

Муниципальное автономное образовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №4

Утверждено приказом по МАОУ СОШ №4.
от 29.08 2019г. № 109

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
из части, формируемая участниками образовательных отношений
«Я и другие»

5-7 классы

г/о Верхний Тагил

Паспорт программы

Полное название программ	РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО КУРСУ «Я и другие» для учащихся 5-7 классов
Организация-заявитель	Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 4 г.о. Верхний Тагил
Руководитель организации	Директор МАОУ СОШ № 4 Нехай Е.А.
Адрес организации	Свердловская область, г. Верхний Тагил, ул. Чапаева, 60
Авторский коллектив	Составлена на основе авторской программы О.В.Хухлаевой «Тропинка к своему Я». Исполнитель: Сергеев А.А., социальный педагог
Целевые группы	Группа учащихся 5-7 - х классов
Цель программы	Развитие у обучающихся способности к самопознанию, рефлексии, совершенствование навыков конструктивного общения.
Направленность	Социально-психологическое направление
Срок реализации	3 года
Уровень реализации	Основное общее образование
Уровень освоения	Общекультурный
Способ освоения содержания	Рефлексивный
Краткое содержание	Тренинговые занятия по программе «Я и другие» помогут младшим подросткам в трудный период адаптации, период перехода к взрослости. Занятия предоставляют возможность учащимся поговорить о себе, исследовать себя, получить знания о себе, получить опыт конструктивного общения. Основные направления групповой работы: аксиологическое (принятие себя и других), инструментальное (развитие умения осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы), мотивационно-потребностное (развитие умения сделать выбор, готовность нести за него ответственность, формирование потребности в самоизменении и личностном росте).

Пояснительная записка

В соответствии с учебным планом МАОУ СОШ № 4 г.о. Верхний Тагил, занятия по программе «Я и другие» проводятся с 5 по 7 класс. Занятия проводятся в групповой форме. Общий объем учебного времени составляет 69 час (35 недель в 5-6 классах по 0,5 часа в неделю = 17+17 ч. в год, в 7 классах по 1 ч. в неделю = 35 ч. в год).

В подростковом возрасте может возникнуть огромное количество проблем и нарушений развития. Поэтому для структурирования психологической поддержки необходимо четко определить ее цель – душевное или, как принято говорить, психологическое здоровье подростков, а затем определить формы психологической поддержки.

Пятый класс для учащихся является довольно сложным периодом, так как они переходят к новым условиям обучения в среднем звене, требующим от них некоторой адаптации.

В начальной школе дети привыкают исполнять требования в основном одного учителя, находиться в сфере его постоянного внимания и контроля. Поэтому в средней школе можно ожидать, что у части учащихся возникнут трудности при необходимости следовать требованиям разных учителей. Некоторые им будут казаться слишком строгими, а некоторые – мягкими, которых можно не слушаться. Ученикам может быть трудно самостоятельно без строгого контроля организовать свое рабочее место, провести перемену «без ущерба для своего здоровья», дойти до столовой и обратно. Необходимо обратить особое внимание на обучение пятиклассников пользованию своими новыми свободами. Иначе можно ожидать резкого возрастания драк на переменах.

В учебной деятельности можно ожидать, что у некоторых учащихся произойдет временное снижение успеваемости за счет того, что им придется привыкать к формам и методам обучения, принятым в средней школе. Однако высокий познавательный интерес, присущий детям в этом возрасте, стремление хорошо учиться помогут им восстановить привычную успеваемость к концу второй четверти.

Следует помнить, что с этого времени активизируются процессы взросления, начинает понемногу возрастать агрессивность. Учащиеся будут стремиться доказать окружающим и себе свою взрослость, иногда социально неприемлемыми способами. Это может проявляться в демонстративном употреблении ненормативной лексики. Или в столь же демонстративном противостоянии требованиям взрослых. В классе может появиться негативный лидер. Имеется в виду, что кто-то из учеников будет стремиться возглавить остальных в их борьбе против требований взрослых.

Следует ожидать существенных изменений в межличностных отношениях внутри класса: перераспределение дружеских компаний, появления некоторого антагонизма между мальчиками и девочками при возрастании интереса друг к другу. Это понятно, поскольку взаимоотношения становятся более осознанными, и на них начинает влиять начавшееся подростковое сексуальное созревание. Могут появиться изгои, то есть учащиеся, на которых будут направляться агрессивные выпады со стороны почти всех учащихся. Интересно, что если при помощи взрослого ребенок выходит из

позиции изгоя, класс достаточно быстро «выбирает» следующего. Можно заключить, что изгои необходимы для канализации агрессии классам с низким уровнем развития коллектива.

