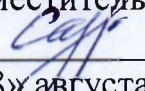


Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 3

«Согласовано»

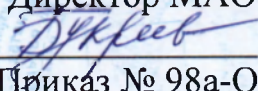
Заместитель директора по УВР

 Сапегина Ю.В.

«28» августа 2023 г.

«Утверждаю»

Директор МАОУ СОШ № 3

 Букреев Е.М.

Приказ № 98а-О

«28» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Тропинка к своему я»
для учащихся 8 класса

г. Кировград
2023г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по психологии для 7 класса разработана на основе программы формирования психологического здоровья школьников Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе» - М.: Генезис, 2006.

Она составлена в соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования, требованиями к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, фундаментальным ядром содержания среднего общего образования, примерной программой по психологии.

Программа предполагает работу с учащимися ОВЗ.

Предлагаемая рабочая программа реализуется в учебно-методическом пособии, созданном кандидатом психологических наук О.В.Хухлаевой.

Урок психологии «Тропинка к своему Я» преподается за счёт часов внеурочной деятельности учебного плана.

Рабочая программа - индивидуальный инструмент педагога, в котором он определяет наиболее оптимальные и эффективные для определенного класса содержание, формы, методы и приемы организации образовательного процесса с целью получения результата, соответствующего требованиям стандарта.

Программа курса разработана с учетом рекомендаций федеральной рабочей программы воспитания, предполагает объединение учебной и воспитательной деятельности педагогов, нацелена на достижение всех основных групп образовательных результатов – личностных, метапредметных, предметных.

Воспитательный потенциал курса реализуется через

- установление доверительных отношений между педагогическим работником и его обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требования и просьб педагогического работника, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;
- побуждение обучающихся соблюдать общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- применения интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссии, которые дают обучающимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися;
- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы.

УМК программы: Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе» - М.: Генезис, 2006

Обоснование.

Предлагаемая программа психологических занятий в средней образовательной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья

подростков. Она способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению атмосферы дружелюбия, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

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

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я».

В результате изучения данного курса у учащихся 5-8 классов будут сформированы личностные, познавательные, регулятивные и коммуникативные универсальные учебные действия.

Личностные УУД:

- формирование ответственного отношения к учению;
- формирование целостного мировоззрения;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку;
- освоение социальных норм, правил поведения;
- формирование ценности здорового образа жизни;
- формирование внутренней позиции учащегося;
- формирование мотивации к обучению и познанию;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; развитие эмоционально-волевой сферы, в том числе доброжелательности, отзывчивости и сопереживания чувствам других людей.

Регулятивные УУД:

- осознавать свои личные качества, способности и возможности;
- осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции;

- овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями;
- научиться контролировать собственное поведение;
- осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки;
- учиться прогнозировать последствия собственных поступков.

Познавательные УУД:

- учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе;
- планировать свою учебную деятельность с учетом индивидуального стиля учебной деятельности;
- адекватно воспринимать оценки учителей;
- уметь распознавать чувства других людей;
- обогатить представления о собственных ценностях и их роли в жизни;
- уметь формулировать собственные проблемы.
- учиться исследовать свои качества и свои особенности.

Коммуникативные УУД:

- учиться строить взаимоотношения с окружающими;
- учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации;
- учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других;
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями;
- формулировать свое собственное мнение и позицию;
- учиться толерантному отношению к другому человеку.
- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах.

Формы организации:

- тренинги;
- дискуссии;
- игры;
- круглые столы.

Виды деятельности:

- познавательные беседы;
- деловые игры;
- проблемно-ценностное общение;
- арт-терапия;
- практикумы;
- творческие задания;
- тестирование.

Содержание курса

№	Тема	Программное содержание
Раздел . 1 Что есть человек (7 ч.)		
1.	Что есть человек?»	Работа в круге
2.	«Твоя семья»	Показ видео ролика. Групповая дискуссия.

