

Раздел 1.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Даная программа рассчитана на достижение **2-х уровней результатов:**

- **первый уровень**- приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

- **второй уровень** – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Таким образом, внедрение новых стандартов дает большие возможности для развития творческих способностей обучающихся.

Личностные результаты:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию,
- сформированность мотивации к учению и познанию,
- ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции;
- социальные компетентности, личностные качества;
- сформированность основ российской, гражданской идентичности.

Применительно к данной программе

- сформированность у обучающихся уважения и интереса к чувствам других людей;
- сформированность умения анализировать свое поведение на основе общих морально-нравственных понятий (о добре и зле, должном и недопустимом);
- сформированность уважительного отношения к отличительным особенностям чувств и эмоций других людей;
- сформированность у обучающихся мотивации к изучению психологии, с целью самосовершенствования и дальнейшей самореализации;
- сформированность у обучающихся готовности и способности к духовному развитию;
- сформированность нравственных качеств обучающихся, основанных на духовных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;
- сформированность у обучающихся мотивации к обучению и познанию.

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
- овладеть 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

Средства формирования УУД: *словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др.*

А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся:

Психологическая информация. Достаточно эффективный метод, способствующий углублению самосознания подростков, является изучение некоторых важных для этого возраста психологических понятий. Сообщаемая информация стимулирует подростка к размышлению о себе.

Интеллектуальные задания. Интеллектуальные задания способствуют расширению лексического запаса учащихся в области психологии, помогают им овладеть необходимыми понятиями.

Рольевые методы. Рольевые методы предполагают принятие подростком ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание необычных ролей; проигрывание своей роли в гротескном варианте.

Коммуникативные игры. Коммуникативные игры направлены на формирование у подростка умения увидеть в другом человеке его достоинства. А также существует ряд игр, способствующих углублению осознания сферы общения.

Игры, направленные на развитие воображения. Их можно разделить на две группы: вербальные и невербальные игры. В вербальных играх подростки придумывают окончание к той или иной необычной ситуации, невербальные игры предполагают изображение подростками того или иного неживого предмета.

Задания с использованием терапевтических метафор. Можно выделить две основные группы метафор. Первая группа направлена на работу с типичными проявлениями или/и трудными ситуациями подросткового возраста, например, чувством одиночества, стремлением к получению внимания (пусть даже негативного) взрослых. Вторая группа включает в себя сказки развивающего характера, способствующие решению ими возрастных задач развития. Систематическая работа с метафорами приводит к усвоению основной идеи метафоры: в сложной ситуации необходимо искать ресурсы внутри самого себя, и это обязательно приведет к успеху.

Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Эти задания предполагают обучение распознаванию эмоциональных состояний по мимике, жестам, голосу; умению принимать чувства другого человека в конфликтных ситуациях.

Когнитивные методы. Эти методы основываются на утверждении, что первопричиной эмоциональных расстройств является наличие у человека некоторых мешающих ему убеждений. Исходя из этого, необходим пересмотр мировоззрения.

Дискуссионные методы. Одним из ведущих методов, используемых в социально-психологическом тренинге, является групповая дискуссия. Она позволяет реализовать принцип субъект-субъектного взаимодействия, выявить различные точки зрения на какую-либо проблему.

Обучение основано на использовании традиционных принципов дидактики: принцип воспитывающего обучения, научности, наглядности, сознательности и активности, систематичности, прочности, доступности. Индивидуальный подход, учет возрастных возможностей для преподавания психологии в обучении младших школьников имеют исключительное значение.

Предметные результаты:

- **психологические знания** (понятия, факты, идеи, законы науки психологии, способы психической деятельности),
- **психологические умения** (чем для самого человека становятся те знания и способы действия, которые он приобретает в процессе обучения),
- **навыки** (привычка мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой),
- **опыт творческой самостоятельности,**
- **овладение культурой психической деятельности,**

- *формирование эмоционально-целостного отношения* к психологической реальности и действительности в целом.

Качества личности, которые могут быть развиты у обучающихся в результате занятий:

- дружелюбное отношение к другим людям;
- познавательная, творческая, общественная активность;
- самостоятельность (в т.ч. в принятии решений);
- умение работать в сотрудничестве с другими, отвечать за свои решения;
- коммуникабельность;
- уважение к себе и другим;
- личная и взаимная ответственность;
- готовность действия в нестандартных ситуациях.

