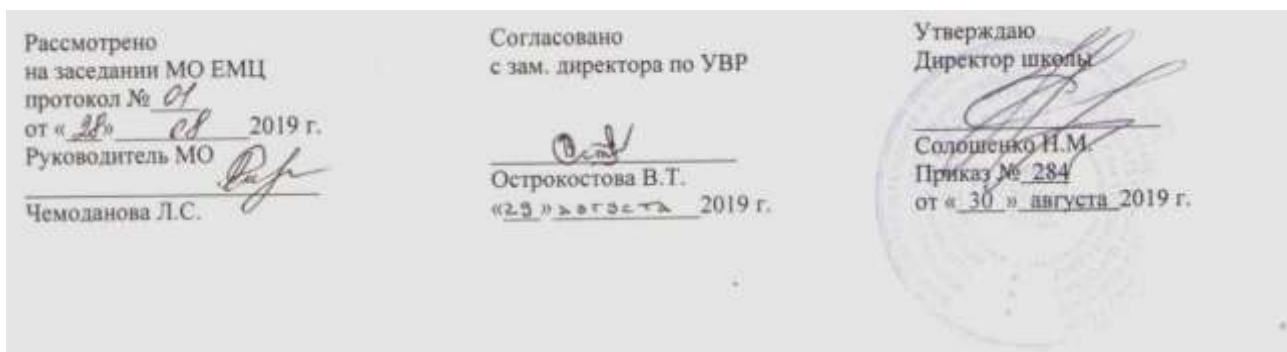


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЩУЧЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
основного общего образования**

по курсу внеурочной деятельности
«Тропинка к своему Я»
для **6** класса

(ФГОС ООО)

Разработана
учителем математики
высшей квалификационной категории
Чемодановой Ларисой Сергеевной

2019 – 2020 учебный год

Оглавление

№ п.п.	Раздел рабочей программы	Номер страницы
1	Пояснительная записка	3
2	Планируемые результаты изучения учебного предмета	5
3	Содержание учебного предмета, курса	6
4	Учебно – тематический план	7
5	Тематическое планирование	8
6	Ресурсное обеспечение рабочей программы по учебному курсу	10

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и на основе следующих нормативных документов:

- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 года № 273 –ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции)
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897 «Об утверждении в действие Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 31 декабря 2015 г. № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897»
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 14 декабря 2015 г. № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»
- Примерная основная образовательная программа основного общего образования (Одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (Протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15)
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 986 от 4.10.2010 г. «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений»
- «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года». Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р
- Основная образовательная программа основного общего образования МКОУ «Щученская СОШ» Лискинского муниципального района Воронежской области (Приказ № 175 от 29.08.2016 г.)
- «Положение о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных предметов, элективных курсов, курсов по выбору, факультативных занятий, учебных модулей, кружков, индивидуальных занятий во внеурочное время, рабочих программ для работы с детьми с ОВЗ муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Щученская средняя общеобразовательная школа» (Рассмотрено на заседании педагогического совета МКОУ «Щученская СОШ». Протокол № 06 от 13.05.2016 г. Утверждено 14 мая 2016 г.)
- Учебный план муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Щученская средняя общеобразовательная школа» на 2019 – 2020 учебный год

Программа курса внеурочной деятельности для 6 класса разработана на основе программы формирования психологического здоровья школьников Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5—6 классы)». - М.: 2017.

УМК программы: Хухлаева О.В.«Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5—6 классы)». - М.: 2017.

Обоснование.

Предлагаемая программа психологических занятий в средней образовательной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья подростков. Она способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению атмосферы дружелюбия, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

Преподавание курса психологии в средних общеобразовательных учреждениях представляется актуальной и важной задачей образования, получившего социальный заказ на подготовку подрастающего поколения к жизни в правовом демократическом государстве. Именно личностные, психологические факторы выступают на первый план в работе над этой важной задачей. Психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и самосовершенствованию, понимание интересов, мотивов, чувств и потребностей окружающих людей, умение строить свои отношения с окружающими, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом — все это относится к необходимым компонентам личности гражданина демократического общества.