3.	«Уверенность в себе»	Тренинг на сближение
4.	«Жизнь дана для добрых дел»	Творческое задание
5.	«Посильный труд – достоин уважения»	Круглый стол
6.	Правонарушение, проступок, преступление»	Познавательная беседа
7.	«Как не стать жертвой преступления»	Ситуативный практикум
Раздел 2 Факторы, влияющие на здоровье. Основы здорового образа жизни (10 ч.)		
8.	«Причины моего не здоровья»	Робота в круге. Опрос в форме анкетирования
9.	«Как справиться со стрессами»	Тренинг по снятию напряжения.
10.	«Безопасный интернет».	Групповая дискуссия
11.	«Планирование семьи и репродуктивное здоровье»	Показ видео ролика. Обсуждение.
12.	« Береги время!»	Беседа-рассуждения
13.	«Правильное питание»	Круглый стол
14.	«Спорт в нашей жизни»	Показ видео ролика. Обсуждение.
15.	«Я выбираю здоровье. Я принимаю решение»	Сочинение-рассуждение о важности принятия решения.
Раздел 3. Основы этикета. Я и мой выбор. (13 ч.)		
16.	«Поговорим о воспитанности»	Круглы стол
17.	«С чего начинается этикет»	Познавательная беседа
18.	«Речевой этикет»	Познакомить с видами и формами общения.
19.	«Устав школы, правила поведения учащегося»	Познавательная беседа
20.	«Вербальные и невербальные формы поведения»	Обучение навыкам конструктивного общения.
21.	«Правила поведения пассажира в общественном транспорте»	Выработка навыков поведения пассажира в общественных местах
22.	«Формула выбора профессии»	Тест на профессиональное самоопределение
23.	«Самоконтроль и требовательность к себе»	Тренинг
24.	«Чувство собственного достоинства»	Ситуативный практикум
25.	«В человеке все должно быть прекрасно»	Творческое задание
26.	«Мир моих увлечений»	Сочинение рассуждения
27.	«Я познаю и совершенствую себя»	Создание ситуаций успешности

Раздел 4 Теория общения (4ч.)

28.	«Правила поведения в школе»	Круглый стол
29.	«Отношения с одноклассниками»	Обучение навыкам конструктивного общения.
30.	«Правила поведения на улице»	Показ видео ролика. Обсуждение.

Тематическое планирование

№ раздела	Направления работы	Тема	Количество часов
Раздел . 1 Что есть человек (7 ч.)	Цель: Формирование законопослушного поведения	«Конвенция о правах ребенка»	1
		«Права детей»	1
		«Подросток и Закон»	1
		«Подросток и преступление»	1
		«Человек – творец своей судьбы»	1
		«Уверенность в себе»	1
		«Жизнь – главная ценность человека»	1
Раздел 2 Факторы, влияющие на здоровье. Основы здорового образа жизни (9 ч.)	Цель: Пропаганда здорового образа жизни	«Мои ценности»	1
		«Красота и здоровья»	2
		«Возраст, доверие и независимость»	1
		«Мое настроение и общение с людьми»	1
		«Тренинг невербального общения»	1
		«Тренинг неагрессивного отстаивания своего мнения»	1
		«Развлечения в компании»	2
		«Я и моя уличная компания»	1
Раздел 3. Основы этикета. Я и мой выбор. (13 ч.)	Цель: Пропаганда здорового образа жизни	«Самоконтроль и требовательность к себе»	1
		Правила поведения в общественных местах»	1
		«Вредные привычки»	1
		«Сила воли и характер»	1
		«Компьютер-друг или враг»	1
		«Алкоголь и алкогольная зависимость»	1

		«Урок – викторина против табака»	2
		«Наркотики и закон»	1
		«Профилактика инфекционных заболеваний»	1
		«Как справиться с плохим настроением, раздражением, обидой»	1
		«Причины возникновения болезней»	1
		«Конфликты в нашей жизни и способы их преодоления»	1
Раздел 4 Теория общения (4ч.)	Цель: Развитие коммуникативных навыков	«Правила поведение в школе»	2
		«Отношения с одноклассниками»	1
		«Правила поведения на улице»	1
Итог: 34ч.			

Список литературы

- Григорьева Т.Г. «Основы конструктивного общения»: Практикум; М., 2008г
Кравцова М.М. «Дети изгой. Психологическая работа с проблемой»; М., 2009г
Марасанов Г.И. «Социально – психологический тренинг»; М., 2007г
Фопель К. «Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: психологическое пособие: в 4 т.»; М., 2007г
Лебедева Л.Д. «Практика арт – терапии: подходы, диагностика, система занятий» Спб., 2009г
Райс Ф. «Психология подросткового и юношеского возраста»; Спб., 2007г
«Психогимнастика в тренинге» под ред. Н.Ю. Хрящевой. Спб., 2008г
- Электронный ресурс**
Электронная библиотека Российской государственной библиотеки, режим доступа: <http://elibrary.rsl.ru/>
Библиотека учебной и научной литературы» Русского гуманитарного интернет – университета, режим доступа: <http://www.i-u.ru/biblio/default.aspx>
«Психея», режим доступа: <http://www.psycheya.ru>
Виртуальная библиотека по психологии, режим доступа: <http://scitylibrary.h11.ru/Library.htm>
«Каталог психологической литературы», режим доступа: <http://www.psycatalog.ru>

«Популярная психология», режим доступа: <http://karpowww.narod.ru/>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 360759633439360235315265728116943077456903154151

Владелец Букреев Евгений Михайлович

Действителен с 18.03.2023 по 17.03.2024