

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ

краевое бюджетное общеобразовательное учреждение

«Школа дистанционного образования»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Поверь в себя»

(форма – факультатив)

6 класс

на 2023 — 2024 учебный год

Составитель РПВД: педагог-психолог Колпакова В.А.

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

психолого-педагогического

сопровождения

_____/ Харитонов О.В.

«31» августа 2023г.

СОГЛАСОВАНО

Педагогический совет

Протокол № ____ от

«31» августа 2023г.

Красноярск 2023

Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, предназначена для организации внеурочной деятельности младших школьников, направленная на формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию, повышению уровня мотивации к обучению и познанию, ценностного отношения к знаниям, а также для коррекции развития познавательных сфер деятельности младших школьников.

Новизна данной программы определена требованиями к результатам основной образовательной программы начального общего образования ФГОС. Одним из главных лозунгов новых стандартов является формирование компетентностей ребенка по освоению новых знаний, умений, навыков, способностей. Ориентация современной школы на разностороннее развитие личности ребенка предполагает необходимость гармоничного сочетания собственно учебной деятельности, в рамках которой формируются базовые знания, умения и навыки, с деятельностью творческой, связанной с развитием индивидуальности обучающихся, их познавательной и личностной активностью, волевым развитием, формированием индивидуального стиля поведения.

Цели и задачи программы:

Основной **целью** занятий является: укрепление и сохранение психологического здоровья младших подростков через оказание помощи в преодолении противоречий между потребностью понять себя и недостаточным умением анализировать личностные проявления, недостаточным уровнем объективных знаний о себе и окружающей действительности.

Основные **задачи** реализации программы:

Согласно традиционной форме деления, все задачи можно разделить на:

Обучающие:

- Формирование общеучебных навыков;
- Формирование умений работать в строго организованном учебном пространстве – следовать инструкциям, работать по заданному алгоритму, составлять схемы и таблицы, систематизировать и обобщать полученную информацию и др.;
- Формирование умений работать в режиме творческой мастерской – формулировать задачу, разрабатывать план действий, находить нестандартные решения поставленной задачи и др.;
- Формирование умений работы в режиме проблемного обучения.

Развивающие:

- Развитие познавательных процессов учащихся (мышления, внимания, памяти, воображения);
- Развитие волевых свойств личности;
- Развитие личностной сферы поведения.
- Развитие учебной и познавательной активности учащихся.

Воспитательные:

- Формирование основополагающих качеств новой социальной роли – ученик;
- Формирование нравственных и моральных норм поведения;
- Формирование чувства вкуса и стиля;
- Формирование индивидуального стиля поведения и интеллектуальной деятельности учащихся. Расширение коммуникативных способностей детей.

Основные **принципы** содержания программы:

- принцип единства сознания и деятельности;
- принцип наглядности;
- принцип личностной ориентации;
- принцип системности и целостности;
- принцип человеческого гуманизма;

- принцип практической направленности.

Основные **методы**, используемые на уроках курса можно классифицировать по следующим основаниям:

- методы, в основе которых лежит способ организации занятия:
 1. Словесный (устное изложение, беседа, рассказ, диспут и т.д.)
 2. Наглядный (показ видео и мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, работа по образцу и т.д.)
 3. Практичный (выполнение конкретных методик по заданным инструкциям, схемам и образцам и т.д.)
- методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:
 1. Объяснительно-иллюстративный – учащиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;
 2. Репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
 3. Частично-поисковый – участие детей в коллективном поиске решения поставленной педагогом задачи;
 4. Исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся.

Планируемые результаты обучения

Планируемые личностные, регулятивные, познавательные и коммуникативные результаты:

- ***Личностные универсальные учебные действия:***
 - внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
 - широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
 - учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
 - способность к самооценке на основе критериев успешности

учебной деятельности.

- ***Регулятивные универсальные учебные действия:***
 - принимать и сохранять учебную задачу;
 - учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;
 - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;
 - оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результатов требованиям данной задачи и заданной области.
- ***Познавательные универсальные учебные действия:***
 - осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников;
 - проводить сравнение и классификацию по заданным критериям;
 - строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;
 - осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза.
- ***Коммуникативные универсальные учебные действия:***
 - адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание;
 - допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
 - формулировать собственное мнение и позицию;
 - задавать вопросы.

