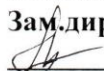


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №9»
г.Вязники Владимирской области

«Согласовано»

Зам.директора по УВР
 Трыкина О.В.

«31» 08 2018 г.

«Утверждаю»

Директор школы
 О.Н. Балюк

Приказ № 193 от 31.08.2018



Рабочая программа
по внеурочной деятельности
на 2018-19 учебный год

Направление Социальное

Наименование программы «Шаги к успеху»

Класс 5 Кол-во часов 34

Разработала: Осипова Н.В.

Педагогический стаж

Квалификация первая квалификационная категория

Вязники 2018г.

Пояснительная записка.

Рабочая программа разработана на основе:

1. Конвенции о правах ребенка: Конвенция ООН. – РИОР, 2001.- 24 с.;
2. Конституции Российской Федерации. – М., «Издательство ЭЛИТ», 2007 г. – 40 с.;
3. Федерального закона об образовании в Российской Федерации № 273-ФЗ от 29.12.2012 – Ростов н/Д: Легион, 2013. – 208 с.;
4. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования;
5. Положения о психологической службе в системе народного образования (приказ № 636 Министерства образования Российской Федерации от 22.10. 1999);
6. Программы Хухлаевой О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5 – 6 классы). – 3-е изд. – М.: Генезис, 2010. – 207 с.

Цель курса: формирование и сохранение психологического здоровья школьников через создание условий для их успешной адаптации.

Задачи курса:

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей.
Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
2. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.
4. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
5. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего

эмоционального состояния в ходе общения. Формировать терпимость к мнению собеседника.

6. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.

7. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

Данная рабочая программа рассчитана на 34 часа в год, 1 час в неделю.

Реализуется для учащихся 5 класса.

Общая характеристика курса.

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы с школьниками, которая включает три основных компонента:

- аксиологический (связанный с сознанием);
- инструментально-технологический;
- потребностно-мотивационный.

Аксиологический компонент содержательно представлен ценностями «Я»: собственного «Я» человека, его связи с «Я» других людей и с природными объектами. Он предполагает осознание ребёнком ценности, уникальности себя и окружающих, идентификацию как с живыми, так и неживыми объектами, осознание единства с миром во всей его полноте.

Инструментальный компонент предполагает овладение рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими.

Потребностно-мотивационный компонент обеспечивает появление у ребёнка потребности в саморазвитии, самоизменении, побуждает к последующей самореализации.

Задачи развития являются четвёртым компонентом в данной модели. Работа с ними осуществляется параллельно, т.е. при построении каждого занятия учитываются все направления, но, в зависимости от целей, делается акцент на одном из них. Занятия проходят по определённой схеме, каждая часть которой выполняет свои задачи:

- 1.Введение в тему.
- 2.Развёртывание темы.
- 3.Индивидуализация темы.
- 4.Завершение темы

Содержание курса.

Тематическое планирование.

Название темы, занятия	Кол-во часов
Тема 1. Введение в мир психологии. <i>Цель:</i> мотивировать учащихся к занятиям психологией.	1
<i>Занятие 1.</i> Зачем человеку занятия психологией?	1
Тема 2. Я – это я. <i>Цель:</i> способствовать осознанию своих качеств и повышению самооценки.	11
<i>Занятие 2, 3.</i> Кто я, какой я?	2
<i>Занятие 4,5.</i> Я – могу.	2
<i>Занятие 6,7.</i> Я нужен!	2
<i>Занятие 8.</i> Я мечтаю.	1
<i>Занятие 9.</i> Я – это мои цели.	1
<i>Занятие 10,11.</i> Я – это мое детство.	2
<i>Занятие 12.</i> Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее.	1
Тема 3. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства. <i>Цели:</i> - способствовать рефлексии эмоциональных состояний; - способствовать адекватному самовыражению.	5
<i>Занятие 13.</i> Чувства бывают разные.	1
<i>Занятие 14,15.</i> Стыдно ли бояться?	2
<i>Занятие 16,17.</i> Имею ли я право сердиться и обижаться?	2
Тема 4. Я и мой внутренний мир. <i>Цель:</i> подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека.	3
<i>Занятие 18, 19.</i> Каждый видит мир и чувствует по-своему.	2
<i>Занятие 20.</i> Любой внутренний мир ценен и уникален.	1
Тема 5. Кто в ответе за мой внутренний мир? <i>Цель:</i> подчеркнуть ответственность человека за свои чувства и мысли.	2
<i>Занятие 21.</i> Трудные ситуации могут научить меня.	1
<i>Занятие 22.</i> В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется.	1
Тема 6. Я и Ты. <i>Цель:</i> осудить проблемы подростковой дружбы.	8
<i>Занятие 23.</i> Я и мои друзья.	1
<i>Занятие 24,25.</i> У меня есть друг.	2
<i>Занятие 26,27.</i> Я и мои «колючки».	2
<i>Занятие 28.</i> Что такое одиночество?	1