Начало процесса взросления учащихся обычно с неудовольствием воспринимается родителями, которые относят новые проявления в поведении своих детей к их недостаткам. Поэтому некоторые учащиеся к концу 5 класса начинают считать, что они стали «хуже, непослушнее», что может привести к снижению их самооценки. Полезно во второй половине учебного года особое внимание обратить на осознание учащимися начала своих изменений, подвести их к пониманию обязательности и позитивности изменений.

В отношении родителей многие подростки занимают противоречивую позицию. С одной стороны, они активно отстаивают самостоятельность. С другой – требуют любви и внимания, тоскуют по детской позиции. У некоторых может появиться страх взросления, внешне не всегда проявляемый.

В это время дети активно начинают осваивать внутренний мир. Но они сами еще плохо в нем ориентируются, не уверены в его устойчивости. Поэтому любые предъявления подростками своих взглядов, представлений, мнений необходимо принимать очень бережно, безоценочно, с уважением. Полезно стимулировать любые процессы по исследованию подростками самих себя.

Цель программы: развитие социально-личностной сферы детей младшего подросткового возраста при переходе в среднее звено, формирование и развитие УУД.

Задачи:

1. Изучить особенности развития и состояния здоровья ребенка, характер внутрисемейных отношений.
2. Развивать у детей навыки общения, толерантности
3. Формировать доброжелательное отношение к себе и окружающим.
4. Научить понимать свои чувства и чувства других людей.
5. Способствовать успешной адаптации ребенка при переходе в среднее звено.

Принципы проведения занятий.

- Создание психологом лично-ориентированного стиля общения с учащимися.
- Принцип эмоционального комфорта: создание на занятиях атмосферы, помогающей раскрывать творческий потенциал детей.
- Принцип сотрудничества: формирование новых знаний в ходе совместной работы психолога с учащимися.
- Принцип вариативности, гибкости: готовность психолога проводить занятия, учитывая нестабильность и непредсказуемость поведения детей.
- Принцип «здесь и теперь»: работа с «живым содержанием» (с ситуациями из реальной жизни детей, в том числе возникающими непосредственно на занятиях).

Продолжительность занятия 40 минут.

Занятие состоит из нескольких «традиционных» частей:

Вводная часть.

Цель вводной части занятий – настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками.

Основная (рабочая) часть.

На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. В неё входят этюды, упражнения, игры, направленные на развитие, коррекцию социально-личностной и частично познавательной сфер ребёнка.

Заключительная часть.

Основной целью этой части занятия является закрепление положительных эмоций от работы и обсуждение основных моментов занятия.

Занятия строятся в доступной и интересной для детей форме. В основном используются следующие методы и приёмы:

- игры (коммуникативные, имитационные, ролевые и др.)
- психогимнастика
- рисуночные методы
- техники и приёмы саморегуляции
- элементы сказкотерапии
- беседы и др.

В каждом занятии, помимо новой информации, есть повторы. Полученная таким образом информация лучше запоминается. Приветствие и прощание носят ритуальный характер. Во время занятий дети сидят в кругу. Форма круга создаёт ощущение целостности, придаёт гармонию отношениям детей, облегчает взаимопонимание и взаимодействие.

Занятия помогают восстановить позитивную окрашенность отношений детей с окружающим миром. Ребёнок учится жить в ладу с собой и окружающим миром, важно принимать его таким, какой он есть, учитывать добровольное желание в выполнении игр и упражнений.

Предполагаемые

результаты

программы:

1. Улучшатся навыки общения детей друг с другом.
2. Дети станут более доброжелательны друг к другу.

3. Улучшится социометрический статус некоторых учащихся.
4. Развитие детей, формирование УУД.

Для отслеживания результатов целесообразно провести диагностическое исследование, включающее в себя социометрию, карту наблюдений за поведением ребёнка, работа с опросниками.

Структура занятий

1. создание и обсуждение проблемной ситуации.
2. Доверительная беседа с детьми на волнующие темы.
3. Рисование своих проблем (снятие напряжения, диагностика детских тревог).
4. Обучение навыкам самопомощи в напряженных ситуациях, формирование волевой регуляции поведения: подвижные игры, релаксационные упражнения, активные действия.

Содержание занятий носит вариативный характер и может быть изменено в зависимости от конкретных проблем детей.

