

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Русская классическая гимназия № 2 г.Томска**

Утверждаю
Директор МБОУ РКГ №2г.Томска

С.А.Ярославцева

Приказ № 145 - О от «20» августа 2018 г.

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
Тропинка к своему «я»
ООО ФГОС
6 класс
Количество часов в год: 34 часа
Количество часов в неделю: 1**

**Составитель Давидович Л.П.,
педагог-психолог**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, примерных программ внеурочной деятельности основного образования и требованиями к результатам освоения ООП ООО МБОУ Русской классической гимназии №2.

Рабочая программа курса разработана на основе следующих нормативных документов

- Закона РФ «Об образовании» (в действующей редакции);
- Приказа Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897, зарегистрированного в Министерстве юстиции РФ 01 февраля 2011 года № 19644 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая 2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении Федерального образовательного стандарта общего образования»;
- Письма Департамента общего образования Томской области «Об организации внеурочной деятельности в образовательных учреждениях ТО» №1777/01-08 от 11.06.2013г.
- В программе учтены идеи и положения Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России; программы развития и формирования универсальных учебных действий.
- При разработке программы учтены методические рекомендации, изложенные в Письме Минобрнауки России от 18.08. 2017 г. № 09-1672» О направлении Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе проектной деятельности»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, примерных программ внеурочной деятельности основного образования и требованиями к результатам освоения ООП ООО МБОУ Русской классической гимназии №2.

Рабочая программа курса «Неизвестный русский» разработана на основе следующих нормативных документов

- Закона РФ «Об образовании» (в действующей редакции);
- Приказа Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897, зарегистрированного в Министерстве юстиции РФ 01 февраля 2011 года № 19644 «Об утверждении и введении в действие

федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;

- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая 2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении Федерального образовательного стандарта общего образования»;

- Письма Департамента общего образования Томской области «Об организации внеурочной деятельности в образовательных учреждениях ТО» №1777/01-08 от 11.06.2013г.

- В программе учтены идеи и положения Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России; программы развития и формирования универсальных учебных действий.

- При разработке программы учтены методические рекомендации, изложенные в Письме Минобрнауки России от 18.08. 2017 г. № 09-1672» О направлении Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе проектной деятельности»

В подростковом возрасте может возникнуть огромное количество проблем и нарушений развития. Поэтому для структурирования психологической поддержки необходимо четко определить ее цель – душевное или, как принято говорить, психологическое здоровье подростков, а затем определить формы психологической поддержки.

Пятый класс для учащихся является довольно сложным периодом, так как они переходят к новым условиям обучения в среднем звене, требующим от них некоторой адаптации.

В начальной школе дети привыкают исполнять требования в основном одного учителя, находиться в сфере его постоянного внимания и контроля. Поэтому в средней школе можно ожидать, что у части учащихся возникнут трудности при необходимости следовать требованиям разных учителей. Некоторые им будут казаться слишком строгими, а некоторые – мягкими, которых можно не слушаться. Ученикам может быть трудно самостоятельно без строгого контроля организовать свое рабочее место, провести перемену «без ущерба для своего здоровья», дойти до столовой и обратно. Необходимо обратить особое внимание на обучение пятиклассников пользованию своими новыми свободами. Иначе можно ожидать резкого возрастания драк на переменах.

В учебной деятельности можно ожидать, что у некоторых учащихся произойдет временное снижение успеваемости за счет того, что им придется привыкать к формам и методам обучения, принятым в средней школе. Однако высокий познавательный интерес, присущий детям в этом возрасте, стремление хорошо учиться помогут им восстановить привычную успеваемость к концу второй четверти.

Следует помнить, что с этого времени активизируются процессы взросления, начинает понемногу возрастать агрессивность. Учащиеся будут стремиться доказать окружающим и себе свою взрослость, иногда социально неприемлемыми способами. Это может проявляться в демонстративном употреблении ненормативной лексики. Или в столь же

демонстративном противостоянии требованиям взрослых. В классе может появиться негативный лидер. Имеется в виду, что кто-то из учеников будет стремиться возглавить остальных в их борьбе против требований взрослых.