Занятие 29,30. Я не одинок в этом мире.	2
Тема 7. Мы начинаем меняться. <i>Цели:</i> - помочь подросткам осознать свои изменения; - мотивировать подростков к позитивному самоизменению.	3
Занятие 31,32. Нужно ли человеку меняться?	2
Занятие 33. Самое важное – захотеть меняться.	1
Обобщение.	1
Занятие 34. Заключительное занятие.	1

Результаты освоения курса.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

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 агрессивное 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.

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.

Представляется важным оценивать воздействие данных занятий на эмоциональное состояние обучающихся. Для этого может быть использован, например, прием цветограммы: школьников в начале и конце данного занятия просят нарисовать цветными карандашами или красками свое настроение в данный момент. Использование красного цвета свидетельствует о восторженном настроении, оранжевого - о радостном, зеленого - о спокойном, уравновешенном состоянии, фиолетового - о тревожности, напряженности, черного - об унынии, разочаровании, упадке сил. Сравнение результатов цветограммы, полученных в начале и конце занятия, а также изменения цветовой гаммы на протяжении некоторого времени позволит сделать выводы об изменении эмоционального состояния каждого обучающегося под влиянием занятий.

Список литературы

1. Айзенк Р. Познай свои способности! М., 1992.
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. М., 1988.
3. Вачков И.В. Психология для малышей. М.: Педагогика – Пресс, 1996.
4. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1989.
5. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М., 1887.
6. Дубровина И.В. Школьная психологическая служба: Вопросы теории и практики. М.: Просвещение, 1991.
7. Игры: обучение, тренинг, досуг // под ред. Петрусинского В.В. М.: Новая школа, 1994.
8. Как улучшить собственную память. Екатеринбург: Диамонт, 1992.
9. Коломинский Я.Л. Человек: психология. М.: Просвещение, 1987.
10. Колпачников В.В. Психологический практикум общения и самопознания. Программа курса для старшеклассников // Методические рекомендации по образовательной области “Технология”. Екатеринбург: Изд-во ИРРО, 1996.
11. Никитин Б.П. Ступеньки к творчеству, или Развивающие игры. М.: Просвещение, 1990.
12. Пекелис В. Твои возможности, человек! М.: Знание, 1986.
13. Познавательные процессы и способности в обучении // под ред. Шадрикова В.Д. М, 1990.
14. Психология. Словарь // под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского, М, 1990.
15. Руководство практического психолога. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте // под ред. Дубровиной И.В. М.: Академия, 1995.
16. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома. М.: Новая книга. 1993.
17. Сафонова Л.В. Дневник самопознания, в 2-х частях. Екатеринбург, 1999.
18. Тактильная память // составитель Матюгин И.Ю. М.: Центр “Эйдос”, 1991.
19. Тихомирова Л.Ф. Развитие интеллектуальных способностей ребенка. Младший подростковый возраст 10 – 14 лет. М.: Рольф, 2001.
20. Ты меня понимаешь? // составитель Васильева Т.В.. С-Петербург, 1994.
21. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. В 4-х частях. М.: Генезис, 2000.
22. Через самовыражение к самопознанию // составитель Сафонова Л.В. Первоуральск, 1997.
23. Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. М.: Новая школа, 1994.
24. Шуркова Н.Е. Собрание пестрых дел. М.: Новая школа, 1994.
25. Энциклопедия практического самопознания // составитель А.И. Красило. М., 1994.

