только осуществлять принятие заданной педагогом и осмысленной цели — к овладению этой учебной деятельностью на уровне основной школы в единстве мотивационно-смыслового и операционно-технического компонентов, становление которой осуществляется в форме учебного исследования, к новой внутренней позиции обучающегося — направленности на самостоятельный познавательный поиск, постановку учебных целей, освоение и самостоятельное осуществление контрольных и оценочных действий, инициативу в организации учебного сотрудничества;
- с осуществлением на каждом возрастном уровне (11–13, 14–15 лет), благодаря развитию рефлексии, общих способов действий и возможностей их переноса в различные учебно-предметные области, качественного преобразования учебных действий: моделирования, контроля и оценки и перехода от самостоятельной постановки обучающимися новых учебных задач к развитию способности проектирования собственной учебной деятельности и построению жизненных планов во временной перспективе;
- с формированием у обучающегося научного типа мышления, который ориентирует его на общекультурные образцы, нормы, эталоны и закономерности взаимодействия с окружающим миром;
- с овладением коммуникативными средствами и способами организации кооперации и сотрудничества, развитием учебного сотрудничества, реализуемого в отношениях обучающихся с педагогами и сверстниками;
- с изменением формы организации учебной деятельности и учебного сотрудничества от классно-урочной к лабораторно-семинарской и лекционно-лабораторной исследовательской.

Переход обучающегося в старшую школу совпадает с первым периодом юности, или первым периодом зрелости, который отличается сложностью становления личностных черт. Центральным психологическим новообразованием юношеского возраста является предварительное самоопределение, построение жизненных планов на будущее, формирование идентичности и устойчивого образа «Я». Направленность личности в юношеском возрасте характеризуется ее ценностными ориентациями, интересами, отношениями, установками, мотивами, переходом от подросткового возраста к самостоятельной взрослой жизни. К этому периоду фактически завершается становление основных биологических и психологических функций, необходимых взрослому человеку для полноценного существования. Социальное и личностное самоопределение в данном возрасте предполагает не столько эмансипацию от взрослых, сколько четкую ориентировку и определение своего места во взрослом мире.

Психолого-педагогические особенности развития обучающихся 15–18 лет связаны:

- с формированием у обучающихся системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, ценностных ориентаций, мировоззрения как системы обобщенных представлений о мире в целом, об окружающей действительности, других людях и самом себе, готовности руководствоваться ими в деятельности;
- с переходом от учебных действий, характерных для основной школы и связанных с овладением учебной деятельностью в единстве мотивационно-смыслового и операционно-технического компонентов, к учебно-профессиональной деятельности, реализующей профессиональные и личностные устремления обучающихся. Ведущее место у обучающихся на уровне среднего общего образования занимают мотивы, связанные с самоопределением

и подготовкой к самостоятельной жизни, с дальнейшим образованием и самообразованием. Эти мотивы приобретают личностный смысл и становятся действенными;

- с освоением видов деятельности по получению нового знания в рамках учебного предмета, его преобразованию и применению в учебных, учебно-проектных и социально-проектных ситуациях, с появлением интереса к теоретическим проблемам, к способам познания и учения, к самостоятельному поиску учебно-теоретических проблем, способности к построению индивидуальной образовательной траектории;
- с формированием у обучающихся научного типа мышления, овладением научной терминологией, ключевыми понятиями, методами и приемами;
- с самостоятельным приобретением идентичности; повышением требовательности к самому себе; углублением самооценки; большим реализмом в формировании целей и стремлении к тем или иным ролям; ростом устойчивости к фрустрациям; усилением потребности влиять на других людей.

Методическое обеспечение программы

Развивающая психолого-педагогическая программа направлена на наиболее полное раскрытие интеллектуально-личностного потенциала обучающихся, формирование и развитие их социально-психологических умений и навыков, развитие креативности.

Нормативной основой разработки развивающей психолого-педагогической программы «Познаю себя. Развиваюсь. Стремлюсь» являются:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273–ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента РФ от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
- Федеральный государственный стандарт основного общего образования (приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного стандарта основного общего образования (с изменениями, внесенными приказами Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1644, от 31.12.2015 № 1577, от 11.12.2020 № 40937);
- Федеральный государственный стандарт среднего общего образования (приказ Минобрнауки РФ от 17.05.2012 г. № 413 (с изменениями, внесенными приказом Минобрнауки РФ от 29.12.2014 № 1645, от 31.12.2015 № 578, от 29.06.2017 № 613);
- Концепция развития психологической службы в системе образования в Российской Федерации на период до 2025 г. (утверждена Министерством образования и науки Российской Федерации 19.12.2017 г.);
- Профессиональный стандарт «Педагог-психолог (в сфере образования)» (утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.07.2015 № 514н);
- Методические рекомендации о совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи от 10 февраля 2015 года № ВК-268/07;
- Устав МБОУ «Сунтарский политехнический лицей-интернат»;
- Положение об организации внеурочной деятельности в МБОУ «Сунтарский политехнический лицей-интернат»;
- Положение о психологической службе МБОУ «Сунтарский политехнический лицей-интернат»;
- Положение о работе педагога-психолога МБОУ «Сунтарский политехнический лицей-интернат».

Программа «Познаю себя. Развиваюсь. Стремлюсь» построена на следующих **принципах**.

1. *Принцип научности.*

Он требует, чтобы изучаемый учебный материал соответствовал современным достижениям научной и практической психологии, не противоречил объективным научным фактам, теориям,

закономерностям. Этот принцип имеет особое значение для изучения психологии — в силу того, что существует большое количество околонучных психологических книг, написанных на основе знаний житейской психологии или эзотерических знаний. В таких книгах нередко в увлекательной форме излагаются недостоверные или недостаточно доказанные знания. Соблюдение принципа научности при обучении психологии означает, что информация, сообщаемая обучающимся, должна быть доказательна. Этого можно достичь за счет описания соответствующих методов психологических исследований.

2. *Принцип системности.*

Он предполагает, что учебный материал изучается в определенной последовательности и логике, которые дают системное представление об учебной дисциплине. При этом показывается взаимосвязь психологических теорий, понятий и закономерностей. Для этого темы учебной программы должны быть структурированы и систематизированы. Изучаемый материал делится на логические разделы и темы, затем устанавливаются порядок и методика работы с ними, в каждой теме выделяются содержательные центры, главные понятия, идеи, структурируется материал занятия, устанавливаются связи между теориями и фактами. От одной темы к другой, от одного курса к другому должна сохраняться определенная преемственность и межпредметная связь.

3. *Принцип единства рационального и эмоционального.*

В соответствии с этим принципом обучение может быть эффективным только в том случае, когда обучающиеся осознают цели обучения, необходимость изучения данного предмета, его личностную или профессиональную значимость, проявляют осознанный интерес к знаниям. В то же время непосредственный эмоциональный интерес к психологическим фактам и феноменам — наиболее сильный стимул к изучению психологии. В соответствии с данным принципом неправильно строить преподавание предмета только на убеждении обучающихся в том, что им это нужно и полезно, тем самым оправдывая скучно проводимые занятия. С другой стороны, неправильно выбирать из курса психологии только интересные темы, которые привлекают произвольное внимание.

