Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Тацинская средняя общеобразовательная школа №3

«Утверждаю»

И.о. Директора МБОУ ТСОШ №3

Приказ от 31.08.202

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Бударин С.А.

**Рабочая программа**

**по курсу « Познай себя»**

**(духовно-нравственное направление)**

**Уровень общего образования-**

**основное общее образование**

**Внеурочная деятельность**

**7класс**

Количество часов: в неделю-**0,5**, за год – **17**

Учитель: Омельченко А.Г

Рабочая программа разработана на основе программы формирования психологического здоровья подростков «Тропинка к своему Я» кандидата психологических наук О.В.Хухлаевой, Москва, 2010., в соответствии с ФГОС ООО.

ст. Тацинская

2020-2021 учебный год

**1.Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**«Познай себя»**

В результате изучения данного курса у учащихся будут сформированы личностные, познавательные, регулятивные и коммуникативные универсальные учебные действия.

**1.1 Предметные результаты**

* осознавать собственную полезность и ценность, основные способы психологического взаимодействия между людьми, приемы повышения собственной самооценки, свое место в мире и обществе;
* уметь работать в группе, в коллективе, получать удовольствие от процесса познания, преодолевать возникающие в школе трудности, психологически справляться с неудачами, осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние, взаимодействовать с учителем и сверстниками, адекватно анализировать собственные проблемы;
* применять полученные знания для адекватного осознания причин возникающих у ребенка проблем и путей их решения, полученный опыт для самореализации и самовыражения в разных видах деятельности.

**1.2 Метапредметные результаты**

**1.2.1 ПознавательныеУУД:**

* 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.

**1.2.2 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.

**1.2.3 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.

**1.3 Личностные результаты**

1) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

2) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

3) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в

группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном

самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

4) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

5) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со

сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других

видов деятельности.

**2. Содержание курса «Познай себя» 7 класс:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ раздела** | **Направления работы** | **Тема** | **Количество часов** |
| **Раздел 1 Я и общество (4ч.)** | **Цель:** Формирование законопослушного поведения | «Конвенция о правах ребенка» | 1 |
| «Подросток  и Закон» | 1 |
| «Человек – творец своей судьбы» | 1 |
| «Жизнь – главная ценность человека» | 1 |
| **Раздел 2. Теория общения (4ч.)** | Цель: Развитие коммуникативных навыков. | «Мои ценности» | 1 |
| «Возраст, доверие и независимость» | 1 |
| «Тренинг невербального общения» | 1 |
| «Развлечения в компании» | 1 |
| **Раздел 3. Факторы, влияющие на здоровье (5 ч.)** | Цель: Пропаганда здорового образа жизни | «Вредные привычки» | 1 |
| «Компьютер-друг или враг» | 1 |
| «Как справиться с плохим настроением, раздражением, обидой» | 1 |
| «Конфликты в нашей жизни и способы их преодоления» | 1 |
| «Причины возникновения болезней» | 1 |
| **Раздел 4.Основы семейной жизни (4ч.)** | Цель: Привитие семейных ценностей | «Семья-это» | 2 |
| «Роль отца и матери» | 1 |
| «Моя семья» | 1 |

**3. Календарно- тематическое планирование**

**по курсу «Познай себя» 7 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Дата**  **по плану**  **7 а, 7 б** | **Дата по факту**  **7 а, 7 б** | **Программное содержание** | |
|
|  | | | **Раздел 1 Я и общество (4ч.)** | | |
| 1. | «Конвенция о правах ребенка» | 01.02-07.09 |  | Групповая беседа | |
| 2. | «Подросток  и Закон» | 08.02-14.09 |  | Показ видео ролика. Групповая дискуссия. | |
| 3. | «Человек – творец своей судьбы» | 15.02-21.09 |  | Работа в круге. Опрос в форме анкетирования | |
| 4. | «Жизнь – главная ценность человека» | 22.02-28.09 |  | Работа в круге | |
| **Раздел 2. Теория общения (4ч.)** | | |  | | |
| 5. | «Мои ценности» | 01.03-05.10 |  | Показ видео ролика. Групповая дискуссия. | |
| 6. | « Возраст, доверие и независимость» |  |  | Сочинение-рассуждение | |
| 15.03-12.10 |  |  | |
| 7. | «Тренинг невербального общения» | 22.03-19.10 |  | Групповая игра | |
| 8. | «Развлечения в компании» | 05.04-26.10 |  | Показ видео ролика. Групповая дискуссия. | |
| **Раздел 3. Факторы, влияющие на здоровье (5ч.)** | | |  | | |
| 9. | «Вредные привычки» | 12.04-09.11 |  | | Видео ролик. Групповая дискуссия |
| 10. | «Компьютер-друг или враг» | 19.04-16.11 |  | | Творческое задание |
| 11. | «Как справиться с плохим настроением, раздражением, обидой» | 26.04-23.11 |  | | Ситуативный практикум |
| 12. | «Конфликты в нашей жизни и способы их преодоления» | 17.05-30.11 |  | | Познакомить учащихся с видами конфликтов. Научить конструктивным способам разрешения конфликтов. |
| 13. | «Причины возникновения болезней» | 24.05-07.12 |  | | Урок- дискуссия. |
|  | **Раздел 4.Основы семейной жизни (4ч.)** |  |  | |  |
| 14. | «Семья-это» | 31.05-14.12.  18.12- |  | | Познавательная беседа |
| 15. | «Роль отца и матери» | 25.12- |  | | Ситуативный практикум |
| 16. | «Моя семья» | 11.01- |  | | Творческое задание |
| 17. | Итоговое занятие. | 18.01 |  | |  |

Согласовано

Протокол заседания

Методического совета

МБОУ ТСОШ №3

Приказ №1 от 28.08.2020 г.

Зам. Директора по УВР

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.Ю. Сизова