

Ростовская область Песчанокопский район село Песчанокопское
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Песчанокопская средняя общеобразовательная школа № 2

«Утверждаю»

Директор МБОУ ПСОШ № 2

_____Марков А.А.

Приказ № 221 от 28.08.2020

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

по социальному направлению «Ступени совершенства»

Уровень общего образования (класс): 9 класс

Количество часов: 1 час в неделю

Педагог - психолог: Семедова Рада Сулеймановна

Пояснительная записка.

Программа внеурочной деятельности «Ступени совершенства» для учащихся 9-х классов разработана на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года № 1897 (в редакции приказа Минобрнауки от 29.12.2014 № 1644);
- Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «Школа № 50»;
- авторской программы Кривцовой С.В., Д.В. Рязановой «Жизненные навыки». Тренинговые занятия с подростками (8-9 классы);
- учебного плана МБОУ ПСОШ № 2.

Программа «Ступени совершенства» для 9-х классов может являться продолжением курса внеурочной деятельности по программе «Жизненные навыки» для 7-8 классов.

Цель программы - создание психологически безопасной среды, развитие личностных и социальных жизненных навыков, способствующих адаптации к условиям окружающей среды.

Программа охватывает основные психологические **задачи** подросткового возраста:

- формирование и развитие позитивной самооценки;
- развитие навыков взаимоотношений, поведения в конфликтных ситуациях;
- развитие умений и навыков, связанных с принятием решений, принятия на себя ответственности;
- воспитание толерантности;
- приобретение и развитие навыков медиации.

В программе представлены различные ситуации, в которых нужно отстаивать собственные убеждения, спорить, искать пути к взаимоприемлемому результату. На занятиях помимо обсуждения немало времени уделяется постановке проблемы. Проблемные ситуации моделируются с помощью игровых ситуаций, мультфильмов и просто текстов так, чтобы ребята оказались в них лично включенными. Как построены занятия: это не тренинги в чистом виде. Это опыт групповой работы с использованием игр, упражнений, групповых обсуждений, рефлексии.

В центре внимания программы находятся основные жизненные проблемы подростков 13-15 лет: общение, повышения самооценности личности, разрешение конфликтных ситуаций, проблемы самопознания, толерантности и другие. Содержательно Программа подходит для работы с разными группами - одноклассников; учеников разных классов одной школы; смешанной группы подростков.

Отличие этой Программы заключается в том, что занятия проводятся в тренинговой форме и могут быть использованы для работы с подростками не только в школе, но и в психологических центрах.

Место курса внеурочной деятельности «Ступени совершенства» в учебном плане.

На изучение курса внеурочной деятельности «Ступени совершенства» в 9 классе согласно учебному плану отводится 1 час в неделю (всего 33 часа в год).

Планируемые результаты освоения содержания курса внеурочной деятельности

Итогом работы по данной Программе является приобретение подростком чувства уверенности в себе, стремление создавать комфортную благоприятную среду общения в школе; приобретение навыков успешного взаимодействия с одноклассниками. По итогам освоения программы внеурочной деятельности «Жизненные навыки» обучающиеся должны достичь трёх уровней результатов.

Результаты первого уровня (получение школьниками социально значимых знаний):

- иметь представления о медиации;
- понимать значение терминов, используемых при изучении каждой темы;
- знать стратегии поведения в конфликте;
- знать способы саморегуляции, доступные возрасту.

Результаты второго уровня (развитие социально значимых умений, личностных качеств):

- уметь свободно участвовать в дискуссии;
- уметь сотрудничать со сверстниками и взрослыми;
- иметь навыки самопознания, доступные возрасту;
- иметь навыки саморегуляции, соответствующие возрасту;
- владеть навыками конструктивного общения.

Результаты третьего уровня (зрелый уровень самосовершенствования):

- понимать необходимость и пользу посредничества;
- осознавать самооценку каждого человека и ценность общения;
- проявлять активность в деятельности;
- ставить цели и задачи.

Основным инструментарием для оценивания результатов курса внеурочной деятельности являются диагностические методы: опрос, анкетирование, наблюдение, метод экспертных оценок. Критериями эффективности занятий при этом выступают: снижение уровня школьной тревожности; повышение групповой сплоченности; позитивная динамика эмоционального развития ребенка; повышение уверенности в себе и своих возможностях.

