муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Ростова-на-Дону «Школа № 26»

Утверждаю Директор МБОУ «Школа № 26»
Приказ № 306 от «31»08 2024 г.
Зиновьева Е.В.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

Познаю себя (указать учебный предмет, курс)

Уровень общего образования (класс)

Основное общее образование 7 классы

(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием класса)

Направление: коммуникативная деятельность

Количество часов: 33 часов

Учитель: Мякоткина Яна Олеговна

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Познаю себя» разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Методических рекомендаций по использованию и включению в содержание процесса обучения и воспитания государственных символов Российской Федерации, направленных письмом Минпросвещения от 15.04.2022 № СК-295/06;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности реализации В рамках основных общеобразовательных программ, В TOM числе части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до
 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996 р;
 - C Π 2.4.3648-20;
 - СанПиН 1.2.3685-21.

Цель курса: создание условий для достижения учащимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой в обществе системы ценностей, создание условий для многогранного развития и социализации каждого обучающегося

Программа содержит все необходимые разделы и соответствует современным требованиям, предъявляемым к программам внеурочной деятельности.

В учебном плане МБОУ «Школа № 26» на изучение курса «Познаю себя» на 2024-2025 уч. год в 7 «А» классе отводится по 1 ч в неделю.

Рабочая программа рассчитана на 33 ч в соответствии с календарным учебным графиком.

ВЗАИМОСВЯЗЬ С ПРОГРАММОЙ ВОСПИТАНИЯ

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций рабочей программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие учащегося. Это проявляется:

- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение и конкретизацию в рабочей программе воспитания;
- в возможности включения школьников в деятельность, организуемую образовательной организацией в рамках модуля: «Внеурочная деятельность» программы воспитания;
- в возможности комплектования разновозрастных групп для организации внеурочной деятельности школьников, воспитательное значение которых отмечается в рабочей программе воспитания;
- в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлечённость в совместную с педагогом и другими детьми деятельность и возможность образования на её основе детско-взрослых общностей, ключевое значение которых для воспитания подчёркивается Рабочей программой воспитания.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОЗНАЮ СЕБЯ»

Личностные УУД:

- оценивать свои и чужие поступки, выбирать, как поступить, отвечать за свой выбор
- осознавать важность саморазвития, использовать это знание в жизненных ситуациях
- осознавать целостность мира и многообразие взглядов на него вырабатывать свои мировоззренческие позиции
- понимать чувства других людей
- идти на взаимные уступки в разных ситуациях
- осознавать свои эмоции, мысли, черты характера, адекватно выражать и контролировать их в общении

Познавательные УУД:

- находить ответы на вопросы (курса и для решения жизненных задач) в различных источниках информации
- анализировать свои и чужие поступки (действия, чувства; изменения в самом себе)
- обобщать (делать выводы, доказывать), устанавливать причинно-следственные связи (поступков, ситуаций)
- обогатить представления о собственных ценностях, эмоциональном мире человека, их роли в жизни

Регулятивные УУД:

- определять цель, проблему в учебной деятельности (на занятии)
- выдвигать версии в группе и индивидуально
- определять цель, проблему в жизненно-практической деятельности, оценивать степень и способы достижения цели в жизненных ситуациях, самостоятельно исправлять ошибки
- планировать свою деятельность в учебной и жизненной ситуациях
- прогнозировать последствия собственных и чужих поступков

Коммуникативные УУД:

- излагать свое собственное мнение и позицию с аргументами, фактами
- понимать позицию другого (выраженную в явном и неявном виде: чувства, причины действий, поступков), корректировать свое мнение, достойно признавать его ошибочность
- самостоятельно решать проблемы в общении с взрослыми и друзьями
- преодолевать конфликты, толерантно относиться к другому человеку

Предметные результаты:

По окончании курса дети должны знать/понимать:

- нормы и правила, существующие в мире;
- начальные понятия социальной психологии;

- начальные понятия конфликтологии.
- свои качества и повышать самооценку
- свое эмоциональное состояние, адекватно выражать свои эмоции
- -ответственность человека за свои чувства и мысли
- свои возрастные изменения
- различия между агрессией и агрессивностью
- -собственное агрессивное поведение
- роль конфликтов в жизни человека
- как конструктивно разрешать конфликтные ситуации
- собственные жизненные ценности.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий обучающихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности:

- овладение способностями принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления в разных формах и видах психологической деятельности;
- освоение способов решения проблем психологического характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации в процессе познания самого себя; определять наиболее эффективные способы достижения результата в творческой деятельности;
- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных психологических задач на уроках психологии, во внеурочной и внешкольной деятельности;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии; позитивная самооценка своих возможностей;
- овладение навыками смыслового прочтения содержания текстов в соответствии с целями и задачами деятельности;
- приобретение умения осознанного построения речевого высказывания в соответствии с задачами коммуникации;
- формирование у школьников умения составлять тексты, связанные с размышлениями о психологии и личностной оценкой ее содержания, в устной и письменной форме;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, установления аналогий в процессе учебной деятельности.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОЗНАЮ СЕБЯ» В 7 «А» КЛАССЕ

