

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Клюквенская основная общеобразовательная школа».**

Рассмотрено на
заседании МО
Рук-ль МО _____
Протокол № _____
« ____ » _____ 2017 г.

«Согласовано»
Зам. директора по УВР
Симонова О.А. _____
Протокол № _____
« ____ » _____ 2017 г

«Утверждаю»
Директор школы
И.Л. Калашникова _____
Приказ № _____
« ____ » _____ 2017 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**факультативного курса
«Уроки о самом себе»
6 класс.**

Составитель: учитель
Мединец Л.В.

2017 г.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа курса «Уроки о самом себе» для учащихся 6 класса составлена на основе :

- Закона «Об образовании», Федерального государственного образовательного стандарта 2010г;
- Учебного плана МКОУ «Клюквенская ООШ»;

Данный курс будет способствовать развитию УУД, поможет учащимся мягко и эффективно адаптироваться к изменившимся условиям обучения, найти свое место в школьном сообществе, раскрыть творческий потенциал собственной личности.

Цели данной программы:

- 1) положительная динамика в формировании УУД;
- 2) способствование психологической адаптации к условиям средней школы;
- 3) профилактика и коррекция школьной тревожности;
- 4) создание благоприятного психологического климата в классном коллективе.

Задачи программы:

- способствовать развитию коммуникативной, познавательной, регулятивной и личностной компетентности школьника;
- способствовать познанию обучающимися своего характера (развитие рефлексии), своих достоинств и недостатков, адекватно оценивать себя и воспринимать других;
- ознакомить с возможными стилями деятельности по самосовершенствованию;
- формировать навыки эффективного взаимодействия с окружающими;
- формировать позитивную мотивацию к обучению;
- способствовать освоению детьми школьных правил;
- снизить риск возникновения нарушений эмоционально-волевой сферы (школьная тревожность, страхи), связанный с повышенной нагрузкой, изменениями в ситуации обучения;
- развивать способность нестандартно и творчески решать различные задачи в любом виде деятельности, опираясь на свой собственный опыт и знания.

Критерии эффективности курса: Позитивная динамика в развитии УУД (мониторинг), снижение тревожности, повышение уровня адаптации, благоприятный психологический климат в коллективе.

2. Общая характеристика курса

Переход из начальной школы в среднее звено – интересный и сложный период в жизни школьника. Иная форма обучения, новые учителя, новые предметы – всё это сказывается на эмоциональном состоянии ребёнка. Происходит адаптация личности школьника к изменившимся условиям среды. Данная программа направлена на помощь в адаптации шестиклассников к условиям средней школы, развитию коммуникативных навыков, снятии тревожности, формировании адекватной самооценки и устойчивой учебной мотивации. Успешное прохождение адаптации знаменует новый этап – индивидуализации, т.е. противопоставления себя окружающему миру. Этот процесс начинается в младшем подростковом возрасте, когда ребёнок уже не считает себя маленьким, но ещё не имеет свободы и ответственности взрослого. В связи с установлением «границ Я», сопоставлением себя с другими и противопоставлением себя другим в 6 классе остро стоит проблема взаимоотношений в классном коллективе. Программа поможет научиться различать, узнавать и контролировать эмоции, продуктивно взаимодействовать с окружающими, находить конструктивные способы разрешения конфликтов, лучше узнать самих себя. Программа закладывает основу успешного становления гармоничной, всесторонне развитой личности.

Согласно федеральному государственному стандарту, образование в России становится психолого-педагогическим, что подчеркивает значимость психологической компетентности педагогов и учащихся.

В процессе обучения ребёнок должен не только овладеть инструментальными знаниями, но получить определённые компетенции для последующей адаптации и успешного функционирования в стремительно изменяющемся мире. Процесс образования строится на приобретении учащимися универсальных учебных действий – умения учиться, познавать себя и окружающий мир, самосовершенствоваться. В результате овладения УУД - коммуникативных, регулятивных, познавательных и личностных - формируется целостная, гармоничная, успешная, социально адаптированная, непрерывно развивающаяся личность.

Объектом развивающей деятельности является психологическая реальность.

Предметом развивающей деятельности является овладение различными способами действия с психологической реальностью: размышление, анализ, синтез, сравнение, обобщение; овладение психологическими понятиями; решение психологических задач; способы изучения, создания, осмысления, конструирования, генерирования психологической реальности и своих образов о ней.

3. Место курса в учебном плане

Данный курс входит в часть учебного плана, формируемую участниками образовательного процесса. Рассчитан на 34 часа: в 6-ом классе.

4.Содержание курса

Раздел 1.

Введение (4ч)

Я и другой человек. Я и другие люди. Что такое общение. Из чего состоит общение. Общение и отношения между людьми. Что такое внешний вид человека. Лицо человека. О чем говорят жесты. Что можно узнать по походке и осанке. Речь говорит сама за себя. Одежда и прическа.