Следует ожидать существенных изменений в межличностных отношениях внутри класса: перераспределение дружеских компаний, появления некоторого антагонизма между мальчиками и девочками при возрастании интереса друг к другу. Это понятно, поскольку взаимоотношения становятся более осознанными, и на них начинает влиять начавшееся подростковое сексуальное созревание. Могут появиться изгои, то есть учащиеся, на которых будут направляться агрессивные выпады со стороны почти всех учащихся. Интересно, что если при помощи взрослого ребенок выходит из позиции изгоя, класс достаточно быстро «выбирает» следующего. Можно заключить, что изгои необходимы для канализации агрессии классам с низким уровнем развития коллектива.

Начало процесса взросления учащихся обычно с неудовольствием воспринимается родителями, которые относят новые проявления в поведении своих детей к их недостаткам. Поэтому некоторые учащиеся к концу 5 класса начинают считать, что они стали «хуже, непослушнее», что может привести к снижению их самооценки. Полезно во второй половине учебного года особое внимание обратить на осознание учащимися начала своих изменений, подвести их к пониманию обязательности и позитивности изменений.

В отношении родителей многие подростки занимают противоречивую позицию. С одной стороны, они активно отстаивают самостоятельность. С другой – требуют любви и внимания, тоскуют по детской позиции. У некоторых может появиться страх взросления, внешне не всегда проявляемый.

В это время дети активно начинают осваивать внутренний мир. Но они сами еще плохо в нем ориентируются, не уверены в его устойчивости. Поэтому любые предьявления подростками своих взглядов, представлений, мнений необходимо принимать очень бережно, безоценочно, с уважением. Полезно стимулировать любые процессы по исследованию подростками самих себя.

Цель программы: развитие социально-личностной сферы детей младшего подросткового возраста при переходе в среднее звено, формирование и развитие УУД.

Задачи:

1. Изучить особенности развития и состояния здоровья ребенка, характер внутрисемейных отношений.
2. Развивать у детей навыки общения, толерантности.
3. Формировать доброжелательное отношение к себе и окружающим.
4. Научить понимать свои чувства и чувства других людей.
5. Способствовать успешной адаптации ребенка при переходе в среднее звено.

Принципы проведения занятий.

- Создание психологом лично-ориентированного стиля общения с учащимися.
- Принцип эмоционального комфорта: создание на занятиях атмосферы, помогающей раскрывать творческий потенциал детей.
- Принцип сотрудничества: формирование новых знаний в ходе совместной работы психолога с учащимися.
- Принцип вариативности, гибкости: готовность психолога проводить занятия, учитывая нестабильность и непредсказуемость поведения детей.
- Принцип «здесь и теперь»: работа с «живым содержанием» (с ситуациями из реальной жизни детей, в том числе возникающими непосредственно на занятиях).

Программа рассчитана на детей 10 -12 лет и состоит из занятий, которые проводятся 1раз в неделю (34 часа). Продолжительность занятия 40 минут.

Занятие состоит из нескольких «традиционных» частей:

Вводная часть.

Цель вводной части занятий – настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками.

Основная (рабочая) часть.

На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. В неё входят этюды, упражнения, игры, направленные на развитие, коррекцию социально-личностной и частично познавательной сфер ребёнка.

Заключительная часть.

Основной целью этой части занятия является закрепление положительных эмоций от работы и обсуждение основных моментов занятия.

Занятия строятся в доступной и интересной для детей форме. В основном используются следующие методы и приёмы:

- игры (коммуникативные, имитационные, ролевые и др.)
- психогимнастика
- рисуночные методы
- техники и приёмы саморегуляции
- элементы сказкотерапии
- беседы и др.

В каждом занятии, помимо новой информации, есть повторы. Полученная таким образом информация лучше запоминается. Приветствие и прощание носят ритуальный характер. Во время занятий дети сидят в кругу. Форма круга создаёт ощущение целостности, придаёт гармонию отношениям детей, облегчает взаимопонимание и взаимодействие.

Занятия помогают восстановить позитивную окрашенность отношений детей с окружающим миром. Ребёнок учится жить в ладу с собой и окружающим миром, важно принимать его таким, какой он есть, учитывать добровольное желание в выполнении игр и упражнений.

Оценка эффективности:

В начале года (сентябрь) и в конце года (май) проводится обследование эмоциональной и личностной сфер по проективным методикам «Несуществующее животное», «Человек-Дом-Дерево», по тесту тревожности Филипса, тест Г. Айзенка на особенности формирования характера, тест П. Торренса на выявление одаренных творческих детей с интеллектом выше среднего уровня, «Краткий отборочный, ориентировочный тест» В.Н.Бузина и Э Ф Вандерлик, опросник диагностики интеллекта.(КОТ).

