

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
Чиканская средняя общеобразовательная школа
Центр образования естественно-научной и технической направленности «Точки
Роста»

ПРИНЯТА

На заседании Педагогического совета
Протокол №1 от 30.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом от 01.09.2023г. №99-од
Директор школы

Дополнительная общеобразовательная
Общеразвивающая программа
«Все цвета кроме чёрного»

Направленность: социально-гуманитарная
Адресат программы: 13-14 лет
Срок реализации: 1 год

Чикан

2023г.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Все цвета кроме чёрного» для 7 класса разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (далее – ФГОС ООО) и направлена на формирование и сохранение психологического здоровья обучающихся 7 класса.

Структура данной рабочей программы соответствует требованиям пункта 18.2.2 ФГОС ООО (в редакции приказа Минобрнауки России от 31 декабря 2015 года № 1577):

- результаты освоения курса внеурочной деятельности;
- содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности;
- тематическое планирование.

Изучение данного курса внеурочной деятельности в 7 классе направлено на достижение следующих целей:

- формирование и сохранение психологического здоровья школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни социализации;
- формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей- установку преодоления;
- способствовать успешной психологической адаптации учащихся к условиям обучения в основной школе;
- мотивировать к самопознанию и познанию других людей;
- содействовать формированию эго-идентичности;
- способствовать актуализации индивидуальных взглядов, позиций, установок;
- развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений и адаптации в социальной среде.

Для достижения комплекса поставленных целей в процессе изучения данной программы в 7 классе необходимо решить следующие задачи:

1. Способствовать успешной психологической адаптации учащихся к условиям обучения в основной школе.
2. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей -установку преодоления.
3. Мотивировать к самопознанию и познанию других людей.
4. Развивать самосознание, самопринятие.
5. Содействовать формированию эго-идентичности.
6. Способствовать актуализации индивидуальных взглядов, позиций, установок.
7. Учить анализировать свое поведение, свои поступки и поступки других.
8. Содействовать формированию самостоятельности как предпосылки умения принять ответственность за свою жизнь.
9. Учить распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать свои чувства и чувства другого человека.
10. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений и адаптации в социальной среде.
11. Прививать умение быть толерантными и терпимыми к недостаткам и особенностям других людей.
12. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения. Формировать терпимость к мнению собеседника. Учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Итогом работы по данной программе является сохранение психологического здоровья школьников, их успешная школьная адаптация и социализация: приобретение чувства уверенности в себе, стремление созидать и узнавать новое; приобретение навыков успешного взаимодействия с ровесниками и взрослыми. В результате ребенок будет познавать не только внешний мир, но и самого себя. И в этой гармонии его школьный жизненный путь будет более успешным и радостным.

В ходе освоения программы школьники получают возможность формирования универсальных учебных действий:

личностные универсальные учебных действия	регулятивные универсальные учебные действия	познавательные универсальные учебных действия	коммуникативные универсальные учебные действия
<ul style="list-style-type: none"> - 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 	<ul style="list-style-type: none"> - 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 	<ul style="list-style-type: none"> - 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 	<ul style="list-style-type: none"> - 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

Предметными результатами изучения курса является формирование следующих умений:

- нормы и правила, существующие в мире;
- основные понятия социальной психологии;
- основные понятия конфликтологии.
- важность эмоциональной сферы в жизни человека, соблюдение психогигиены эмоциональной жизни
- важность положительного самоотношения, самопринятия, самопрограммирования
- основные состояния человека и их поведенческие проявления
- правила эффективного общения с окружающими
- свои индивидуальные особенности (характер, темперамент, мотивы, интересы)
- важность профессионального и жизненного самоопределения

В сфере познавательной деятельности:

- знать/ понимать : нормы и правила, существующие в мире;
- основные понятия социальной психологии и конфликтологии;
- важность положительного самоотношения , самопринятия;
- основные состояния человека и их поведенческие проявления;

В сфере ценностно-ориентационной деятельности:

- правила эффективного общения с окружающими;
- свои индивидуальные особенности (характер, темперамент).

В сфере коммуникативной деятельности:

- подросткам осознать свои индивидуальные особенности, свои агрессивные действия , учить их контролировать проявление агрессии.

В сфере трудовой деятельности:

- использование инструментов презентаций при подготовке и проведении устных сообщений;

В сфере охраны здоровья:

- важность эмоциональной сферы в жизни человека, соблюдение психогигиены эмоциональной жизни.

1. Содержание курса «Все цвета кроме чёрного»(я повзрослел).

