

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Верхнеинховская средняя общеобразовательная школа»**

**Рабочая программа
учителя русского языка
Сайгидахмедова Т.З.
по внеурочной деятельности
социального направления
«Познай себя сам.»
для учащихся 7 класса**

Пояснительная записка

Рабочая программа «Познай себя сам.» составлена на основании плана внеурочной деятельности социальной направленности обучающимся 7 класса в соответствии нормативной базой ФГОС, с целями и задачами школы.

Программа «Познай себя сам.» направлена на развитие и социальное воспитание обучающихся на ступени основного общего образования.

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).

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
- 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.

Структура занятий

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

Программа направлена на системный подход к формированию гражданской позиции школьника, создание условий для его самопознания и самовоспитания. При этом важно использовать педагогический потенциал социального окружения, помочь учащимся освоить общественно-исторический опыт путём вхождения в социальную среду, выработать свой индивидуальный опыт жизнедеятельности.

На реализацию программы:

в 7-м классе отводится 35 часов из расчёта 1 часа в неделю.

Продолжительность занятия 45 минут.

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.

**Календарно-тематический план
7 класс**

№ п/п	Дата		Тема	Корректировка
	План	Факт		
1 четверть				
1			Тренинг на сплочение коллектива	
2			О психологическом здоровье личности	
3			Я глазами других	
4			Зачем нужны правила поведения? Составляем список правил поведения.	
5			Самоанализ: соблюдаю ли я правила?	
6			Что такое личность.	
7			Что такое ответственность? Ответственность за свои поступки	
8			Определение понятий «ценности» и «мораль».	
9			«Самая большая ценность в мире – жизнь».	
2 четверть				
10			Моя иерархия ценностей.	
11			Что такое «совесть»? Что значит «поступать по совести»?	
12			Самоанализ: нравственные качества, которые я хочу в себе воспитать.	
13			«Надо жить с достоинством». Честь, достоинство и жизненные принципы.	
14			«Слово – самое сильное оружие».	
15			Роль слова в жизни современного человека. Самоанализ: слово – мой помощник.	
16			Что такое добро, добродетель?	

3 четверть				
17			«Спешите делать добро».	
18			Значение семьи в жизни человека. Семья и будущее страны.	
19			Бережное и уважительное отношение к своей семье, к своему роду.	
20			История моей семьи.	
21			Внешняя привлекательность человека и красота души.	
22			Индивидуальные особенности человека. Темперамент.	
23			Имидж человека и его составляющие.	
24			Я и моя речь. Культура речи.	
25			Как и когда я буду говорить «нет».	
26			Что такое конфликт, конфликтная ситуация? Причины конфликтов.	
4 четверть				
27			Анализ конфликтной ситуации	
28			Стратегии выхода из конфликтной ситуации. Правила поведения в конфликтной ситуации. Мой выбор стратегии выхода из конфликтной ситуации.	
29			Что такое этикет? Почему необходимо знать правила этикета?	
30			Гостевой этикет. Практикум: правила гостевого этикета.	
31			Дарить подарки – это искусство.	
32			Как правильно дарить и принимать подарки.	
33			Мои правила выбора подарков.	
34			Я и моя учебная деятельность	
35			Реагирование на критику	

