

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Республики Тыва
Республиканское общеобразовательное учреждение
«Республиканская Школа-Интернат «Тувинский Кадетский Корпус»»

РАССМОТРЕНО

на педсовете

протокол №1 от
«29» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель НМР

Сарыглар
Сарыглар С.А.
протокол №1 от
«31» августа 2023 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор

Монгуш
Монгуш С.Г.
приказ №265 от
«31» августа 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по курсу внеурочной деятельности «АЗБУКА ПСИХОЛОГИИ»
для обучающихся 6 класса

КЫЗЫЛ 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» для 5-6 класса разработана в соответствии с:

Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с последующими изменениями);

- Основной образовательной программой основного общего образования, утвержденной приказом директора МБОУ «Средняя школа № 15» от 18.06.2015 г. № 126;

- Авторской программой внеурочной деятельности Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5—6 классы)». - М.: Генезис, 2017.

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

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.

Данная программа внеурочной деятельности учеников 5-6 класса реализуется по социальному направлению. Программа «Азбука психологии» разработана на два года занятий с 5 по 6 класс и рассчитана на поэтапное освоение материала на занятиях во внеурочной деятельности. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 40 минут и предполагают наличие здоровьесберегающих технологий: организационных моментов, динамических пауз, коротких перерывов, проветривание помещения, физкультминутки.

Форма организации – внеурочное занятие.

Ожидаемые результаты

Итогом работы по данной программе является улучшение навыков общения детей друг с другом. Дети станут более доброжелательны друг к другу. Улучшится социометрический статус некоторых учащихся. К концу изучения курса у учащихся будут сформированы универсальные учебные действия:

Личностные УУД:

- Определять и высказывать под руководством психолога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы).
- В предложенных психологом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и психолога, как поступить.

Метапредметные УУД:

- Учиться высказывать свое мнение;
- Учиться лучше и глубже понимать себя и свой внутренний мир;
- Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного;
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную от психолога;
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса;

- Доносить свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста);
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

Содержание программы 6 класса

Раздел 1. Агрессия и ее роль в развитии человека.

1. Я повзрослел

Изменения во мне. Сказка «Лабиринт души». Символ моего Я. Игра «Спрячь игрушку».

2. У меня появилась агрессия.

Агрессия и развитие. Различия между агрессией и агрессивностью. Как научиться контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других. Золотые мысли. Ассоциации. сказка про Рона.

3. Как выглядит агрессивный человек.

Как распознать агрессивного человека. Трудности агрессивного человека и причины агрессивного поведения. Игра «Покажи агрессию». Отбрось старое, чтобы измениться. Агрессивный ...продавец».

4. Конструктивное реагирование на агрессию.

Упражнение «Моя реакция на агрессию». Если я сильный... Притча «Живот с пристежками».

5. Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми.

Часто между родителями и подростками присутствует агрессия. Основной причиной ее возникновения является непонимание между детьми и родителями. Как искать точки понимания в семье и учиться договариваться.

6. Учимся договариваться.

Игра «На приеме у психолога». Мои маски. Притча «Дом масок».

Раздел 2. Уверенность в себе и ее роль в развитии человека.

7. Зачем человеку нужна уверенность в себе.

Как обрести уверенность в себе и понять, что вера в себя необходима для развития человека, для достижения успеха в различных делах и долгой жизни. Портрет. Моделирование ситуаций «В чем проблема?». Символ моей веры в себя.

8. Источники уверенности в себе.

Источники уверенности в себе. Копилка источников уверенности. Мои ресурсы. Человеку очень важно, чтобы его принимали таким, какой он есть. Это способствует его развитию. Уверенному в себе человеку легче изменяться.

9. Какого человека мы называем неуверенным в себе?

Причины неуверенного поведения. Маски неуверенности: застенчивость и самоуверенность. Работа с рассказом. На приеме у психолога. Сказка «Маленькая волна».

10. Я становлюсь увереннее.

Поражение-прекрасная возможность научиться чему-то новому. Высказывания. Сказка «Молодое дерево».

11. Уверенность и самоуважение.

