

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Психологическая азбука»
для 5 класса**

Срок реализации программы: 1 год

Автор:
Журавлева В.Г., педагог-психолог высшей категории

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

1.1. Метапредметные результаты:

Вид УУД	Код	Планируемые результаты
Раздел 1. Регулятивные УУД	1.1. Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.	1.1.1. анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты;
		1.1.3. выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат.
	1.2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.	1.2.5. выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;
		1.2.6. составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования); определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения.
	1.3. 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.	1.3.6. работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата.
	1.4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.	1.4.4. оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;
		1.4.6. фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.
	1.5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.	1.5.4. самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;
		1.5.6. демонстрировать приемы регуляции психофизиологических/эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной

		напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).
Раздел 2. Познавательные УУД	2.1. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы.	2.1.4. объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;
		2.1.9. излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
		2.1.12. объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности (приводить объяснение с изменением формы представления; объяснять, детализируя или обобщая; объяснять с заданной точки зрения);
		2.1.13. выявлять и называть причины события, явления, в том числе возможные / наиболее вероятные причины, возможные последствия заданной причины, самостоятельно осуществляя причинно-следственный анализ.
	2.2. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.	2.2.3. создавать абстрактный или реальный образ предмета и/или явления;
		2.2.8. строить схему, алгоритм действия, исправлять или восстанавливать неизвестный ранее алгоритм на основе имеющегося знания об объекте, к которому применяется алгоритм.
Раздел 3. Коммуникативные УУД	2.3. Смысловое чтение	2.3.1. находить в тексте требуемую информацию (в соответствии с целями своей деятельности);
		2.3.2. ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст.
	3.1. 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.	3.1.4. определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
		3.1.5. строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
		3.1.6. корректно и аргументировано отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);

		3.1.7. критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
		3.1.9. выделять общую точку зрения в дискуссии.
	3.2. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.	3.2.1. определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;
		3.2.5. высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
		3.2.7. создавать письменные «клишированные» и оригинальные тексты с использованием необходимых речевых средств.
	3.3. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ).	3.3.4. использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программно-аппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: вычисление, написание писем, сочинений, докладов, рефератов, создание презентаций и др.;
		3.3.5. использовать информацию с учетом этических и правовых норм.

1.2. Личностные результаты:

Раздел 4. Личностные УУД	4.1. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.	4.1.1. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.
	4.2. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания.	4.2.1. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции.
		4.2.2. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания.
	4.3. Развитое моральное сознание и компетентность в решении	4.3.1. Знание основных норм морали, нравственных, духовных идеалов

	моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам.	4.3.2. Развитое моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора.
	4.4. Сформированность коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми.	4.4.1. Коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

2. Содержание курса внеурочной деятельности

Содержание программы носит личностно-ориентированный, деятельностный и развивающий характер.

Программа «Психологическая Азбука» рассчитана на проведение теоретических, практических, тренинговых, развивающих занятий с подростками, основана на понимании уникальности каждого возрастного периода и учитывает основные возможности и потребности подростков. Известно, что именно в этот период на первый план выходят проблемы самопознания и общения. Именно в общении ребята усваивают систему социальных ценностей, нравственных принципов.

На занятиях учащиеся не только получают знания, но и упражняются в применении различных способов поведения, отрабатывают навыки эффективного общения. Большое внимание на занятиях уделяется обсуждению различных ситуаций, ролевому проигрыванию, творческому самовыражению, самопроверке, тестированию.

На психологических занятиях подросткам важно ощущать полную безопасность и доверие к ведущему. Поэтому психолог организует доброжелательную и доверительную атмосферу взаимного общения.

Структура занятий традиционна, состоит из вступления, основной части и заключения. Во вступлении проводятся разогревающее, активизирующее упражнения, сообщается тема, ее актуальность. Основная часть, как правило, содержит тестирование, обсуждение, проигрывание ситуации, развитие или отработку навыка. Заключительная часть направлена на анализ занятия, самопроверку, рефлекссию.

Формы организации деятельности: информирование, психологические игры, дискуссии (обсуждение вопросов, связанных с основной темой занятия), арт-терапия, тренинговые занятия.

Виды деятельности: игровая, познавательная, проблемно-ценностное общение.

3. Тематическое планирование

№ п/п	Тема раздела	Количество часов
Зачем нужно знать себя?		
1.	Вводное занятие» Психология – знакомая незнакомка»	1
2.	Самопознание как основа самосовершенствования	1
3.	Человек – загадка для самого себя	1
4.	Кто Я? Какой Я? Я – это интересно	1
Личностные особенности		
5.	Сказка о волшебных зеркалах	1
6.	Темперамент	1
7.	Сказка о типах темперамента	1
8.	Характер	1
9.	Сказка о деревьях – характерах	1
10.	Вырабатывайте характер	1
11.	Я глазами других. Мои внутренние друзья и мои внутренние враги	1
12.	Самооценка	1
13.	От самооценки к поступку	1
14.	Эмоции и чувства	1
15.	Как совладать с эмоциями	1
16.	Потребности и мотивы	1
17.	Сказка о борьбе мотивов	1
18.	Сказка о волшебницах потребностях и накопленных эмоциях	1
Мои познавательные способности		
19.	Какая нужная вещь - память	1
20.	Моя память. Развиваем память	1
21.	Внимание	1
22.	Мое внимание. Тест	1
23.	Мышление	1
24.	Сказка о профессоре мышлении	1
25.	Творческое мышление	1
26.	Развиваем воображение	1
27.	Нестандартные задачи в развитии мышления	1
28.	Какие бывают способности	1
29.	Мои способности	1
Поверь в себя		
30.	Перемены к лучшему	1
31.	Комплименты. Умение принимать и делать комплименты	1
32.	Мой идеал. Я хотел бы походить ...	1
33.	Поверь в себя	1
34.	Итоговое занятие	1
Итого:		34