

ПРОВЕРЕНО
Зам. директора по УВР

_____ Гурбанова В.А.

(подпись)
30.08.2023

УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГБОУ СОШ «Оц» с. Богатое

_____ Холоденина Ю.А.
(подпись)
Приказ 116/05-уп от 31.08.2023

*государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа «Образовательный центр» с. Богатое
муниципального района Богатовский Самарской области
имени Героя Советского Союза Павлова Валентина Васильевича*

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Живи добрее, будешь всем милее»

направленность: ВД по организации педагогической поддержки

форма организации: детское объединение

(полное наименование предмета в соответствии с учебным планом, ИУП)

8 класс

(классы)

основное общее образование

(уровень, этап обучения, вариант программы)

ежегодно

Рассмотрена на заседании ШМО учителей русского языка и литературы, английского языка, истории, обществознания (название методического объединения)

Протокол № 1 от 29.08.2023

Руководитель ШМО _____ Крестинина Е.Н.

Актуальность и перспективность

В подростковом возрасте происходит накопление представлений о самом себе, все большее узнавание себя. Затем осознание своей особенности, оригинальности, наконец, появляется способность суждения в отношении себя самооценки своей личности.

Возникает интерес к собственному внутреннему миру, который может вызвать и много тревожных, драматических переживаний. Внутреннее «Я» не совпадает с «внешним» поведением, актуализируя проблему самоконтроля. «Я» еще неопределенно, расплывчато, оно нередко переживается как смутное беспокойство или ощущение внутренней пустоты, которую необходимо чем-то заполнить. Отсюда растет потребность в общении и одновременно повышается его избирательность.

Подросток начинает думать о себе, размышляя о взаимоотношениях с кем-то из сверстников. Очень важно, что именно сверстник выступает объектом сравнения и образца, на который подросток равняется.

При такой ориентации создаются оптимальные условия для продуктивности процесса сравнения, а тем самым и для осознания и оценки собственных особенностей, для самовоспитания, потому что подростку легче сравнивать себя со сверстником (чем с взрослым) и видеть собственные недостатки и успехи.

Все изменения, происходящие в жизни подростков, не обходятся без личностной нестабильности, тревожности.

К сожалению, негативные чувства не исчезают полностью, а оставляют свой след, порой на всю жизнь.

Поэтому актуальность разработки и перспективность программы связана, прежде всего, с необходимостью создания условий для безопасного взаимодействия подростков в условиях искусственно созданной группы. Такой группы, которая позволит проявить себя, отреагировать накопленные эмоции, открывая ценность удивительного, уникального, сложного и тонкого мира «Я» каждого подростка.

Научно-методические основания

Данная программа основывается на возрастных и культурно- исторических подходах о закономерностях развития личности ребенка.

Мы исходим из следующих идей:

- ✓ каждый возрастной этап имеет свои закономерности;
- ✓ социальная среда – источник развития ребенка. Методологической основой данной программы явились:
- ✓ идеи Л. С. Выготского о самосознании подростков;
- ✓ идеи Р. Бернса о Я - концепции подростков.

Согласно Выготскому, самосознание - это социальное сознание, перенесенное вовнутрь, а память - та основа, которая сохраняет целостность самосознания, неразрывность и преемственность отдельных его состояний. При анализе самосознания подростка он реализует важнейший методологический принцип психологии - принцип развития. Самосознание подростка Л.С. Выготский рассматривает, не только как феномен его личности и сознания, а как момент развития личности подростка, обоснованный биологически и социально подготовленный всей предшествующей его историей. В организации нервной системы заложены возможности самосознания, но для того чтобы эти возможности были реализованы, необходимы соответствующие психологические и социальные изменения.

Рассматривая структуру Я - концепции, Р. Бернс отмечает, что образ Я и самооценка в психологическом плане неразрывно взаимосвязаны. Образ и оценка своего Я предрасполагают индивида к определенному поведению.

Подросток живет настоящим, но его представления распространяются на сферу возможного будущего. Подросток постепенно начинает брать на себя позиции взрослого. Объектом его размышлений становятся будущие возможности, связанные с ним лично: а именно стремление уметь взаимодействовать с социальными группами. И как раз в этот период (с 12–13 до 15–16 лет) обозначается тенденция к личностному развитию, когда сам подросток прилагает усилия к становлению себя как личности.

Практическая направленность

Профилактическая психолого-педагогическая программа направлена на расширение социального опыта подростков на основе их реального взаимодействия со сверстниками и взрослыми, гармонизацию эмоциональной сферы.

Предлагаемая программа является программой дополнительного образования.

Профилактическую направленность данной программы обеспечивает подбор игр и упражнений, направленных на развитие эмоционального интеллекта, расширение и обогащение навыков общения со взрослыми и сверстниками, развитие адекватного отношения к оценкам и мнениям других людей. Реализация данной программы будет способствовать пониманию подростками самих себя и своего места в жизни, активному взаимодействию со сверстниками и взрослыми.

