

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кутейниковская казачья средняя общеобразовательная школа №3

Утверждаю

Приказ от 30.08.2021г №141 - ОД

Директор _____ Лазуткина Н.Г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности
социального направления
"Тропинка к своему Я"

Уровень общего образования (класс): основное общее образование, 7 класс

Количество часов: 32

Учитель: Ерилкина Мария Александровна

Программа разработана на основе программы: Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (7 – 8 классы). – 3-е изд. – М.: Генезис, 2017 г.

ст.Кутейниковская

2021 год

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности в 7 классе разработана на основе нормативно-правовых документов:

1. Федерального Закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 13.07.2021г.);
2. Областного закона от 14.11.2013 № 26-ЗС «Об образовании в Ростовской области» (в ред. от 06.11.2020г. №388-ЗС);
3. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897; в ред. от 29.12.2014 №1644, от 31.12.2015 №1577, от 11.12.2020 №712);
4. Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования (Приказ Министерства просвещения РФ от 22.03.2021 №115);
5. Письма Департамента общего образования Минобрнауки России от 12.05.2011г. №03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
6. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Обутверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
7. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 №16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» (в ред. от 24.03.2021 №10);

8. Письма Министерства образования и науки РФ от 18.08.2017г. № 09-1672 «О направлении методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности»;
9. Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ Кутейниковской казачьей СОШ №3 на 2021-2022 учебный год (утверждена приказом от 18.08.2021г. №135-ОД);
10. Плана внеурочной деятельности МБОУ Кутейниковской казачьей СОШ №3 на 2021- 2022 учебный год (приказ от 30.08.2021 г. №141-ОД);
11. Программы формирования психологического здоровья школьников «Тропинка к своему Я». Уроки психологии в средней школе (7-8 кл.). Хухлаева О.В. Москва: Генезис, 2017г.

Цель программы внеурочной деятельности - формирование и сохранение психологического здоровья школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни и социализации.

Задачи программы внеурочной деятельности:

1. Способствовать успешной психологической адаптации обучающихся к условиям обучения в основной школе.
2. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей -установку преодоления.
3. Мотивировать к самопознанию и познанию других людей.
4. Развивать самосознание, самопринятие.
5. Содействовать формированию эго-идентичности.
6. Способствовать актуализации индивидуальных взглядов, позиций, установок.
7. Учить анализировать свое поведение, свои поступки и поступки других.
8. Содействовать формированию самостоятельности как предпосылки умения принять ответственность за свою жизнь.
9. Учить распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать свои чувства и чувства другого человека.

10. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений и адаптации в социальной среде.

11. Прививать умение быть толерантными и терпимыми к недостаткам и особенностям других людей.

12. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения. Формировать терпимость к мнению собеседника. Учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

Место курса в учебном плане.

В соответствии с учебным планом МБОУ Кутейниковской казачьей СОШ №3 программа курса внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» рассчитана на проведение теоретических и практических занятий с обучающимися 7 класса в объёме 35 часа (1 час в неделю). Фактически будет проведен 32 часа, т.к. 08.03, 03.05, 10.05 являются праздничными днями. Материал будет выдан в полном объеме за счет уплотнения.

Планируемые результаты.

Итогом работы по данной программе является сохранение психологического здоровья школьников, их успешная школьная адаптация и социализация: приобретение чувства уверенности в себе, стремление созидать и узнавать новое; приобретение навыков успешного взаимодействия с ровесниками и взрослыми. В результате ребенок будет познавать не только внешний мир, но и самого себя. И в этой гармонии его школьный жизненный путь будет более успешным и радостным.

Предметные результаты:

По окончании курса дети должны знать/понимать:

- нормы и правила, существующие в мире;
- основные понятия социальной психологии;
- основные понятия конфликтологии.
- важность эмоциональной сферы в жизни человека, соблюдение психогигиены эмоциональной жизни
- важность положительного самоотношения, самопринятия, самопрограммирования

- основные состояния человека и их поведенческие проявления
- правила эффективного общения с окружающими
- свои индивидуальные особенности (характер, темперамент, мотивы, интересы)
- важность профессионального и жизненного самоопределения

Личностные УУД:

- оценивать свои и чужие поступки, выбирать, как поступить, отвечать за свой выбор
- осознавать важность саморазвития, использовать это знание в жизненных ситуациях
- осознавать целостность мира и многообразие взглядов на него, вырабатывать свои мировоззренческие позиции
- понимать чувства других людей
- идти на взаимные уступки в разных ситуациях
- осознавать свои эмоции, мысли, черты характера, адекватно выражать и контролировать их в общении

Познавательные УУД:

- находить ответы на вопросы (курса и для решения жизненных задач) в различных источниках информации
- анализировать свои и чужие поступки (действия, чувства; изменения в самом себе)
- обобщать (делать выводы, доказывать), устанавливать причинно-следственные связи (поступков, ситуаций)
- обогатить представления о собственных ценностях, эмоциональном мире человека, их роли в жизни

Регулятивные УУД:

- определять цель, проблему в учебной деятельности (на занятии)
- выдвигать версии в группе и индивидуально
- определять цель, проблему в жизненно-практической деятельности, оценивать степень и способы достижения цели в жизненных ситуациях, самостоятельно исправлять ошибки

- планировать свою деятельность в учебной и жизненной ситуациях
- прогнозировать последствия собственных и чужих поступков

Коммуникативные УУД:

- излагать свое собственное мнение и позицию с аргументами, фактами
- понимать позицию другого (выраженную в явном и неявном виде: чувства, причины действий, поступков), корректировать свое мнение, достойно признавать его ошибочность
- самостоятельно решать проблемы в общении с взрослыми и друзьями
- преодолевать конфликты, толерантно относиться к другому человеку

Содержание курса внеурочной деятельности

Раздел 1 Я и общество (7 ч.)

