

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Комитет образования и науки Курской области
Муниципальный район «Кореневский район» Курской области
МКОУ «Кремяновская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО
заседанием педагогического совета
Председатель _____
Лошкарева И.В.
Протокол №1
от "30" августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор

Мусяченко Т.В.
Приказ № 1/217
от "01" сентября 2023 г.

Рабочая программа
Внеурочная деятельность
социальное направление
«Я познаю мир»
для 7 класса среднего общего образования
на 2023-2024 учебный год

Составитель: Ляхова В.А.
учитель начальных классов

с.Кремяное 2023

Пояснительная записка.

Подготовка подростков к жизни в современных социально-экономических условиях занимает особое место среди множества актуализировавшихся в последнее время проблем. К их числу относится определение молодыми людьми своей социальной и личностной позиции взрослого человека в системе межличностных отношений. Приобщение к знаниям о человеке имеет важное место на всех этапах школьного образования. В седьмом классе у подростков в концентрированном виде проявляются проблемы переходного возраста; в этот период наблюдается пик эмоциональной неуравновешенности. Настроение подростков подвержено резким перепадам. Подростки продолжают доказывать всем и самим себе свою «взрослость». Основной сферой интересов становится общение со сверстниками. В этот период наиболее эффективным становится взаимодействие с подростками, основанное на уважении их чувства взрослости и самостоятельности.

Целью данной программы является помочь подросткам осознать свои особенности, научиться решать проблемы, обрести уверенность в собственных силах, преодолеть подростковый кризис.

Для достижения поставленных целей необходимо в процессе обучения решать следующие **задачи**:

1. Создать условия для осознания каждым членом группы уникальности собственной личности, средств реализации межличностного общения посредством актуализации индивидуальных взглядов, позиций, установок.
2. Содействовать формированию самостоятельности как предпосылки умения принять ответственность за свою жизнь.
3. Содействовать формированию эго-идентичности через предоставление подростку возможности выбора образцов для идентификации, с одной стороны, и усиление «Я» на основе самоутверждения в подростковой среде – с другой.
4. Способствовать расширению самосознания.
5. Способствовать развитию способности к внутреннему диалогу через самораскрытие в общении со сверстниками.
6. Способствовать развитию и формированию умения социальной рефлексии и самодиагностики, навыков самоанализа и анализа внешней информации.

Эти задачи решаются сразу на трех уровнях работы:

1 уровень - информативный: на нем выясняются представления учащихся и уточняются общепринятые нормы по теме занятия.

2 уровень – личностный: на нем следует способствовать положительному эмоциональному отношению учащегося к теме занятия, желанию применить полученные знания в повседневной жизни. Необходимы поддержка, одобрение, принятие.

3 уровень – осознание: на нем учащиеся учатся осознавать, что с ними происходит, почему они ведут себя, таким образом, отчего возникают подобные эмоции и чувства. На этом уровне развивается способность к саморегуляции, самопознанию, самопониманию и самоконтролю, а также понимание того, что думают, чувствуют и делают другие люди.

Методы, применяемые в ходе проведения занятий, являются традиционными для групповой профилактической и развивающей работы: информирование и беседа, групповая дискуссия, ролевая игра, упражнения на повышение точности межличностного восприятия и психогимнастика. Информирование ведущего обычно ограничено включено в групповую беседу: свободную, стандартизированную, групповое интервью. Игровые методы представлены в форме ролевой игры. Психогимнастические упражнения выполняют вспомогательную функцию. Использование элементов психогимнастики позволяет не только диагностировать настроение и готовность

группы к занятию, но и параллельно формировать положительный настрой и благоприятную для работы атмосферу. Психогимнастические упражнения используются с целью снятия напряжения в группе.

Описание места курса

Данная программа реализуется для обучающихся 7 класса. В соответствии с учебным планом, календарным учебным графиком рабочая программа рассчитана на 1 час в неделю, 33 часа в год.

Занятия проходят по определённой схеме, каждая часть которой выполняет свои задачи:

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

Взаимосвязь с программой воспитания

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций Примерной программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие учащегося.

Содержание программы

Программа ориентирована не на получение систематизированных углубленных знаний в области психологии, для которых у подростков отсутствует необходимая мотивация. Данная программа направлена на формирование компетентностей в сфере ведущего вида деятельности, свойственного именно данному возрасту. Смысловым ядром программы является проблематика самопознания, которая обеспечивает познание подростком своих индивидуальных психологических особенностей, формирование плодотворных отношений с окружающими людьми. Программа носит практико-ориентированный характер.

Планируемые образовательные результаты

По окончании курса дети должны **знать/понимать**:

- нормы и правила, существующие в мире;
- основные понятия социальной психологии;
- основные понятия конфликтологии.

По окончании курса дети должны **уметь**:

- выражать словами свои мысли и чувства;
- понимать чувства других людей;

- выражать негативные чувства приемлемым в социуме способом;
- контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других;
- конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

Метапредметными результатами реализации программы 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.