4. *Принцип единства предметно-ориентированного и личностно-ориентированного обучения психологии.*

Психология как учебный предмет имеет большую специфику по сравнению со всеми другими дисциплинами. С одной стороны, это наука, которая имеет свое объективное предметное содержание так же, как и другие естественные и гуманитарные науки. Поэтому она должна изучаться объективно и беспристрастно. С другой стороны, предмет этой науки лично значим для каждого обучающегося. Поэтому у них возникает потребность отнести получаемые знания к себе, применить их с целью самопознания. В связи с этим психология привлекает большое внимание и интерес обучающихся, желающих с ее помощью разобраться в себе. Соблюдение принципа единства в этом отношении означает сохранение необходимого баланса предметно-ориентированного и личностно-ориентированного содержания на занятиях по психологии. Этот принцип должен соблюдаться при обучении психологии как общеобразовательному предмету. При изучении отдельных психологических дисциплин акценты могут расставляться иначе.

5. *Принцип единства теоретического и эмпирического знания.*

Данный принцип является конкретизацией дидактического принципа единства конкретного и абстрактного. В соответствии с этим принципом в преподавании психологии должны оптимально сочетаться, с одной стороны, описание теоретических идей, их логические обоснования и, с другой стороны, конкретные эмпирические факты, на которые они опираются, конкретные примеры, которые их иллюстрируют.

6. *Принцип доступности.*

Заключается в необходимости соотношения содержания и методов обучения с типом обучающихся, их образовательными намерениями, возрастными особенностями, уровнем их разви-

тия. В соответствии с этим принципом необходимо переходить от простого к сложному, от легкого к трудному, от известного к неизвестному. Одно и то же содержание должно преподаваться по-разному, с опорой на разную базу знаний и интересов:

- студентам-психологам;
- студентам, обучающимся по другим программам высшего образования;
- студентам средних специальных учебных заведений;
- обучающимся общеобразовательных учебных заведений.

Принцип доступности при обучении психологии в школе имеет особое значение в силу того, что еще не существует устойчивых традиций преподавания психологии обучающимся школьного возраста. И если для старших школьников эта задача отчасти решается, то учет специфики среднего, а тем более младшего школьного возраста — проблема особенно сложная. Опыт ясного и понятного изложения психологических знаний этим категориям обучающихся еще очень незначителен.

7. *Принцип наглядности.*

Заключается в использовании органов чувств и образов при обучении. Важнейшее значение имеют зрительные образы. Во-первых, зрительный анализатор у значительной части обучающихся является ведущим. А во-вторых, зрительное представление информации является более емким и поэтому способствует лучшему пониманию материала. Безусловно, использование образов других модальностей (слуховой, тактильной, кинестетической) также может повысить эффективность обучения. Единство наглядного (образного) и вербального содержания — важнейшая психологическая основа понимания. В преподавании психологии могут использоваться такие виды наглядности, как: словесная, художественная, изобразительная, практическая.

8. *Принцип активности в обучении.*

Заключается в том, что эффективное усвоение знаний обучающимися происходит только в том случае, когда они проявляют самостоятельную активность в обучении. Активность в данном случае противопоставляется пассивности. Реализация этого принципа может достигаться за счет:

- формирования потребности учащихся в психологических знаниях;
- диалогической формы обучения;
- проблемного подхода в обучении;
- широкого использования практических методов обучения (в виде учебных экспериментов, тестов, психологических тренингов).

9. *Принцип связи изучения психологии с жизнью, с практикой.*

Этот принцип особенно важен в школьном преподавании психологии. Он заключается в том, что психологические понятия и закономерности должны поясняться и иллюстрироваться не только научными исследованиями, но и примерами из реальной жизни, с которой сталкиваются обучающиеся. Важно, чтобы они видели практическую применимость и пользу психологических знаний в повседневной жизни. Изучение психологии должно стимулировать учащихся использовать полученные знания в решении практических задач познания других людей, самопознания и саморазвития.

10. *Обучение психологии должно носить развивающий характер.*

Этот принцип, опять-таки, особенно важен в школьном преподавании психологии. Уроки психологии выполняют здесь особую миссию. В результате изучения курса психологии главную ценность представляет не знание психологических теорий, понятий, закономерностей, а лучшее понимание учащимися внутреннего мира других людей и самих себя: усвоение психологических средств самопознания и саморазвития, совершенствование своей познавательной деятельности, успешное и гармоничное развитие отношений с другими людьми, а также лучшее понимание себя как личности.

11. *Принцип вариативности*, что позволяет вносить изменения в содержание психолого-педагогической программы.

Психолого-педагогическая программа — это комплекс взаимосвязанных психолого-педагогических мероприятий, направленных на достижение целей обучения, воспитания и развития, реализация которых ограничена конкретными временными рамками.

Программа «Познаю себя. Развиваюсь. Стремлюсь» состоит из пяти взаимосвязанных и взаимообусловленных программ курсов, реализуемых во внеурочное время.

Целевая аудитория	Наименование программ курсов внеурочной деятельности	Кол-во занятий в неделю	Кол-во занятий за год
Обучающиеся V классов	«Я познаю себя»	1	35
Обучающиеся VI классов	«Я познаю себя»	1	35
Обучающиеся VII классов	«Счастливый подросток»	1	35
Обучающиеся VIII классов	«Психология и выбор профессии»	1	35
Обучающиеся IX классов	«Основы психологии»	1	34
Обучающиеся X классов	«Психология старшеклассников»	1	35
Обучающиеся XI классов	«Психология старшеклассников»	1	17

Задачи последующих подпрограмм решаются на основе выполненных задач предшествующих программ, имеющих у обучающихся знаний, умений, компетентностей и способов деятельности. При этом серия диагностических, коррекционно-развивающих, консультативных, просветительских процедур, соотносима с возрастом обучающихся.

Целью курса внеурочной деятельности в V–VI классах «Познаю себя» является оказание помощи в успешной адаптации к новым условиям обучения и воспитания.

Психоземциональное состояние каждого обучающегося влияет на общий микроклимат класса. Занятия по самопознанию помогают лучше понимать самого себя и относиться к себе, к своей новой жизни, здоровью, окружающей среде с должным уважением и ответственностью.

Профориентационные темы курса помогают младшим подросткам выбирать внеурочные курсы и занятия дополнительного образования, исходя из своих интересов, склонностей и способностей.

Планы саморазвития, составляемые совместно с педагогами-психологами, стимулируют младших подростков к достижению поставленных целей.

Использование на занятиях национально-регионального компонента позволяет обучающимся раскрываться, высказывать собственное мнение на родном языке.

На занятиях курсов «Счастливый подросток» в VII классе и «Психология и выбор профессии» в VIII классах проходит привитие навыков позитивного мышления, что помогает справляться с проблемными ситуациями. Профориентационные занятия помогают подросткам правильно выбрать в дальнейшем профиль обучения в старшей школе.

Тренинги личностного роста, общения, толерантности помогают обучающимся стать более уверенными, коммуникативными, креативными.

В IX–XI классах знакомство на занятиях курсов «Основы психологии» и «Психология старшеклассника» с приемами аутогенной тренировки, релаксацией помогают старшеклассникам научиться управлять своими эмоциями. Занятия, проводимые с применением кейс-технологии, помогают выработке вариативного мышления, способствуют формированию умения работать в команде.

Профориентационные занятия помогают окончательному выбору будущей профессии, специальности, учебного заведения.

