

**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

Разговор с психологом

(указать учебный предмет, курс)

Уровень общего образования (класс)

Основное общее образование 5 классы

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

Направление: Коммуникативная деятельность

Количество часов: 33 часа

Учитель: Тибайкина Яна Романовна

2024/2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Разговор с психологом» 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 в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в 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;
- СП 2.4.3648-20;
- СанПиН 1.2.3685-21.

Цель курса: формирование и сохранение психологического здоровья школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни и социализации, предоставление возможности школьникам изучать свой внутренний мир, формирование адекватной самооценки, снижению уровня тревожности, развитию позитивного образа собственного будущего, повышению компетентности учащихся (личностные, социальные, коммуникативные), развитие навыков преодоления типичных проблем своего

возраста, развитие навыков прогнозирования своего поведения, необходимых в повседневной жизни, для изучения смежных дисциплин и продолжения образования.

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

В учебном плане МБОУ «Школа № 26» на изучение курса «Разговор с психологом» на 2024-2025 уч. год в 5 «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 «РАЗГОВОР С ПСИХОЛОГОМ»

Личностные УУД:

- усваивать нравственно-этические нормы и школьные нормы поведения
- учиться контролировать свои эмоции, быть эмоционально благополучным
- повышать уровень мотивации к учебной деятельности, понимать личную ответственность за результат учебной деятельности
- формировать адекватную самооценку
- уметь делать нравственный выбор и давать нравственную оценку
- развивать рефлексию

Познавательные УУД:

- учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе;
- планировать свою учебную деятельность с учетом индивидуального стиля учебной деятельности;
- адекватно воспринимать оценки учителей;
- уметь распознавать чувства других людей;
- обогатить представления о собственных ценностях и их роли в жизни;
- уметь формулировать собственные проблемы

Регулятивные УУД:

- осознавать свои личные качества, способности и возможности;
- осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции;
- овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями;
- научиться контролировать собственное агрессивное поведение;
- осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки;
- учиться прогнозировать последствия собственных поступков.

Коммуникативные УУД:

- учиться строить взаимоотношения с окружающими;
- учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации;
- учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других;
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями;
- формулировать свое собственное мнение и позицию;
- учиться толерантному отношению 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
«РАЗГОВОР С ПСИХОЛОГОМ» В 5 «А» КЛАССЕ**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Дата план	Дата факт	Форма организации занятия	Использование дополнительного материала (интернет ресурс)
1	Знакомство	1	06.09		Занятие с элементами тренинга	
2	Первый раз – в пятый класс!	1	13.09		Беседа	
3	Зачем человеку занятия психологией?	1	20.09		Игра	
4	Находим друзей	1	27.09		Развивающие упражнения	
5	Узнай свою школу	1	04.10		Беседа	
6	Что поможет мне учиться?	1	11.10		Беседа с элементами игры	
7	Чего я боюсь?	1	18.10		Беседа	
8	Мы, наши недостатки и достоинства	1	25.10		Занятие с элементами тренинга	
9	Конфликт или взаимодействие?	1	08.11		Беседа	
10	Мы и наш класс	1	15.11		Проект	
11	Ставим цели	1	22.11		Беседа	
12	Кто я, какой я?	1	29.11		Занятие с элементами тренинга	
13	Настроение – о'кей!	1	06.12		Развивающие упражнения	

14	Я имею право чувствовать и выражать свои чувства	1	13.12		Развивающие упражнения	
15	Я и мой внутренний мир	1	20.12		Развивающие упражнения	
16	Темперамент	1	27.12		Проект	
17	Человек – загадка для самого себя	1	10.01		Проект	
18	Характер	1	17.01		Проект	
19	Вырабатывайте характер	1	24.01		Беседа	
20	Я глазами других. Мои внутренние друзья и мои внутренние враги	1	31.01		Беседа	
21	Самооценка	1	07.02		Беседа	
22	От самооценки к поступку	1	14.02		Занятие с элементами тренинга	
23	Эмоции и чувства	1	21.02		Беседа	
24	Как совладать с эмоциями	1	28.02		Просмотр и обсуждение видеороликов	https://yandex.ru/video/preview/1201774777188577471
25	Какая нужная вещь - память	1	07.03		Занятие с элементами тренинга	
26	Мое внимание	1	14.03		Диагностика	
27	Творческое мышление	1	21.03		Сказкотерапия	
28	Развиваем воображение	1	04.04		Занятие с элементами арт-терапии	
29	Какие бывают	1	11.04		Беседа	

	способности					
30	Мои способности	1	18.04		Игра	
31	Перемены к лучшему	1	25.04		Беседа	
32	Комплименты. Умение принимать и делать КОМПЛИМЕНТЫ	1	16.05		Развивающие упражнения	
33	Заключительное занятие	1	23.05		Беседа, игры	

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания
методического совета
МБОУ «Школа № 26»
от _____ 2024 года № 1

подпись
руководителя МС

ФИО

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

подпись

Ф.И.О.
2024 года