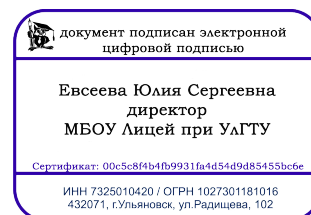


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области

Управление образования администрации города Ульяновска

МБОУ Лицей при УЛГТУ



СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по НМР

Жимолостнова В.К.

Протокол №1 от «28» августа
2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор

Евсеева Ю.С.

Приказ №233

от «29» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Тропинка к своему Я

для 8-9 класса основного общего образования

на 2024-2025 учебный год

Составитель: Липатова Марина Евгеньевна
педагог-психолог

Ульяновск 2024

Пояснительная записка.

Рабочая программа « Тропинка к своему я» для 8-9 класса составлена в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 28.08.2020 № 442 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Санитарно-эпидемиологическими правилами СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16; Санитарно-эпидемиологическими правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»; Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 13.07.2020 № 20 «О мероприятиях по профилактике гриппа и острых респираторных вирусных инфекций, в том числе новой коронавирусной инфекции (COVID-19) в эпидемическом сезоне 2020-2021 годов»; письмами Управления образования администрации г. Ульяновска от 06.08.2021г. № 4028 «О подготовке образовательных организаций к новому 2021-2022 учебному году» и от 09.08.2021 №4053 «Об организации 2021-2022 учебного года», с целью организованного начала 2021-2022 учебного года в МБОУ Лицей при УлГТУ, организации проведения мероприятий в августе 2021 года, создания безопасных условий для обучающихся и педагогических работников лицея;
- Сборник программ по внеурочной деятельности для общеобразовательных учреждений. Программа 1-4 классы/(ФГОС). Москва, просвещение, 2020 г.

Рабочая программа внеурочной деятельности по психологии для 5 класса составлена на основе «Программы по формированию основ социальной компетентности у учащихся 5-6 классов «Если вместе - веселей» Ханнановой Р.Ф. Она разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования с учётом образовательных потребностей, возрастных особенностей младших подростков и запросов участников образовательного процесса.

Данная рабочая программа разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях", утверждёнными постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. № 189.

Рабочая программа ориентирована на учебно-методический комплекс:

1. Игровое моделирование: Методология и практика. Новосибирск. Наука. 1997.
2. Игры, обучение, тренинг, досуг. Под ред. В.В. Петрусенко. М. 1994.-198с.
3. Калинина Н.В., Лукьянова М.И. Психологические аспекты развития социальной компетентности школьников. Монография. Ульяновск. УИПК. 2003.-295с.
4. Калинина Н.В., Лукьянова М.И. Психолого-педагогические показатели результативности образовательного процесса: Методическое пособие. Часть 2. Ульяновск. ИПК ПРО.1998.-72с.
5. Леви В.А. Нестандартный ребенок. С.-П. Питер. 1998.-205с.
6. Львов М.Р. Словарь антонимов русского языка. 2000 слов. М. Русский язык. 1978.-600с.

Она рассчитана на 34 часа, 1 час в неделю.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности:

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

Регулятивные УУД:

- овладевать навыками самоконтроля, самооценки, искать и исправлять свои ошибки
- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению
- строить речевое высказывание в устной форме
- концентрировать, переключать своё внимание

Познавательные УУД:

• уметь логически рассуждать, пользуясь приёмами анализа, сравнения, обобщения, классификации, систематизации

• выделять существенные признаки и закономерности предметов

• развить вербально-логическое мышление

• учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя

• улучшить уровень пространственной сообразительности, зрительно-моторной координации,

уровень внимания и ассоциативной памяти

Коммуникативные УУД:

• учиться работать в паре и в группе

• выполнять различные роли

• слушать и понимать речь других ребят

• осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией

Личностные результаты

Знать:

• о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии;

• правила общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к успеху, неудачам;

Уметь: • анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели

• налаживать контакт с людьми;

• правильно взаимодействовать с партнерами

• выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации учебных занятий, основных видов учебной деятельности

1. Модуль: «Я узнаю себя» (с 1 по 16 занятия),
2. Модуль: «Я и другие» (с 16 по 34 занятия).

В разработке модулей именно в такой последовательности учтены психологические особенности подростков. Возможность осознать, оценить свои личные качества, удовлетворить свойственное ему стремление к самосовершенствованию подросток получает в системе взаимодействия с "миром людей", но в то же время к «другим» человек относится так же, как и к самому себе, и принятие себя становится решающим в принятии других. Если придерживаться теории Э. Эриксона об идентичности [22.с.79] , то такое сочетание модулей - это гармония «Я-образа» и «Я в социальной роли». В основу данных занятий положены упражнения, предложенные американским психологом Ф. Зимбардо [5] в разделах источника «Разберитесь в себе» и «Развивайте в себе навыки социального поведения». Упражнения составлены таким образом, чтобы подростки могли более четко и точно выразить свои мысли и чувства в познании самого себя. Что позволяет делать позитивный шаг в самопознании. В основе II модуля лежат ролевые игры. Особенность исполнения роли заключается в том, что подростки «играя, забывают себя». Исполнение ролей – важнейший компонент формирования социальных навыков, т.к. невозможно опровергнуть тот опыт, который человек получает, играя роль.

Основные виды деятельности учащихся:

- знакомство с научно-популярной литературой, связанной с психологией;
- проектная деятельность
- самостоятельная работа;
- работа в парах, в группах;
- творческие работы

Основные формы организации занятий:

Занятия проводятся в форме групповых тренингов, внутри которых предусмотрены разные формы организации группы учащихся: индивидуальная, работа в парах, в малых и больших группах.

