Министерство общего и профессионального образования Ростовской области

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Урывская средняя общеобразовательная школа Каменского района Ростовской области

МБОУ Урывская СОШ

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
Методическим объединением учителей гуманитарного цикла	Заместитель директора по УВР	Директор школы
_____ Ружникова Н.Н.	_____ Лазарева Л.Н.	_____ Светлова Л.Г.
Протокол № 1 от «28» августа 2023 г.	Протокол №1 от «29» августа 2023 г.	Приказ № 289 от «31» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности, направленная на организацию педагогической поддержки обучающихся

Кружок «Школа самопознания»

для обучающихся 5 класса

Составитель:

Гончарова Екатерина Александровна

Педагог-психолог

х.Урывский 2023

Министерство общего и профессионального образования Ростовской области

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Урывская средняя общеобразовательная школа Каменского района Ростовской области

МБОУ Урывская СОШ

РАССМОТРЕНО Методическим объединением учителей гуманитарного цикла _____ Ружникова Н.Н. Протокол № 1 от «28» августа 2023 г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР _____ Лазарева Л.Н. Протокол №1 от «29» августа 2023 г.	УТВЕРЖДЕНО Директор школы _____ Светлова Л.Г. Приказ № 289 от «31» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности, направленная на организацию педагогической поддержки обучающихся

Кружок «Школа самопознания»

для обучающихся 5 класса

Составитель:
Гончарова Екатерина Александровна
Педагог-психолог

х.Урывский 2023

Пояснительная записка.

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта, предназначена для организации внеурочной деятельности школьников направленная на организацию педагогической поддержки обучающихся, повышению уровня мотивации к обучению и познанию, ценностного отношения к знаниям, а также для коррекции развития познавательных сфер деятельности школьников.

*Цель программы:*оказание помощи и поддержка подростков в процессе самопознания, формирование человека, способного к самовоспитанию, саморазвитию, человека самосовершенствующегося.

Задачи программы:

- побуждение учащихся к самопознанию, формирование мотивов самопознания;
- ознакомление с основными понятиями психологии личности;
- выявление интересов, склонностей, способностей подростка;
- формирование адекватной самооценки и правильного отношения к себе;
- осознание необходимости самосовершенствования, постановка целей;
- приобщение учащихся к самонаблюдению, самоанализу.

Общая характеристика курса.

Программа «Школа самопознания» рассчитана на работу с учащимися 5 класса. Занятия проводятся в течение учебного года со всем классом. Это позволяет заинтересовать детей, снизить уровень тревоги, что помогает пятиклассникам легче адаптироваться в новой среде, создает безопасное пространство для общения, ситуацию успеха, условия для самовыражения. Программа призвана приобщить обучающихся к вопросам самопознания. С опорой на психологию и этику изучаются возможности, потребности, способности и интересы человека. Во время занятий по программе происходит становление у детей развитых форм самосознания и самоконтроля, осознание своих возможностей, исчезает боязнь ошибочных шагов, снижаются тревожность и агрессивность поведения. Тем самым создаются необходимые личностные и интеллектуальные предпосылки для успешного протекания процесса обучения на всех последующих этапах образования.

При организации деятельности с обучающимися используются следующие формы работы: групповые и индивидуальные занятия, психолого-педагогические тренинги, тестирование, анализ воспитывающих ситуаций, решение психологических и этических задач. Ведется специальная тетрадь с творческими заданиями, материалы анкет и тестов.

Для успешного осуществления занятий необходимы следующие условия: репродукции, литература, тесты, опросники, магнитофон и записи для проведения занятий по релаксации.

Игровые упражнения способствует созданию эмоционального настроя, облегчает самораскрытие участников, помогает сосредоточиться и внести элемент оптимизма. На занятиях используются упражнения, которые нужно выполнять в парах либо малыми группами это способствует сплочению классного коллектива.

Описание места курса в учебном плане.

Данная программа рассчитана для 5 класса. Общий объем программы – 34 часов, режим занятий - 1 час в неделю. Срок реализации программы – один учебный год. Продолжительность занятия 1 академический час.

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета.

Программа опирается на развивающую парадигму, представленную в виде системы психолого-педагогических принципов:

а) Личностно ориентированные принципы (принцип адаптивности, принцип развития, принцип психологической комфортности);

б) Культурно-ориентированные принципы (принцип целостности содержания образования, принцип систематичности, принцип ориентировочной функции знаний, принцип овладения культурой);

в) Деятельностно-ориентированные принципы (принцип обучения деятельности, принцип управляемого перехода от совместной учебно-познавательной деятельности к самостоятельной деятельности ученика)

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения конкретного курса.

