|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  городского округа Тольятти «Школа № 11 имени Героя Социалистического Труда Н. В. Разина» | | | | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
| **Принята**  на заседании  Педагогического совета Протокол №1  от 30.08.2023 | **Рассмотрена** на заседании методического объединения протокол №1 от 29.08.23 | | **Утверждена**  приказом  директора МБУ «Школа № 11»  № 176 –од от 31.08.2023  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
| **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА** | | | | |
| Внеурочной деятельности «Уроки психологического развития» | | | | |
|  | | 5 -9 класс |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
| Уровень образования: | | основное общее образование | | |
| Направление: | | Внеурочная деятельность, направленная на организацию педагогической поддержки обучающихся | | |
| Сроки реализации: | | 5 лет |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  | Составитель: | |
|  | |  | Попцова Ю.А. | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | |  |  | |
|  | | Тольятти, 2023 |  | |

Программа «Психология » учебный курс для 6 - 8 классов была разработана согласно программе «Психология» (авторы: А.Д. Андреева, Е.Е. Данилова, И.В. Дубровина, А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых), рекомендованной редакционно-издательским советом Российской академии образования к использованию в качестве учебно-методического пособия.

**Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

Личностные результаты:

 - формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

-применение полученных знания в жизни; правильное оценивание ситуации и решение создающиеся проблемы;формирование собственной позиции в отношениях между девушкой и юношей; учение вырабатывать и конструктивно отстаивать свою точку зрения; владение приёмами саморегуляции психики в стрессовых ситуация;

 - освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

  - формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

Метапредметные результаты:

Регулятивные  универсальные учебные действия:

1. Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.

2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.

3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения.

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности

Познавательные универсальные учебные действия:

1.  Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

1.  Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение

**СОДЕРЖАНИЕ**

**5 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Содержание занятий** | | **Результат** |
| **Теория** | **Практика** |
| 1-2 | Посвящение в пятиклассники.  Образ «Я» или Я – концепция. | Знакомство с собой. Вводятся понятие «Я - концепция». | Проводится упражнение «Узнавание», «Моё многогранное Я» | Определяем и формулируем цель деятельности на занятии с помощью учителя.  Формирование навыка общения в группе; учёт позиции собеседника. |
| 3-4 | Я и окружающие | Знакомство с психологическими терминами. | Упражнение «Круг моих связей и отношений с окружающими» (рисуночная методика), Упражнение « Я в различных жизненных ролях» (проигрывание по ролям). Ситуация-проба «Разберитесь в людях» | Владению монологической и диалогической речью.  Осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной форме. |
| 5-6 | Я - личность | Знакомство с понятиями «личность», «человек», «образ Я». | Игра «Зеркало», упражнение «Что такое хорошо и что такое плохо?» | Принятие себя, как «личности», формирование положительных установок в принятии себя. Проигрывание по ролям. Диалоговое общение в группе. Выработка положительных эмоций. |
| 7-8 | Оценивание себя или самооценка | Знакомство с понятием «самооценка», завышенная, заниженная и достоверная самооценка. Рекомендации «Как наблюдать за собой и как оценивать себя». | Упражнение «Самооценка своих представлений о себе». | Формируем навык – адекватного оценивания себя и своих действий.  Умение действовать по алгоритму.  По результатам диагностики начинаем вводить в «норму» уровень своей самооценки. |
| 9-10 | Сходство и различие наших «Я» | Введение новых понятий: «индивид», «индивидуальность» | Упражнение «Что у нас общего?», «Выяснение сходства и различий», «Я – индивидуальный». | Практические упражнения помогают самовыражению детей, способствуют раскрытию индивидуальности каждого участника. Участники. получают положительные эмоции в ходе игры. |
| 11-12 | Как я воспринимаю окружающий мир | Знакомство с понятиями «ощущение», «представление», «восприятие». | Упражнение «Знаю ли я своего друга (подругу)?», «Иллюзии восприятия» | Расширение новых знаний/понятий/терминов.  Через упражнения учимся «правильным» восприятиям .Применяем полученные знания на практических занятиях. |
| 13-14 | Я-это мои цели | Беседа по пройденным темам. Анализируем. Говорим о целях. | Упражнение «Если бы я был…»Упражнение «Фильм о моей жизни» Метод «Маршрут успеха». | Диалоговое общение.  Проигрывание в группах «Маршрута успеха» |
| 15-16 | «Внимание» | Знакомство с понятием «внимание» и видами внимания. Упражнение «Проверка внимания соседа», «Что изменилось?», «Самооценка внимания» |  | Ритуал приветствия. Получение новых знаний в области психологии. Развитие устойчивого внимания. |
| 17-18 | Я- внимательный |  | Упражнение-тест «Насколько Вы внимательны?» | Учимся проводить и обрабатывать психологическое тестирование. |
| 19-20. | Воображение и творческие способности | Знакомство с понятием «воображение». | Упражнение «Портрет инопланетянина», «Придумай предложения», «Я – воображающее, фантазирующее». | Учимся фантазировать путём рисуночных методик. Развиваем воображение. Продолжаем развивать доброжелательные отношения в коллективе. |
| 21-22 | Эмоции и чувства | Знакомство с понятиями «эмоции», «чувства». | Упражнение «Эмоции в мимике». Игра «Ассоциации». Рекомендации по управлению эмоциями и чувствами. | Расширение кругозора. |
| 23-24 | Настроение | Знакомство с понятием «настроение». | Упражнение «Что может повлиять на ваше настроение», «Опишите настроение» | Учимся контролировать своё настроение. Диалоговое общение в группах. |
| «Поделись настроением» |  | Игра «Поделись настроением». | Формирование положительной мотивации к игре в группе. Получаем положительные эмоции. |
| 25-27 | Темперамент | Знакомство с понятием «темперамент», типы темперамента. | Тест на темперамент. Упражнение «Мой темперамент». | Узнали о своём типе темперамента. Обсуждение. |
| 28-30 | Общение. Разнообразные средства общения. | Знакомство с понятиями «общение» Виды общения, средства общения. | Создаём игру «Общение в классе» | Организация и осуществление сотрудничества. |
| 31-33 | Конфликт. Технологии преодоления конфликтных ситуаций. | Обсуждение понятия «конфликт». Причины конфликтов. | Упражнение «На мостике». Ролевое проигрывание ситуации «Дай мне книгу!» Беседа: Приёмы — техники выхода из проблемных ситуаций. Упражнение «Комплименты». | Практические упражнения помогают самовыражению детей, способствуют раскрытию индивидуальности каждого участника. Участники, получают положительные эмоции в ходе игры. Учимся говорить друг -другу комплименты. |
| 34 | Мой внутренний мир. | Что я знаю о себе? | Игра-разминка «Ассоциации». | Структурирование знаний. Осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной форме. |
| Итоговый урок. | Подведение итогов курса психологии. | Беседуем о пройденных темах. Выделяем более значимые темы. | Обсуждение по пройденным темам. Закрепление полученных знаний. |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 21-23 | Психологическая культура личности | Что человек может знать о себе самом как личности и индивидуальности. Как человек познаёт себя. Индивидуальные различия в познании и самопознании. Психологические знания и самопознание. Проявление психологической культуры личности в общении и отношениях. Поведение в трудных ситуациях. |  | Постановка вопросов инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации. Организация и осуществление сотрудничества. Рефлексия занятия. |
| 24-27 | Психология в повседневной жизни | Психология пропаганды. Что такое «пиар». Средства массовой информации как инструмент психологического воздействия на людей. Психологическая эффективность воздействия на человека средств массовой информации. Стихийные формы передачи информации. Реклама как способ психологического воздействия. Психологические особенности имиджа. Психология мошенничества. Как избежать обмана. |  | Ритуал приветствия. Учимся создавать «рекламу» , формируем навык – убеждения. Рефлексия. |
| 28-32 | Практическая психология | Что такое психологическая помощь и поддержка. Когда у человека возникает потребность в психологической помощи. Современная психологическая помощь при возникновении у человека личных проблем. |  | Ритуал приветствия. Учимся фантазировать путём рисуночных методик. Развиваем воображение. Продолжаем развивать доброжелательные отношения в коллективе. Рефлексия. |
| 33-34 | Заключение | Подведение итогов курса психологии |  | Обсуждение по пройденным темам. Закрепление полученных знаний. |