Знакомство подростков на занятиях курсов внеурочной деятельности с переводами психологических терминов на свой родной язык позволяет им глубже понять понятийный аппарат области

психологии. Занятия по теме «нравственность» с использованием этнопсихологического компонента позволяют старшеклассникам формировать патриотическое чувство к своей малой родине, республике, стране.

В рамках реализации развивающей программы используются следующие **методы**:

- *Метод словесного обучения* (рассказ, беседа, объяснение).

Рассказ используется для подготовки обучающихся к восприятию нового учебного материала, которое может быть, в свою очередь, проведено другими методами, а также для резюмирования по определенной теме. Ценность рассказа как метода обучения и его главные характеристики заключаются в том, что изложение ведется по четкому логическому плану, последовательно, с вычлениением существенного, с применением иллюстраций, кратко, занимательно, эмоционально.

Беседа применяется при закреплении и осмыслении уже имеющихся у обучающихся представлений и знаний. Предметом беседы являются как наблюдения за феноменами психологической культуры, так и вопросы, требующие уточнения или подробного выяснения. В процессе беседы выявляется имеющийся у обучающихся объем знаний, проверяется прочность и сознательность усвоения учебного материала, развивается самостоятельность суждений.

Объяснение — важный метод сообщения новых знаний, суть которого в словесном истолковании отдельных понятий и терминов. Объяснение основывается на формулировке темы, кратком раскрытии плана и цели ее изучения и используется прежде, чем учитель переходит к рассказу по новой теме, или в процессе работы с новым учебным материалом.

- *Метод проблемного обучения.*

Практически все теоретические занятия в курсе проводятся методом проблемного обучения. Ценность применения данного метода обучения определяется тем, что здесь обучающиеся вместе с учителем ставят и решают учебную проблему. Основной путь постановки учебной проблемы — создание проблемной ситуации, признаком которой является переживание, а содержанием — противоречие. Благодаря проблемным и информационным вопросам, а также гибкому обсуждению удается раскрывать сложнейшие темы, такие как: «Образ «Я», «Установка», «Творчество».

- *Метод проектов.*

Благодаря данному методу обучающиеся приобретают навыки исследовательской работы. Суть метода заключается в том, что психолог выстраивает программу личностного развития обучающегося совместно с ним и на основе выявления его личностно значимого интереса. Для его выявления рекомендуется следующий прием: на одном из занятий дается задание написать сочинение по пройденной теме. После того как обучающиеся сдают сочинение психологу, он вступает с ними в личный разговор, как бы продолжение этого сочинения. Таким образом, в большинстве случаев обнаруживается личностно значимый интерес обучающегося, актуальный для него в данный момент времени.

Сферой исследования может быть любая психологическая или педагогическая проблема (запланированная или незапланированная), а также сфера исследовательских интересов педагога-психолога.

- *Метод наблюдения.*

Являясь одновременно методом познания и психологического исследования, дает возможность целенаправленного восприятия психических явлений и более широкого сбора информации. Наблюдения за поведением, проявлением психических состояний обучающегося и психологических свойств личности, развитием психики в онтогенезе — это источник спонтанного формирования психологической культуры личности. Данный метод позволяет изучать закономерности психической жизни человека в естественных для него условиях.

- **Методы экспериментальной и дифференциальной психологии.**

Эти методы можно использовать в качестве ключа к самопознанию. Экспериментальный метод имеет огромное дидактическое значение, поскольку это преимущественно метод самостоятельности, творческой изобретательности. Ничто не содействует в такой степени развитию систематического строгого научного мышления, как экспериментальный метод проверки и доказательства. При изучении психологии все указанные качества имеют особую ценность. Например, можно применять методики по исследованию индивидуальных вариаций чувствительности, особенностей внимания, типов памяти, видов мыслительных операций и др.

Эти **методики** логично входят в содержание программы курсов:

- **активные групповые методы социального тренинга:** а) дискуссионные методы (обсуждение конфликтов, анализ ситуации морального выбора); б) игровые методы — дидактические (поведенческое научение, интонационно-речевой и видеотренинг) и творческие игры (игровая психотерапия, психодраматическая коррекция, трансактный метод осознания коммуникативного поведения); в) сензитивный тренинг (тренировка самопонимания, межличностной чувствительности и эмпатии);
- **метод творческого самовыражения** (через литературное, научное, художественное и др. виды творчества);
- **методы психической саморегуляции и тренировки психических функций** (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки);
- **метод экспрессии** позволяет осуществить в какой-то мере целостный подход к человеческой психике как единству, в котором все функции взаимосвязаны, упражнения психотренинга вплетены в физические движения, образуя единое целое. Компонентами метода являются, кроме движений, рисунок, музыка, т. е. средства искусства, привлекающие сами по себе дополнительно эстетическую деятельность. Благодаря этому личность обогащается, выступая одновременно и в роли творца, и в роли воспринимающего. Через эмоцию, запечатленную в рисунке или в движении, происходит высвобождение энергии, снимаются психологические барьеры, личность становится более открытой, более творческой.

Также для решения задач, поставленных в ходе разработки учебного курса психологии, нами были специально разработаны и апробированы четыре метода, получившие названия: метод чтения вслух, метод интроспективного анализа; метод по развитию творческого самочувствия; рефлексивный тренинг, кейс-игра.

При работе с каждым из предлагаемых методов важно понимание учителем того, что через их совместную деятельность с подростком тот приобретает и «присваивает» психологическое знание. Обучающийся и учитель вместе «ищут» его, вместе участвуют в процессе. Учитель в данном случае является проводником, ведущим, создает ситуацию, условия, дает символы, информацию. Но при этом и учитель, и обучающийся вместе приходят к какому-то новому пониманию феноменов окружающего мира, изменяют в своем мировоззрении картину мира и, следовательно, изменяют отношение к ней.

Структура и содержание программы

В программе курса «Познаю себя» в V–VI классах поставлены следующие задачи:

- создание условий для успешной адаптации к новым условиям обучения и воспитания;
- профилактика нарушений психического и физического здоровья;
- научение умениям понимать самого себя и относиться к себе, к своей жизни, здоровью, окружающей среде с должным уважением и ответственностью;
- знакомство с миром профессий;
- помощь в выборе курсов внеурочной деятельности и программ дополнительного образования на основе выявления интересов, склонностей;

- воспитание адекватной самооценки;
- обучение навыкам самоанализа, саморазвития.

В течение учебного года обучающиеся ведут дневники саморазвития, где имеются следующие разделы: «Мое здоровье», «Моя учеба», «Мой характер», «Мое хобби», «Мое общение». В составлении и корректировке плана саморазвития учащихся принимают участие родители, классный руководитель, психолог. По результатам достижений в той или иной области ребята выступают перед классным коллективом в конце каждого полугодия. Педагогами-психологами, классным руководителем, одноклассниками даются рекомендации по дальнейшей работе.

На данном этапе целью воспитания адекватной самооценки практикуются уроки с элементами тренинга на тему: «Что такое самооценка», «Мои достоинства и недостатки», «Я нужен», «Мои успехи», « Самоанализ по итогам учебного года».

По нашим наблюдениям, проведение подобных занятий по психологии способствует поддержанию эмоционального комфорта в коллективе, установлению доверительной дружеской атмосферы в классах, а также содействует раскрытию индивидуальных творческих возможностей младших подростков, является средством профилактики различных зависимостей.

