

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Брянковская средняя школа № 5»

Рассмотрено
Руководитель
школьного методического
объединения учителей
предметников
Гресь / Гресь Н.И./
Протокол № 1
от «30» 08 2018 г

Согласовано
Заместитель
директора по УВР
Гейман / Гейман Е.А./
«31» 08 2018 г

Утверждено
Директор школы
Храмцова / Храмцова Н.С./
Приказ № 53 - 08
от «31» 08 2018 г



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я!»
для учащихся 6 класса

Составитель программы
Фурсенко Анна Николаевна
1 категория

2018 – 2019 учебный год

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Брянковская средняя школа № 5»

Рассмотрено
Руководитель
школьного методического
объединения учителей
предметников
Гресь / Гресь Н.И./
Протокол № 1
от «30» 08 2018 г

Согласовано
Заместитель
директора по УВР
Гейман / Гейман Е.А./
«31» 08 2018 г

Утверждено
Директор школы
Храмцова / Храмцова Н.С./
Приказ № 5
от «31» 08 2018 г



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я!»
для учащихся 6 класса

Составитель программы
Фурсенко Анна Николаевна
1 категория

2018 – 2019 учебный год

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа разработана на основе:

1. Федерального закона об образовании в Российской Федерации № 273-ФЗ от 29.12.2012 – Ростов н/Д: Легион, 2013. – 208 с.;
2. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования;
3. Положения о рабочей программе МБОУ «БСШ №5»;
4. 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 к школьной жизни.

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. Расширить пассивный и активный словарь обучающихся.

1. Место курса в учебном плане.

В соответствии с учебным планом, календарным учебным графиком МБОУ «БСШ №5» на 2018-2019 учебный год рабочая программа рассчитана на 1 час в неделю, 34 часа в год.

Данная программа реализуется для учащихся 6 класса.

2. Общая характеристика курса.

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы с младшими 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

4. Содержание курса.

Название темы, занятия	Кол-во часов
Тема 1. Агрессия и ее роль в развитии человека. <i>Цель:</i> помочь подросткам осознать различия между агрессией и агрессивностью, научиться контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других.	11
Занятие 1, 2. Я повзрослел.	2
Занятие 3. У меня появилась агрессия.	1
Занятие 4,5. Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия?	2
Занятие 6,7. Конструктивное реагирование на агрессию.	2
Занятие 8,9. Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми.	2
Занятие 10,11. Учимся договариваться.	2
Тема 2. Уверенность в себе и ее роль в развитии человека. <i>Цель:</i> помочь обучающимся обрести уверенность в себе и понять, что вера в себя необходима для развития человека.	11
Занятие 12. Зачем человеку нужна уверенность в себе?	1
Занятие 13,14. Источники уверенности в себе.	2
Занятие 15,16. Какого человека мы называем неуверенным в себе?	2
Занятие 17. Я становлюсь увереннее.	1
Занятие 18,19. Уверенность и самоуважение.	2
Занятие 20. Уверенность и уважение к другим.	1
Занятие 21. Уверенность в себе и милосердие.	1
Занятие 22. Уверенность в себе и непокорность.	1
Тема 3. Конфликты и их роль в усилении Я. <i>Цель:</i> помочь подросткам осознать роль конфликтов в жизни человека, научиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации.	9
Занятие 23,24. Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице.	2
Занятие 25,26. Способы поведения в конфликте: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта.	2
Занятие 27,28. Конструктивное разрешение конфликтов.	2
Занятие 29,30. Конфликт как возможность развития.	2
Занятие 31. Готовность к разрешению конфликта.	1

Тема 4. Ценности и их роль в жизни человека. <i>Цель:</i> побудить обучающихся задуматься о собственных жизненных ценностях.	3
Занятие 32. Что такое ценности?	1
Занятие 33. Ценности и жизненный путь человека.	1
Занятие 34. Мои ценности.	1
Обобщение.	1
Занятие 35. Заключительное занятие.	1

5. Календарно-тематическое планирование.

№ п/п	Дата		Название темы, занятия	Кол-во часов
	По плану	По факту		
Тема 1. Агрессия и ее роль в развитии человека.				11
1, 2.	3.09 10.09		Я повзрослел.	2
3.	17.09		У меня появилась агрессия.	1
4, 5.	24.09 1.10		Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия?	2
6, 7.	8.10 15.10		Конструктивное реагирование на агрессию.	2
8, 9.	22.10 5.11		Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми.	2
10, 11.	12.11 19.11		Учимся договариваться.	2
Тема 2. Уверенность в себе и ее роль в развитии человека.				11
12.	3.12		Зачем человеку нужна уверенность в себе?	1
13, 14.	10.12 17.12		Источники уверенности в себе?	2
15, 16.	24.12 14.01		Какого человека мы называем неуверенным в себе?	2
17.	21.01		Я становлюсь увереннее.	1
18,	28.01		Уверенность и самоуважение.	2

19.	4.02			
20.	11.02		Уверенность и уважение к другим.	1
21.	18.02		Уверенность в себе и милосердие.	1
22.	25.02		Уверенность в себе и непокорность.	1
Тема 3. Конфликты и их роль в усилении Я.				9
23,	4.03		Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице.	2
24.	11.03			
25,	18.03		Способы поведения в конфликте: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта.	2
26.	1.04			
27,	8.04		Конструктивное разрешение конфликтов.	2
28.	15.04			
29,	22.04		Конфликт как возможность развития.	2
30.	29.04			
31.	6.05		Готовность к разрешению конфликта.	1
Тема 4. Ценность и их роль в жизни человека.				3
32.	13.05		Что такое ценности?	1
33.	20.05		Ценности и жизненный путь человека.	1
34.	27.05		Мои ценности. Заключительное занятие.	1

6. 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.

7. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

Печатные пособия

№ п/п	Наименование учебного оборудования
1.	Конвенция о правах ребенка: Конвенция ООН. – РИОР, 2001.- 24 с.
2.	Конституция Российской Федерации. – М., «Издательство ЭЛИТ», 2007 г. – 40 с.
3.	Федеральный закон об образовании в Российской Федерации № 273-ФЗ от 29.12.2012 – Ростов н/Д: Легион, 2013.– 208 с.
4.	Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования.
5.	Положение о рабочей программе МБОУ «БСШ №5».
6.	Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5 – 6 классы). – 3-е изд. – М.: Генезис, 2010. – 207 с.

Технические средства обучения

№ п/п	Наименование оборудования
1.	Ноутбук
2.	Колонки
3.	Диски с музыкальным сопровождением.