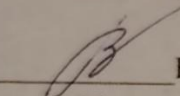


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области
Управление образования Администрации города Димитровграда
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Средняя школа №23 имени Петра Андреевича Акинфиева города Димитровграда Ульяновской области"

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по ВР

Е.А.Волкова
« 29 » 08 2024 г.

УТВЕРЖАЮ
Директор МБОУ СШ №23 им. П.А. Акинфиева
М.З. Хуртина

29 08 2024 г.
Приказ № 262

Приложение к Основной образовательной программе НОО

Рабочая программа внеурочной деятельности

«Психология и Я», 5 класс

Тип программы: образовательная программа
по конкретному виду внеурочной деятельности

Направление: организация педагогической поддержки обучающихся

Возраст обучающихся: 10-11 лет.

Срок реализации: 2024-2025 год

Возраст участников: 10-11 лет

Количество часов по учебному плану: всего 34 часа в год, в неделю 1 час

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций примерной программы воспитания.

Рабочую программу составила: _____ Сажнева Мария Андреевна

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Пояснительная записка.
2. Общая характеристика программы внеурочной деятельности «Психология и Я».
3. Описание места программы внеурочной деятельности «Психология и Я» в учебном плане.
4. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы внеурочной деятельности «Психология и Я».
5. Содержание программы внеурочной деятельности «Психология и Я».
6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности.
7. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса.
8. Требования и результаты к уровню подготовки обучающихся.

Пояснительная записка

Младший подростковый период – важнейший этап жизни человека, время выборов, которые во многом определяют последующую судьбу. Несмотря на разницу социально-культурного окружения, почти все подростки с особой остротой переживают свое взросление, заявляя об этом через агрессию, непослушание, алкоголь, школьные трудности и т.д. Поэтому так важно, чтобы у детей была возможность поговорить о себе, исследовать себя, получить новые знания о себе. Программа психологических занятий для подростков должна обеспечивать с одной стороны формирование их психологического здоровья, с другой стороны - выполнение основных задач развития. Данная программа внеурочной деятельности для 5 классов «Психология и Я» включает в себя основные направления работы: аксиологическое, инструментальное, потребностно-мотивационное и развивающее. Аксиологическое направление учит ребенка принимать самого себя и других людей, при этом адекватно осознавая свои и чужие достоинства и недостатки. Инструментальное направление формирует умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы, т.е. помогает личностной рефлексии ребенка. Потребностно-мотивационное направление для подростков предполагает развития умения сделать выбор, готовность нести за него ответственность, а также формирование потребности в самоизменении и личностном росте. Развивающее направление обеспечивает формирование эго-идентичности (Э. Эриксон), половой идентичности и личностного самоопределения (Л.И. Божович).

Цель изучения программы внеурочной деятельности «Психология и Я» - решение основных проблем возраста с целью сохранения психологического здоровья детей, а также развитие коммуникативной, познавательной и личностной сфер личности ребенка.

Задачи программы:

Обучающие:

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

Воспитательные:

- воспитывать чувства коллективизма, взаимопомощи, ответственности;
- сохранять и поддерживать психологического здоровья ребенка;
- воспитывать нравственные качества учащихся.

Развивающие:

- создавать условия для развития личности каждого подростка;
- развивать положительные эмоции и волевые качества;
- развивать умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы.

Общая характеристика программы внеурочной деятельности «Психология и Я»

Программа внеурочной деятельности «Психология и я» составлена для обучающихся 5 классов. Реализация программы осуществляется на дополнительных занятиях, где используются как коллективные формы работы, так и индивидуальные формы и работа в парах. Чередование форм работы способствует повышению коммуникативных способностей и формированию нравственных качеств обучающихся, позволяет познание себя осуществлять активно и деятельностно.

Основополагающими принципами построения программы внеурочной деятельности «Психология и Я» являются:

- доступность;
- практико-ориентированность;

- метапредметность.

Описание места программы внеурочной деятельности «Психология и я» в учебном плане

Программа внеурочной деятельности «Психология и Я» рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю) реализуется в рамках организации внеурочной деятельности (ФГОС).

Направленность: социально – психологическая, направлена на организацию педагогической поддержки обучающихся

Возраст обучающихся: 10-11 лет.

Сроки реализации дополнительной общеобразовательной программы: 1 год.

В основе программы внеурочной деятельности лежит системно-деятельностный подход, который предполагает:

- воспитание и развитие качеств личности, отвечающих требованиям информационного общества;
- ориентацию на результаты образования как системообразующий компонент курса, где развитие личности обучающегося на основе усвоения универсальных учебных действий, познания и освоения мира составляет цель и результат образования;
- учет индивидуальных возрастных и интеллектуальных особенностей обучающихся;
- обеспечение преемственности начального общего, основного и среднего (полного) общего образования;
- разнообразие видов деятельности и учет индивидуальных особенностей каждого обучающегося, обеспечивающих рост творческого потенциала, познавательных мотивов, обогащение форм взаимодействия со сверстниками и взрослыми в познавательной деятельности;
- гарантированность достижения планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности «Психология и Я», что и создает основу для самостоятельного успешного усвоения обучающимися новых знаний, умений, компетенций, видов и способов деятельности.