В VII–VIII классах ведется целенаправленная работа по подготовке обучающихся к выбору профиля обучения. Наряду с занятиями профориентационного характера, ведутся занятия по привитию навыков позитивного мышления, факторов, способствующих позитивному мышлению. На данном этапе проводятся углубленная психодиагностика интересов, склонностей, способностей, личностных качеств обучающихся, на основе которых рекомендуются соответствующие курсы внеурочной деятельности, программа дополнительного образования как на базе самого образовательного учреждения, так и в учреждениях дополнительного образования детей, учреждениях культуры и спорта.

Совместно с медицинским работником ведется мониторинг состояния здоровья обучающихся.

С целью предупреждения отклоняющегося поведения проводятся занятия с элементами тренинга, групповые творческие работы, диспуты на темы: «Никто не лучше никого», «Жизнь — это...», «Самооценка и уровень притязаний», психологическая игра «Подели сердце», «Культура общения по Интернету, мобильному телефону», «Здоровье человека и профпригодность», «Три компонента здоровья», «Здоровое питание» и т. д. Здесь важно привлечение родителей в процесс личностного роста детей и профориентирования. Для этого практикуются уроки на нравственные темы: этические, правовые, экономические, — которые ведут родители, работающие по разным специальностям. В конце учебного года на каждого учащегося заполняется профориентационная карта с данными психодиагностики.

В IX–XI классах ведутся занятия по курсам «Основы психологии» и «Психология старшеклассника» по учебникам Реана, Гатанова, Барановой «Психология» (8–11 классы), Пономаренко, Белоусовой «Психология для старшеклассников» («Основы психологии» 10 класс, «Психология общения» 11 класс). На занятиях, тренингах особое внимание уделяется личностному росту обучающихся; развитию способностей ставить перед собой близкие и дальние цели, ясно определять их в зависимости от ситуации, вырабатывать методы их достижения; обучению приемам позитивного мышления.

Когда человек мыслит позитивно, то он способен накапливать и усиливать положительное восприятие, ибо «оптимист вовсе не тот, кто не страдал, а тот, кто пережил отчаяние и победил его» (Дьютур). Главное — не копить дурные эмоции не закупоривать их в себе, не подогревать свою злобу до такого состояния, когда внутри начинает работать вулкан. Если человек, попадая в трудные условия, позитивно воспринимает действительность, то есть старается решить проблему, а не стонет и не бежит от нее, если он активно деятелен и ищет выход из создавшегося положения, если умеет переносить то, чего нельзя избежать, то состояние дистресса, которое может

привести к отклоняющемуся поведению, в том числе и к употреблению наркотиков, у такого человека не возникает.

Обучающиеся знакомятся со способами и приемами аутогенной тренировки и релаксации, т. к. способность личности управлять своими эмоциями, поведением, сознанием имеет в жизни чрезвычайно важное значение. На занятиях со старшеклассниками особое внимание уделяется развитию у них нравственной саморегуляции, целью которой является научить регулировать свои отношения, уменьшать тревожность, снимать стрессовое состояние, усиливать веру в свои возможности, научить по собственной воле восстанавливать силы после напряженного умственного и физического труда. Саморегуляция помогает старшеклассникам настроиться на эффективную деятельность (в том числе и учебную), переключаться от одного вида деятельности на другой; увеличивать защитные силы организма, бороться с вредными привычками.

Основными задачами национально–регионального компонента программы «Познаю себя. Развиваюсь. Стремлюсь» являются привитие «иммунитета от дурного» с помощью учения «Кут-сюр», передача духовной эстафеты предков для подражания и изучения нравственных основ прошлого, саморазвития личности обучающихся на основе этнопедагогического учения «Аар-Айыы».

Описание используемых методик, технологий, инструментария

1. Работа с обучающимися:

- психодиагностика психоэмоционального состояния ребенка (тест школьной тревожности Б.Н. Филлипса для среднего школьного возраста и подростков);
- психодиагностика проблемных зон развития и адаптации к школьным условиям — методика первичной диагностики и выявления детей «группы риска» (М.И. Рожков, М.А. Ковальчук);
- тест скрининговой оценки школьной мотивации (Н.Г. Лусканова);
- исследования уровня развития памяти, внимания, мышления, коэффициента интеллекта;
- диагностика удовлетворенности учащихся образовательным процессом, его различными сторонами;
- опросник А. Басса — А. Дарки;
- социометрический опрос Дж. Морено;
- психодиагностика характера межличностных взаимоотношений учащихся и педагогов — шкала самооценки Ч.Д. Спилбергера (диагностика для подростков и педагогов);
- «Карта интересов» А.Е. Голомшток (для изучения интересов и склонностей обучающихся в различных сферах деятельности);
- тест Дж. Голланда по определению типа личности для выявления интересов и склонностей обучающихся;
- опросники профессиональных предпочтений (выявление отношения к различным видам профессий);
- психодиагностика характера межличностных отношений в подростковой среде;
- диагностика особенностей ребенка (эмоционально-личностная сфера, социальная сфера, познавательная сфера, межличностная сфера);
- выявление и анализ причин проблем и трудностей обучающихся;
- индивидуальные консультации.

2. Работа с одаренными детьми

- методика оценки общей одаренности;
- диагностика «Палитра интересов» (А.И. Савенков);
- методика «Карта одаренности»;
- методика Л. Йовайши (выявление художественной, умственной и технической одаренностей), 5–11 классы;

- методика П. Торренса (оценка уровня креативности), 5–11 классы;
- методика «Ваш творческий потенциал»;
- методика на определение творческих способностей Х. Зиверта;
- «Интеллектуальный портрет» (А.И. Савенков);
- методика АСТУР (К.М. Гуревич) (уровень умственного развития школьников), 5–7 классы;
- диагностика уровня интеллектуального коэффициента (IQ) Г. Айзенка. Ученикам разных возрастных групп предлагаются различные субтесты данной методики;
- Методика «Стиль мышления» (А.А. Алексеев), 8–11 классы;
- тест структуры интеллекта Р. Амтхауэра (уровень психологической включенности личности в коллективную деятельность через уровень адаптированности);
- диагностика эмоционального интеллекта (Н. Холл);
- типология мотивов учения «Лесенка побуждений» (Л.И. Божович, А.К. Маркова) — диагностика структуры учебной мотивации школьника;
- диагностика мотивации достижения;
- диагностика мотивационной структуры личности (В.Э. Мильман).

Сроки, этапы и алгоритм реализации программы

Первый этап — основная школа:

- помощь в адаптации к новым условиям обучения в основной школе;
- выявление у обучающихся причин трудностей в обучении, развитии, социальной адаптации;
- определение индивидуальных особенностей и склонностей личности, ее потенциальных возможностей в процессе обучения и воспитания, в профессиональном самоопределении;
- помощь в решении проблем личностного развития, социализации, самоопределения и саморазвития;
- помощь в построении конструктивных отношений с родителями и сверстниками;
- формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде;
- мониторинг возможностей и способностей обучающихся;
- выявление одаренных детей и их поддержка;
- выявление реальной и потенциальной групп социального риска;
- выявление и поддержка учащихся, нуждающихся в социальной защите, опеке и попечительстве с целью защиты законных прав и интересов несовершеннолетних, в т. ч. приоритетного права ребенка на жизнь и воспитание в семье;
- профилактика девиантного поведения, употребления ПАВ;
- сохранение и укрепление психического здоровья;
- дифференциация и индивидуализация обучения.