№	Наименование	Кол-	Дата	Дата	Форма	Использование
π/	разделов и тем	во	план	факт	организации	дополнительного
п		часов			занятия	материала
						(интернет ресурс)
1	Я повзрослел	1	05.09		Беседа	
2	У меня появилась агрессия	1	12.09		Беседа	
3	Как выглядит	1	19.09		Занятие с	
	агрессивный человек? Как				элементами	
	звучит агрессия?				тренинга	
4	Конструктивное	1	26.09		Занятие с	
	реагирование на агрессию				элементами	
	1				тренинга	
5	Агрессия во	1	03.10		Беседа,	
	взаимоотношен иях между				анкетирование	
	родителями и					
6	детьми Учимся	1	10.10		Развивающие	
	договариваться	1	10.10		упражнения	
7	Зачем человеку	1	17.10		Беседа	
,	нужна	1	17.10		Беседа	
	уверенность в					
8	себе Источники	1	24.10		Беседа	
	уверенности в					
9	себе Мои	1	07.11		Проект	
	способности	1	07.11		Проскі	
10	Я, мои успехи и неудачи	1	14.11		Проект	
11	Какого человека	1	21.11		Беседа	
	мы называем неуверенным в					
	себе?					
12	Я становлюсь увереннее	1	28.11		Занятие с	
	, bepennee				элементами	
					тренинга	
13	Уверенность и	1	05.12		Беседа	

	самоуважение				
14	Уверенность и	1	12.12	Беседа	
	уважение к другим				
15	Уверенность в	1	19.12	Беседа	
	себе и				
16	милосердие Уверенность в	1	26.12	Беседа	
10	себе и	1	20.12	Веседа	
	непокорность				
17	Что такое	1	09.01	Беседа	
	конфликт? Конфликты в				
	школе, дома, на				
10	улице		1.501		
18	Способы поведения в	1	16.01	Просмотр и	https://yandex.ru/video/pr eview/1400260541426839
	конфликте			обсуждение	8758
	1			видеороликов	
19	Конструктивное	1	23.01	Занятие с	
	разрешение конфликтов			элементами	
	конфликтов			тренинга	
20	Конфликт как	1	30.01	Развивающие	
	возможность			упражнения	
21	развития	1	06.02		
21	Готовность к разрешению	1	06.02	Беседа	
	конфликта				
22	Что такое	1	13.02	Беседа	
22	ценности?	1	20.02	Газана	
23	Ценности и жизненный путь	1	20.02	Беседа	
24	Мои ценности	1	27.02	Занятие с	
				элементами	
				тренинга	
25	Мир эмоций.	1	06.03	Игра	
	Настроение	1	00.03	III pa	
26	Наш	1	13.03	Беседа	
27	темперамент	1	20.02	Газата	
27	Мой характер	1	20.03	Беседа	
28	Эмоциональный интеллект	1	03.04	Беседа	
29	Закон «прорыва	1	10.04	Дискуссия	
	плотины»		1		
30	Закон	1	17.04	Беседа	
31	скрытности Закон обратного	1	24.04	Беседа	
	эффекта			-7	

32	Взаимосвязь	1	15.05	Беседа	
	разума и				
	эмоций				
33	Рефлексия	1	22.05	Беседа	

ЛИСТ ФИКСИРОВАНИЯ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

П		Carraganary	П.,
Дата	Содержание	Согласование с	Подпись
внесения		курирующим предмет	лица,
изменений,		заместителем директора	внесшего
дополнений		(подпись, расшифровка	запись
денения		подписи, дата)	Sami
		подписи, дата)	

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания методического совета
МБОУ «Школа № 26»
от ______ 2024 года № 1
_____ Дронова-Латухова Е.В.
подпись ФИО
руководителя МС

СОГЛАСОВАНО

Заместитель дир	ректора по УВР
	Соловская Е.С
подпись	Ф.И.О.
	2024 года

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Ростова-на-Дону «Школа № 26»

Директор М	ІБОУ «Ц		верждаю на № 26»
Приказ №	от «		_ 2024 г.
	Зи	НОВЕ	вева Е.В.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

Познаю себя

(указать учебный предмет, курс)

Уровень общего образования (класс)

Основное общее образование 7 «Б» класс

(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием класса)

Направление: коммуникативная деятельность

Количество часов: 33 часов

Учитель: Мякоткина Яна Олеговна

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Познаю себя» разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Методических рекомендаций по использованию и включению в содержание процесса обучения и воспитания государственных символов Российской Федерации, направленных письмом Минпросвещения от 15.04.2022 № СК-295/06;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности реализации В рамках основных общеобразовательных программ, В TOM числе части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до
 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996 р;
 - C Π 2.4.3648-20;
 - СанПиН 1.2.3685-21.