Методы и приемы, используемые при изучении программы кружка:

- 1. Интеллектуальные игры** – задания, дающиеся в начале занятия в качестве разогревающих, настраивающих на работу, организующих ее. Такого рода игры являются достаточно безопасными, поэтому позволяют легко и быстро включить в дискуссию даже закрытых подростков. Интеллектуальные задания способствуют расширению лексического запаса обучающихся в области психологии, помогают им овладеть необходимыми понятиями.
- 2. Ролевые методы** – предполагают принятие ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание необычных ролей; проигрывание своей роли в гротескном, т.е. усиленном варианте.
- 3. Коммуникативные игры** – игры, направленные на формирование у подростков умения увидеть в другом человеке его достоинства, способствующие углублению осознания сферы общения и обучающие умению сотрудничать.
- 4. Игры**, направленные на развитие вербального и невербального воображения.
- 5. Использование терапевтических метафор** с целью поиска и нахождения ресурсов внутри себя.
- 6. Методы формирования «эмоциональной грамотности»** - предполагают обучение распознаванию эмоциональных состояний по мимике, жестам, голосу; умение принимать во внимание чувства другого человека в конфликтных ситуациях.
- 7. Когнитивные методы.**
- 8. Дискуссионные методы** - позволяют реализовать принцип субъект – субъектного взаимодействия, выявлять различные точки зрения на какую-либо проблему.

Формы проведения занятий:

- индивидуальная работа;
- работа в паре;
- групповая работа;
- коллективная работа.

Содержание программы внеурочной деятельности «Психология и Я» предоставляет широкие возможности для изучения собственной личности, для развития творческих и интеллектуальных способностей, наблюдательности, для коррекции своих эмоциональных состояний.

Актуальность программы в том, что с целью повышения эффективности образовательного процесса используются современные психолого-педагогические технологии: тренинг, деловая игра и др. методы. Перед учебными и практическими занятиями проводится инструктаж о работе в тренинговой группе, о значимости чужого мнения, о правилах ведения дискуссии.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы внеурочной деятельности «Психология и Я»

Сформулированная цель реализуется через достижение образовательных результатов. Эти результаты структурированы по ключевым задачам общего образования, отражающим индивидуальные, общественные и государственные потребности, и включают в себя предметные, метапредметные и личностные результаты. Особенность программы внеурочной деятельности «Психология и Я» заключается в том, что полученные знания о себе, своих личностных особенностях, а также работа со своим эмоциональным состоянием будут способствовать успешному усвоению школьной программы.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

У обучающегося будут сформированы:

- обучающийся получит возможность для формирования внутренней позиции школьника;
- формирование ответственного отношения к учению;
- готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании обучения и познания;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики;
- развитие осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметными результатами освоения программы внеурочной деятельности «Психология и Я» являются следующие знания и умения:

- знание индивидуальных и эмоциональных особенностей людей;
- знание правил работы в тренинговой группе;
- знание способов разрешения конфликтных ситуаций;
- умения вести конструктивный диалог;
- умение определять жизненные цели и задачи.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- понимать себя, свои желания, мечты, ценности;

- Текущий контроль усвоения материала осуществляется во время наблюдения за работой детей во время урока (активность, заинтересованность). В конце учебного года проводится отчетное занятие, на котором обучающиеся продемонстрируют полученные навыки и умения, а также пройдет выставка тетрадей по саморазвитию.

обучающиеся должны знать:

- о способах ведения конструктивного диалога;

- обучающиеся смогут узнать:**

- обучающиеся смогут научиться:**

- самостоятельно анализировать поведение героев фильма;
- анализировать сказки, притчи, рассказы;
- анализировать собственные потребности и цели.

Главная особенность пятиклассников – появление глубокого интереса к своему внутреннему миру. Они легко включаются в беседы о прошлом и будущем, пытаются анализировать происходящие в них изменения, размышляют о своих способностях и возможностях. Теперь для них важны не столько успехи в учебе, сколько признание окружающими их внутренней ценности и уникальности. Самое важное свойство этого возраста- особая открытость души. Дети не только легко и доверчиво впускают взрослых в свой внутренний мир, но нередко и сами приглашают их туда. Однако взрослые должны помнить, что это последний возрастной период, когда ребенок настолько открыт.

№ п. п.	Занятие (тема)	План 5А	Факт 5А	План 5Б	Факт 5Б	План 5В	Факт 5В	Количество часов
---------------	----------------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	------------------

1.	1. Мое лето.							1
	2. Кто Я?							1
	3. Какой я - большой или маленький?							1
	4. Анкета «Вот я какой!»							1
	5. Проективная методика «Мой щит и герб»							1
	6. Мои способности							1
	7. Мой выбор, мой путь.							1
	8. Мой внутренний мир.							1
	9. Сказкотерапия (психологические притчи).							1
	10. Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира.							1
	11. Кого я могу впустить в свой внутренний мир?							1
	12. Что значит верить?							1
	13. Мои страхи, как с ними бороться.							1
2.	14. Мое детство. 15. Мое детство (продолжение). 16. Я изменяюсь. 17. Тренинг «Наш дружный коллектив».							1

	18. Продолжение тренинга «Наш дружный коллектив».							
3.	19. Мое будущее. 20. Мое будущее (продолжение) 21. Хочу вырасти здоровым человеком! 22. Вредные привычки как с ними бороться! 23. Профилактика ПАВ.							1
4.	24. Кто такой интеллигентный человек? 25. Хочу вырасти интеллигентным человеком. 26. Что такое идеальное Я?							1
5.	27. Кто такой свободный человек?							1
	28. Права и обязанности школьника							1
	29. Что такое «право на уважение»?							1
	30. Права и обязанности.							1
	31. Общение в жизни человека.							1
	32. Нарушение прав других людей может привести к конфликтам.							1

	33. Как разрешать конфликты мирным путем?							1
	34. Итоговое занятие.							1