Личностные, метапредметные результаты освоения курса.

Личностными результатами изучения курса являются:

- овладение навыками адаптации в динамично изменяющемся мире;
- принятие и освоение социальной роли посредника;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- умение делать выбор, опираясь на общие для всех простые правила поведения;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- умение справляться с трудными ситуациями в общении с людьми;
- формирование установки на бесконфликтное общение;

Метапредметными результатами изучения курса является формирование

универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- умение высказывать свое мнение;
- овладение навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- умение адекватно воспринимать предложения и оценку других людей;
- умение справляться с эмоциями;
- умение быть способным к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и преодолению препятствий.

Познавательные УУД:

- умение добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную от психолога;
- умение перерабатывать полученную информацию: делать выводы, структурировать знания;
- рассуждение, построение логических умозаключений;
- моделирование ситуаций с помощью ведущего;
- сравнение предметов, объектов: нахождение общего и различий;
- группирование объектов на основе существенных признаков;
- самостоятельное нахождение способов решения проблемы;
- осуществление рефлексии способов и условий действия;
- осуществление анализа сложившейся игровой ситуации;
- осуществление контроля и оценки процесса и результатов деятельности.

Коммуникативные УУД:

- умение слушать и слышать других людей;
- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста);
- умение отстаивать свою позицию в коллективе, противостоять давлению сверстников;
- умение задавать вопросы;
- умение совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им;
- умение находить альтернативные способы разрешения конфликта.

Тематическое планирование

№ п/п	Название темы	Количество часов
1	Воспитание социальной ответственности и компетентности	7
2	Психология конфликта	6
3	Я в группе	5
4	Такая разная уверенность	6
5	Комфортное общение	11
	Итого	33

**Содержание курса внеурочной деятельности с указанием
форм организации и видов деятельности**

№ п/п	Наименование раздела	Основное содержание	Ко-во часов	Формы организации	Виды деятельности
1	Воспитание социальной ответственности и компетентности	Формирование жизненной позиции. Деловая игра: «Выбираем актив класса». Успех в учебе - завтрашний успех в жизни. Основы семейной этики. Дорогой правовых знаний. Проблемно-ценностное общение. «Что такое толерантность». Культура безопасности и здорового образа жизни.	7	Игры; Упражнения; Психогимнастика	Психологическое просвещение; психодиагностика; психологическая профилактика
2	Психология конфликта	Развитие навыков разрешения конфликтов у подростков. Здесь разбираются возможные конфликтные ситуации, которые могут быть актуальны в жизни участников группы. Вместе ищем стратегии поведения, нужные слова, способы существования в конфликте, закрепляя и отрабатывая необходимые навыки.	6	Психогимнастика; Игры; Дискуссия; Рефлексия	Психологическое просвещение; психологическая профилактика; психодиагностика
3	Я в группе	На основе общих ценностей, таких как общение, стремление к тому, чтоб все ребята в школе меньше ссорились и умели подружиться, развиваем навыки совместной деятельности. Как условие успешной коммуникации формируем позитивную доверительную атмосферу в группе; отработываем навыки командного взаимодействия, готовности	5	Проблемно-ценностная дискуссия; Коммуникативные игры	Психологическое просвещение; психологическая профилактика; психодиагностика

		работать вместе.			
4	Такая разная уверенность	В этот раздел включены темы, которые помогут подростку более углубленно понять себя, разобраться в самооценке и выработать адекватную самооценку. Подростки научатся управлять своими эмоциями, приобретут навыки самоконтроля, узнают способы снятия нервного напряжения.	6	Проблемно-ценностная дискуссия; Психогимнастика; Тренинговые упражнения	Психологическое просвещение; психодиагностика; психологическая профилактика
5	Комфортное общение	Ребята получают опыт вербального и невербального взаимодействия, умения активно слушать и слышать собеседника. Развивают лидерские качества, учатся давать толерантную обратную связь. Знакомятся с различными играми и развивают организаторские навыки.	10	Игровой практикум; Игра по станциям; Рефлексия	Психологическое просвещение; психодиагностика; психологическая профилактика

«Рассмотрено»
Руководитель МС
_____/Романюкина Н.А./

«Согласовано»
Заместитель директора по УР
_____/Ускорникова О.В./

Протокол № ____ от
« __ » _____ 2020 г.

« __ » _____ 2020г.