Личностные результаты:

- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку;
- освоение социальных норм, правил поведения;
- формирование коммуникативной компетентности общении и сотрудничестве.

Метапредметные результаты отражаются в универсальных умениях:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности, корректировать свои действия;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений;
- умение работать индивидуально и в группе;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

Предметные результаты отражают:

- понимание роли и значения психологии в формировании личностных качеств;
- формирование умения вести наблюдение за динамикой своего развития и функциональных возможностей.

Планируемые результаты:

Учащиеся научатся:

1. Внимательно выполнять задания не отвлекаясь до 15 мин.; находить 5-6 отличий между предметами; удерживать в поле зрения 6-8 предметов; выполнять самостоятельно задания по образцу; копировать узор.
2. Память – запоминать до 10 картинок; рассказывать по памяти текст из 3-4 предложений.
3. Мышление – определять последовательность событий, складывать разрезную картинку из 8-10 частей; находить и объяснять несоответствие на рисунках; находить и объяснять отличия между предметами; находить среди предметов лишний, объяснять свой выбор.
4. Воображение – составлять вымышленный рассказик, небылицу, фантазировать.

Учащиеся получат возможность для дальнейшего развития психических процессов в следующих классах.

Содержание учебного предмета, курса.

Программа внеурочной деятельности состоит из 3 разделов, включающих в себя занятия на развитие психических функций, необходимых для успешного обучения в школе:

Раздел 1. «Мой внутренний мир» направлен на формирование и профилактику нарушений психологического здоровья детей.

Раздел 2. «Грани разума» направлен на развитие различных познавательных процессов: памяти, внимания, мышления, восприятия, воображения.

Раздел 3. «Учимся общаться» направлен на подготовку детей к самостоятельной жизни, их правильной социализации, воспитание терпимости и уважения к другому человеку, а также помочь детям научиться правильно общаться.

Особенностью данной программы является комплексный подход в системе образования учащихся. Для реализации программы «Познай себя» используются следующие методы обучения:

- Диалог.
- Наблюдение.
- Свободное и тематическое рисование.
- Рассматривание рисунков и картин.
- Беседы.
- Ролевые и подвижные игры.
- Групповые дискуссии.
- Мини-конкурсы.
- Импровизация.
- Моделирование и анализ ситуаций.
- Упражнения, направленные на развитие внимания, восприятия и других познавательных процессов.
- Релаксационные игры.

Учебно-тематический план.

№п/п	Название раздела (темы)	Количество часов
1	Раздел 1. «Мой внутренний мир»	10
2	Раздел 2. «Грани разума»	15
3	Раздел 3. «Учимся общаться»	9
		Итого 34 ч.

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности.

№ п/п	Тема урока	Основные виды деятельности учащихся	Дата по плану	Дата фактически
Раздел 1. «Мой внутренний мир»				
1	Вводное занятие. ТБ «Правила поведения на занятиях».	Сплочение группы, настрой на продуктивную будущую работу.	**6.09**	
2	Язык мира эмоций.	Знакомство с понятиями «эмоции», «мимика», «жесты», «язык жестов».	**13.09**	
3	Мы владеем Эмоциями.	Развитие умений владеть и управлять своими эмоциями.	**20.09**	
4	Способы снятия эмоционального напряжения	Тренинг- дискуссия.	**27.09**	
5	Страхи, часть	Диагностика школьной	**4.10**	

	нашего Я.	тревожности.		
6	Мешок хороших качеств.	Знакомство с внутренними и внешними качествами людей.	**11.10**	
7	Что такое личность.	Участие в диалоге. Творческая презентация.	**18.10**	
8	Твой характер.	Представление о связи характера человека. Игры и упражнения.	**25.10**	
9	Что такое темперамент.	Представление о темпераменте. Игры и упражнения.	**8.11**	
10	Моя индивидуальность	Тренинг	**15.11**	
Раздел 2. «Грани разума»				
11	Знакомимся с интеллектом.	Роль интеллекта в жизни человека.	**22.11**	
12 **13**	Что такое память? Развиваем память. (2 занятия)	Раскрытия понятия «память», его виды. Задания и упражнения на развитие видов мышления.	**29.11** **6.12**	
14 **15**	Виды восприятий. Тренировка восприятие. (2 занятия)	Раскрытие понятия «восприятие», его виды. Задания и упражнения на развитие видов мышления.	**13.12.** **20.12**	
16 **17**	Что такое внимание? Развиваем внимание. (2 занятия)	Раскрытие понятия «внимание», его виды. Задания и упражнения на развитие видов мышления.	**27.12** **10.01**	
18 **19**	Что такое мышление? Развиваем	Раскрытие понятия «мышление», его виды. Задания и упражнения на	**17.01** **24.01**	