Цель курса: создание условий для достижения учащимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой в обществе системы ценностей, создание условий для многогранного развития и социализации каждого обучающегося

Программа содержит все необходимые разделы и соответствует современным требованиям, предъявляемым к программам внеурочной деятельности.

В учебном плане МБОУ «Школа № 26» на изучение курса «Познаю себя» на 2024-2025 уч. год в 7 «Б» классе отводится по 1 ч в неделю.

Рабочая программа рассчитана на 33 ч в соответствии с календарным учебным графиком.

ВЗАИМОСВЯЗЬ С ПРОГРАММОЙ ВОСПИТАНИЯ

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций рабочей программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие учащегося. Это проявляется:

- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение и конкретизацию в рабочей программе воспитания;
- в возможности включения школьников в деятельность, организуемую образовательной организацией в рамках модуля: «Внеурочная деятельность» программы воспитания;
- в возможности комплектования разновозрастных групп для организации внеурочной деятельности школьников, воспитательное значение которых отмечается в рабочей программе воспитания;
- в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлечённость в совместную с педагогом и другими детьми деятельность и возможность образования на её основе детско-взрослых общностей, ключевое значение которых для воспитания подчёркивается Рабочей программой воспитания.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОЗНАЮ СЕБЯ»

Личностные УУД:

- оценивать свои и чужие поступки, выбирать, как поступить, отвечать за свой выбор
- осознавать важность саморазвития, использовать это знание в жизненных ситуациях
- осознавать целостность мира и многообразие взглядов на него, вырабатывать свои мировоззренческие позиции
- понимать чувства других людей
- идти на взаимные уступки в разных ситуациях
- осознавать свои эмоции, мысли, черты характера, адекватно выражать и контролировать их в общении

Познавательные УУД:

- находить ответы на вопросы (курса и для решения жизненных задач) в различных источниках информации
- анализировать свои и чужие поступки (действия, чувства; изменения в самом себе)
- обобщать (делать выводы, доказывать), устанавливать причинно-следственные связи (поступков, ситуаций)
- обогатить представления о собственных ценностях, эмоциональном мире человека, их роли в жизни

Регулятивные УУД:

- определять цель, проблему в учебной деятельности (на занятии)
- выдвигать версии в группе и индивидуально
- определять цель, проблему в жизненно-практической деятельности, оценивать степень и способы достижения цели в жизненных ситуациях, самостоятельно исправлять ошибки
- планировать свою деятельность в учебной и жизненной ситуациях
- прогнозировать последствия собственных и чужих поступков

Коммуникативные УУД:

- излагать свое собственное мнение и позицию с аргументами, фактами
- понимать позицию другого (выраженную в явном и неявном виде: чувства, причины действий, поступков), корректировать свое мнение, достойно признавать его ошибочность
- самостоятельно решать проблемы в общении с взрослыми и друзьями
- преодолевать конфликты, толерантно относиться к другому человеку

Предметные результаты:

По окончании курса дети должны знать/понимать:

- нормы и правила, существующие в мире;
- начальные понятия социальной психологии;

- начальные понятия конфликтологии.
- свои качества и повышать самооценку
- свое эмоциональное состояние, адекватно выражать свои эмоции
- -ответственность человека за свои чувства и мысли
- свои возрастные изменения
- различия между агрессией и агрессивностью
- -собственное агрессивное поведение
- роль конфликтов в жизни человека
- как конструктивно разрешать конфликтные ситуации
- собственные жизненные ценности.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий обучающихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности:

- овладение способностями принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления в разных формах и видах психологической деятельности;
- освоение способов решения проблем психологического характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации в процессе познания самого себя; определять наиболее эффективные способы достижения результата в творческой деятельности;
- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных психологических задач на уроках психологии, во внеурочной и внешкольной деятельности;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии; позитивная самооценка своих возможностей;
- овладение навыками смыслового прочтения содержания текстов в соответствии с целями и задачами деятельности;
- приобретение умения осознанного построения речевого высказывания в соответствии с задачами коммуникации;
- формирование у школьников умения составлять тексты, связанные с размышлениями о психологии и личностной оценкой ее содержания, в устной и письменной форме;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, установления аналогий в процессе учебной деятельности.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОЗНАЮ СЕБЯ» В 7 «Б» КЛАССЕ