1. «Конвенция о правах ребенка»
2. «Права детей»
3. «Подросток и Закон»
4. «Подросток и преступление»
5. «Человек – творец своей судьбы»
6. «Уверенность в себе»
7. «Жизнь – главная ценность человека»

Раздел 2. Теория общения (9ч.)

8. «Мои ценности»
9. «Красота и здоровье»
10. «Возраст, доверие и независимость»
11. «Мое настроение и общение с людьми»
12. «Тренинг невербального общения»
13. «Тренинг неагрессивного отстаивания своего мнения»
14. «Развлечения в компании»
15. «Я и моя уличная компания»

Раздел 3. Факторы, влияющие на здоровье (14 ч.)

16. «Самоконтроль и требовательность к себе»
17. «Правила поведения в общественных местах»
18. «Вредные привычки»

19. «Сила воли и характер»
20. «Компьютер-друг или враг»
21. «Алкоголь и алкогольная зависимость»
22. «Урок – викторина против табака»
23. «Наркотики и закон»
24. «Профилактика инфекционных заболеваний»
25. «Как справиться с плохим настроением, раздражением, обидой»
26. «Причины возникновения болезней»
27. «Конфликты в нашей жизни и способы их преодоления»

Раздел 4. Основы семейной жизни (5ч.)

28. «Семья-это»
29. «Роль отца и матери»
30. «Моя семья»

Формы организации:

- Тренинги, дискуссии, игры, круглые столы.

Виды деятельности:

- познавательные беседы;
- деловые игры;
- проблемно-ценностное общение;
- арт-терапия;
- практикумы;
- творческие задания;
- тестирование.

Календарно - тематическое планирование на 2021 – 2022 уч.год

| № п/п | Дата | | Тема занятия |
|--|----------------------|------|---|
| | План | Факт | |
| Раздел 1. Я и общество | | | |
| 1 | 07.09.21 | | «Конвенция о правах ребенка» |
| 2 | 14.09.21 | | «Права детей» |
| 3-4 | 21.09.21 28.09.21 | | «Подросток и Закон» |
| 5 | 05.10.21 | | «Подросток и преступление» |
| 6 | 12.10.21 | | «Человек – творец своей судьбы» |
| 7 | 19.10.21 | | «Уверенность в себе» |
| Раздел 2. Теория общения | | | |
| 8 | 26.10.21 | | «Жизнь – главная ценность человека» |
| 9 | 09.11.21 | | «Мои ценности» |
| 10 | 16.11.21 | | «Красота и здоровья» |
| 11 | 23.11.21 | | «Возраст, доверие и независимость» |
| 12 | 30.11.21 | | «Мое настроение и общение с людьми» |
| 13 | 07.12.21 | | «Тренинг невербального общения» |
| 14 | 14.12.21 | | «Тренинг неагрессивного отстаивания своего мнения» |
| 15 | 21.12.21 | | «Развлечения в компании» |
| 16 | 11.01.22 | | «Я и моя уличная компания» |
| Раздел 3. Факторы, влияющие на здоровье | | | |
| 17 | 18.01.22 | | «Самоконтроль и требовательность к себе» |
| 18 | 25.01.22 | | Правила поведения в общественных местах» |
| 19-20 | 01.02.22 08.02.22 | | «Вредные привычки» |
| 21 | 15.02.22 | | «Сила воли и характер» |
| 22 | 22.02.22 | | «Компьютер-друг или враг» |
| 23 | 01.03.22 | | «Алкоголь и алкогольная зависимость» |
| 24 | 15.03.22 | | «Урок – викторина против табака» |
| 25 | 15.03.22 | | «Наркотики и закон» |
| 26 | 29.03.22 | | «Профилактика инфекционных заболеваний» |
| 27 | 05.04.22 | | «Как справиться с плохим настроением, раздражением, обидой» |
| 28 | 12.04.22 | | «Причины возникновения болезней» |
| 29-30 | 19.04.22 26.04.22 | | «Конфликты в нашей жизни и способы их преодоления» |
| Раздел 4. Основы семейной жизни | | | |
| 31-32 | 17.05.22 | | «Семья-это» |
| 33 | 24.05.22 | | «Роль отца и матери» |
| 34-35 | 31.05.22 | | «Моя семья» |

«РАССМОТРЕНО»

Протокол заседания
методического объединения учителей
гуманитарного цикла
МБОУ Кутейниковской казачьей СОШ №3
От 30.08.2021года № 1
Руководитель МО _____/Ерина Г.М./
Подпись _____ Ф.И.О.

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора
_____/Резвушкина Е.А./
Подпись Ф.И.О.
30.08.2021 года