Форма оценивания знаний учащихся

- четырёх-балльная система в форме отметок от «2» до «5»: на практические работы выдаются листы с печатной основой, которые содержат по 5 заданий. Учащиеся выполняют задания с учётом – 1 балл за одно выполняемое задание (безоценочно - по отношению к высказываемому мнению): 5 баллов – за 5 заданий, 4 балла – за 4 задания, 3 балла – за 1 – 3 задания, 2 балла – за невыполненные задания.

Формы контроля

- практические работы
- анализ эффективности занятия проводится при помощи рефлексии;
- анализ эффективности программы проводится при помощи диагностики: анкеты, проективные тесты, опросники.

Материалы и оборудование для занятий

Преподаватель:

- Дополнительные распечатки к занятиям (картинки, фигуры, тексты и пр.), игровые принадлежности
- Доска, мел

- Компьютер, аудиоаппаратура, подобранные музыкальные фрагменты
- Ручной мячик
- Методическое оснащение

Учащиеся:

- Письменные принадлежности (в том числе цветные карандаши, фломастеры)

Тематическое планирование занятий для 5-го класса

	Тема занятия	Кол-во час.
1.	Тема 1. Введение в мир психологии. Зачем нужны занятия по психологии?	1
2.	Тема 2. Я – это я. Кто я, какой я?	1
3.	Я – могу	1
4.	Я – нужен!	1
5.	Я мечтаю	1
6.	Правда и ложь	1
7.	Агрессия. Виды агрессии.	1
8.	Причины агрессии	1
9.	Способы ухода от агрессии. Проигрывание агрессии.	2
10.	Я – это мое детство	1
11.	Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее.	1
12.	Моё личное пространство	1
13.	Лидерские качества. Самооценка.	1
14.	Тема 3. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства. Чувства бывают разные	1
15.	Стыдно ли бояться?	1
16.	Имею ли я право сердиться и обижаться?	1
17.	Любой внутренний мир ценен и уникален	1
	ИТОГО	17

Тематическое планирование занятий для 6-го класса

№	Тема занятия	Кол-во час.
1.	Тема 1. Введение в мир психологии. Агрессия и ее роль в развитии человека. Я повзрослел	1
2.	У меня появилась агрессия	1
3.	Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия?	1
4.	Конструктивное реагирование на агрессию	1
5.	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми	1
6.	Учимся договариваться	1
7.	Тема 2. Уверенность в себе и ее роль в развитии человека. Зачем человеку нужна уверенность в себе?	1
8.	Источники уверенности в себе	1
9.	Какого человека мы называем неуверенным в себе?	1
10.	Я становлюсь увереннее	1
11.	Уверенность и самоуважение	1
12.	Уверенность и уважение к другим	1
13.	Уверенность в себе и непокорность	1
14.	Определение самооценки	1
15.	Тема 3. Конфликты и их роль в усилении Я Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице	1
16.	Способы поведения в конфликте: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта	1
17.	Конструктивное разрешение конфликтов	1
	ИТОГО	17

Тематическое планирование занятий для 7-го класса

№	Тема занятия	Кол-во час.
ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ СФЕРА ЧЕЛОВЕКА		
1. 2.	Почему нам нужно изучать чувства?	2
3. 4.	Основные законы психологии эмоций	2
5. 6.	Запреты на чувства	2
7. 8.	Эффект обратного действия	2
9. 10.	Психогигиена эмоциональной жизни	2
СОЦИАЛЬНОЕ ВОСПРИЯТИЕ: КАК УЗНАВАТЬ ДРУГОГО ЧЕЛОВЕКА		
11. 12.	Как мы получаем информацию о человеке?	2
13. 14.	Учимся понимать жесты и позы	2
15. 16.	Жесты	2
17. 18.	Невербальные признаки обмана	2
19. 20.	Понимание причин поведения людей	2
21. 22.	Впечатление, которое мы производим	2
МЕЖЛИЧНОСТНАЯ ПРИВЛЕКАТЕЛЬНОСТЬ, ЛЮБОВЬ, ДРУЖБА		
23. 24.	Привлекательность человека	2
25. 26.	Взаимность и обоюдная привлекательность	2
27. 28.	Дружба. Четыре модели общения.	2
29. 30.	Романтические отношения и влюбленность	1
31. 32.	Любовь	1
33. 34.	Диагностика: - социально-психологическое тестирование по профилактике немедицинского употребления ПАВ	2
35.	Резерв	1
	Итого	35

Список литературы

1. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в средней школе (5-6). – М.: «Генезис», 2006.
2. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в 7-8 классах. – М.: «Генезис», 2006.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575925

Владелец Нехай Елена Александровна

Действителен с 07.04.2021 по 07.04.2022