No	Наименование	Кол-	Дата	Дата	Форма	Использование
π/	разделов и тем	В0	план	факт	организации	дополнительного
п		часов			занятия	материала
						(интернет ресурс)
1	Я повзрослел	1	06.09		Беседа	
2	У меня появилась агрессия	1	13.09		Беседа	
3	Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия?	1	20.09		Занятие с элементами тренинга	
4	Конструктивное реагирование на агрессию	1	27.09		Занятие с элементами тренинга	
5	Агрессия во взаимоотношен иях между родителями и детьми	1	04.10		Беседа, анкетирование	
6	Учимся договариваться	1	11.10		Развивающие упражнения	
7	Зачем человеку нужна уверенность в себе	1	18.10		Беседа	
8	Источники уверенности в себе	1	25.10		Беседа	
9	Мои способности	1	08.11		Проект	
10	Я, мои успехи и неудачи	1	15.11		Проект	
11	Какого человека мы называем неуверенным в себе?	1	22.11		Беседа	
12	Я становлюсь увереннее	1	29.11		Занятие с элементами тренинга	
13	Уверенность и	1	06.12		Беседа	

	самоуважение				
14	Уверенность и	1	13.12	Беседа	
	уважение к				
15	другим Уверенность в	1	20.12	Беседа	
13	себе и	1	20.12	Всседа	
	милосердие				
16	Уверенность в	1	27.12	Беседа	
	себе и				
17	непокорность Что такое	1	10.01	Беседа	
1 /	конфликт?	1	10.01	Беседа	
	Конфликты в				
	школе, дома, на				
10	улице		15.01		
18	Способы поведения в	1	17.01	Просмотр и	https://yandex.ru/video/pr eview/1400260541426839
	конфликте			обсуждение	8758
				видеороликов	
19	Конструктивное	1	24.01	Занятие с	
	разрешение			элементами	
	конфликтов			Thellille	
				тренинга	
20	Конфликт как возможность	1	31.01	Развивающие	
	развития			упражнения	
21	Готовность к	1	07.02	Беседа	
	разрешению				
22	конфликта	1	14.02	T.	
22	Что такое ценности?	1	14.02	Беседа	
23	Ценности и	1	21.02	Беседа	
	жизненный путь				
24	Мои ценности	1	28.02	Занятие с	
				элементами	
				тренинга	
25	Mun araww	1	07.03		
23	Мир эмоций. Настроение	1	07.03	Игра	
26	Наш	1	14.03	Беседа	
	темперамент				
27	Мой характер	1	21.03	Беседа	
28	Эмоциональный	1	04.04	Беседа	
20	интеллект	1	11 04	П	
29	Закон «прорыва плотины»	1	11.04	Дискуссия	
30	Закон	1	18.04	Беседа	
	скрытности				
31	Закон обратного	1	25.04	Беседа	
	эффекта				

32	Передача	1	16.05	Беседа	
	чувств по				
	наследству				
33	Рефлексия	1	23.05	Беседа	

ЛИСТ ФИКСИРОВАНИЯ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

П		Carraganary	П.,
Дата	Содержание	Согласование с	Подпись
внесения		курирующим предмет	лица,
изменений,		заместителем директора	внесшего
дополнений		(подпись, расшифровка	запись
денения		подписи, дата)	Sami
		подписи, дата)	

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания методического совета МБОУ «Школа № 26» от _____ 2024 года № 1 ____ Дронова-Латухова Е.В. подпись ФИО руководителя МС

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР		
	Соловская Е.С.	
подпись	Ф.И.О.	
	2024 года	

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Ростова-на-Дону «Школа № 26»

Директор М	ІБОУ «Ц		верждаю на № 26»
Приказ №	от «		_ 2024 г.
	Зи	НОВЕ	вева Е.В.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

Познаю себя

(указать учебный предмет, курс)

Уровень общего образования (класс)

Основное общее образование 8 «А» класс

(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием класса)

Направление: коммуникативная деятельность

Количество часов: 33 часов

Учитель: Мякоткина Яна Олеговна

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Познаю себя» разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Методических рекомендаций по использованию и включению в содержание процесса обучения и воспитания государственных символов Российской Федерации, направленных письмом Минпросвещения от 15.04.2022 № СК-295/06;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности реализации В рамках основных общеобразовательных программ, В TOM числе части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до
 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996 р;
 - C Π 2.4.3648-20;
 - СанПиН 1.2.3685-21.

Цель курса: создание условий для достижения учащимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой в обществе системы ценностей, создание условий для многогранного развития и социализации каждого обучающегося

Программа содержит все необходимые разделы и соответствует современным требованиям, предъявляемым к программам внеурочной деятельности.

В учебном плане МБОУ «Школа № 26» на изучение курса «Познаю себя» на 2024-2025 уч. год в 8 «А» классе отводится по 1 ч в неделю.