Описание места предмета в учебном плане

Программа внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» реализуется в 6 классе в объеме одного часа в неделю. Общий объем учебного времени составляет 35 часов.

Межпредметные связи

Программа эффективно работает в связи с другими дисциплинами: ОБЖ, литература, математика, русский язык, обществознание, где темы являются практическим продолжением изученного, или сами психологические знания являются базой для усвоения знаний вышеперечисленных курсов.

Межпредметные связи могут выражаться:

- в проведении совместных уроков по информационным технологиям (диагностика и обработка данных на компьютерах, компьютерная презентация);
- в подготовке исследовательских работ (работа с литературой, составление планов собственных исследований, анализ психологической литературы);

Общая характеристика предмета:

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы с подростками, которая включает три основных компонента: **аксиологический** (связанный с сознанием), **инструментально-технологический** и **потребностно-мотивационный**.

Аксиологический компонент содержательно представлен ценностями «Я»: собственного «Я» человека, его связи с «Я» других людей и с природными объектами. Он предполагает осознание ребёнком ценности, уникальности себя и окружающих,

идентификацию как с живыми, так и неживыми объектами, осознание единства с миром во всей его полноте.

Инструментальный компонент предполагает овладение рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими.

Потребностно-мотивационный компонент обеспечивает появление у ребёнка потребности в саморазвитии, самоизменении, побуждает к последующей самореализации.

Задачи развития являются четвёртым компонентом в данной модели. Работа с ними осуществляется параллельно, т.е. при построении каждого занятия учитываются все направления, но, в зависимости от целей, делается акцент на одном из них.

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

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

Цели изучения предмета

Цель программы: приобщение обучающихся к психологической культуре, которая является необходимой частью общей культуры.

Цели обучения:

введение обучающихся в новую для них область психологических знаний – психологию общения, отношений, восприятия и понимания людьми друг друга;

овладение начальными исследовательскими умениями проводить наблюдения, опыты и измерения, описывать их результаты, формулировать выводы;

развитие интереса и устойчивого мотива познания себя и окружающего мира, интереса к самому себе, своим возможностям и личностным качествам;

формирование у детей нравственного опыта, развитие системы справедливых оценочных суждений;

применение полученных знаний и умений для развития своей индивидуальности, что связано с пониманием роли индивидуальных различий в восприятии человека, обнаруживающихся в процессе учения, общения, поведения.

Задачи:

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
2. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.
4. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
5. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения.
6. Формировать терпимость к мнению собеседника.
7. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
8. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

Формы и методы организации учебного процесса:

Для успешной реализации учебного процесса используются групповые и индивидуальные занятия. Индивидуальные занятия необходимы для отработки важных моментов поведения и деятельности ребёнка, которые по тем или иным причинам он не усвоил в группе. Индивидуальные занятия являются продолжением групповой работы, т.к. помогают ребёнку более эффективно справиться со своими проблемами.

А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся: игровые методы (дидактические, ролевые, дискуссионные и творческие игры), **метод творческого самовыражения** (литературное, художественное и др. виды творчества), **методы психической саморегуляции и тренировки психических функций** (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки), когнитивные методы.

Обучение основано на использовании традиционных принципов дидактики: принцип воспитывающего обучения, научности, наглядности, сознательности и активности, систематичности, прочности, доступности. Индивидуальный подход, учет возрастных возможностей для преподавания психологии в обучении младших школьников имеют исключительное значение.

К **результатам обучения** относятся **психологические знания** (понятия, факты, идеи, законы науки психологии, способы психической деятельности), **психологические умения** (чем для самого человека становятся те знания и способы действия, которые он приобретает в процессе обучения), **навыки** (привычка мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой), **опыт творческой самодеятельности, овладение культурой психической деятельности, формирование эмоционально-целостного отношения** к психологической реальности и действительности в целом.