Формы контроля:

Входная и итоговая диагностика

Общая характеристика программы внеурочной деятельности «Поверь в себя».

Одной из главных целей школьного образования является создание и поддержание психологических условий, обеспечивающих полноценное психическое и личностное развитие каждого ребенка. Учебно-воспитательный процесс в большей степени ориентирован на личность ученика, его индивидуальные возможности, способности и интересы. Большое значение для развития личности имеет психическое здоровье, т.е. состояние полного душевного, физического и социального благополучия. Младший подростковый возраст является благоприятным временем для формирования личности. В этом возрасте появляется интерес к собственному внутреннему миру, возникает желание понять, лучше узнать себя. Но возникшее острое «чувство Я», увеличение значимости проблем, связанных с самооценкой, сопровождаются трудностями думать и говорить о себе, слабым развитием рефлексивного анализа, что приводит к повышенной тревожности, возникновению чувства неуверенности в себе, психологическому дискомфорту. Данная программа направлена на решение вопросов развития личности, формирования коммуникативных навыков, оказания психологической помощи и поддержки. Она поможет подросткам познать себя и научиться управлять своим внутренним миром.

Учебный план: Количество часов в неделю по учебному плану- 1
Количество часов по учебному плану на учебный год – 34

Календарно-тематический план — 1 год обучения (34 часа)

№	Тема	Дата проведения
1	Давай познакомимся	
2	Кто я на самом деле?	
3	Я в глазах других людей	
4	Мои достоинства	
5	Мои достоинства	
6	Мои слабости	
7	Мои слабости	
8	Мои права и права других людей	
9	Мои права и права других людей	
10	Мои эмоции	
11	Мир эмоций	
12	Мир эмоций	
13	Такие разные чувства	
14	Такие разные чувства	
15	Проявление эмоций и чувств	
16	Как почувствовать радость?	
17	Я и другие	
18	Люди вокруг меня	
19	Насколько я общителен?	
20	Средства общения	
21	Разговор без слов	
22	Эффективные приёмы общения	
23	Эффективные приёмы общения	
24	Я тебя понимаю	
25	Я тебя понимаю	
26	Помощь друг другу	
27	Помощь друг другу	
28	Как полюбить себя?	
29	Самопринятие	
30	Самоуважение	

31	Самодобрение	
32	Будь собой, но в лучшем виде	
33	Будь собой, но в лучшем виде	
34	Творческий итог	
Итого	34 часа	

Библиографический список.

- Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. – СПб.: Питер, 2006.
- Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога: Учебно-методическое пособие. – М.: «Ось-89», 2002.
- Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. – М.: Ось-89, 2005. Захарова Г.И. теория и методика психологического тренинга: Учебное пособие. / Челябинск: ЮУрГУ, 2008.
- Грецов А.Г. Тренинги развития с подростками: творчество, общение, самопознание. – СПб.: Питер, 2012.
- Зарипова Ю. Поверь в себя: программа психологической помощи подросткам – М.: Чистые пруды, 2007.
- Истратова О.Н. Справочник психолога средней школы. / О.Н.Истратова, Т.В.Эксакусто – Ростов н/Д: Феникс, 2006.
- Панфилова М.А. Игротерапия общения. Тесты и коррекционные игры: практическое пособие для психологов, педагогов и родителей. – М.: Издательство ГНОМ, 2012.
- Практикум по психологическим играм с детьми и подростками /под общей ред. Битяновой М.Р. – СПб.: Питер, 2006.
- Практикум по возрастной психологии: Учебное пособие / Рыбалко Е.Ф., Голвей Л.А. – М.: Феникс, 1990
- Психогимнастические упражнения для школьников: разминки, энергизаторы, активаторы. / автор-составитель М.А.Павлова. – Волгоград: Учитель, 2013

- Психологические тесты: в 2-х т. / под ред. А.А.Карелина – М.: ВЛАДОС, 2003.
- Психология современного подростка. / Под ред. Д.И. Фельдштейна – М.:Педагогика, 2006
- Светланова И.А. Психологические игры для детей. – Ростов н/Д: Феникс, 2014.
- Хухлаева О.В. Психология подростка: учебное пособие. – М.: Академия, 2005.
- Шапарь В.Б., Шапарь О.В. Практическая психология. Проективные методики. – Ростов н/Д: Феникс, 2006.