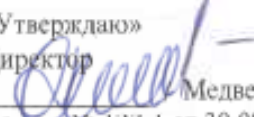


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Республики Хакасия

Правительство Республики Хакасия

**Государственное бюджетное общеобразовательное
учебно-воспитательное учреждение Республики Хакасия
«Боградская специальная школа-интернат открытого типа»**

Согласовано
Педагогическим советом
Протокол №
от 29.08.2023 г.

«Утверждаю»
Директор

Медведев А.С.
Приказ № 127-1 от 30.08.2023 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности для учащихся 7 класса
«Час психолога»
(психолого педагогическое направление)
на 2023 – 2024 учебный год

с. Боград 2023 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Час психолога» для 7 класса составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, представленных в ФГОС ООО, а также федеральной рабочей программы воспитания.

В соответствии с учебным планом ГБОУ ВУ РХ «Богградская спецшкола» на изучение предмета «Уроки психологии» в 7 классе – 1 час в неделю, всего 34 часа. Рабочая программа разработана на основе курса занятий Хухлаевой О.В. «Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе (7-8 классы). – 4-е изд. – М.: Генезис, 2019.

Подростковый период – важнейший этап жизни человека, время выборов, которые во многом определяют последующую судьбу. Несмотря на разницу социально-культурного окружения, почти все подростки с особой остротой переживают свое взросление, заявляя об этом через агрессию, непослушание, алкоголь, школьные трудности и т.д. Поэтому так важно, чтобы у детей была возможность поговорить о себе, исследовать себя, получить новые знания о себе. Курс внеурочной деятельности должен обеспечивать с одной стороны формирование их психологического здоровья, с другой стороны - выполнение основных задач развития.

Данная программа включает в себя основные направления работы: аксиологическое, инструментальное, потребностно-мотивационное и развивающее.

Аксиологическое направление учит ребенка принимать самого себя и других людей, при этом адекватно осознавая свои и чужие достоинства и недостатки.

Инструментальное направление формирует умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы, т.е. помогает личностной рефлексии ребенка.

Потребностно-мотивационное направление для подростков предполагает развития умения сделать выбор, готовность нести за него ответственность, а также формирование потребности в самоизменении и личностном росте.

Развивающее направление обеспечивает формирование эго-идентичности, половой идентичности и личностного самоопределения.

Программа является эффективным инструментом психопрофилактической работы с подростками на этапе их вхождения в старший подростковый возраст. Курс внеурочной деятельности ориентирован на помощь в осознании своих особенностей, формирование навыка решения проблем, развитие уверенности в собственных силах, помощь в преодолении подросткового кризиса.

Цель курса: формирование и сохранение психологического здоровья школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни и социализации. Развитие интереса и устойчивого мотива познания себя и окружающего мира, интереса к самому себе, своим возможностям и личностным качествам.

Задачи:

- способствовать успешной психологической адаптации учащихся к новым условиям обучения;
- формировать представление о сущности своего и противоположного пола;
- мотивировать к самопознанию и познанию других людей;
- содействовать формированию Я-идентичности, способствовать актуализации индивидуальных взглядов, позиций, установок;
- учить анализировать свое поведение, поступки и поступки других людей;
- содействовать формированию самостоятельности;
- развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений и адаптации в социальной среде;
- прививать умение быть толерантным к недостаткам и особенностям других людей;
- повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения;
- формировать терпимость к мнению собеседника, учить конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- формирование ответственного отношения к учению, готовности способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- развитие осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в процессе образовательной деятельности.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

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.

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.

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.

Формы организации деятельности обучающихся применяемые при освоении курса: индивидуальная, фронтальная, групповая. Занятия проводятся в форме дискуссий, психологических упражнений, тренингов.

Содержание курса

Раздел 1. Эмоциональная сфера человека (8ч.)

Почему нам нужно изучать чувства? Основные законы психологии эмоций. Запреты на чувства. Эффект обратного действия. Передача чувств по наследству. Как избежать негативных чувств по наследству. Психогигиена эмоциональной жизни.

Раздел 2. Социальное восприятие (9ч.)

Как мы получаем информацию о человеке. Учимся понимать жесты и позы. О чём говорят твои жесты? О чём говорит поза тела? Разнообразие жестов. Невербальные признаки обмана. Понимание причин поведения людей. Впечатление, которое мы производим. Из чего складывается впечатление о человеке. Способы понимания социальной информации. Виды социальной информации.

Раздел 3. Гендерная идентичность (6ч.)

Информирование о понятии гендерной идентичности. Процесс гендерной социализации человека в процессе развития. Влияние семьи на полоролевое развитие. Идеальный образ мужчины и женщины. Моя полоролевая идентичность.

Раздел 4. Межличностная привлекательность: любовь, дружба (5ч.)

Влияние эмоций на познание. Эмоции и чувства. Привлекательность человека. Взаимность или обоюдная привлекательность. Дружба. Четыре модели общения.

Раздел 5. Взросление и изменение отношений с родителями (6ч.)

Чувство взрослости. Взаимное понимание или непонимание. Взаимное доверие. Права и обязанности в семье. Роль родителей в жизни подростка и роль подростка в жизни родителей.

Тематическое планирование.

№ п/п	Тема занятия	Реализуемый модуль
1	Особенности моего характера	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
2	Особенности моего характера	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
3	Эмоциональный интеллект	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
4	Закон «прорыва плотины»	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
5	Закон скрытности	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
6	Закон обратного эффекта	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
7	Передача чувств «по наследству»	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
8	Взаимосвязь разума и эмоций	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
9	Как мы получаем информацию о человеке	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
10	Учимся понимать жесты и позы	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
11	Жесты	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
12	Невербальные признаки обмана	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
13	Понимание причин поведения людей	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
14	Впечатление, которое мы производим	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
15	Из чего складывается впечатление о человеке	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
16	Наблюдательная сензитивность	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
17	Развиваем наблюдательную	Внеурочная деятельность и дополнительное образование

	сензитивность	образование
18	Гендерная идентичность	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
19	Гендерная социализация	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
20	Становление собственной полоролевой идентичности	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
21	Обратная связь	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
22	Гендерные стереотипы	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
23	Мы - мужчины	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
24	Привлекательность человека	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
25	Взаимная или обоюдная привлекательность	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
26	Дружба. Четыре модели общения	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
27	Романтические отношения и влюбленность	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
28	Романтические отношения и влюбленность	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
29	Отношения с родителями	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
30	Отношения с родителями	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
31	Отношения с родителями	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
32	Как превратить недостатки в достоинства?	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
33	Мои ценности.	Внеурочная деятельность и дополнительное образование
34	Итоговое занятие	Внеурочная деятельность и дополнительное образование