МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение города Новосибирска

"Средняя общеобразовательная школа №215 имени Д.А. Бакурова"

МАОУ СОШ № 215

Зам. директора по ВР
МАОУ СОШ № 215
_____ Черемных О.В.
31.08.2023

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу внеурочной деятельности «Познай себя» в 6в классе

Срок реализации программы: 1 год
Возраст обучающихся: 11-13 лет

Составитель:
Монкевич Лариса Алексеевна
Учитель русского языка
и литературы

г. Новосибирск
2023

Пояснительная записка

Внеурочное занятие (курс «Познай себя») в 6 классе продолжает реализацию социального направления внеурочной деятельности в школе.

Данный курс поможет получить ученику знания о самом себе, о том, как его принимают окружающие, каков его творческий потенциал. Необходимость введения данного курса определены требованиями к результатам основной образовательной программы по ФГОС. Одним из главных лозунгов новых стандартов второго поколения является формирование компетентностей ребенка по освоению новых знаний, умений, навыков, способностей.

Программа рассчитана на 34 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю, продолжительность каждого занятия 45 минут.

Программа, направленная на развитие базовых психических функций детей, приобретает особое значение в учебном процессе, так как именно на этом этапе возможно наиболее эффективное воздействие на интеллектуальную и личностную сферы ученика.

Еще одной важной причиной внедрения программы «Познай себя» в учебный процесс является возможность проведения диагностики интеллектуального и личностного развития обучающегося, являющейся основой для целенаправленного планирования индивидуальной развивающей работы с ним.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Познавательные 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.
- Владеть смысловым чтением – самостоятельно вычитывать фактуальную, подтекстовую, концептуальную информацию
- Устанавливать аналогии (создавать модели объектов) для понимания закономерностей, использовать их в решении задач
- Представлять информацию в разных формах (рисунок, текст, таблица, план, схема, тезисы

РЕГУЛЯТИВНЫЕ

- 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.

КОММУНИКАТИВНЫЕ

- 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; Корректировать свое мнение под воздействием контраргументов, достойно признавать его ошибочность
- Преодолевать конфликты – договариваться с людьми, уметь взглянуть на ситуацию с позиции другого
- задавать вопросы, создавать устные и письменные тексты для решения разных задач общения – с помощью и самостоятельно

Личностные:

- 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;

- Осознавать целостность мира и многообразия взглядов на него, вырабатывать собственные мировоззренческие позиции
- Вырабатывать уважительно-доброжелательное отношение к непохожим на себя, идти на взаимные уступки в разных ситуациях
- Осваивать новые социальные роли и правила, учиться критически осмысливать их и свое поведение, справляться с агрессивностью, эгоизмом
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности.

Содержание тем учебного курса.

Вводное занятие. Цели и задачи занятий. Режим занятий. Инструктаж по технике безопасности.

Создание положительной мотивации к изучаемому курсу

Раздел : Трудно быть собой

Познакомить с понятием «личность, индивидуальность»

Показать неповторимость личности, пути формирования личности

Открытие своих способностей и их реализация

Определение черт присущих мужчине, женщине

Определение уровня самооценки, уровня своей успешности

Практическая работа № 2 «Исследование самооценки»

Практическая работа №1 «Ресурсы моей личности»

Практическая работа №3 «Коллаж внутреннего мира»

Раздел: Я – ты – группа

Осознание понятий: Моё тело, моя личность.

Личное пространство: понятие, возможность ограничивать и расширять личное пространство

Личное пространство практическая работа №3 «Коллаж внутреннего мира»

Обобщение по разделу «Я –ты – группа». Способность через предметы и изображения выражать своё настроение, чувства.

Раздел. Конкуренция или сотрудничество

Прояснение понятия «конфликт»,

Определение положительных и отрицательных сторон конфликта,

Установление причин конфликтов: негативный вариант развития, позитивный вариант развития

Проявление собственных эмоций в конфликте

Выявление стратегий собственного поведения в конфликте: невербальные и вербальные компоненты, построение оправданной линии поведения

Освоение различных стилей поведения в конфликте: сотрудничество, компромисс, избегание, приспособление

Практическая работа № 4 «Тренируем поведение в конфликте»

Раздел Проблема толерантности «Другие»

Осознание собственной уникальности и уникальности других

Исследование роли «других» в жизни подростков

Страхи, связанные с предрассудками
Существование различных мнений, относительность разных норм и правил
Актуализировать и прорабатывать чувства по отношению к «Другим»
Освоить понятия «стереотипы, предрассудки, стигматизированные люди»
Осознание роли предрассудков
Практическая работа № 5 «Чем я похож и чем отличаюсь от них?»