Диагностика усвоения знаний предполагает использование методик, позволяющих выявить объем и структуру усвоенных знаний. Здесь могут быть рекомендованы вербальная ассоциативная методика «Пятиминутка» и методика «Диагностика усвоения знаний» (Попова М.В. Психология как учебный предмет в школе: учебно-метод. пособие. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 288 с.), сочинения на психологическую тему и другие контрольные задания. Критерием оценки успешного продвижения служит сформированность соответствующих отношений, и эта оценка может быть выражена в характеристиках: хорошо владеет знаниями, правильно применяет их на практике, анализирует ситуацию, может управлять своим поведением. Весьма существенную информацию об эффективности усвоения знаний дают методы, используемые для диагностики развития. Это связано с тем, что если усвоение действительно происходит, то его влияние обязательно найдет свое отражение в поведении и особенностях психологического развития подростка.

Диагностика развития предполагает использование более сложных психодиагностических методик (социометрию, тест ЦТО, карту наблюдений за поведением ребёнка). В виде итоговой аттестации используются творческие работы, дневники достижений, выступления с докладами, сообщениями.

При реализации программы в 6 классе необходимо использование следующих технологий:

1. Личностно-ориентированные технологии.
2. Технологию разноуровневого (дифференцированного) обучения.
3. Диалогические технологии.
4. КСО.
5. Технологии проблемного обучения (исследовательский метод).
6. Коммуникативно-информационные технологии.

7. Технология учебно-игровой деятельности.

8. Технология проектной деятельности.

Тематическое планирование предусматривает организацию работы, как со слабоуспевающими детьми, так и с одаренными.

Предполагаемые результаты

1. Улучшатся навыки общения детей друг с другом.
2. Дети станут более доброжелательны друг к другу.
3. Улучшится социометрический статус некоторых учащихся.
4. Развитие детей, формирование УУД.

Методические пособия для учителя:

1. Аудио-, видеозаписи.
2. Методики изучения особенностей общения.
3. Набор фотографий, портретов людей.
4. Психологические тесты.
5. Репродукции картин, рисунки детей для определения эмоционального состояния человека.

Календарно – тематическое планирование

№ п/п	Название темы	Количество часов	Дата	
			план	факт
Тема 1. Введение в мир психологии - 1 ч.				
1	Зачем человеку занятия психологией?	1		
Тема 2. Я – это Я – 3 ч.				
2	Кто я, какой я?	1		
3	Я – могу. Я нужен.	1		
4	Я мечтаю. Я – это мое прошлое, настоящее, будущее.	1		
Тема 3. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства – 4 ч.				
5	Чувства бывают разные.	1		
6	Мои чувства. Чувства вокруг.	1		
7	Стыдно ли бояться?	1		
8	Имею ли я право сердиться и обижаться?	1		
Тема 4. Я и мой внутренний мир – 2 ч.				
9	Каждый видит мир чувствует по своему.	1		
10	Любой внутренний мир ценен и уникален	1		
Тема 5. Кто в ответе за мой внутренний мир? – 1 ч.				
11	Трудные ситуации могут научить меня	1		
Тема 6. Я и Ты – 5 ч.				
12	Я и окружающие. Мои друзья.	1		
13	Я и мои «колючки»	1		
14	Трудности в школе	1		
15	Трудности дома	1		
16	Другие культуры – другие друзья.	1		
Тема 7. Мы начинаем взрослеть – 2 ч.				
17	Нужно ли человеку взрослеть. Взросление и отношения с окружающими.	1		
18	Мое взросление.	1		

Тема 8. Агрессия и её роль в развитии человека – 6 ч.			
19	Я повзрослел. У меня появилась агрессия.	1	
20	Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия?	1	
21	Конструктивное реагирование на агрессию.	1	
22	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми.	1	
23	Учимся договариваться.	1	
24	Учимся доверять.	1	
Тема 9. Уверенность и её роль в развитии человека – 5 ч.			
25	Зачем человеку нужна уверенность в себе? Источники уверенности в себе.	1	
26	Какого человека мы называем неуверенным в себе? Я становлюсь увереннее.	1	
27	Уверенность и самоуважение.	1	
28	Уверенность и уважение к другим.	1	
29	Уверенность в себе и милосердие. Уверенность в себе и непокорность.	1	
Тема 10. Конфликты и их роль в усилении Я – 2 ч.			
30	Что такое конфликт? Способы поведения в конфликте.	1	
31	Конструктивное разрешение конфликтов. Готовность к решению конфликта.	1	
Тема 11. Ценности и их роль в развитии человека – 4 ч.			
32	Что такое ценности?	1	
33	Ценности и жизненный путь человека.	1	
34	Мои ценности.	1	
35	Заключительное.	1	
	ИТОГО	35	

