

Индекс дела 02 – 14

ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ ТАМАЛИНСКОГО РАЙОНА
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа
с. Варварино Тамалинского района
Пензенской области имени Героя Советского Союза А.И.Дёмина
(МБОУ СОШ с. Варварино Тамалинского района Пензенской области имени Героя Советского Союза
А.И.Дёмина)
ул. Центральная, 9, с. Варварино Тамалинского района Пензенской области
телефон (8-4169) 3-97-17, E-mail: shkolavarvarino@yandex.ru
ОКПО 47526152, ОГРН 1025801072527
ИНН/КПП 5832003362/583201001



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ с. Варварино
Тамалинского района Пензенской области
Т.В. Кабалина Т.В. Кабалина
Приказ № 90 от 01.09.2018 года

ОСНОВНОЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ПОЗНАЙ СЕБЯ»
(социальное направление)

5 - 8 классы

Принято на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от 30.08.2018 года

Пояснительная записка

В проекте Федерального компонента государственного Образовательного стандарта общего образования одной из целей, связанных с модернизацией содержания общего образования, является гуманистическая направленность. Она обуславливает личностно-ориентированную модель взаимодействия, развитие личности ребёнка, его творческого потенциала. Процесс глубоких перемен, происходящих в современном образовании, выдвигает в качестве приоритетной проблему развития творчества, мышления, способствующего формированию всесторонне-развитой личности, отличающейся неповторимостью, оригинальностью. Современному обществу нужна активная, мыслящая молодёжь, умеющая взять на себя ответственность, дать оценку себе и своим современникам, принимать осознанное решение по различным вопросам. Настоящая Программа составлена на основе авторской программы под редакцией И.В Дубровиной, является перспективной и функциональной, имеющей потенциал совершенствования и гибкого реагирования на различные изменения, происходящие в социуме.

Цель программы: Создание условий для формирования и развития личности Пропаганда здорового образа жизни. Организация досуга. Оказание помощи в профессиональном самоопределении.

Программа направлена на решение следующих задач:

- обеспечение школьника средствами самопознания; повышения представлений школьника о собственной значимости, ценности, укрепление у него чувства собственного достоинства; развитие навыков и умений, необходимых для уверенного поведения, для преодоления затруднений в учебе, в общении; формирование мотивации самовоспитания и саморазвития.

Программа рассчитана на учащихся 14-16 лет. Недельная нагрузка-.1 час Срок реализации программы – 1 год. Количество учащихся в группе-10-15. Состав участников может меняться.

Мониторинг программы направлен на отслеживание личных достижений учащихся

Форма занятий: индивидуальная и групповая. Занятия теоретические и практические. Занятия проходят в форме: бесед, тестирований, тренингов, творческих встреч, посещений учебных заведений. .

Прогноз После вовлечения в кружковую деятельность у учащихся предполагается: развить психологическое мышление, достичь психологического комфорта, ознакомится с методами выхода из трудных жизненных ситуаций, саморазвитие путем познания себя, детерминация психологических знаний.

Тематический план.

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения	
			план	факт
Тема 1. Самопознание		10		
1	Что такое человек есть на самом деле	1		
2	Психическое здоровье человека. Сохранение и укрепление здоровья	1		
3-5	Познавательные процессы и способности личности	3		
6-7	Характер и темперамент	2		
8	Самопознание и самопрограммирование личности	1		
9	Общение. Человек среди людей	1		
10	Позы познания себя и других	1		
Тема 2. Самовоспитание		16		
11	Самовоспитание. Зачем это нужно?	1		
12-13	Общая культура личности. «Я в своих глазах и глазах других людей»	2		
14-17	Поведение. Выработка хороших привычек, работа над плохими. Упражнение «Уверенное и неуверенное поведение (грубые ответы)». Тренинг «Победи своего дракона»	4		
18-19	Развитие способностей	2		
20-24	Культура общения. Мотивы наших поступков. Упражнение «Спина к спине». «Мои проблемы». «Глаза в глаза». «Наши чувства, желания, настроения»	5		
25-26	Эмоциональный мир личности. Саморегуляция состояний. Тренинг «Зеркало»	2		
Тема 3. Самообразование		9		
27	Самообразование. Зачем это нужно? Экскурсия в ОУ	1		
28	Интеллигентность. «Части моего Я».	1		
29	Творчество как высший уровень самореализации человека	1		
30	Духовная культура человека. «Хвалить или ругать»	1		
31	Человек и политика. «Сила слова». «Мои права и права других людей»	1		
32	Человек, религия. Тренинг «Смирение в отношениях с людьми». «Обида»	1		
33	Смысл жизни. Человек и его судьба	1		
34	Культура самосовершенствования человека	1		
Итого		34		

Содержание программы изучаемого курса

Раздел 1 (10ч)

Самопознание. Изучение личностью собственных психических и физических особенностей, осмысление самого себя.. К сферам самопознания относят три уровня организации человека: низший ,социальный индивид , и личность. К наиболее распространённым способам самопознания относятся: самонаблюдение, самоанализ, моделирование собственной личности. Что такое человек есть на самом деле. Биопсихические свойства личности. Психическое здоровье. Укрепление и сохранения здоровья. Личность. Рождение личности. Самопознание и самопрограммирование. Человек среди людей. Общение. Познание себя и других

Раздел 2 (16ч)

Самовоспитание - воспитание себя, работа над своей личностью. Самовоспитание - первый шаг к самосовершенствованию. Общая культура личности. Поведение. Выработка хороших привычек. Работа над плохими привычкам. Развитие способностей и психических процессов: памяти, внимания, мышления. Культура общения. Этикет. Саморегуляция состояний. Эмоциональный мир личности.

Раздел 3.Самообразование (8ч)

Форма индивидуальной учебной деятельности человека. Самообразование - зачем это нужно. Интеллигентность. Творчество, как высший уровень самореализации человека Духовная культура человека. Политика, религия искусство. Смысл жизни. Человек и его судьба. Философско- нравственное осмысление жизни. Культура самосовершенствования человека.

Литература

1. Андриянова Г. «Маленькое путешествие для больших детей», Саратов, 2005
2. Анн Л. «Психологический тренинг с подростками», Питер, 2007
3. Грецов А. «Тренинг креативности для старшеклассников», Питер, 2007
4. Дереклеева Н. «Модульный курс учебной и коммуникационной мотивации учащихся», Москва, 2004
5. Ефимова Н. «Психология взаимопонимания», Питер, 2004
6. Зайцев Г. «Регуляция психики», Санкт-Петербург, 2003
7. Потёмкина О. «Тесты для подростков», Москва, 2005
8. Рязанова Д. «Тренинг с подростками», Москва, 2003
9. Федоренко Л. «Психопрофилактика эмоционального напряжения», Санкт-Петербург, 2003
10. Фопель К. «Как научить детей сотрудничать?», Москва, 1998
11. Хухлаева О. «Тропинка к своему Я», Москва, 2005