№ п/п	Наименование разделов и тем занятий	Основное содержание
1.	Я и общество (7 часов). Конвенция о правах ребенка - Права детей. - Подросток и Закон. - Подросток и преступление .- Человек – творец своей судьбы.- Уверенность в себе. - Жизнь – главная ценность человека.	- Формирование законопослушного поведения

2.	Теория общения (9 часов). - Мои ценности .- Красота и здоровья . - Возраст, доверие и независимость. - Мое настроение и общение с людьми .- Тренинг невербального общения .- Тренинг неагрессивного отстаивания своего мнения.- Развлечения в компании.- Развлечения в компании.- Я и моя уличная компания.	Развитие коммуникативных навыков.
3.	Факторы, влияющие на здоровье (14 часов) - Самоконтроль и требовательность к себе. - Правила поведения в общественных местах. - Вред курения - Вредные привычки. - Сила воли и характер. - Компьютер-друг или враг. - Алкоголь и алкогольная зависимость - Урок – викторина против табака. - Урок – викторина против табака. - Наркотики и закон. - Профилактика инфекционных заболеваний. - Как справиться с плохим настроением, раздражением, обидой. - Причины возникновения болезней. - Конфликты в нашей жизни и способы их преодоления	Пропаганда здорового образа жизни
4.	Основы семейной жизни (4 часа)- Семья-это- Семья-это... - Роль отца и матери.- Моя семья .- Заключительное занятие	Привитие семейных ценностей

2. Формы организации деятельности учащихся

Формы, способы и направления организации внеурочной деятельности определены в соответствии с содержательной и организационной спецификой основной общеобразовательной программы лица.

Рабочая программа предусматривает применение **различных форм** организации деятельности учащихся, отличных от урочных.

Вид	Формы реализации
Познавательная деятельность	тренинги; дискуссии; игры; круглые столы познавательные беседы; викторины, деловые игры; проблемно-ценностное общение; арт-терапия; практикумы; творческие задания; тестирование; познавательные беседы; деловые игры; проблемно-ценностное общение.

Тематическое планирование курса.

№	Название темы	Количество часов
1	Я и общество	7
2	Теория общения	9
3	Факторы, влияющие на здоровье	14
4	Основы семейной жизни	4
Итого:		34

Календарно - тематическое планирование.

№ занятия	Наименования разделов и тем	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Плановые сроки прохождения 7 класс	Скорректированные сроки прохождения
Тема 1. Я и общество (7 часов)				
1	«Конвенция о правах ребенка»	Групповая беседа		
2	«Права детей»	Групповая беседа		
3	«Подросток и Закон»	Показ видео ролика. Групповая дискуссия.		
4	«Подросток и преступление»	Показ видео ролика. Групповая дискуссия.		
5	«Человек – творец своей судьбы»	Работа в круге. Опрос в форме анкетирования		
6	«Уверенность в себе»	Тренинг		
7	«Жизнь – главная ценность человека»	Работа в круге		
Тема 2. Теория общения (9 часов)				
8	«Мои ценности»	Показ видео ролика. Групповая дискуссия.		
9	«Красота и здоровье»	Сочинение-рассуждение		

10	«Возраст, доверие и независимость»	Тренинг		
11	«Мое настроение и общение с людьми»	Сочинение-рассуждение о важности межличностного общения		
12	«Тренинг невербального общения»	Групповая игра		
13	«Тренинг неагрессивного отстаивания своего мнения»	Воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, развивать умение вести себя в соответствии с правилами этикета.		
14	«Развлечения в компании»	Показ видео ролика. Групповая дискуссия.		
15	«Развлечения в компании»	Ситуативный практикум		
16	«Я и моя уличная компания»	Ситуативный практикум		
Тема 3. Факторы, влияющие на здоровье (14 часов)				
17	«Самоконтроль и требовательность к себе»	Тренинг		
18	Правила поведения в общественных местах»	Групповая дискуссия		
19	«Вред курения»	Видео ролик. Групповая дискуссия		
20	«Вредные привычки»	Видео ролик. Групповая дискуссия		
21	«Сила воли и характер»	Ситуативный практикум		
22	«Компьютер-друг или враг»	Творческое задание		
23	«Алкоголь и алкогольная зависимость»	Познавательная беседа		
24	«Урок – викторина против табака»	Урок-викторина		
25	«Урок – викторина против табака»	Урок-викторина		
26	«Наркотики и закон»	Познавательная беседа		
27	«Профилактика инфекционных заболеваний»	Круглый стол		
28	«Как справиться с плохим настроением, раздражением, обидой»	Ситуативный практикум		
29	«Причины возникновения болезней»	Групповая дискуссия		

30	«Конфликты в нашей жизни и способы их преодоления»	Познакомить учащихся с видами конфликтов. Научить конструктивным способам разрешения конфликтов.		
Тема 4. Основы семейной жизни (4 часа)				
31	«Семья-это»	Познавательная беседа		
32	«Роль отца и матери»	Ситуативный практикум		
33	«Моя семья»	Творческое задание		
34	«Заключительное занятие»	Беседа		