Ресурсное обеспечение рабочей программы по учебному курсу

1. Григорьева Т.Г. «Основы конструктивного общения»: Практикум; М., 2008г
2. Кравцова М.М. «Дети изгои. Психологическая работа с проблемой»; М., 2009г
3. Марасанов Г.И. «Социально – психологический тренинг»; М., 2007г
4. Фопель К. «Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: психологическое пособие: в 4 т.»; М., 2007г
5. Лебедева Л.Д. «Практика арт – терапии: подходы, диагностика, система занятий» Спб., 2009г
6. Райс Ф. «Психология подросткового и юношеского возраста»; Спб., 2007г
7. «Психогимнастика в тренинге» под ред. Н.Ю. Хрящевой. Спб., 2008г

Электронный ресурс

1. Электронная библиотека Российской государственной библиотеки: <http://elibrary.rsl.ru/>
2. Библиотека учебной и научной литературы» Русского гуманитарного интернет – университета: <http://www.i-u.ru/biblio/default.aspx>
3. «Психея»: <http://www.psycheya.ru>
4. Виртуальная библиотека по психологии: [http:// scitylibrary.h11.ru/Library.htm](http://scitylibrary.h11.ru/Library.htm)
5. «Каталог психологической литературы»: <http://www.psycatalog.ru>
6. «Популярная психология»: <http://karpowww.narod.ru/>

Диагностический материал:

1. Диагностика определения уровня усвоения системы знаний (по Г.А. Русских)

Цель: выявить уровень усвоения системы знаний по теме, спроектировать программу индивидуальной коррекции познавательной деятельности обучающихся.

Знания – один из основных элементов содержания образования, так как без них невозможны целенаправленные действия.

Основные функции системы знаний – служить созданию общей картины мира, быть инструментом познавательной, практической и социальной деятельности.

В дидактике принято в системе знаний выделять два больших блока: *эмпирический* (термины, цифры, факты, представления)

и *теоретический* (понятия, причинно-следственные связи, закономерности, законы и теории). Вектор усложнения направлен от терминов к законам и теориям.

Предполагается, что учитель на этапе контроля предлагает обучающимся систему вопросов, отражающих логику построения системы знаний по определённой теме.

Тест для определения уровня усвоения системы знаний

Эмпирические знания

1. Усвоение терминологии: назвать, перечислить, выбрать правильный ответ, найти лишнее...

2. Усвоение цифрового материала: сколько, когда, перечислить цифры, подтверждающие...

3. Усвоение фактов: какие факты подтверждают ..., где расположены ..., как это произошло, каковы основные черты ...

4. Усвоение представлений: рассказать о ..., описать внешние признаки..., дать описание ...

Теоретические знания

5. Усвоение понятий: дать определение понятия. Что такое ...? Признаки характерны для ... Перечислить существенные признаки понятия.

6. Усвоение причинно-следственных связей (прямых): Что произойдёт, если...? Каковы последствия...?

7. Усвоение причинно-следственных связей (обратных): Почему? Каковы причины?

8. Усвоение закономерностей: Каковы взаимосвязи...? Какова зависимость...? Как зависят...?

9. Усвоение закона: Прочитать закон... Доказать, что... (Подтвердить действие закона на примере ...)

10. Усвоение теории: Рассказать о теории. Объяснить ...с позиции теории...

Ключ. При проверке результатов проверочной работы учитель заполняет аналитическую таблицу.