**Учебно-тематический план**

**5 класс**

**Содержание программы и тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Результат** |
|
| 1 | Посвящение в пятиклассники.  Образ «Я» или Я – концепция. | Определяем и формулируем цель деятельности на занятии с помощью учителя.  Формирование навыка общения в группе; учёт позиции собеседника. |
| 2 | Я и окружающие | Владению монологической и диалогической речью.  Осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной форме. |
| 3 | Я - личность | Принятие себя, как «личности», формирование положительных установок в принятии себя. Проигрывание по ролям. Диалоговое общение в группе. Выработка положительных эмоций. |
| 4-5 | Оценивание себя или самооценка | Формируем навык – адекватного оценивания себя и своих действий.  Умение действовать по алгоритму.  По результатам диагностики начинаем вводить в «норму» уровень своей самооценки. |
| 6 | Сходство и различие наших «Я» | Практические упражнения помогают самовыражению детей, способствуют раскрытию индивидуальности каждого участника. Участники. получают положительные эмоции в ходе игры. |
| 7 | Как я воспринимаю окружающий мир | Расширение новых знаний/понятий/терминов.  Через упражнения учимся «правильным» восприятиям .Применяем полученные знания на практических занятиях. |
| 8 | Я-это мои цели | Диалоговое общение.  Проигрывание в группах «Маршрута успеха» |
| 9 | «Внимание» | Ритуал приветствия. Получение новых знаний в области психологии. Развитие устойчивого внимания. |
| 10 | Я- внимательный | Учимся проводить и обрабатывать психологическое тестирование. |
| 11 | Воображение и творческие способности | Учимся фантазировать путём рисуночных методик. Развиваем воображение. Продолжаем развивать доброжелательные отношения в коллективе. |
| 12 | Эмоции и чувства | Расширение кругозора. |
| 13 | Настроение | Учимся контролировать своё настроение. Диалоговое общение в группах. |
| «Поделись настроением» | Формирование положительной мотивации к игре в группе. Получаем положительные эмоции. |
| 14 | Темперамент | Узнали о своём типе темперамента. Обсуждение. |
| 15 | Общение. Разнообразные средства общения. | Организация и осуществление сотрудничества. |
| 16 | Конфликт. Технологии преодоления конфликтных ситуаций. | Практические упражнения помогают самовыражению детей, способствуют раскрытию индивидуальности каждого участника. Участники, получают положительные эмоции в ходе игры. Учимся говорить друг -другу комплименты. |
| 17 | Мой внутренний мир. | Структурирование знаний. Осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной форме. |
| Итоговый урок. | Обсуждение по пройденным темам. Закрепление полученных знаний. |