

**НЕГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОРГАНИЗАЦИЯ
«ПОТЕНЦИАЛ»**

Утверждаю
к исполнению

Директор  Е.В. Коптева

Приказ № 100 от « 30 » августа 201 7 г.



**ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**
Модифицированная
Направление: общеинтеллектуальное

**«Тропинка к своему Я»
Творческое объединение**

Классы: 6 классы
Возраст детей 12-13 лет

Срок реализации 1 год

Программу разработала
педагог-психолог

Алмалиева Е.Е.

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и составлена на основе программы «Тропинка к своему Я» средняя школа (5-6 классы)/Хухлаева О.В.-3-е изд.-М.:Генезис,2017.

Самара, 2017

Программа творческого объединения «Тропинка к своему Я»

Для внеурочной деятельности учащихся 6 классов

Пояснительная записка.

Обучение в средней школе — вторая и очень значительная ступень в их школьной жизни. От степени освоения ими новой учебной деятельности, приобретения умения учиться во многом зависит дальнейшее обучение ребенка, развитие его как субъекта учебного процесса и формирование его отношения к школе.

В этом возрасте борьба за самостоятельность в мыслях и поступках приобретает для подростков особое значение. Для них очень важно, чтобы окружающие с уважением выслушивали их точку зрения, поэтому им обычно нравятся различного рода дискуссии.

Основной формой проявления самостоятельности становятся различного рода агрессивные действия, которые у взрослых, как правило, вызывают ответную агрессию, что приводит к нарастанию конфликтов между подростками и их родителями, педагогами. Поэтому полезно предоставлять детям возможность осознавать собственные индивидуальные особенности, свои агрессивные действия, учить их контролировать проявления агрессии.

Большинство подростков проявляют живой интерес к самопознанию, поэтому они с радостью принимают любые игры, задания, позволяющие им посмотреть на самих себя.

У многих подростков снижается самооценка из-за первых телесных изменений, неуверенности в своей взрослости. Поэтому полезно в свободном общении на психологических занятиях включать те или иные воздействия, направленные на подчеркивание ценности, уникальности каждого, повышение самооценки учащихся.

Программа психологических занятий для подростков должна обеспечивать, с одной стороны, формирование психологического здоровья. С другой стороны – помочь подросткам адаптироваться к условиям средней школы, научиться контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других, помочь обрести уверенность в себе, побудить задуматься о собственных жизненных ценностях.

За основу взята программа, которая разработана и апробирована О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я» средняя школа (6 класс). Данная программа включает в себя основные направления групповой работы: аксиологическое, инструментальное, потребностно-мотивационное и развивающее.

Аксиологическое направление учит ребенка принимать самого себя и других людей, при этом адекватно осознавая свои и чужие достоинства и недостатки. Инструментальное направление формирует умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы, т.е. помогает личностной рефлексии ребенка. Потребностно-мотивационное направление для подростков предполагает развития умения сделать выбор, готовность нести за него ответственность, а также формирование потребности в самоизменении и личностном росте. Развивающее направление обеспечивает формирование эго-идентичности (Э. Эриксон), половой идентичности и личностного самоопределения (Л.И. Божович).

Цель программы - решение основных проблем возраста с целью сохранения психологического здоровья детей, а также развитие коммуникативной, познавательной, личностной сфер личности ребенка.

Задачи:

Обучающие:

- научить положительному самоотношению и принятию других людей,
- научить рефлексивным умениям,
- формировать потребность в саморазвитии.

Воспитательные:

- воспитывать чувства коллективизма, взаимопомощи, ответственности;
- сохранение и поддержка психологического здоровья ребенка;
- воспитывать нравственные качества учащихся.

Развивающие:

- создавать условия для развития личности каждого учащегося;
- развивать положительные эмоции и волевые качества;
- развивать умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы;

Общая характеристика программы.

Творческое объединение «Тропинка к своему Я» входит во внеурочную деятельность по направлению общеинтеллектуальное развитие личности.