Рабочая программа рассчитана на 33 ч в соответствии с календарным учебным графиком.

ВЗАИМОСВЯЗЬ С ПРОГРАММОЙ ВОСПИТАНИЯ

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций рабочей программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие учащегося. Это проявляется:

- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение и конкретизацию в рабочей программе воспитания;
- в возможности включения школьников в деятельность, организуемую образовательной организацией в рамках модуля: «Внеурочная деятельность» программы воспитания;
- в возможности комплектования разновозрастных групп для организации внеурочной деятельности школьников, воспитательное значение которых отмечается в рабочей программе воспитания;
- в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлечённость в совместную с педагогом и другими детьми деятельность и возможность образования на её основе детско-взрослых общностей, ключевое значение которых для воспитания подчёркивается Рабочей программой воспитания.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОЗНАЮ СЕБЯ»

Личностные УУД:

- оценивать свои и чужие поступки, выбирать, как поступить, отвечать за свой выбор
- осознавать важность саморазвития, использовать это знание в жизненных ситуациях
- осознавать целостность мира и многообразие взглядов на него, вырабатывать свои мировоззренческие позиции
- понимать чувства других людей
- идти на взаимные уступки в разных ситуациях
- осознавать свои эмоции, мысли, черты характера, адекватно выражать и контролировать их в общении

Познавательные УУД:

- находить ответы на вопросы (курса и для решения жизненных задач) в различных источниках информации
- анализировать свои и чужие поступки (действия, чувства; изменения в самом себе)
- обобщать (делать выводы, доказывать), устанавливать причинно-следственные связи (поступков, ситуаций)
- обогатить представления о собственных ценностях, эмоциональном мире человека, их роли в жизни

Регулятивные УУД:

- определять цель, проблему в учебной деятельности (на занятии)
- выдвигать версии в группе и индивидуально
- определять цель, проблему в жизненно-практической деятельности, оценивать степень и способы достижения цели в жизненных ситуациях, самостоятельно исправлять ошибки
- планировать свою деятельность в учебной и жизненной ситуациях
- прогнозировать последствия собственных и чужих поступков

Коммуникативные УУД:

- излагать свое собственное мнение и позицию с аргументами, фактами
- понимать позицию другого (выраженную в явном и неявном виде: чувства, причины действий, поступков), корректировать свое мнение, достойно признавать его ошибочность
- самостоятельно решать проблемы в общении с взрослыми и друзьями
- преодолевать конфликты, толерантно относиться к другому человеку

Предметные результаты:

По окончании курса дети должны знать/понимать:

- нормы и правила, существующие в мире;
- начальные понятия социальной психологии;

- начальные понятия конфликтологии.
- свои качества и повышать самооценку
- свое эмоциональное состояние, адекватно выражать свои эмоции
- -ответственность человека за свои чувства и мысли
- свои возрастные изменения
- различия между агрессией и агрессивностью
- -собственное агрессивное поведение
- роль конфликтов в жизни человека
- как конструктивно разрешать конфликтные ситуации
- собственные жизненные ценности.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий обучающихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности:

- овладение способностями принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления в разных формах и видах психологической деятельности;
- освоение способов решения проблем психологического характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации в процессе познания самого себя; определять наиболее эффективные способы достижения результата в творческой деятельности;
- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных психологических задач на уроках психологии, во внеурочной и внешкольной деятельности;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии; позитивная самооценка своих возможностей;
- овладение навыками смыслового прочтения содержания текстов в соответствии с целями и задачами деятельности;
- приобретение умения осознанного построения речевого высказывания в соответствии с задачами коммуникации;
- формирование у школьников умения составлять тексты, связанные с размышлениями о психологии и личностной оценкой ее содержания, в устной и письменной форме;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, установления аналогий в процессе учебной деятельности.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОЗНАЮ СЕБЯ» В 8 «А» КЛАССЕ

№	Наименование	Кол-	Дата	Дата	Форма	Использование
π/	разделов и тем	во	план	факт	организации	дополнительного
П		часов			занятия	материала
						(интернет ресурс)
1	Я повзрослел	1	05.09		Беседа	\ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \
2	У меня	1	12.09		Беседа	
	появилась	1	12.09		Вооди	
3	агрессия	1	19.09		2	
3	Как выглядит агрессивный	1	19.09		Занятие с	
	человек? Как				элементами	
	звучит агрессия?				тренинга	
4	Конструктивное	1	26.09		Занятие с	
	реагирование на агрессию				элементами	
	ат рессию				тренинга	
5	Агрессия во	1	03.10		Беседа,	
	взаимоотношен				анкетировани	
	иях между родителями и				e	
	детьми				C	
6	Учимся	1	10.10		Развивающие	
	договариваться				упражнения	
7	Зачем человеку	1	17.10		Беседа	
	нужна уверенность в					
	себе					
8	Источники	1	24.10		Беседа	
	уверенности в себе					
9	Мои	1	07.11		Проект	
10	я, мои успехи и	1	14.11		Проект	
	неудачи				_	
11	Какого	1	21.11		Беседа	
	человека мы называем					
	неуверенным в					
12	себе? Я становлюсь	1	28.11		Занятие с	
	увереннее	•	20.11		элементами	
					тренинга	