Раздел Мир взрослых

Получение нового эмоционального опыта обращения с «деньгами»
Осознание собственной взрослости своими глазами и её реализация
Получение опыта проживания темы «взрослость»
Актуализация образа желаемого будущего
Формирование понятия «Взрослая ответственность»
Анализ стиля собственного общения
Наметить путь достижения желаемого будущего
Получение обратной связи в группе
Обобщить опыт самопознания
Практическая работа №6 «Визитка взрослого человека»

Формы организации и виды деятельности: Практикумы, Сюжетно-ролевые упражнения, Проведение самодиагностики, тренинговое занятие , Решение психологических задач-ситуации , Тематическое рисование ,прочтение и обсуждение текстов ; письменные работы учащихся исследовательского характера, Карусели общения. Ролевая игра , Дискуссия, Занятие-практикум, Психотренинг, Психодиагностические процедуры, Анализ конкретных ситуаций. Тестирование и анкетирование Беседа –лекция,

Тематическое планирование

№п/п	**Наименование разделов**	**Количество часов**		
		всего	**Теоретические занятия**	**Практические занятия**
	Введение	1	1	
1	Трудно быть собой	8	6	2
2	Я – ты - группа	4	3	1
3	Конкуренция или сотрудничество	7	6	1
4	Проблема толерантности «Другие»	7	6	1
5	Мир взрослых	7	6	1
		34	28	6

№ п/п	Тема учебного занятия	Всего часов	Форма организации деятельности	Дата
1.	Вводное занятие.	1	Беседа	
2	Знаете ли вы себя	1	Ролевая игра «На уроке с Гарри Поттером	
3	Личность	1	Дискуссия	
4	Ценности личности Практическая работа №1 «Ресурсы моей личности»	1	Занятие-практикум	
5	Самореализация	1	Тренинговое занятие	
6	Самооценка Практическая работа № 2 «Исследование самооценки»	1	Занятие-практикум Психотренинг	
7	Личностный профиль	1	Психодиагностические процедуры	
8	Пол – как ключевой аспект «Я»	1	Анализ конкретных ситуаций	
9	Обобщение по разделу «Трудно быть собой»	1	Занятие-практикум	
10	Моё тело	1	Занятие – практикум	
11	Личное пространство	1	Тестирование	
12	Личное пространство практическая работа №3 «Коллаж внутреннего мира»	1	Занятие-практикум, тренинг	
13	Обобщение по разделу «Я –ты – группа»	1	анкетирование Анализ ситуаций	
14	Что такое конфликт	1	Дискуссия	
15	Причины конфликтов	1	Ролевая игра «чужая тень»	
16	Наши чувства в конфликте	1	Ролевая игра «робот»	
17	Стратегия поведения в конфликте. Понятие сотрудничества.	1	Работа в парах Составление диагностических схем	
18	Стратегия поведения в конфликте. Практическая работа № 4 «Тренируем поведение в конфликте»	1	Занятие-практикум, тренинг	
19	Конфликты проходят, отношения остаются	1	выполнение конкретных методик по заданным инструкциям	
20	Обобщение по разделу «Конкуренция или сотрудничество»	1	Занятие-практикум, тренинг	
21	Уникальность и различия	1	беседа, рассказ	
22	«Другие» в нашей жизни Странные люди	1	диспут - показ видео и мультимедииных материалов, иллюстраций	
23	Разные нормы и правила	1	выполнение конкретных методик по заданным инструкциям	

24	Ярлыки и стереотипы	1	Работа в группах, парах по заданным ролям	
25	Стереотипы и предрассудки	1	Дискуссия	
26	Как жить в мире различий Практическая работа № 5 «Чем я похож и чем отличаюсь от них?»	1	Занятие-практикум, тренинг	
27	Обобщение по теме «проблемы толерантности «Другие»»	1	Психологический тренинг	
28	Кто такие взрослые?	1	дискуссия	
29	Мир взрослых Практическая работа №6 «Визитка взрослого человека»	1	Занятие-практикум	
30	Мой взрослый мир	1	рассказ, ролевые игры устное изложение	
31	Я в ответе за своё будущее	1	Устный журнал	
32	Ответственность и принятие решений	1	Анализ конкретных ситуаций	
33	Я – взрослый?!	1	психотренинг	
34	Обобщение по разделу «Мир взрослых»	1	Занятие-практикум	