Второй этап — старшая школа:

- поддержка в профессиональной ориентации и самоопределении;
- поддержка в решении ценностно-смысловых проблем;
- развитие социальных компетенций;
- психокоррекционная работа — совместная деятельность педагога-психолога, социального педагога по разработке психокоррекционных программ воспитания; организация и проведение социально-психологических тренингов, ролевых игр, групповых дискуссий среди обучающихся, родителей, педагогического коллектива по развитию общих и специальных способностей участников образовательного процесса;
- психологическое и социально-педагогическое консультирование участников образовательных отношений по различным психолого-педагогическим и социально-медицинским проблемам, вопросам самоопределения, личностного роста, взаимоотношений; помощь обучающимся и родителям (законным представителям) в преодолении трудной жизненной ситуации;

- сохранение и укрепление психического здоровья;
- дифференциация и индивидуализация обучения.

Срок реализации программы: учебный год — с 1 сентября по 31 мая в V–VIII, X классах, с 1 сентября по 24 мая в IX классах, с 1 сентября по 25 декабря в XI классах.

Продолжительность занятия курса внеурочной деятельности по подпрограммам: 45 минут.

Регулярность занятий: 1 раз в неделю.

Ожидаемые результаты реализации программы

1. Гармоничное развитие обучающихся, способных к дальнейшему развитию своего личностного, физического, интеллектуального потенциала. Основным объектом оценки личностных результатов служит сформированность универсальных учебных действий:
 - самоопределение: сформированность внутренней позиции обучающегося — принятие и освоение новой социальной роли обучающегося;
 - становление основ российской гражданской идентичности личности как чувства гордости за свою малую и большую Родину, народ, историю и осознание своей этнической принадлежности;
 - развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения, видеть сильные и слабые стороны своей личности;
 - смыслообразование: поиск и установление личностного смысла (т. е. «значения для себя») учения на основе устойчивой системы учебно-познавательных и социальных мотивов;
 - морально-этическая ориентация: знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение на основе понимания их социальной необходимости;
 - умение осуществлять информационный поиск, сбор и выделение существенной и информации из различных информационных источников;
 - умение общаться в социальных сетях;
 - умение сотрудничать с учителями, педагогами-психологами и сверстниками при решении проблем, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.
2. Психоэмоциональное состояние каждого обучающегося влияет на общий психологический климат класса; занятия по психологии помогут самопознанию, самовоспитанию детей.
3. Успешная адаптация обучающихся в учебно-воспитательном процессе.
4. Создание мониторинга психологического статуса обучающегося.
5. Ранняя профориентация обучающихся.
6. Успешная адаптация и социализация выпускников образовательной организации.

Критерии и оценки достижения планируемых результатов

Среди критериев оценки достижения планируемых результатов можно указать следующие:

- успешность деятельности обучающегося;
- осуществление деятельности без значимых нарушений физического и психического здоровья;
- удовлетворенность своей деятельностью, своим положением;
- связывание своих личных планов и интересов с этой деятельностью в перспективе.

Практическая апробация программы на базе образовательной организации

Программа прошла апробацию на базе МБОУ «Сунтарский политехнический лицей-интернат» в период с сентября 2018 г. по май 2021 г.

Участники программы — обучающиеся с V по XI классы.

Занятия проводятся в светлом кабинете: имеет три окна, снабженные жалюзи, освещается 6 лампами. Цветовая гамма внутреннего интерьера соответствует требованиям: нет броских цветов, отвлекающих внимание обучающихся. В кабинете имеются: учительский стол, учительский

стул, компьютер, принтер, смарт-телевизор, доска, 12 ученических парт, 24 ученических стула, 2 книжных шкафа, рециркулятор воздуха. Все необходимые аудио- и видеофайлы воспроизводятся на смарт-телевизоре.

Помимо учебного кабинета для успешной деятельности педагогов-психологов в образовательном учреждении имеются:

- кабинет психологической разгрузки, в котором цвет стен, пола, мебели подобран по принципу использования спокойных и нейтральных тонов, не вызывающих дополнительного возбуждения и раздражения; мебель в кабинете с округленными формами, установлена в контексте общей композиции; в консультационной зоне кабинета мягкие кресла, письменный стол, диван; имеются телевизор, музыкальный центр, релаксационные лампы; необходимая для обучающихся литература; освещение в кабинете соответствует нормам СанПиНа;
- кабинет социально-психологической службы, где созданы условия для работы — имеются компьютеры, подключенные к сети Интернет, принтеры и шкафы, в котором хранится документация, методическая и учебная литература.

Результаты, подтверждающие эффективность реализации программы (за 2018–2020 г.)

Педагогами-психологами ведется мониторинг на выявление склонности к видам агрессии. Использованные методики: опросник Басса — Дарки. Цель: выявление форм агрессивных и враждебных реакций. Результаты представлены на рис. 1.

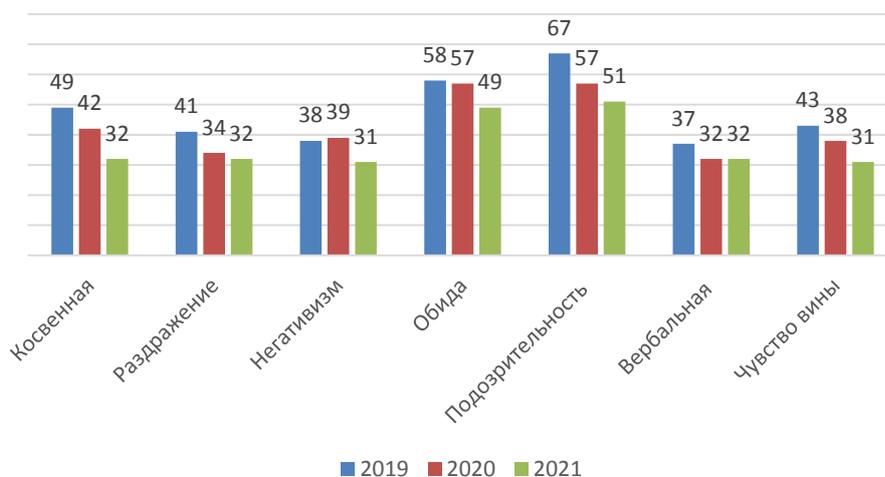


Рис. 1. Анализ результатов опросника Басса — Дарки за 2019, 2020, 2021 гг.

Наблюдается снижение уровня физической, вербальной, косвенной агрессии, а также эмоциональных показателей: чувства вины, подозрительности, негативизма.

С каждым годом увеличивается количество лицеистов, желающих участвовать в олимпиадах по педагогике и психологии. Обучающиеся являются победителями и призерами улусных и республиканских олимпиад.

Выпускники лицея стали часто выбирать профессию психолога. Многие из них успешно работают в образовательных учреждениях республики, обучаются в престижных центральных высших учебных заведениях.

Образец занятия. Кейс-игра: «Профессии изнутри» (X класс)

Строительные профессии.

