

Муниципальное образовательное бюджетное учреждение
«Средняя образовательная школа с углублённым изучением отдельных
предметов №27» г. Кирова.

Рассмотрено на заседании
методического объединения
«__» _____ 2023г.
Протокол № _____

Утверждаю:
Директор образовательного
Учреждения школы №27
_____ (Пайгозина Г.В)
«__» _____ 2023г.

**Программа внеурочной деятельности
для учащихся 6-х классов**

«Мы - шестиклассники».

Коврижных Михаил Владимирович.

Педагог –психолог

Киров - 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности для 6 класса разработана на основе программы формирования психологического здоровья школьников кандидата психологических наук Хухлаевой О.В. «Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе», составлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО, требованиями к результатам освоения образовательной программы основного общего образования.

Нормативные документы, на основе которых разработана рабочая программа:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Приказ Минпросвещения Российской Федерации от 31.05.2021 N 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».

Реализация учебной программы обеспечивается **практическим пособием:** Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе – 5-е изд., перераб. – М.: Генезис, 2017.

Занятия проводятся в группах от 7 до 15 человек.

Цель рабочей программы – Психолого –педагогическое сопровождение адаптационного процесса. формирование и сохранение психологического здоровья школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни и социализации.

Задачи курса:

1. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений и адаптации в социальной среде.
2. Помогать успешной психологической адаптации учащихся к условиям учебной деятельности в среднем звене.
3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей -установку на успех..
4. Формировать терпимость к мнению собеседника
5. Мотивировать к самопознанию и познанию других людей.
6. Развивать самосознание, самопринятие.
7. Содействовать формированию самоуважения и уважения к личности других людей.
8. Помогать в актуализации индивидуальных взглядов и убеждений.
9. Учить анализировать свое поведение, свои поступки и поступки других.
10. Содействовать формированию самостоятельности и ответственности.

11. Учить распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу,
12. Содействовать в понимании своих чувства и чувств других.
13. Учиться решать конфликтные ситуации.
14. Помогать формированию толерантности и терпимости к людям.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.

- * сохранение психологического здоровья.
- * успешная школьная адаптация и социализация
- * приобретение навыков общения и сотрудничества.
- * снижение тревожности и повышение самооценки.
- * формирование интереса и положительного эмоционального отношения к учению.

6-е классы

Личностные УУД:

- ✓ усваивать нравственно-этические нормы и школьные нормы поведения
- ✓ учиться контролировать свои эмоции, быть эмоционально благополучным
- ✓ повышать уровень мотивации к учебной деятельности, понимать личную ответственность за результат учебной деятельности
- ✓ формировать адекватную самооценку
- ✓ учить делать нравственный выбор и давать нравственную оценку
- ✓ развивать рефлекссию

Познавательные УУД:

- ✓ учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе;
- ✓ планировать свою учебную деятельность с учетом индивидуального стиля учебной деятельности;
- ✓ адекватно воспринимать оценки учителей;
- ✓ уметь распознавать чувства других людей;
- ✓ обогатить представления о собственных ценностях и их роли в жизни;
- ✓ уметь формулировать собственные проблемы

Регулятивные УУД:

- ✓ осознавать свои личные качества, способности и возможности;
- ✓ осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции;
- ✓ овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями;
- ✓ научиться контролировать собственное агрессивное поведение;
- ✓ осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки;
- ✓ учиться прогнозировать последствия собственных поступков.

Коммуникативные УУД:

- ✓ учиться строить взаимоотношения с окружающими;
- ✓ учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации;

- ✓ учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других;
- ✓ учиться самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями;
- ✓ формулировать свое собственное мнение и позицию;
- ✓ учиться толерантному отношению к другому человеку.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Содержание программы внеурочной деятельности соответствует воспитательной программе школы

Тема 1. Я – это Я

Кто я, какой я? Я – могу. Я – нужен! Я мечтаю. Я – это моё прошлое. Я – это моё настоящее. Я – это моё будущее.

Тема 2. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства

Чувства бывают разные. Мои чувства. Стыдно ли бояться?

Тема 3. Я и мой внутренний мир

Каждый видит мир и чувствует по- своему. Любой внутренний мир ценен и уникален.

Тема 4. Кто в ответе за мой внутренний мир

Трудные ситуации могут научить меня.

Тема 5. Я и ты

Я и мои друзья. Трудности в школе. Трудности дома. Другие культуры – другие друзья.

Тема 7. Мы начинаем взрослеть

Нужно ли человеку взрослеть. Взросление и отношения с окружающими.

Тематическое планирование

№	Тема занятия	Вид деятельности	Форма организации	Часы	ЭОР
1	Тема 2. Я – это я.	Познавательная деятельность. Общение ценностно – проблемного направления.	Занятие с элементами тренинговой формы	3	
2	Тема 2. Я имею право чувствовать и выразить свои чувства.	Познавательная деятельность. Общение ценностно –	Занятие с элементами тренинговой формы	1	

		проблемного направления.			
3	Тема 3. Я и мой внутренний мир	Познавательная деятельность. Общение ценностно – проблемного направления	Занятие с элементами тренинговой формы	2	
4	Тема 4. Кто в ответе за мой внутренний мир	Познавательная деятельность. Общение ценностно – проблемного направления.	Занятие с элементами тренинговой формы	1	
5	Тема 5. Я и ты	Познавательная деятельность. Общение ценностно – проблемного направления.	Занятие с элементами тренинговой формы	1	
6	Тема 6. Мы начинаем взрослеть	Познавательная деятельность. Общение ценностно – проблемного направления.	Занятие с элементами тренинговой формы	2	
	ИТОГО:			10 часов.	

Учебно-методическая литература

№ п/п	Наименование
1.	Амбросьева Н.Н. Классный час с психологом: сказкотерапия для школьников. Глобус, 2007
2.	Анн Л. Психологический тренинг с подростками.–Спб.: Питер, 2007
3.	Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы: Пер. с англ. / Э.Берн. - М.: Современный литератор, 2006.
5.	Девяткина Д.С., Челнокова О.С. Рабочая программа «Познай себя» © Материал из Справочной системы «Образование»:
6	Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5 – 6 классы).– 5-е изд., перераб. – М.: Генезис, 2017
	.