Программа включает в себя 4 темы. Первая тема «Агрессия и ее роль в развитии человека» помогает подросткам осознать различия между агрессией и агрессивностью, научиться контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других.

Вторая тема «Уверенность в себе и ее роль в развитии человека» - помогает детям обрести уверенность в себе и понять, что вера в себя необходима для развития человека.

Третья тема «Конфликты и их роль в усилении Я» – помогает подросткам осознать роль конфликтов в жизни человека, научиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

Четвертая тема «Ценности и их роль в жизни человека» - побуждает учащихся задуматься о собственных жизненных ценностях.

На занятиях используются как коллективные формы работы, индивидуальные и работа в парах. Чередование форм работы способствует повышению коммуникативных способностей учащихся, формированию нравственных качеств учащихся.

Место творческого объединения в учебном плане.

Программа рассчитана на 34 часа в год с проведение занятий 1 раз в неделю в 6 классах, продолжительность занятий 40 минут.

Ожидаемые результаты реализации программы творческого объединения

Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни):

- приобретение школьниками социальных знаний о ситуации межличностного взаимодействия, её структуре, пространстве взаимодействия, способах управления социокультурным пространством;
- овладение способами самопознания, рефлексии;
- усвоение представлений о самопрезентации в различных ситуациях взаимодействия, об организации собственной частной жизни и быта;
- освоение способов исследования нюансов поведения человека в различных ситуациях, способов типизации взаимодействия, инструментов воздействия, понимания партнёра.

Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом):

- развитие ценностных отношений школьника к труду, к другим людям, к своему здоровью и внутреннему миру;
- получение школьного опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества.

Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия):

школьник может приобрести опыт самоорганизации, организации совместной деятельности с другими детьми и работы в команде; опыт взятия на себя ответственности за других людей; опыт эффективного взаимодействия в общении и простейших способов разрешения конфликтов; опыт взаимодействия и сотрудничества, опыт в распознавании собственных и чужих эмоций, осознанию их значения и смысла.

У учащихся могут быть сформированы следующие универсальные учебные действия:

Личностные универсальные учебные действия

- развития познавательных интересов, учебных мотивов;
- формирование мотивов достижения и социального признания;
- мотива, реализующего потребность в оцениваемой деятельности.
- ориентацию в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей, развитие этических чувств как регуляторов морального поведения;
- знание основных моральных норм (взаимопомощь, правдивость, честность, ответственность);
- формирование моральной самооценки;
- развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается, конструктивное разрешение конфликтов;
- развитие эмпатии и эмоционально-нравственной отзывчивости.

Коммуникативные универсальные учебные действия

-умение договариваться, находить общее решение, аргументировать свое предложение, убеждать и уступать, сохранять доброжелательное отношение друг к другу в ситуации конфликта интересов;

- понимание возможности различных позиций и точек зрения на какой-либо предмет или вопрос;

- учет разных мнений и умение обосновать собственное;

- рефлексия своих действий как полное отображение предметного содержания и условий осуществляемых действий.

Регулятивные универсальные учебные действия

-волевая саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии;

-способность к волевому усилию, к выбору в ситуации мотивационного конфликта и к преодолению препятствий.

Учебно-тематический план творческого объединения « Тропинка к своему Я»

	Тема занятия	Кол-во часов		Цель занятия	Форма	Дата проведения
		теория	практика			
«Введение в мир психологии»						
1.	Зачем человеку занятия психологией?	2		Мотивировать учащихся к занятиям психологией, повторение пройденного материала	Занятие с элементами дискуссии	1 неделя 2 неделя
«Агрессия и ее роль в развитии человека»						
2.	Я повзрослел		1	Осознание своих качеств	Занятие с элементами рефлексии, сказкотерапии и игры.	3 неделя
3.	У меня появилась агрессия	1	1	Помощь в осознании различий между агрессией и	Занятие с элементами дискуссии, рефлексии и	4 неделя 5 неделя