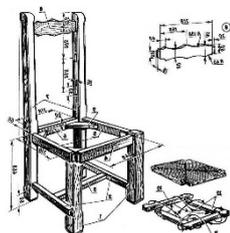
1. Ты — плотник. Напиши, какую работу выполняют люди этой профессии. Чем эта работа полезна обществу?

2. Ты — плотник. Получил заказ на изготовление межкомнатных дверей, табуретов и рам для стеклопакетов. Пиломатериалы каких пород деревьев ты возьмешь для изготовления отдельных предметов заказа?

3. Ты — резчик по дереву. Получил заказ на изготовление деревянных ложек. Заказчик оплатил рейку длиной 2 метра, шириной 4 см. Заявленный размер ложек был таков: 14 на 3,5 см. Сколько ложек получится из этой рейки?

4. Ты — резчик по дереву. Получил заказ на изготовление четырех статуэток слонов (два больших и два маленьких). Заявленные размеры слонов: большие 15×10×15 см, маленькие 5×10×10 см. Сколько материала тебе понадобится на изготовление заказа?

4. Ты — столяр-мебельщик. Получил заказ на изготовление кухонной мебели, а именно 4-х стульев. Перед закупкой материала, с опорой на чертеж, определи количество древесины, необходимое для изготовления комплекта. Ответ округли до единиц. Расчет: исходные данные указаны на чертеже.



5. Ты — штукатур. Для получения цементно-известкового раствора штукатур смешивает 1 часть цемента с 6 частями песка и 1 частью извести, причем все части одинаковые. Далее смесь перемешивают с добавлением воды. Сколько сухой смеси можно получить, если первоначально извести — 2 кг.

Офисные профессии.

1. Ты — приемщик заказов в рекламно-производственной компании в отделе «сублимационная печать на кружках». Сколько нужно заплатить за 2 кружки с цветным кантом и ручкой и за две кружки «Хамелеон»? В стоимость включена печать + кружка.

Тип кружки	Цена, руб.
Кружка белая	250
Кружка с цветным кантом и ручкой 300	300
Кружка «Хамелеон» 550	550

2. Ты работаешь в копи-центре и тебе надо нарезать бумагу. Сколько листов формата А4 получится из большого листа ватмана? Каковы размеры форматов А0, А1, А2, А3, А4, А5, А6 в мм?

3. Ты — работник багетной мастерской. Сколько см багета потребуется для изготовления багетной рамки для постера формата А0?

4. Ты — приемщик заказов в фотомастерской. Сколько нужно заплатить клиенту за печать 25 фотографий 10×15 см и 10 фотографий 21×29,7 см?

Размер отпечатка	Цена, руб.
А6 (100×150мм)	15
А4 (210×297 мм)	50

5. Ты — продавец в магазине «DNS». Для оформления витрин необходимо собрать названия товаров из букв. Соберите названия товаров из букв: 1) РПЕНРИТ; 2) ЛКАВИАРАУТ; 3) ОБКЛ СИТСНЫЕЙМ; 4) ОРМОТНИ; 5) УШКИНАНИ; 6) ИМФОКРОН.

6. Ты — картограф. Определи, в каком городе России расположен первый в стране государственный музей русского изобразительного искусства, основанный в 1895 году по Указу императора Николая II. Его координаты (59°56' с. ш. 30°19' в. д.). Как называется этот музей?

7. Ты — картограф. По координатам (57°26'с.ш. 57°00' в. д.) и описанию определите, в каком регионе расположена пещера и ее название. «Пещера находится на правом берегу реки Сылвы на окраине города Кунгур в селе Филипповка. Уникальный геологический памятник — одна из крупнейших карстовых пещер в европейской части России, состоящая из четырех ярусов и 58 ледяных гротов, седьмая в мире гипсовая пещера по протяженности».

Профессии творческого характера.

1. Ты работаешь в типографии дизайнером-художником. Для иллюстраций к стихотворениям тебе надо подобрать минимум красок так, чтобы цветовая гамма рисунка четко соответствовала стихотворению А.С. Пушкина:

Под голубыми небесами
Великолепными коврами,
Блестя на солнце, снег лежит.
Прозрачный лес один чернеет,
И ель сквозь иней зеленеет,
И речка подо льдом блестит.

2. Ты работаешь в типографии дизайнером-художником. Для иллюстраций к стихотворениям тебе надо подобрать минимум красок так, чтобы цветовая гамма рисунка четко соответствовала стихотворению И.А. Бунина:

Лес, точно терем расписной,
Лиловый, золотой, багряный,
Веселой, пестрою толпой
Стоит над светлою поляной.

3. Ты — флорист. Новое искусство — резьба по листьям — пришло к нам из Китая. Считается, что его родоначальником был Хуан Тай Шань, чье творчество в 1994 г. попало в Книгу рекордов Гиннеса. Шестиклассники Леша и Коля, которые занимаются в художественной школе, решили сделать подарок учителям к 1 сентября. Просмотрев всю информацию по данной теме в Интернете, прочитав учебник биологии, отличник Сережа сказал, что в лес за листьями идти совсем не обязательно, для сюрприза учителям вполне подойдут листья комнатных растений. Однако Коля настаивал, что необходимые им растения можно найти только в лесу. За решением проблемы они обратились к тебе с вопросами. Какие листья используются для техники резьбы? Назови составные части листа, виды листьев. Что такое жилки? Назови типы жилкования листовой пластинки.

4. Ты — флорист. Весной был получен заказ на букет из весенних цветов: пионов, нарциссов, тюльпанов. Какие цветы хорошо переносят соседство, а какие ты в один букет не поставишь?

Ответы к заданиям.

Строительные профессии.

Ответ 1: плотники работают непосредственно с деревом, работа их заключается в обработке древесины с целью превращения ее в конструкции определенных форм и габаритов. Плотников привлекают на строительство различных объектов, они ремонтируют бани, дома, мосты и любые другие деревянные сооружения. Мастер сможет установить дверь, забор, деревянные полы, а также изготовить арку. Именно плотник совершает следующие действия: изготавливает и собирает срубы, стены, венцы, потолки и полы; устанавливает опоры, необходимые для линии электропередачи; пилит, шлифует, склеивает и соединяет воедино всевозможные деревянные детали посредством крепежа.

Ответ 2: все деревья делятся на два вида: хвойные и лиственные. Древесина хвойных деревьев не обладает особой прочностью (за исключением лиственницы) и используется при изготовлении недорогих дверей. Двери из лиственных пород имеют отличную прочность и твердость — именно из их древесины делают элитные модели дверей. Дубовые двери считаются одними из самых лучших и дорогих — из древесины именно этого дерева изготавливаются самые качественные межкомнатные двери элитного класса. Дуб растет медленно, что в совокупности с высочайшими потребительскими характеристиками определяет цену на изделия из этой породы — она высока. По многим качествам ясень не уступает дубу: плотность его древесины сравнима с дубом, а твердость даже выше. Износостойкость и устойчивость к различным механическим воздействиям у ясеня очень высоки. Кроме этого, древесина этой породы обладает упругостью, вязкостью, отличной гибкостью и при этом меньшей гигроскопичностью. К положительным моментам, безо всякого сомнения, стоит отнести и быстрый рост ясеня, что снижает стоимость породы. Бук является более дешевым заменителем дуба и ясеня. Для изготовления табуреток используют дерево прочное и износостойкое, которое не подвергается гниению и температурным деформациям. А именно: дуб или лиственницу. С дубом плотникам работать сложнее, и это дорогая древесина. Но табурет из дуба — это чудо. Во-первых, это вечная мебель. Ее только механически уничтожить можно — спалить, изрезать или запачкать краской. Дубовая мебель тяжелая по весу, тяжелая в обработке, но очень прочная и имеет красивый рисунок древесины. Ясень и сосна также широко используются для таких целей. Они легкие и прочные. Изготовление рам — используют доску сосны, дуба и лиственницы. Сосна — недорогой, мягкий и легкий в обработке материал, который с не меньшей легкостью подвергается деформации в процессе эксплуатации. Дубовая древесина относится к элитному классу благодаря отличным прочностным показателям и высоким эстетическим качествам. Этот пиломатериал гораздо дороже хвойных пород. Древесина лиственницы содержит высокое количество камеди и смол, поэтому наименее подвержена воздействию грибков, синевы, гниения и вредоносной деятельности насекомых. Ее плотность немногим ниже характеристик дуба, что гарантирует высокую прочность, усиливающуюся с годами благодаря полимеризации смолы. Но, в отличие от дубовых изделий, древесина лиственницы не «страдает» излишним весом, поэтому проблем с фурнитурой не возникнет.

