

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №1»

«Согласовано»

Заместитель директора
МБОУ «Гимназия №1» по УВР
_____ Федорова Н.В.

« ____ » _____ 20 ____ г

«Утверждаю»

Директор
МБОУ «Гимназия №1»
_____ Валаева Л.А.

« ____ » _____ 20 ____ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПЕДАГОГА

Личковой Ж.Л.

Ф.И.О., категория

**по курсу внеурочной деятельности «Этапы становления
личности»
для 5 класса**

Рассмотрено на
заседании
Методического совета
протокол № ____
от _____ 20 ____ г.

_____ учебный год

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Этапы становления личности» для 5 класса составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, на основе программы О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5 – 6 классы)». Программа направлена на оказание помощи детям в адаптации к учебному процессу и освоении основной образовательной программы, а также на овладение каждым школьником элементарной психологической культурой, которая является частью общей культуры и обеспечивает ему полноценное вступление в самостоятельную жизнь, развитие готовности к полноценному взаимодействию с миром.

Курс состоит из 34 занятий с учетом их проведения один раз в неделю в течение учебного года. Занятия предпочтительнее проводить в группе из 10-14 человек, продолжительность одного занятия 35-40 минут.

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

«Этапы становления личности»

В результате изучения данного курса на ступени среднего общего образования у учащихся 5 класса будут сформированы личностные, познавательные, регулятивные и коммуникативные универсальные учебные действия как основа умения учиться. В том числе происходит развитие познавательных процессов, повышение уровня волевой регуляции познавательных процессов и поведения, самоконтроля, улучшение навыков общения, формирование адекватной самооценки и оценки окружающих, улучшение психоэмоционального статуса учащихся.

Программа обеспечивает сформированность универсальных учебных действий на данном возрастном этапе.

1. *Коммуникативные УУД* обеспечивают социальную компетентность и сознательную ориентацию учащихся на позиции других людей (прежде

всего, партнера по общению или деятельности), умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, интегрироваться в группу сверстников, строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

2. *Личностные УУД* обеспечивают ценностно-смысловую ориентацию учащихся (умение соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами, знание моральных норм и умение выделить нравственный аспект поведения) и ориентацию в социальных ролях и межличностных отношениях. Применительно к учебной деятельности следует выделить два вида действий:

- 1) действие смыслообразования;
- 2) действие нравственно-этического оценивания усваиваемого содержания.

3. *Регулятивные УУД* обеспечивают организацию учащимся своей учебной деятельности.

К ним относятся: целеполагание; планирование; прогнозирование; контроль в форме сличения способа действия и его результата; коррекция; оценка; волевая саморегуляция.

4. *Познавательные УУД* включают общеучебные, логические действия, а также действия постановки и решения проблем.

2. Содержание курса внеурочной деятельности «Этапы становления личности»

Тема 1. Введение в мир психологии (1 ч.)

Зачем человеку занятия психологией?

Тема 2. Я – это я (11 ч.)

Кто я, какой я? Я – могу. Я нужен! Я мечтаю. Я – это мои цели. Я – это мое детство. Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее.

Тема 3. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства (5 ч.)

Чувства бывают разные. Стыдно ли бояться? Имею ли я право сердиться и обижаться?

Тема 4. Я и мой внутренний мир (3 ч.)

Каждый видит мир и чувствует по-своему. Любой внутренний мир ценен и уникален.

Тема 5. Кто в ответе за мой внутренний мир? (2 ч.)

Трудные ситуации могут научить меня. В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется.

Тема 6. Я и Ты (8 ч.)

Я и мои друзья. У меня есть друг. Я и мои «колючки». Что такое одиночество? Я не одинок в этом мире.

Тема 7. Мы начинаем меняться (3 ч.)

Нужно ли человеку меняться? Самое важное – захотеть меняться.

Обобщение (1 ч.)

Формы организации и виды деятельности

Каждое занятие состоит из трех основных этапов.

Первый этап – организационный, в задачи которого входит создание психологического комфорта в группе, положительного психологического климата, знакомство с содержанием занятия, принятие (повторение) правил работы в группе.

Второй этап – работа по основной теме занятия.

Третий этап – рефлексия деятельности на занятии, задачей которого является выявление степени удовлетворенности участниками совместной деятельностью, и усвоения ими новых знаний и умений.

В ходе занятий используются групповые и индивидуальные формы работы.

Структура занятий позволяет гибко адаптировать содержание программы к актуальным проблемам и индивидуальным особенностям

учащихся, формируя содержание каждого занятия в соответствии с актуальными целями и задачами группы.

Основной формой работы является групповое занятие с элементами психологического тренинга. Основное содержание групповой работы составляют игры, психотехнические упражнения, упражнения с элементами арт-терапии, психогимнастика, релаксационные методы, творческие задания, обсуждение выполненных заданий, обобщение результатов некоторых заданий в виде общих выставок и композиций, помогающих осваивать пространство класса.

В каждое занятие включены упражнения, направленные на развитие познавательных психических процессов (памяти, внимания, мышления, воображения).

3. Тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Кол-во часов	Название темы	Характеристика основных видов деятельности обучающихся, виды УУД
		Тема 1. Введение в мир психологии (1 ч.)	
1	1	Зачем человеку занятия психологией?	Мотивировать учащихся к занятиям психологией <i>Л</i>
		Тема 2. Я – это я (11 ч.)	
2 3	2	Кто я, какой я?	Способствовать осознанию своих качеств и повышению самооценки <i>Л, К</i>
4 5	2	Я – могу.	Определение своих способностей и возможностей <i>Л</i>
6 7	2	Я нужен!	Повышение самооценки, осознание своей нужности другим людям. <i>Л, К</i>
8	1	Я мечтаю.	Умение видеть и понимать цели и мечты
9	1	Я – это мои цели.	<i>Л</i>
10 11	2	Я – это мое детство.	Умение видеть линию времени и себя
12	1	Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее.	<i>Л, К, Р</i>

		Тема 3. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства (5 ч.)	
13	1	Чувства бывают разные.	Способствовать рефлексии эмоциональных состояний <i>Л, К, Р</i>
14 15	2	Стыдно ли бояться?	Способствовать адекватному самовыражению <i>Л, К, Р</i>
16 17	2	Имею ли я право сердиться и обижаться?	
		Тема 4. Я и мой внутренний мир (3 ч.)	
18 19	2	Каждый видит мир и чувствует по-своему.	Подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека <i>Л, К</i>
20	1	Любой внутренний мир ценен и уникален.	
		Тема 5. Кто в ответе за мой внутренний мир?(2 ч.)	
21	1	Трудные ситуации могут научить меня.	Подчеркнуть ответственность человека за свои чувства и мысли <i>Л, К, Р</i>
22	1	В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется.	
		Тема 6. Я и Ты (8 ч.)	
23	1	Я и мои друзья.	Обсудить проблемы подростковой дружбы <i>Л, К</i>
24 25	2	У меня есть друг.	
26 27	2	Я и мои «колочки».	Обсудить тему одиночества <i>Л, К</i>
28	1	Что такое одиночество?	
29 30	2	Я не одинок в этом мире.	
		Тема 7. Мы начинаем меняться (3 ч.)	
31 32	2	Нужно ли человеку меняться?	Помочь подросткам осознать свои изменения <i>Л</i>
33	1	Самое важное – захотеть меняться.	
		Обобщение (1 ч.)	
34	1	Заключительное занятие.	Подведение итогов <i>Л, К, Р</i>