Демонстрация успешности обучающихся:

- участие в предметных олимпиадах по психологии школьного, окружного, городского, краевого уровней;
- демонстрация работ, выступления на родительских собраниях;
- проведение игровых конкурсов, сюжетных и ролевых игр с учащимися;
- совместный детско-родительский тренинг.

Раздел 2.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Содержание программы «Тропинка к своему Я. 5 класс» (34 ч., 1 ч. в неделю)

Раздел 1. Введение в мир психологии (3 часа)

Зачем нужны занятия по психологии? Диагностика УУД.

Раздел 2. Я – это я (9 часов)

Кто я, какой я? Я – могу. Я – нужен! Я мечтаю. Я – это мои цели. Я – это мое детство. Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее. Определение самооценки.

Раздел 3. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства (6 часов)

Чувства бывают разные. Стыдно ли бояться? Имею ли я право сердиться и обижаться? Определение уровня тревожности. Любой внутренний мир ценен и уникален.

Раздел 4. Я и мой внутренний мир (2 часа)

Каждый видит мир и чувствует по- своему. Любой внутренний мир ценен и уникален.

Раздел 5. Кто в ответе за мой внутренний мир? (3 часа)

Трудные ситуации могут научить меня. В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется.

Раздел 6. Я и ты. (5 часов)

Я и мои друзья. У меня есть друг. Я и мои «колючки». Что такое одиночество? Я не одинок в этом мире.

Раздел 7. Мы начинаем меняться (6 часов)

Нужно ли человеку меняться? Самое важное – захотеть меняться. Диагностика УУД. Итоговое.

Раздел 3.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п\п	Тема занятия	Виды и формы внеурочной деятельности	Кол-во часов	Вид занятия	Сроки проведения занятия
Раздел 1. Введение в мир психологии (3 часа)					
1	Зачем нужны занятия по психологии?	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое	1 неделя сентября
2-3	Диагностика УУД	Диагностические фронтальные процедуры	2	Практическое	2 неделя сентября
Раздел 2. Я – это я (9 часов)					
4	Кто я, какой я?	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое	3 неделя сентября
5	Я – могу	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое	4 неделя сентября
6	Я – нужен!	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое	1 неделя октября
7	Я мечтаю	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое	2 неделя октября
8	Я – это мои цели	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое	3 неделя октября
9	Я – это мое детство	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое	4 неделя октября
10	Я – это мое настоящее	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое	5 неделя октября

11	Я – это мое будущее	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое	2 неделя ноября
12	Определение самооценки	Диагностические фронтальные процедуры	1	Практическое	3 неделя ноября
Раздел 3. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства (6 часов)					
13-14	Чувства бывают разные	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	2	Практическое	4 неделя ноября, 1 неделя декабря
15	Стыдно ли бояться?	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение, ролевая игра	1	Практическое	2 неделя декабря
16	Имею ли я право сердиться и обижаться?	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое	3 неделя декабря
17	Определение уровня тревожности	Диагностические фронтальные процедуры	1	Практическое	4 неделя декабря
18	Любой внутренний мир ценен и уникален	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение, психологическая игра	1	Практическое	3 неделя января
Раздел 4. Я и мой внутренний мир (2 часа)					
19	Каждый видит мир и чувствует по-своему	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое	5 неделя января,
20	Любой внутренний мир ценен и уникален	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение, психологическая игра	1	Практическое	1 неделя февраля
Раздел 5. Кто в ответе за мой внутренний мир? (3 часа)					
21	Трудные ситуации могут научить меня	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое	2 неделя февраля
22-23	В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение, психологическая игра	2	Практическое	3 неделя февраля
Раздел 6. Я и ты (5 часов)					
24	Я и мои друзья	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое	1 неделя марта

25	У меня есть друг	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое	2 неделя апреля
26	Я и мои «колючки»	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое	3 неделя апреля
27	Что такое одиночество?	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое	4 неделя апреля
28	Я не одинок в этом мире	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение, психологическая игра	1	Практическое	5 неделя апреля
Раздел 7. Мы начинаем меняться (6 часов)					
29-30	Нужно ли человеку меняться?	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	2	Практическое	1 неделя мая
31	Самое важное – захотеть меняться	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое	2 неделя мая
32-33	Диагностика УУД	Диагностические фронтальные процедуры	2	Практическое	3 неделя мая
34	Итоговое занятие	Психологическая игра, элементы тренинговых упражнений	1	Практическое	4 неделя мая
Итого:			34 ч.		