МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ НЕТИПОВОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

УЧРЕЖДЕНИЕ «ГИМНАЗИЯ №2»

Рассмотрено Утверждено

на заседании педагогического совета приказом МАНОУ «Гимназия №2»

протокол № 1 № 123 от 31 августа 2018г

от 31 августа 2018 г.

**Рабочая программа**

**курса внеурочной деятельности**

 **«Познай себя»**

(социальное направление)

для учащихся 5 класса

на 2018 – 2019 учебный год

Составитель:

Пятачкова Татьяна Ивановна,

педагог-психолог

2018 год

**1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Личностные результаты:**

1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

**Метапредметные результаты:**

1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

8) смысловое чтение;

9) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;

11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ- компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;

12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

**Планируемые результаты изучения курса:**

1. Формирование у учащихся потребности в самопознании, изменение их отношения к жизни, учебе, труду, самому себе.

2. Формирование положительной Я-концепции подростков.

3. Создание условий для развития ценностных отношений ученика к самому себе и другому человеку, формирование толерантности и стремления к свободному, открытому общению.

4. Создание условий для продуктивного и гармоничного общения со сверстниками и взрослыми.

5. Повышение общей психологической культуры подростков.

6. Активизация творческого потенциала, раскрытие личностного потенциала, направленного на поиск своего места в социуме.

7. Развитие способности успешного прохождения кризисных этапов жизни.

1. **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**5 класс «Познай себя»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование раздела | Форма организации | Вид деятельности |
| **1. Развитие навыков общения и взаимодействия**Знакомство. Создание предпосылок для более свободного выражения своих чувств. Осознание себя. Развитие положительного отношения к своему «Я». Внимание к поведению другого. Умение вести разговор. Секреты успешного общения. Преодоление барьеров общения. «Дом наших отношений». «Ярмарка достоинств». Секреты самопрезентации. «Мы – команда». «Мы выбираем, нас выбирают». | Беседа, практическое занятие, групповая работа, индивидуальная работа | Проблемно-ценностное общение, игровая с ролевыми акцентами, коммуникативная, познавательная |
| **2. Развитие навыков самопознания, самооценки и понимания других.**«Я воспринимаю мир таким, каким его ощущаю». «Какой Я?» Изучение самооценки, черт характера. «Познавая себя – познаешь других». «Ярмарка достоинств». «Победи своего дракона» (игра). | Беседа, практическое занятие, групповая работа, индивидуальная работа | Игровая, проблемно-ценностное общение, самопрезентация |
| **3. Развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными состояниями, формирование навыков адекватного поведения в стрессовых ситуациях.**Мои эмоциональные состояния. Обучение навыкам релаксации и развитие положительных эмоций. Мир эмоций. Адекватное поведение в стрессовых ситуациях.От улыбки станет всем светлей. | Круглый стол, беседа, практическое занятие, групповая работа, индивидуальная работа | Познавательная, коммуникативная, проблемно-ценностное общение, релаксация |
| **4. Развитие навыков принятия и исполнения решений.**«Я могу. Мои внутренние ресурсы». От слова к делу. Мотивы наших поступков. Эффективные способы преодоления проблем. Понятие об уверенном, неуверенном, грубом поведении. Составляем перспективный план личностного роста на ближайшее будущее. | Беседа, практическое занятие, групповая работа, индивидуальная работа | Проблемно-ценностное общение, игровая с ролевыми акцентами, коммуникативная, познавательная |
| **5. Развитие познавательных процессов** Восприятие и анализ информации. Развиваем мыслительные процессы: анализ, синтез, обобщение. «Лучше коротко, да ясно». Развитие умения последовательно и логично излагать свои мысли. Приемы развития внимания. Эффективные приемы запоминания. Изучаем свои способности. | Беседа, практическое занятие, групповая работа | Проблемно-ценностное общение, работа с текстом, составление опорного конспекта, схем;решение логических задач, творческих заданий |
| **6. Развитие творческих способностей**Первые шаги к творчеству. Фантазия и воображение. «Премьера». Составление разных сценариев по одному и тому же сюжету. «Я – исследователь». Азы исследовательской культуры. Мое открытие. Все грани таланта. | Беседа, практическое занятие, групповая работа, индивидуальная работа, творческая лаборатория  | Коммуникативная, творческая: рисование, лепка, аппликация; работа с текстами, выставка талантов |

1. **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**5 класс – «Познай себя»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов и тем** | **Количество часов** |
| 1. | Развитие навыков общения и взаимодействия | 9 |
| 2. | Развитие навыков самопознания, самооценки и понимания других | 5 |
| 3 | Развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными состояниями, формирование навыков адекватного поведения в стрессовых состояниях | 4 |
| 4 | Развитие навыков понятия и исполнения решений | 4 |
| 5 | Развитие познавательных процессов | 6 |
| 6 | Развитие творческих способностей | 6 |
|  | **Итого** | **34** |