Ожидаемые результаты:

Личностные универсальные учебные действия (УУД):

- адекватная самооценка,
- установка на здоровый образ жизни,
- понимание чувств других людей и сопереживание им,
- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе,
 - знание основных моральных норм и установка на их выполнение.
 - сформированность у обучающихся уважения и интереса к чувствам других людей;
 - сформированность умения анализировать свое поведение на основе общих морально-нравственных понятий (о добре и зле, должном и недопустимом);
 - сформированность уважительного отношения к отличительным особенностям чувств и эмоций других людей;
 - сформированность у обучающихся мотивации к изучению психологии, с целью самосовершенствования и дальнейшей самореализации;
 - сформированность у обучающихся готовности и способности к духовному развитию;
 - сформированность нравственных качеств обучающихся, основанных на духовных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;
 - сформированность у обучающихся мотивации к обучению и познанию.

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.

Структура занятий

1. создание и обсуждение проблемной ситуации.
2. Доверительная беседа с детьми на волнующие темы.
3. Рисование своих проблем (снятие напряжения, диагностика детских тревог).
4. Обучение навыкам самопомощи в напряженных ситуациях, формирование волевой регуляции поведения: подвижные игры, релаксационные упражнения, активные действия.

Содержание занятий носит вариативный характер и может быть изменено в зависимости от конкретных проблем детей.

Виды и направления внеурочной деятельности. Для реализации программы доступны и будут использованы следующие виды внеурочной деятельности:

- 1) игровая деятельность;
- 2) познавательная деятельность;
- 3) проблемно-ценностное общение;
- 4) социальное творчество (социально преобразующая добровольческая деятельность);

Календарно-тематическое планирование занятий для 6-го класса

№	Тема занятия	Характеристика основных видов деятельности обучающихся, виды УУД	Кол-во час.	Дата	Фактическая дата	Примечание
1	Тема 1. Введение в мир психологии. Агрессия и ее роль в развитии человека. Я повзрослел	Помочь подросткам осознать различия между агрессией и агрессивностью, научиться контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других.	1			
2-4	Диагностика УУД		1			
5	У меня появилась агрессия	Научиться контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других. Повышение самооценки, осознание своей нужности другим людям. Умение видеть и понимать цели и мечты.	1			
6	Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия?		1			
7	Конструктивное реагирование на агрессию		1			
8	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми		1			
9	Учимся договариваться		1			
10	Тема 2. Уверенность в себе и ее роль в развитии человека. Зачем человеку нужна уверенность в себе?	Помочь детям обрести уверенность в себе и понять, что вера в себя необходима для развития человека.	1			
11	Источники уверенности в себе		1			

12	Какого человека мы называем неуверенным в себе?		1			
13	Я становлюсь увереннее		1			
14	Уверенность и самоуважение		1			
15	Уверенность и уважение к другим		1			
16	Уверенность в себе и милосердие		1			
17	Уверенность в себе и непокорность		1			
18	Определение самооценки		1			
19	Тема 3. Конфликты и их роль в усилении Я Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице	Помочь подросткам осознать роль конфликтов в жизни человека, научиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации Способствовать адекватному самовыражению	1			
20	Способы поведения в конфликте: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта		1			
21	Конструктивное разрешение конфликтов		1			
22	Конфликт как возможность развития		1			
23	Готовность к разрешению конфликта		1			

24	Тема 4. Ценности и их роль в жизни человека Что такое ценности?	Побудить учащихся задуматься о собственных ценностях	1			
25	Ценности и жизненный путь человека		1			
26	Мои ценности		1			
27-31	Диагностика УУД		1			
32-33	Карта целей	Осознать свои цели	3			
34	Заключительное Итоговое	Подведение итогов	1			

Требования к уровню подготовки учащихся (материал к зачету)

6 класс

1. Что такое «психология», каково её место в системе наук?
2. Что такое личность, понятие личность?
3. Индивид, индивидуальность?
4. Уникальности внутреннего мира каждого?
5. Способности личности?
6. Мотивы выбора друзей?
7. Способы поведения в трудных ситуациях?
8. Понятия «уверенность» и «уважение»?
9. Воображение и его виды?
10. Откуда берутся наши мысли?