Цель профилактической программы: формирование позитивных установок подростков через осознание внутренних ресурсов посредством групповых занятий.

Достижение этой цели может быть достигнуто в процессе реализации следующих *задач*:

- ✓ формирование стремления к самопознанию;
- ✓ формирование умения эмоционально позитивно (адекватно) выражать свои эмоции;
- ✓ развитие умения дифференцировать эмоциональные проявления;
- ✓ развитие способности к позитивному самосознанию;
- ✓ расширение знания подростков о чувствах и эмоциях;
- ✓ формирования умения управлять выражением своих чувств и эмоциональных реакций;
- ✓ формирование навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению и пониманию других людей;
- ✓ создание условий для самораскрытия в группе участников.

Профилактическая психолого-педагогическая программа рассчитана на один учебный год.

Режим занятий: 34 учебных часа (1 раз в неделю), с сентября по май.

Форма реализации программы: групповая.

Адресат: учащиеся 8-х классов.

Ожидаемые результаты:

При условии успешной реализации программы будет наблюдаться сформированность эмоционально-позитивного отношения к процессу сотрудничества у большинства учащихся; умения формулировать собственное мнение и позицию, учитывать разные мнения, договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.

Учащиеся смогут:

1. Овладеть методами и приемами познания себя, других людей.
2. Осознать свои особенности, собственные переживания, эмоции, чувства.
3. Повысить уверенность в себе.
4. Овладеть способами саморегуляции своего эмоционального состояния.

Учебно-тематический план

Цель программы: формирование позитивных установок подростков через осознание внутренних ресурсов посредством групповых занятий.

Категория обучающихся: учащиеся 8-х классов.

Срок обучения: 34 часа (1 час - 40 минут)

Режим занятий: 1 раз в неделю.

№	Наименование тем	Кол-во часов	Форма контроля
1	Входная диагностика	1	Диагностическое обследование
2	Занятие 1 «Узнать человека – пуд соли с ним съест»	2	Наблюдение, обратная связь, самоанализ
3	Занятие 2 «Дерево держится корнями, а человек -друзьями».	2	
4	Занятие 3 «Мирись, мирись, больше не дерись»	2	
5	Занятие 4 «Собой владеть – всеодолееть».	2	
6	Занятие 5 «Нечего тому страшиться, кто ничегоне боится»	2	
7	Занятие 6 «Все мы люди, все мы «человеки»»	2	
8	Занятие 7 «Какову дружбу заведешь, такову ижизнь поведешь»	2	
9	Занятие 8 «В жизни все меняется,а еще и не то случается»	2	
10	Занятие 9 «Всякий человек впередсмотрит»	2	
11	Занятие 10 «Толерантность»	1	
12	Занятие 11 «Межличностное взаимодействие»	1	
13	Занятие 12 «Конфликт»	1	
14	Занятие 13 «Стресс»	1	
15	Занятие 14 «Субъективные ощущения»	1	
16	Занятие 15 «Самооценка»	1	
17	Занятие 16 «Ценности будущего»	1	
18	Занятие 17 «Кто я и как я смотрю на других»	1	
19	Занятие 18 «С пьяного взятки гладки?»	1	
20	Занятие 19	1	

	«Я уже взрослый»		
21	Занятие 20 «Ситуации принуждения»	1	
22	Занятие 21 «Я выбираю свою дорогу сам»	1	
23	Занятие 22 «Ответственность родителей»	1	
24	Занятие 23 «Общение как средство самовыражения»	1	
25	Раздел 3 Итоговая диагностика	1	Диагностическое обследование
Итого:		34	

Список литературы

1. Хухлаева О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе (7 – 8 классы)/ — М.: Генезис, 2018.
2. Чуднявцев С. Е. Как преодолеть школьные кризисы, или Психология современного школьника/ — Ростов н/Д.: Феникс, 2017.
3. Ильин Е.П. Психологи страха/ — ООО Издательство «Питер», 2017г.
4. Дмитриева Н. Ю. Кризисы детского возраста: воспитание подростков/ — Ростов н/Д.: Феникс, 2016.
5. Емельянова Е.В. Психологические проблемы современных подростков и их решение в тренинге. — М.: Генезис, 2015г.
6. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. — СПб.: Питер, 2008.
7. Онишина В.В. Новейшие технологии нейтрализации стрессов и оздоровления школьника: Практическое пособие. — М.: АРКТИ, 2008.
8. Казанская В.Г. Подросток. Трудности взросления: книга для психологов, педагогов, родителей. — Питер, 2006.
9. Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология. — М., 2001.
10. Прутченков А.С. Социально-психологический тренинг в школе. — М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001.
11. Абрамова Г.С. Возрастная психология. — Екатеринбург, 1999.
12. Бернс Р. Развитие Я - концепции и воспитание. — М., 1986.
13. Выготский, Л.С. Педология подростка. Собрание сочинений. Т.4 — М.: Педагогика, 1984.