Раздел 2. Как люди воспринимают друг друга (3 ч)

Первое впечатление о человеке. Реакция на новизну. Расстояние и восприятие. Время и восприятие. Отношение к человеку и восприятие. Что такое установка. Прошлый опыт и восприятие другого человека. Восприятие человека взрослыми и детьми.

Раздел 3. Как общаются разные люди (4 ч)

Что такое потребность в общении. Психологические особенности человека и общение. Навык, стиль и манера общения. Пространство и время общения. Слушать или слышать. Подстройка в общении.

Раздел 4. Виды общения. Общение и отношение (4 ч)

Непосредственное общение. Особые виды общения. Что значит уметь общаться.

Личные и деловые отношения. Как возникает симпатия.

Товарищество и дружба. Любовь.

Раздел 5. Общение и понимание людьми друг друга. Я живу среди людей. (4ч)

Психические процессы и понимание. Стереотипы понимания. Эталоны понимания. Понимание чувств другого человека. Что значит быть культурным человеком. Мы – пассажиры. Мы – зрители. Мы – путешественники. Как мы выглядим.

Раздел 6. Личность.(2 ч)

Человек как индивид и как личность. Физическое и психическое содержание человека. Сознание — основная характеристика человеческой личности.

Раздел 7. Самопознание как основа самосовершенствования. (4ч)

Человек — загадка для самого себя. Знание о людях, живущих вокруг тебя, как одно из условий познания себя. Моя семья.

Раздел 8. Качества личности: школа «Кто Я?».(8 ч.)

- Ощущения и восприятия. Отражение окружающего мира в мозге человека.
- Эмоции и чувства. Виды эмоций. Эмоциональные состояния. Эмоции и сознание.

- Темперамент. Подвижность и сила психических процессов. Виды темперамента.
- Внимание, его особенности; тренировка и управление вниманием.
- Память, её значение в жизни человека. Виды памяти: кратковременная, долговременная. Запоминание: механическое и осмысленное.
- Знания как характеристика личности. Эрудиция. Качества знаний: прочные — непрочные, системные — отрывочные. Умение применять знания.
- Мышление. Конкретное и абстрактное мышление. Способы мышления: сравнение, обобщение, анализ, синтез. Понятия, законы.
- Способности личности. Задатки, интересы, склонности как предпосылки развития способностей. Роль деятельности в развитии способностей.
- Направленность: интересы, взгляды, убеждения, нравственность. Черты нравственного человека: доброта, честность, правдивость, совесть, благородство, порядочность, полезность деяний. Честь и достоинство.
- Характер, черты характера. Самостоятельность, самокритичность, требовательность, ответственность, организованность, трудолюбие. «Сильный характер».

Раздел 9. Заключение. Творческий проект. (1ч)

5. Тематическое планирование.

6 класс

№ Темы, занятия	Тема	Цели	Кол-во часов	Продукт
Раздел 1 Занятие 1	Я и другие люди. Что такое общение. Из чего состоит общение. Общение и отношения между людьми.	Введение понятия «общение», подчеркнуть сложность данного психологического явления	1 07.09.	
Занятие 2	Что такое внешний вид школьника. Лицо человека.	Условия и механизмы формирования первого впечатления о другом человеке; основные понятия: внешний вид, физический облик	1 14.09	Коллаж «Определи по внешности»
Занятие 3	О чем говорят жесты.	Основные понятия: жест, пантомимика.	1 21.09	Фотогалерея Позы и жесты человека.
Занятие 4	Что можно узнать по походке и осанке.	Способы определения формирования впечатления о другом человеке.	1 28.09	
Раздел 2 Занятие 5	Первое впечатление о человеке.	Знакомство с ориентировочным рефлексом, показать значимость данной реакции. Восприятие	1 05.10	
Занятие 6	Реакция на новизну		1 12.10.	

		человека взрослыми и детьми		
Занятие 7	Отношение к человеку и восприятие. Что такое установка.	Обсуждение результатов эксперимента. Знакомство с механизмом восприятия	1 19.10	
Раздел 3 Занятие 8	Как общаются разные люди.	Дать понятие об общительности и необщительности, потребности в общении	1 26.10	
Занятие 9	Психологические особенности человека и общение	Раскрыть понятия психологического типа, экстраверсии, интроверсии	1 02.11	
Занятие 10	Общение в моей жизни.	Как общаются близкие люди.	1 16.11	Схема «Активное слушание»
Занятие 11	Практические навыки, манера и стиль общения.	Знакомство с понятиями коммуникативные способности, навык, стиль, манера общения.	1 23.11	
Раздел 4 Занятие 12	Особые виды общения.	Ознакомить с видами общения.	1 30.11	Самонаблюдение
Занятие 13	Товарищество и дружба.	Чтение, анализ и обсуждение литературных отрывков. Обсудить различия между дружбой, товариществом и приятельскими отношениями.	1 07.12	Сочинение «Я и мой друг».
Занятие 14	Что такое любовь?	Анализ поэтических и прозаических текстов, обоснование выбора	1 14.12	
Занятие 15	Общение и понимание людьми друг друга.	Знакомство с разными видами коммуникаций: письма, интернет, телефон, животные, природа.	1 21.12	
Раздел 5 Занятие 16	Психические процессы.	Актуализация знаний о психических процессах.	1 28.12	

Занятие 17	Стереотипы понимания другого человека	Знакомство с механизмами понимания: эмпатия, принятие, «эффект ореола». Обсуждение влияния стереотипов и предубеждений на понимание человека	1 15.01	
Занятие 18	Что значит быть культурным человеком	Показать влияние правил хорошего тона на общение и взаимодействие.	1 22.01	Подготовить сценку; фото
Занятие 19	Правила хорошего тона.	Работа над расширением опыта поведения в разных социальных ситуациях. Культура поведения.	1 29.01	Инструкции по культурному поведению.