Ф.И.	Усвоение компонентов системы знаний										Кол-во баллов	%	Выводы
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			

Если ученик дал правильный ответ на вопрос, учитель ставит 1 балл, если ошибся – 0. По сумме баллов выявляется уровень усвоения системы знаний. Сумма баллов соотносится с пятибалльной оценкой результатов деятельности школьников. 10-8 баллов – оптимальный уровень, оценка «5»; 7-6 баллов – допустимый, «4»; 5-4 балла – критический, «3».

2. Социометрический опрос

Цель: Исследование межличностных отношений

Описание методики: Неудачи в сфере межличностных отношений, выражающиеся в нарушениях нормальных контактах со сверстниками, являются уже вполне отчетливым признаком школьной дезадаптации. Эти нарушения могут проявляться как в открытых межличностных конфликтах, так и в форме пассивного игнорирования, когда большинство членов классного коллектива как бы не замечает тех или иных учащихся, не проявляя к ним ни положительного, ни отрицательного отношения. И если в первом случае трудности общения со сверстниками явно проявляются в поведении, то во втором они могут остаться незаметными для внешнего наблюдателя (педагога), в связи с чем требуются специальные средства индикации указанных нарушений социальных контактов.

В качестве надежного экспресс-метода такого рода рекомендуется использование социометрического опроса, позволяющего определить иерархию межличностных предпочтений для каждого члена класса, и, кроме того, получить представление о целостной структуре формирующего детского коллектива.

Инструкция:

Исследователь (постороннее для класса лицо) раздает школьникам листы бумаги с напечатанными на них вопросами, которые охватывают ряд ситуаций реальных взаимоотношений учащихся.

1. *С кем из одноклассников ты больше всего хотел бы сидеть за одной партой?*
2. *С кем из одноклассников ты больше всего не хотел бы сидеть за одной партой?*
3. *С кем ты больше всего хотел бы играть на перемене?*
4. *С кем ты больше всего не хотел бы играть на перемене?*
5. *Кого из одноклассников ты больше всего хотел бы пригласить на свой день рождения?*
6. *Кого из одноклассников ты больше всего не хотел бы пригласить на свой день рождения?*

Под каждым вопросом подставляются (в столбик) номера ответов (выборов или отвержений), оптимальное количество которых для младших школьников соответствует 3-4. Дается разъяснение, что каждому номеру должна соответствовать лишь одна фамилия. При организации исследования следует исключить возможность «подглядывания» ответов друг у друга, для чего можно разделить класс на две части и проводить его последовательно, или одновременно, но в разных помещениях. Чтобы исключить влияние обсуждения на результаты, исследование должно быть проведено в один день. Опросом должны быть охвачены все члены класса. +

Обработка данных:

Социометрический статус вычисляется делением суммы всех выборов (их значений), полученных членами группы, на количество ее членов минус один. Полученный показатель является индикатором положения ребенка в группе.

Анализ положительных и отрицательных выборов дает также представление о структуре групповых взаимоотношений, которые могут быть представлены графически; при этом может быть выделено ядро группы, изолированные и отвергаемые ею члены.

Протокол исследования

Ф.И. _____ школа № _____ класс _____ дата _____

1. С кем из одноклассников ты больше всего хотел бы сидеть за одной партой?

1).....

.....

2).....

.....

3).....

.....

4).....

.....

2. С кем из одноклассников ты больше всего не хотел бы сидеть за одной партой?

1).....

.....

2).....

.....

3).....

.....

4).....

.....

3. С кем ты больше всего хотел бы играть на перемене?

1).....

.....

2).....

.....

3).....

.....

4).....

.....

4. С кем ты больше всего не хотел бы играть на перемене?

1).....

.....

2).....

.....

3).....

.....

4).....

.....

5. Кого из одноклассников ты больше всего хотел бы пригласить на свой день рождения?

1).....

.....

2).....

.....

3).....

.....

4).....

.....

6. Кого из одноклассников ты больше всего не хотел бы пригласить на свой день рождения?

1).....

.....

2).....

.....

3).....

.....

4).....

.....

Школа _____ класс _____ дата _____

СОЦИОМЕТРИЧЕСКАЯ МАТРИЦА

№	Ф.И.ребенка	1	2	3	4	5	6	Сумма выборов	Социометрический статус
1									
2									

3.