13	Уверенность и	1	05.12	Беседа	
	самоуважение				
14	Уверенность и	1	12.12	Беседа	
	уважение к				
	другим				
15	Уверенность в	1	19.12	Беседа	
	себе и				
	милосердие		2.12		
16	Уверенность в	1	26.12	Беседа	
	себе и				
17	непокорность Что такое	1	09.01	Басана	
1 /	конфликт?	1	09.01	Беседа	
	Конфликты в				
	школе, дома, на				
	улице				
18	Способы	1	16.01	Просмотр и	https://yandex.ru/video/previ
	поведения в			обсуждение	ew/14002605414268398758
	конфликте			_	
				видеороликов	
19	Конструктивное	1	23.01	Занятие с	
	разрешение			элементами	
	конфликтов				
				тренинга	
20	Конфликт как	1	30.01	Развивающие	
	возможность			упражнения	
21	развития	1	06.02		
21	Готовность к	1	06.02	Беседа	
	разрешению конфликта				
22	Что такое	1	13.02	Беседа	
	ценности?	1	13.02	Беседа	
23	Ценности и	1	20.02	Беседа	
	жизненный				
	путь				
24	Мои ценности	1	27.02	Занятие с	
				элементами	
				тренинга	
25	Мир эмоций.	1	06.03	Игра	
23	Настроение	1	00.03	rii pa	
26	Наш	1	13.03	Беседа	
	темперамент				
27	Мой характер	1	20.03	Беседа	
28	Эмоциональны	1	03.04	Беседа	
	й интеллект				
29	Закон «прорыва	1	10.04	Дискуссия	
	плотины»				
30	Закон	1	17.04	Беседа	
	скрытности				

31	Закон	1	24.04	Беседа	
	обратного				
	эффекта				
32	Передача	1	15.05	Беседа	
	чувств по				
	наследству				
33	Рефлексия	1	22.05	Беседа	

ЛИСТ ФИКСИРОВАНИЯ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

П		Carraganary	П.,
Дата	Содержание	Согласование с	Подпись
внесения		курирующим предмет	лица,
изменений,		заместителем директора	внесшего
дополнений		(подпись, расшифровка	запись
денения		подписи, дата)	Sumies
		подписи, дата)	

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания методического совета МБОУ «Школа № 26» от ______ 2024 года № 1 _____ Дронова-Латухова Е.В. подпись ФИО руководителя МС

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР				
	_ Соловская Е.С.			
подпись	Ф.И.О.			
	2024 года			

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Ростова-на-Дону «Школа № 26»

Директор М	БОУ «L		верждаю на № 26»
Приказ №	от «		_ 2024 г.
	Зи	НОВЕ	ьева Е.В.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

Познаю себя

(указать учебный предмет, курс)

Уровень общего образования (класс)

Основное общее образование 8 «Б» класс

(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием класса)

Направление: коммуникативная деятельность

Количество часов: 33 часов

Учитель: Мякоткина Яна Олеговна

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Познаю себя» разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Минпросвещения от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Методических рекомендаций по использованию и включению в содержание процесса обучения и воспитания государственных символов Российской Федерации, направленных письмом Минпросвещения от 15.04.2022 № СК-295/06;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности реализации В рамках основных общеобразовательных программ, В TOM числе части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до
 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996 р;
 - C Π 2.4.3648-20;
 - СанПиН 1.2.3685-21.

Цель курса: создание условий для достижения учащимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой в обществе системы ценностей, создание условий для многогранного развития и социализации каждого обучающегося

Программа содержит все необходимые разделы и соответствует современным требованиям, предъявляемым к программам внеурочной деятельности.

В учебном плане МБОУ «Школа № 26» на изучение курса «Познаю себя» на 2024-2025 уч. год в 8 «Б» классе отводится по 1 ч в неделю.

Рабочая программа рассчитана на 33 ч в соответствии с календарным учебным графиком.