Раздел 6 Занятие 20	Личные и деловые отношения.	Дать представление об основных признаках делового и личного общения.	1 05.02	
Занятие 21	Как возникает симпатия.	Обсуждение смысла пословиц, поговорок.	1 12.02	
Раздел 7 Занятие 22	Человек загадка для самого себя.	Восприятие внешности человека на примере сказок.	1 19.02	
Занятие 23	Понимание людьми друг друга. Конфликты и способы их разрешения	Выработать конструктивную стратегию разрешения конфликтов; познакомить со способами самоконтроля.	1 26.02	Схема-апликация «Я-высказывание»
Занятие 24	Семья, ценности семьи.	Сформировать ценность семьи, своей роли в семье.	1 05.03	Рисунок «Моя семья».
Занятие 25	Внутрисемейные отношения.	Ценность внутрисемейных отношений.	1 12.03	Упражнение «Сделай родителей счастливыми».
Раздел 8 Занятие 26	Сотрудничество. Ощущение и восприятие	Сформировать модель поведения в ситуации взаимопомощи и поддержки. Познакомить с	1 19.03	Результаты диагностических методик

		познавательными процессами ощущения и восприятия; диагностировать уровень развития этих процессов; развить ощущения и восприятие.		
Занятие 27	Внимание	Познакомить с особенностями процесса внимания; диагностировать уровень развития внимания; развить внимание.	1 02.04	Результаты диагностики
Занятие 28	Память	Диагностировать уровень развития памяти; развить память; обучить способам запоминания информации - мнемотехникам	1 09.04	Результаты диагностики
Занятие 29	Мышление и речь	Диагностировать уровень развития мышления и речи; развить мышление и речь; обучить методам развития мышления и речи.	1 16.04	Результаты диагностики; понравившиеся упражнения для развития мышления и речи.
Занятие 30	Эмоции и чувства	Диагностировать эмоциональное состояние; научить различать свои эмоции и чувства;	1 23.04	Рисунок «Волшебная страна чувств»;
Занятие 31	Темперамент и характер	Рассказать о темпераменте, его типах, свойствах каждого типа, отличия темперамента от характера. Диагностировать темперамент.	1 30.04	Фото «Мой темперамент»
Занятие 32	Направленность: интересы, взгляды, убеждения, нравственность.	Определить понятия нравственности, добра и зла.	1 07.05	
Занятие 33	Я - уникален	Подведение итогов курса. Рефлексия. Пожелания друг другу.	1 14.05	Книга о самом себе

Раздел 9				
Занятие 34	Заключение. Творческий проект.	Презентация продукта.	1 21.05	

6. Литература:

1. Асмолов А. Г., Бурменская Г. В., Володарская И. А. и др. Под ред. Асмолова А. Г. Формирование универсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли. Система заданий : пособие для учителя. — 2-е изд. — М. : Просвещение, 2011. — 159 с.
2. Диагностическая и коррекционная работа школьного психолога. Под ред. И.В. Дубровиной. М.:2001.
3. Коблик Е.Г. Первый раз в шестой класс: Программа адаптации детей к средней школе. — М.: Генезис, 2003.
4. Особенности личностного и профессионального развития субъектов образовательного пространства в современных социально-экономических условиях. Под редакцией Л.М. Митиной М.: 2010.
5. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Основы теоретической психологии. М.: ИНФРА-М, 1998. – 528 с.
6. Селевко Г.К. Самосовершенствование личности: Методическое пособие по преподаванию курса. М.: Народное образование, 2000.

7. Планируемые результаты курса:

К концу обучения обучающиеся должны знать:

1. Условия и механизмы формирования впечатления о другом человеке.
2. Основные компоненты внешнего вида человека: мимика, жесты, походка, осанка.
3. Что такое установка.
4. Условия, способствующие развитию потребности в общении.
5. Приемы активного общения.
6. Виды, типы и мотивы общения.
7. Факторы, влияющие на чувства симпатии и антипатии.

К концу обучения обучающиеся должны уметь:

1. Определять по фотографиям выражение глаз.
2. Составлять впечатление о говорящем, определять социокультурную группу.
3. Описывать по внешним признакам принадлежность к молодежным группировкам.
4. Выполнять самостоятельно работу в форме сочинения.
5. Владеть различными манерами общения.
6. Применять техники активного общения.
7. Распознавать мотивы общения.