Ответ 3: 1) вычислить условно площадь (S) ложки $14 \text{ см} * 3,5 \text{ см} = 49 \text{ см}^2$; 2) вычислить площадь (S) рейки (2 м это 200 см) $200 \text{ см} * 4 \text{ см} = 800 \text{ см}^2$; 3) $800 : 49 = 16$ (количество ложек).

Ответ 4: 1) найти объем (V) слона V большого слона $15 \text{ см} * 10 \text{ см} * 15 \text{ см} = 2250 \text{ см}^3$, так как слонов 2, то $2250 \text{ см}^3 * 2 = 4500 \text{ см}^3$; V маленького слона $5 \text{ см} * 10 \text{ см} * 10 \text{ см} = 500 \text{ см}^3$, так как слонов 2, то $500 \text{ см}^3 * 2 = 1000 \text{ см}^3$; 2) Найти сумму $4500 \text{ см}^3 + 1000 \text{ см}^3 = 5500 \text{ см}^3$.

Ответ 5: 1) ищем верх изделия: $89 \text{ см} - 47,5 \text{ см} = 41,5 \text{ см}$; $41,5 \text{ см} * 35 \text{ см} = 1452,5 \text{ см}^2$; 2) ищем низ изделия: $47,5 \text{ см} * 42 \text{ см} = 1995 \text{ см}^2$, так как 2 плоскости, то $1995 \text{ см}^2 * 2 = 3990 \text{ см}^2$, $47,5 \text{ см} * 35 \text{ см} = 1662,5 \text{ см}^2$, так как 2 плоскости, то $1662,5 \text{ см}^2 * 2 = 3325 \text{ см}^2$; 3) ищем сумму: $1452,5 \text{ см}^2 + 3990 \text{ см}^2 + 3325 \text{ см}^2 = 8767,5 \text{ см}^2 = 87,675 \text{ м}^2 = 88 \text{ м}^2$.

Ответ 6: 16 кг сухой смеси.

Офисные профессии.

Ответ 1: изготовление двух кружек с цветным кантом и ручкой стоит: $300 * 2 = 600$ руб., а изготовление двух кружек «Хамелеон» стоит: $550 * 2 = 1100$. Всего: $600 + 1100 = 1700$ рублей.

Ответ 2: получится 16 листов формата А4. Размер форматов А0, А1, А2, А3, А4, А5, А6 в мм:

- лист формата А0 имеет размер $841 * 1189$ мм. Это размер так называемого «ватманского листа», или «ватмана», в чертежном деле;
- лист формата А1 имеет размер $594 * 841$ мм и получается разрубанием листа А0 пополам минус 1 мм на разрез;
- лист формата А2 имеет размер $420 * 594$ мм и получается разрубанием листа А1 пополам минус 1 мм на разрез. Примерно такой формат имеют листы традиционных газет;

- лист формата А3 имеет размер 297×420 мм и получается разрубанием листа А2 пополам без остатков и запасов. Примерно такой формат имеют газеты-таблоиды. Формат А3 (или немного больший формат А3+) — максимальный, который применяется в принтерах и копировальных аппаратах потребительского класса;
- лист формата А4 имеет размер 210×297 мм и получается разрубанием листа А3 пополам без остатков и запасов. Это основной используемый в России формат писчей бумаги, применяемый в делопроизводстве, он является основным для большинства принтеров и считается стандартным размером листа бумаги, если формат не оговорен особо;
- лист формата А5 имеет размер 148×210 мм и получается разрубанием листа А4 пополам минус 1 мм на разрез. В формате А5 обычно выпускаются малотиражные переплетаемые брошюры, которые размножаются на принтере или копировальном аппарате;
- лист формата А6 имеет размер 105×148 мм и получается разрубанием листа А5 пополам без остатков и запасов.

Ответ 3: лист формата А0 имеет размер 841×1189 мм. Это размер так называемого «ватманского листа», или «ватмана», в чертежном деле. Чтобы узнать, сколько см багета потребуется, надо найти периметр постера: $P = (841+1189) \times 2 = 4060$ мм = 406 см.

Ответ 4: фотография 10×15 — это формат А6, а фотография 21×29,7 — А4 (см. таблицу). $25 \times 15 + 10 \times 50 = 375 + 500 = 875$ руб.

Ответ 5: 1) ПРИНТЕР, 2) КЛАВИАТУРА, 3) СИСТЕМНЫЙ БЛОК, 4) МОНИТОР, 5) НАУШНИКИ, 6) МИКРОФОН.

Ответ 6: Санкт-Петербург, Русский музей.

Ответ 7: Пермский край, Кунгурская пещера.

Профессии творческого характера.

Ответ 1: белый, синий, черный, серый, зеленый, голубой.

Ответ 2: лиловый, желтый, оранжевый, красный, коричневый, зеленый.

Ответ 3: листья выбирают для дальнейшей работы только симметричной формы, целые, без изъяна и повреждений, красивые и яркие, разных цветов и оттенков. Работа ювелирная, ведь листья нигде не прорезаны насквозь. При создании картинка срезается только часть поверхности листа. В итоге остается очень тонкий, почти невидимый глазу полупрозрачный слой.

Сначала может показаться, что художники используют листья обычного клена. Однако, используется другое дерево — платан. Вырезать рисунок на тонком листике очень сложно.

Жилкование листа — порядок расположения жилок в листовой пластинке. Типы жилкования зависят от формы листовой пластинки. Как правило, в линейных листьях жилки располагаются параллельно — это параллельный тип жилкования. Если жилки от основания листовой пластинки расходятся дуговидным пучком и снова соединяются в верхушке листа, причем главная жилка среди них не выделяется, жилкование — дуговидное. Кроме того, аналогично типам рассеченности листовой пластинки различают перистый и пальчатый типы жилкования. Типы жилкования: 1) параллельное; 2) дуговидное; 3) перисто-петлевидное; 4) пальчато-петлевидное; 5) перисто-краебежное; 6) пальчато-краебежное; 7) перисто-сетчатое; 8) пальчато-сетчатое; 9) дихотомическое.