ВЗАИМОСВЯЗЬ С ПРОГРАММОЙ ВОСПИТАНИЯ

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций рабочей программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие учащегося. Это проявляется:

- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение и конкретизацию в рабочей программе воспитания;
- в возможности включения школьников в деятельность, организуемую образовательной организацией в рамках модуля: «Внеурочная деятельность» программы воспитания;
- в возможности комплектования разновозрастных групп для организации внеурочной деятельности школьников, воспитательное значение которых отмечается в рабочей программе воспитания;
- в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлечённость в совместную с педагогом и другими детьми деятельность и возможность образования на её основе детско-взрослых общностей, ключевое значение которых для воспитания подчёркивается Рабочей программой воспитания.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОЗНАЮ СЕБЯ»

Личностные УУД:

- оценивать свои и чужие поступки, выбирать, как поступить, отвечать за свой выбор
- осознавать важность саморазвития, использовать это знание в жизненных ситуациях
- осознавать целостность мира и многообразие взглядов на него вырабатывать свои мировоззренческие позиции
- понимать чувства других людей
- идти на взаимные уступки в разных ситуациях
- осознавать свои эмоции, мысли, черты характера, адекватно выражать и контролировать их в общении

Познавательные УУД:

- находить ответы на вопросы (курса и для решения жизненных задач) в различных источниках информации
- анализировать свои и чужие поступки (действия, чувства; изменения в самом себе)
- обобщать (делать выводы, доказывать), устанавливать причинно-следственные связи (поступков, ситуаций)
- обогатить представления о собственных ценностях, эмоциональном мире человека, их роли в жизни

Регулятивные УУД:

- определять цель, проблему в учебной деятельности (на занятии)
- выдвигать версии в группе и индивидуально
- определять цель, проблему в жизненно-практической деятельности, оценивать степень и способы достижения цели в жизненных ситуациях, самостоятельно исправлять ошибки
- планировать свою деятельность в учебной и жизненной ситуациях
- прогнозировать последствия собственных и чужих поступков

Коммуникативные УУД:

- излагать свое собственное мнение и позицию с аргументами, фактами
- понимать позицию другого (выраженную в явном и неявном виде: чувства, причины действий, поступков), корректировать свое мнение, достойно признавать его ошибочность
- самостоятельно решать проблемы в общении с взрослыми и друзьями
- преодолевать конфликты, толерантно относиться к другому человеку

Предметные результаты:

По окончании курса дети должны знать/понимать:

- нормы и правила, существующие в мире;
- начальные понятия социальной психологии;

- начальные понятия конфликтологии.
- свои качества и повышать самооценку
- свое эмоциональное состояние, адекватно выражать свои эмоции
- -ответственность человека за свои чувства и мысли
- свои возрастные изменения
- различия между агрессией и агрессивностью
- -собственное агрессивное поведение
- роль конфликтов в жизни человека
- как конструктивно разрешать конфликтные ситуации
- собственные жизненные ценности.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий обучающихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности:

- овладение способностями принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления в разных формах и видах психологической деятельности;
- освоение способов решения проблем психологического характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации в процессе познания самого себя; определять наиболее эффективные способы достижения результата в творческой деятельности;
- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных психологических задач на уроках психологии, во внеурочной и внешкольной деятельности;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии; позитивная самооценка своих возможностей;
- овладение навыками смыслового прочтения содержания текстов в соответствии с целями и задачами деятельности;
- приобретение умения осознанного построения речевого высказывания в соответствии с задачами коммуникации;
- формирование у школьников умения составлять тексты, связанные с размышлениями о психологии и личностной оценкой ее содержания, в устной и письменной форме;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, установления аналогий в процессе учебной деятельности.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПОЗНАЮ СЕБЯ» В 8 «Б» КЛАССЕ