				агрессивностью	сказкотерапии	
4.	Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия?	0,5	1,5	Научиться правильно распознавать и контролировать собственное агрессивное поведение	Занятие с элементами тренинга и сказкотерапии	6 неделя 7 неделя
5.	Конструктивное реагирование на агрессию		1	Создание условий для исследования своих качеств. Гармонизация эмоционального состояния.	Занятие с элементами тренинга и сказкотерапии	8 неделя
6.	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми	0,5	1,5	Научиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии с родителями	Занятие с элементами дискуссии и сказкотерапии Сочинение-рассуждение «Если бы я был(а)...»	9 неделя 10 неделя
7.	Учимся договариваться	1	2	Научиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других людей, научиться договариваться и находить компромиссы.	Занятие с элементами дискуссии, рефлексии, презентация	11 неделя 12 неделя 13 неделя
«Уверенность в себе и ее роль в развитии человека»						
8.	Что такое уверенность в себе? Зачем человеку нужна уверенность в себе?	1	1	Познакомиться с понятием «уверенность в себе»	Занятие с элементами дискуссии, сказкотерапии.	14 неделя 15 неделя
9.	Источники уверенности в себе		1	Помочь обрести уверенность в себе и в своих силах	Занятие с элементами рефлексии и тренинга	16 неделя
10.	Какого человека мы называем неуверенным в себе?		1	Помощь в обретении уверенности в себе и понимание, что вера в себя необходима для развития человека	Занятие с элементами игры и рассуждений	17 неделя
11.	Я становлюсь	0,5	1,5	Рефлексия и гармонизация	Занятие с элементами тренинга	18 неделя

	увереннее			эмоционального состояния	и сказкотерапии	19 неделя
12.	Уверенность и самоуважение	0,5	1,5	Помочь справиться с трудностями и повысить самооценку	Занятие с элементами рассуждения, тренинга и сказкотерапии	20 неделя 21 неделя
13.	Уверенность и уважение к другим		1	Помощь в обретении уверенности в себе и уважение к другим	Занятие с элементами дискуссии и тренинга	22 неделя
14.	Уверенность в себе и милосердие	0,5	0,5	Помощь в обретении уверенности в себе и уважение к другим	Занятие с элементами дискуссии и игры. Творческое задание	23 неделя
15.	Уверенность в себе и непокорность		1	Помощь в обретении уверенности в себе и уважение к другим	Занятие с элементами тренинга	24 неделя
16.	Я уверен в себе и в своих силах		1	Рефлексия и гармонизация эмоционального состояния	Презентация, классный час	25 неделя
«Конфликты и их роль в усилении Я»						
17.	Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице.	0,5	0,5	Обсуждение проблемы конфликтов. Помощь в осознании роли конфликтов в жизни человека.	Занятие с элементами дискуссии и рефлексии	26 неделя
18.	Способы поведения в конфликте, конструктивное разрешение конфликтов	0,5	0,5	Познакомиться с различными способами поведения в конфликте (наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта). Научиться конструктивно разрешать конфликты	Занятие с элементами дискуссии и игры	27 неделя
19.	Конфликт как возможность развития, готовность к разрешению конфликта		1	Научиться конструктивно разрешать конфликты	Занятие с элементами сказкотерапии	28 неделя

«Ценности и их роль в жизни человека»						
20.	Что такое ценности?	0,5	0,5	Познакомиться с основными ценностями в жизни человека	Занятие с элементами сказкотерапии	29 неделя
21.	Ценности и жизненный путь человека		1	Обсудить вопросы о жизненных ценностях человека, которые во многом определяют его жизненный путь.	Занятие с элементами тренинга, выступление группы на классном часу.	30 неделя
22.	Мои ценности	0,5	2,5	Обсудить вопросы о своих жизненных ценностях.	Занятие с элементами тренинга. Коллективное творческое задание. Коллаж.	31 неделя 32 неделя 33 неделя
23.	Заключительное занятие		1	Подведение итогов занятий	Занятие с элементами дискуссии, рефлексии. Коллективный рисунок.	34 неделя
		9,5	24,5	Итого 34 часа		

Литература.

1. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я» Средняя школа (5-6 класс), из-во «Генезис», Москва, 2010.-207с.