Ответ 4: каждое растение выделяет в воду специфические вещества — и это либо делает его несовместимым с растениями другого вида, либо, напротив, помогает им в борьбе за совместное выживание. Нарциссы, например, выделяют слизистый клеточный сок, который в воде разбухает и может закупорить сосуды других цветов. Поэтому присоединять нарциссы к другим цветам можно не раньше, чем через сутки, — когда они потеряют большую часть слизи. Молочай также ускоряют увядание соседей по вазону, поэтому их стебли нужно прижигать, подержав над огнем спички или обмакнув в кипятком на несколько секунд. Эта процедура прекратит вытекание

сока и спасет само растение от обезвоживания. Несовместимы с другими цветами душистый горошек, гвоздики, желтая примула, резеда, орхидеи, левкой, ландыши. Перечисленные цветы дольше сохраняются, если стоят в воде одни. Маргаритки, маки и васильки быстро увядают от соседства с достаточно «агрессивной» лилией. «Королева цветов» роза также выделяет в воду продукты обмена, токсичные для других видов цветов, да и сам аромат роз губителен для некоторых цветов, например, для гвоздики. Несовместимы также розы различных сортов: чайные розы быстро погибают, если стоят в одной вазе с темно-красными. Плоды растений тоже бывают опасны для жизни букета. Близкое присутствие вазы с фруктами — особенно яблоками и бананами — пагубно влияет на большинство растений, особенно на гвоздики, розы, ландыши, душистый горошек, фрезии и львиный зев. Это связано с тем, что спелые плоды выделяют этилен — газ, губительный для цветов. Этилен выделяется также листьями, пораженными грибными болезнями, и опавшими цветочными лепестками. (Вывод очевиден: их надо убирать.) Табачный дым также способствует увяданию срезанных растений. Впрочем, на горшечные цветы он влияет не менее негативно. Но есть растения, увеличивающие длительность жизни окружающих цветов, поскольку их сок является природным антибиотиком, очищающим воду от бактерий. К примеру, ветка герани очень желательна в любом букете. Тюльпаны и настурции дольше сохраняются, если в вазу вместе с ними поставить ветку кипарисовика или туи. Несколько стеблей ясенника, прибавленные к ландышам, усиливают их запах и увеличивают срок жизни. Очень дружелюбны по отношению друг к другу лилии и розы, а веточка жасмина может продлить в букете жизнь ландыша и усилить его аромат.

Литература

1. Михалева Е.В., Семенов К.Е., Титова О.И. Профессиональное будущее Якутии «Информационные технологии и связь»: Учебное пособие. Якутск: Издательский центр «Академия», 2012.
2. Моя будущая профессия. Тесты по профессиональной ориентации школьников. 10-11 классы / Кузнецов К.Г. и др. М.: Просвещение, 2019.
3. Немов Р.С. Психология: пособие для учащихся 10-11 классов. М.: Просвещение, 1995.
4. Пономаренко Л.П. Психология для старшеклассников (психология общения): 11 класс. М., 2001.
5. Пономаренко Л.П. Психология для старшеклассников (основы психологии): 10 класс. М., 2001.
6. Реан А.А. Психология: 8–11 классы: Учебник. СПб, 2000.
7. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии. Программа предпрофильной подготовки. М., 2008.
8. Самсонова И.В., Павлова М.Б. Профессиональное будущее Якутии «Агропромышленный комплекс»: Учебное пособие. Якутск: Издательский центр «Академия», 2012.
9. Спирин И.В., Винокуров С.В., Владимиров А.С. Профессиональное будущее Якутии «Транспорт»: Учебное пособие. Якутск: Издательский центр «Академия», 2012.
10. Харенко Н.А., Дмитриева О.А., Батюшкина А.М. Профессиональное будущее Якутии «Предпринимательство»: Учебное пособие. Якутск: Издательский центр «Академия», 2012.
11. Хухлаева О. Счастливый подросток. Программа профилактики нарушений психологического здоровья. М.: ЭКСМО-Пресс, 2000.

References

1. Mikhaleva E.V., Semenov K.E., Titova O.I. Professional'noe budushchee Yakutii "Informatsionnye tekhnologii i svyaz": Uchebnoe posobie. Yakutsk: Izdatel'skii tsentr "Akademiya", 2012. (In Russ.).
2. Kuznetsov K.G. et al. Moya budushchaya professiya. Testy po professional'noi orientatsii shkol'nikov. 10-11 klassy. Moscow: Prosveshchenie, 2019. (In Russ.).
3. Nemov R.S. Psikhologiya: posobie dlya uchashchikhsya 10-11 klassov. Moscow: Prosveshchenie, 1995. (In Russ.).

4. Ponomarenko L.P. Psikhologiya dlya starsheklassnikov (psikhologiya obshcheniya): 11 klass. Moscow, 2001. (In Russ.).
5. Ponomarenko L.P. Psikhologiya dlya starsheklassnikov (osnovy psikhologii): 10 klass. Moscow, 2001. (In Russ.).
6. Rean A.A. Psikhologiya: 8–11 klassy: Uchebnik. Saint Petersburg, 2000. (In Russ.).
7. Rezapkina G.V. Psikhologiya i vybor professii. Programma predprofil'noi podgotovki. Moscow, 2008. (In Russ.).
8. Samsonova I.V., Pavlova M.B. Professional'noe budushchee Yakutii "Agropromyshlenniy kompleks": Uchebnoe posobie. Yakutsk: Izdatel'skii tsentr "Akademiya", 2012. (In Russ.).
9. Spirin I.V., Vinokurov S.V., Vladimirova A.S. Professional'noe budushchee Yakutii "Transport": Uchebnoe posobie. Yakutsk: Izdatel'skii tsentr "Akademiya", 2012. (In Russ.).
10. Kharenko N.A., Dmitrieva O.A., Batyushkina A.M. Professional'noe budushchee Yakutii "Predprinimatel'stvo": Uchebnoe posobie. Yakutsk: Izdatel'skii tsentr "Akademiya", 2012. (In Russ.).
11. Khukhlaeva O. Schastliviy podrostok. Programma profilaktiki narushenii psikhologicheskogo zdorov'ya. Moscow: EKSMO-Press, 2000. (In Russ.).

Информация об авторах

Иванова Саргылана Анатольевна

педагог-психолог, Сунтарский политехнический лицей-интернат (МБОУ «СПТЛ-И»), с. Сунтар, Республики Саха (Якутия), Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6668-3690>, e-mail: sargylana.ivanova17@mail.ru

Тимофеева Елена Даниловна

педагог-психолог, Сунтарский политехнический лицей-интернат (МБОУ «СПТЛ-И»), с. Сунтар, Республики Саха (Якутия), Российская Федерация

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1173-2234>, e-mail: timofeevaelena.8@mail.ru

Information about the authors

Sargylana A. Ivanova

Teacher-Psychologist, Suntarsky Polytechnic Boarding Lyceum, Suntar, Republic of Sakha (Yakutia), Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6668-3690>, e-mail: sargylana.ivanova17@mail.ru

Elena D. Timofeeva

Teacher-Psychologist, Suntarsky Polytechnic Boarding Lyceum, Suntar, Republic of Sakha (Yakutia), Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1173-2234>, e-mail: timofeevaelena.8@mail.ru

Получена 09.11.2022

Received 09.11.2022

Принята в печать 29.01.2023

Accepted 29.01.2023