Тематическое планирование

№	Тема	Задачи: формируемые навыки, умения	К-во часов,	Дата
I модуль. Я узнаю себя.				
1.	Оригинальное знакомство. Умейте расслабляться.	Введение. Знакомство. Входная диагностика. Навыки самоконтроля и расслабления. Произвольное торможение. В процессе коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия.	1	
2.	Кто я и что думаю о себе.	Первоначальный сбор информации о себе. Выявить начальные знания учащихся о поставленной проблеме. Формировать навыки самоконтроля и расслабления. Развивать навыки самопознания.	1	
3	Я умею лучше всех.	Навыки рефлексии. Работа с самооценкой, с социометрией класса. Формировать умение адекватно оценивать свои возможности достижения цели определенной сложности. Развивать навыки восприятия и понимания других людей. Снизить уровень конфликтности в группе через восприятие других.	1	
4.	Я говорю...	Умение говорить открыто, излагать свои мысли и доказывать свою правоту. Снятие тревожности.	1	
5.	Рисуем автопортрет.	Восприятие самого себя, невербальное общение, тренировка навыков общения, освобождение от скованности. Снятие тревожности.	1	
6.	Свет мой, зеркальце, скажи...	Самовосприятие, тренировка общения, невербальное общение.	1	
7.	Учеником быть хорошо или фильм о себе.	Невербальное общение, развитие актерских навыков, пристальнее взглядеться в себя. Навыки рефлексии.	1	
8.	Характеризуем себя.	Формировать основы социально-критического мышления. Аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонента образом. Использовать адекватные языковые средства для отображения своих мыслей.	1	
9.	Самое хорошее и самое плохое.	Учить основам прогнозирования; более четко и точно выразить свои мысли и чувства. Формировать чувство уверенности в себе и осознание себя в новом качестве. Делать умозаключения на основе аргументации.	1	
10	Распределяем время.	Умение работать в коллективе, невербальное общение.	1	
11	Мой дом.	Умение считаться с чужим мнением. Умение делать выводы из практических решений и задач.	1	
12	Мои фантазии.	Навыки свободного высказывания. Работа с застенчивостью.	1	

13	Я в 4-х проекциях.	Обучать умению управлять собой в ситуациях, вызывающих наибольшее беспокойство. Вырабатывать положительное отношение друг к другу и умение общаться так, чтобы общение с тобой приносило радость окружающим. Формировать основы коммуникативной рефлексии.	1	
14 - 15	Я-высказывание	Познакомить участников со схемой правильного построения предложений в высказывании своих мыслей и чувств. Отрабатывать навыки «Я-высказывания». Следовать морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества на основе уважительного отношения к партнерам, адекватного межличностного восприятия. Формировать основы социально-критического мышления.	2	
II модуль. Я и другие.				
16	За что мы любим или я и другие.	Умение мотивировать свой выбор, принятие другого. Навыки рефлексии.	1	
17	Комплименты.	Коррекция межличностных негативных отношений в классе. Самовыражение. Умение говорить открыто, мотивировать свое мнение.	1	
18 - 19	С чего начать разговор и имейте что сказать.	Расширение информационного поля учащихся. Формирование умений поддерживать разговор и умений активного слушания. Задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром. Осуществлять актуальный контроль на уровне произвольного внимания.	2	
20	Просьба.	Работа с этическими понятиями, умение высказываться и аргументировать свое мнение. Осуществлять актуальный контроль на уровне произвольного внимания.	1	
21	Разговор по совести.	Работа с нравственными понятиями, умение высказываться и аргументировать свое мнение. Осуществлять актуальный контроль на уровне произвольного внимания.	1	
22	Разговор с незнакомцем.	Через роль изменить поведение с целью увеличения позитивных последствий и уменьшения негативных, развивать уверенность в себе. снижение тревожности.	1	
23	Метафора.	Проявление своих творческих и вербальных способностей в совместном создании художественного образа. Понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.	1	
24	Отражение.	Умение чувствовать партнера, невербальное общение. Навыки рефлексии.	1	

25	Всеобщее внимание.	Работа с эмоциональными масками. Навыки рефлексии. Снизить уровень конфликтности в коллективе.	1	
26	Язык без слов	Работа с эмоциональными масками. Получить представления о «невербальных средствах общения». Адекватно самостоятельно оценивать выполнения действия; учить основам саморегуляции эмоциональных состояний; осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.	1	
27	Расследование.	Учить основам прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса. Развивать умение четко представлять образ по описанию, делать умозаключения на основе установления причинно - следственных связей. Отображать в речи содержание совершаемых действий в форме социализированной речи.	1	
28	Правила договора. Принятие группового решения.	Умение делать выводы из практических решений и задач. Навыки рефлексии.	1	
29	Правила договора. Выборы.	Умение делать общие выводы из практических решений и задач; развитие умения высказываться, доводя свою мысль до понимания слушающих; умение моделировать ситуацию самостоятельно.	1	
30 -	Экстремальные ситуации.	Расширение ролевого репертуара, реализация организаторских способностей и лидерских качеств в групповой работе.	2	
31				
32	Итоговые занятия	Определить уровень результативности программы. Диагностика. Программа изучения уровня сформированности УУД в 5-6-х классах.	1	
33	Творческий отчет. Круглый стол.	Создание коммуникативного пространства с помощью эффекта соучастия, способствующего расширению информационного поля участников круглого стола. Обобщение знаний обучающихся по данной программе.	1	