Понятие «Уважение», «самоуважение», «самопринятие». Уверенность связана с самоуважением и самопринятием. «Я горжусь». Звезда самоуважения. Игра «Волшебное зеркало». Сказка «На дне моря».

12. Уверенность к другим.

Действительно уверенный человек относится с уважением к другим. За что я уважаю... Качества в других людях, достойные уважения. Бывает ли так, что человека не за что уважать?

13. Уверенность в себе и милосердие.

Уверенный в себе человек умеет быть к другим милосердным. Понятие «Милосердие». Кто нуждается в милосердии? Качества милосердного человека. С чем бы я мог согласиться?

14. Уверенность в себе и непокорность.

Коллективный портрет ученика. Непокорность мешает, когда... Непокорность помогает, когда... Корзинка непослушания.

Раздел 3. Конфликты и их роль в усилении Я.

15. Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице.

Роль конфликта в жизни человека. Как научиться конструктивно разрешать конфликты. Первый шаг разрешения конфликта – умение его предвидеть. Сигналы конфликта. Конфликт – это хорошо или плохо? Стилль входа в конфликт. Как выглядит человек в конфликте?

16. Способы поведения в конфликте: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта.

Поведение в процессе конфликта: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта. Какой способ быстрее ведет к конфликту и почему. Как проявляются способы поведения в конфликте? Конфликтные ситуации.

17. Конструктивное разрешение конфликтов.

Лучшее разрешение конфликта — то, при котором выигрывают оба участника. Моделирование ситуации «Конфликт». Типичные конфликтные ситуации шестиклассников. Как выиграть обоим участникам конфликта. Как оставаться спокойным.

18. Конфликт как возможность развития.

Творческий подход к конфликту позволяет превратить проблемы в возможности. Конфликт как возможность. Пробуем договориться.

19. Готовность к разрешению конфликта.

Иногда конфликт может быть приятным и желательным. В чем выгода? Игра «В стране вещей».

Раздел 4. Ценности и их роль в жизни человека.

20. Что такое ценности?

Каждый человек движется по жизни, опираясь на свои ценности. Основные ценности взрослых. Я в будущем.

21. Ценности и жизненный путь человека.

Ценности человека во многом определяют его жизненный путь. Связаны ли ценности с выбором профессии. Определи ценности. Какие события могут привести к переоценке его ценностей.

22. Мои ценности.

Каждый человек имеет право утверждать свои ценности, если это не вредит другим. Спор ценностей. Общий герб ценностей класса.

Содержание разделов	Количество часов	
	Аудиторные	Внеаудиторные
Агрессия и ее роль в развитии человека	6	5
Уверенность в себе и ее роль в развитии человека	6	5
Конфликты и их роль в усилении Я	8	1
Ценности и их роль в жизни человека	3	0

Календарно-тематическое планирование

№ П. п.	Тема заняти я	Виды и формы внеурочной деятельности; УУД	Ко ли че ст во ча со в	план.сро ки проведе ния	дата фактичес кого проведен ия занятий
				6 класс	6 класс

Тема 1. Агрессия и ее роль в развитии человека (11ч.)

	Я повзрослел	2		
	У меня появилась агрессия	1		
	Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия?	2		
	Конструктивное реагирование на агрессию	2		
	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми	2		
	Учимся договариваться	2		
Уверенность в себе и ее роль в развитии человека (11 ч.)				
	Зачем человеку нужна уверенность в себе?	1		
	Источники уверенности в себе	2		
	Какого человека мы называем неуверенным в себе?	2		
	Я становлюсь увереннее	1		
	Уверенность и самоуважение	2		
	Уверенность и уважение к другим	1		
	Уверенность в себе и милосердие	1		
	Уверенность в себе и непокорность	1		
Конфликты и их роль в усилении Я (9ч.)				
	Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице	2		
	Способы поведения в конфликте: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта	2		
	Конструктивное разрешение конфликтов	2		
	Конфликт как возможность развития	2		
	Готовность к разрешению конфликта	1		
Ценности и их роль в жизни человека (3ч.)				
	Что такое ценности?	1		
	Ценности и жизненный путь человека	1		

	Мои ценности	1		
	всего	34		