	мышление. (2 занятия)	развитие видов мышления.		
20 **21**	Развиваем пространственные ориентации. (2 занятия)	Задания и упражнения на развитие пространственных ориентаций.	**31.01** **7.02**	
22	Психология творчества «Мы фантазируем»	Диагностика. Элементы арттерапии.	**14.02**	
23	Развитие наблюдательности.	Задания и упражнения на развитие наблюдательности.	**21.02**	
24 **25**	Развиваем связи правого и левого полушария и мелкую моторику рук. (2 занятия)	Задания и упражнения на развитие связи левого и правого полушария с помощью пальчиковых игр и лабиринтов.	**28.02** **6.03**	
Раздел 3. «Учимся общаться»				
26	Я и мой класс. (Социометрия)	Опрос, анкетирование, дискуссия	**13.03**	
27	Умеем ли мы общаться? Позиции в общении.	Выявление степени коммуникативности учащихся; повторение известных формул вежливости и знакомство с новыми.	**20.03**	
28	Умею ли я слушать других.	Развитие умения быть внимательным к окружающим людям, слушать и слышать окружающих.	**3.04**	
29	Как подружиться.	Ознакомление с приёмами установление добрых	**10.04**	

		отношений.		
30	Почему люди ссорятся?	Тренинг поведения в конфликтной ситуации	**17.04**	
31	Коммуникативная компетентность	Тренинг	**24.04**	
32	Уверенное и неуверенное поведение	Тренинг	**8.05**	
33	Точка опоры	Тренинг	**15.05**	
34	Дискуссионный клуб «Прощай»	Час общения, оценка эффективности проведенных занятий	**22.05**	
				Итого 34ч.

Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности.

Учебно-методический комплекс

1. Перечень понятий, которые должны быть изучены (основные понятия курса);
2. Система отслеживания результатов обучения и воспитания (диагностические карты и т.п.);
3. Дидактический материал.

Литература для учителя:

1. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. – М., 2019.
2. Гаврина С. Е. , Кутявина Н. Л. и др. Развиваем мышление. – М. , 2013.
3. Гиринин Л.Е., Ситникова Л.Н. Вообрази себе. Поиграем – помечтаем. – М., 2001 г. Гуревич К. М. Индивидуально-психологические особенности школьников - М., 2019.
4. Дубровина И.В. - Психокоррекционная и развивающая работа с детьми - М., 2019 г.
5. Дубровина И.В. Руководство практического психолога. - М., 2019 г.

6. Овчарова Р.В. - Справочная книга школьного психолога - М., 2019 г.
7. Практическая психология в тестах - М., 2019 г.
8. Непомнящий Н.И. Становление личности ребенка. – М., 2018 г.
9. Романов А.А. Игротерапия: как преодолеть агрессивность у детей - М., 2003 г.
10. Рыскова Н.А. Поведенческие расстройства у детей. – М., 2020 г.
11. Савенков А. И. Развитие логического мышления. – Ярославль, 2019.
12. Самоукина Н.В. Игровые методы в обучении и воспитании (психотехнические упражнения и коррекционные программы). — М., 1992.
13. Чистякова М.И. Психогимнастика. — М., 2018.

Литература для учащихся:

1. Афонькин С. Ю.. Учимся мыслить логически. Увлекательные задачи для развития логического мышления. СПб.: Издательский дом «Литера», 2002.
2. Зак А.З. Занимательные игры для развития интеллекта у детей 5-12 лет. М., 2014.
3. Зак А3. Познавать играя: развитие познавательных способностей у детей 5-12 лет. М., 2022.
4. Ольшанская Е.В. Развитие мышления, внимания, памяти, восприятия, воображения, речи: Игровые задания. М.: Издательство «Первое сентября», 2014.