п/ разделов и тем во часов план часов факт занятия организации дополнительного материала (интернет ресурс) 1 Я повзрослел 1 02.09 Беседа 2 У меня появилась агрессия 1 09.09 Беседа 3 Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия? 1 16.09 Занятие с элементами тренинга 4 Конструктивное реагирование на агрессию 1 23.09 Занятие с элементами	No	Наименование	Кол-	Дата	Дата	Форма	Использование
Синтернет ресурс 1	п/	разделов и тем	во	план	факт	организации	дополнительного
1 Я повзрослел 1 02.09 Беседа 2 У меня появилась агрессия 1 09.09 Беседа 3 Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия? 1 16.09 Занятие с элементами тренинга 4 Конструктивное реагирование на агрессию 1 23.09 Занятие с элементами	п		часов			занятия	материала
1 Я повзрослел 1 02.09 Беседа 2 У меня появилась агрессия 1 09.09 Беседа 3 Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия? 1 16.09 Занятие с элементами тренинга 4 Конструктивное реагирование на агрессию 1 23.09 Занятие с элементами							
2 У меня появилась агрессия 1 09.09 Беседа 3 Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия? 1 16.09 Занятие с элементами тренинга 4 Конструктивное реагирование на агрессию 1 23.09 Занятие с элементами	1	Я повзрослел	1	02.09		Беседа	· · · · · · · ·
появилась агрессия 1 16.09 Занятие с элементами тренинга звучит агрессия? 1 23.09 Занятие с элементами тренинга 4 Конструктивное реагирование на агрессию 1 23.09 Занятие с элементами	2	-	1				
3 Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия? 1 16.09 Занятие с элементами тренинга 4 Конструктивное реагирование на агрессию 1 23.09 Занятие с элементами	2		1	07.07		Веседа	
агрессивный человек? Как звучит тренинга агрессия? 4 Конструктивное реагирование на агрессию 3 занятие с элементами элементами		•					
человек? Как звучит агрессия? 4 Конструктивное реагирование на агрессию 3лементами тренинга занятие с элементами элементами занятие с элементами	3		1	16.09		Занятие с	
агрессия? 4 Конструктивное 1 23.09 Занятие с реагирование на агрессию элементами						элементами	
реагирование на агрессию элементами		_				тренинга	
агрессию	4		1	23.09		Занятие с	
						элементами	
пренин а		ar pecenic				тренинга	
5 Агрессия во 1 30.09 Беседа,	5	-	1	30.09		Беседа,	
взаимоотношен иях между анкетировани						анкетировани	
родителями и е		=				e	
детьми			1	07.10		D	
6 Учимся 1 07.10 Развивающие договариваться	6		1	07.10		Развивающие	
упражнения		договариваться				упражнения	
7 Зачем человеку 1 14.10 Беседа	7	_	1	14.10		Беседа	
уверенность в		_					
себе		* -					
8 Источники 1 21.10 Беседа	8		1	21.10		Беседа	
уверенности в себе							
9 Мои 1 11.11 Проект	9	Мои	1	11.11		Проект	
способности	10		1	10 11		Продугт	
10 Я, мои успехи и 1 18.11 Проект неудачи	10	_	1	10.11		проект	
11 Какого 1 25.11 Беседа	11	Какого	1	25.11		Беседа	
человека мы							
называем неуверенным в							
себе?		себе?					
12 Я становлюсь 1 02.12 Занятие с	12		1	02.12		Занятие с	
увереннее		увереннее				элементами	
тренинга						тренинга	

			1		
13	Уверенность и самоуважение	1	09.12	Беседа	
14	Уверенность и	1	16.12	Беседа	
	уважение к				
	другим				
15	Уверенность в	1	23.12	Беседа	
	себе и				
	милосердие				
16	Уверенность в	1	13.01	Беседа	
	себе и				
17	непокорность Что такое	1	20.01	Гасала	
17	что такое конфликт?	1	20.01	Беседа	
	Конфликты в				
	школе, дома, на				
	улице				
18	Способы	1	27.01	Просмотр и	https://yandex.ru/video/previ
	поведения в			обсуждение	ew/14002605414268398758
	конфликте			видеороликов	
10	TC	1	02.02		
19	Конструктивное	1	03.02	Занятие с	
	разрешение конфликтов			элементами	
	1			тренинга	
20	Конфликт как	1	10.02	Развивающие	
	возможность			VIIDAWHEHHIG	
	развития			упражнения	
21	Готовность к	1	17.02	Беседа	
	разрешению				
22	конфликта	1	24.02	Г	
22	Что такое ценности?	1	24.02	Беседа	
23	Ценности и	1	03.03	Беседа	
	жизненный	•	02.02	Босоди	
	путь				
24	Мои ценности	1	10.03	Занятие с	
				элементами	
				тренинга	
25	Мир эмоций.	1	17.03	Игра	
	Настроение	•	1,.55	III pu	
26	Наш	1	07.04	Беседа	
	темперамент				
27	Мой характер	1	14.04	Беседа	
28	Эмоциональны	1	21.04	Беседа	
	й интеллект		1000		
29	Закон «прорыва	1	28.04	Дискуссия	
20	плотины»	1	05.05	Г	
30	Закон	1	05.05	Беседа	
	скрытности				

31	Закон	1	12.05	Беседа	
	обратного				
	эффекта				
32	Передача	1	19.05	Беседа	
	чувств по				
	наследству				
33	Рефлексия	1	26.05	Беседа	

ЛИСТ ФИКСИРОВАНИЯ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ В РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

П		Carraganary	П.,
Дата	Содержание	Согласование с	Подпись
внесения		курирующим предмет	лица,
изменений,		заместителем директора	внесшего
дополнений		(подпись, расшифровка	запись
денения		подписи, дата)	Sumies
		подписи, дата)	

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания методического совета МБОУ «Школа № 26» от ______ 2024 года № 1 _____ Дронова-Латухова Е.В. подпись ФИО руководителя МС

СОГЛАСОВАНО

Заместитель д	циректора по ВР
	Соловская Е.С.
подпись	Ф.И.О.
	2024 года