Тематическое планирование.

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Эмоциональная сфера человека.(9ч.)						
1	Почему нам нужно изучать чувства?	1	04.09.23	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
2	Слово и чувство.	1	11.09.23	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
3 4	Основные законы психологии эмоций.	2	18.09.23 25.09.23	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
5	Запреты на чувства.	1	02.10.23	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
6	Эффект обратного действия.	1	09.10.23	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
7 8	Передача чувств по наследству.	2	16.10.23 23.10.23	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
9	Психогигиена эмоциональной жизни.	1	13.11.23	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
Социальное восприятие: как узнавать другого человека.(13ч.)						

10	Как мы получаем информацию о человеке.	1	20.11.23	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
11	Учимся понимать жесты и позы.	1	27.11.23	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
12	Мимика.	1	04.12.23	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
13 14	Жесты.	2	11.12.23 18.12.23	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
15	Невербальные признаки обмана.	1	25.12.23	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
16	Понимание причин поведения людей.	1	15.01.24	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
17 18	Впечатление, которое мы производим.	2	22.01.24 29.01.24	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
19	Из чего складывается первое впечатление о человеке.	1	05.02.24	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
20	Способы понимания социальной информации.	1	19.02.24	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
21	Влияние эмоций на познание.	1	26.02.24	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru

22	Обобщение темы.	1	04.03.24	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
Межличностная привлекательность: любовь, дружба. (9ч.)						
23	Привлекательность человека.	1	11.03.24	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
24	Взаимность или обоюдная привлекательность.	1	18.03.24	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
25 26	Дружба. Четыре модели общения.	2	01.04.24 08.04.24	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
27	Романтические отношения или влюблённость.	1	15.04.24	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
28	Любовь.	1	22.04.24	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
29 30	Половая идентичность и её развитие у подростков.	2	29.04.24 06.05.24	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
31	Что помогает и что мешает любви.	1	13.05.24	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
Обобщение.(2 ч.)						

32 33	Тренинг «Я учусь владеть собой».	2	20.05.24 27.05.24	Познавательная	Беседа	psychology.net.ru
----------	----------------------------------	---	----------------------	----------------	--------	--

Тематическое планирование.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения
		всего	контрольные работы	практические работы	
1.	Почему нам нужно изучать чувства?	1	0	0	04.09.23
2	Слово и чувство.	1	0	0	11.09.23
3 4	Основные законы психологии эмоций.	2	0	0	18.09.23 25.09.23
5	Запреты на чувства.	1	0	0	02.10.23
6	Эффект обратного действия.	1	0	0	09.10.23

7 8	Передача чувств по наследству.	2	0	0	16.10.23 23.10.23
9	Психогигиена эмоциональной жизни.	1	0	0	13.11.23
10	Как мы получаем информацию о человеке.	1	0	0	20.11.23
11	Учимся понимать жесты и позы.	1	0	0	27.11.23
12	Мимика.	1	0	0	04.12.23
13 14	Жесты.	2	0	0	11.12.23 18.12.23
15	Невербальные признаки обмана.	1	0	0	25.12.23
16	Понимание причин поведения людей.	1	0	0	15.01.24
17 18	Впечатление, которое мы производим.	2	0	0	22.01.24 29.01.24
19	Из чего складывается первое впечатление о человеке.	1	0	0	05.02.24

20	Способы понимания социальной информации.	1	0	0	19.02.24
21	Влияние эмоций на познание.	1	0	0	26.02.24
22	Обобщение темы.	1	0	0	04.03.24
23	Привлекательность человека.	1	0	0	11.03.24
24	Взаимность или обоюдная привлекательность.	1	0	0	18.03.24
25 26	Дружба. Четыре модели общения.	2	0	0	01.04.24 08.04.24
27	Романтические отношения или влюблённость.	1	0	0	15.04.24
28	Любовь.	1	0	0	22.04.24
29 30	Половая идентичность и её развитие у подростков.	2	0	0	29.04.24 06.05.24
31	Что помогает и что мешает любви.	1	0	0	13.05.24

32	Тренинг «Я учусь владеть собой».	2	0	0	20.05.24
33					27.05.24

Список литературы:

1. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе. 5-6 классы», 2010г.
2. Слободяник Н.П. Программа «Уроки общения для младших подростков», 2006г.
3. Клюева Н.В. Касаткина Ю.В. «Учим детей общению. Характер, коммуникабельность», 1997г.
4. Голубева Ю.А. «Тренинги с подростками» Программы, конспекты занятий, 2009г.
5. Сгибаева Е.П. «Классные часы в средней школе», 2005г.
6. Григорьева Т.Г. «Основы конструктивного общения»: Практикум, 2008г.
7. Кравцова М.М. «Дети изгой. Психологическая работа с проблемой», 2009г