

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство Просвещения Тульская область

МО Алексин

МБОУ «СОШ №3»

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО,
Брегадзе С.Ю.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР,
Кузьмина Е. Е.

УТВЕРЖДЕНО

Приказ № 198 от 29.08.23г.
Директор МБОУ СОШ №3,
Забродняя Л.И.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Я ПОЗНАЮ МИР»

для обучающихся 5-8 классов

г. Алексин 2023

Пояснительная записка

Программа по внеурочной деятельности к курсу «Я познаю мир!» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта основного общего образования к структуре программы воспитания и социализации учащихся, определяет содержание и организацию внеурочной деятельности и направлена на социальное, личностное, интеллектуальное развитие, обеспечивающее социальную успешность, развитие творческих способностей, саморазвитие и самосовершенствование, сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся.

В основе данной программы лежит программа О.В.Хухлаевой «Тропинка к своему Я», практическое пособие для педагогов и школьных психологов «Как научить детей сотрудничать?» К.Фопеля.

Направленность программы - социальная.

Педагогическая целесообразность программы внеурочной деятельности в сфере социально-личностного развития учащихся обусловлена необходимостью помочь ученику овладеть знаниями через проявление глубокого интереса к своему внутреннему миру и внутреннему миру другого человека. Дело здесь не только в том, чтобы сделать отношения между участниками образовательного процесса демократичными, гуманными и теплыми, но в создании и поддержании возможности использования детской инициативы в различном взаимодействии (в учебной и внеучебной деятельности) межличностного характера.

Актуальность программы определена следующими факторами.

Поскольку подростковый возраст является критическим периодом в жизни человека, необходимо включение подростков в групповые занятия социальной направленности.

Цель программы:

- содействие формированию самостоятельности как предпосылки принятия ответственности за свою жизнь на самого себя;

Задачи: формировать у детей эффективные навыки межличностного взаимодействия;

- способствовать формированию у уч-ся позитивного образа «Я»;
- способствовать развитию рефлексии уч-ся;
- способствовать процессу самопознания подростков и формирование собственной мотивации к личностному росту.

Программа данного курса представляет систему развивающих занятий для учащихся 5-8 классов и рассчитана на один год обучения – 32 часа (1 раз в неделю).

Способ реализации: внеурочная деятельность.

Программа может быть реализована как в отдельно взятом классе, так и в свободных объединениях подростков.

Методические средства, используемые при разработке программы групповых занятий.

1. Информационный метод

Для подростков начиная с 5-го класса достаточно эффективным методом, способствующим углублению их самосознания, является изучение некоторых важных для этого возраста понятий. Сообщаемая информация стимулирует подростка к размышлению о себе. Кроме того, такая форма подачи материала придает занятию сходство с уроком — привычной для ученика формой деятельности, а следовательно, позволяет тревожным подросткам чувствовать себя в безопасности, воспринимать ситуацию как подконтрольную. Детям, склонным скрывать свой внутренний мир от окружающих, такая работа позволяет избегать прямых высказываний о себе, но в то же время обсуждение нередко сопровождается серьезной внутренней работой. Необходимость ведения записей в тетради позволяет улучшить дисциплину на занятии, а также дает возможность вернуться к ранее рассмотренным вопросам.

2. Интеллектуальные задания.

Эти задания полезно давать в начале занятия в качестве настраивающих на работу, организующих ее.

Обычно мальчики проявляют меньший, чем девочки, интерес к занятиям. Игровая форма заданий позволяет им активно включиться в происходящее. Важно также отметить, что интеллектуальные задания как форма работы являются достаточно безопасными, поэтому позволяют легко и быстро включить в дискуссию даже закрытых подростков. Интеллектуальные задания способствуют расширению лексического запаса учащихся, помогают им овладеть необходимыми понятиями.

3. Ролевые методы.

Общеизвестно, что для обеспечения эмоционального здоровья необходимо адекватное ролевое развитие. Основные нарушения ролевого развития у детей и подростков: неумение переходить из роли в роль, неумение принимать ту или иную роль, неумение продуцировать новые

образы.

Ролевые методы предполагают принятие подростком ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание необычных ролей; проигрывание своей роли в гротескном, то есть усиленном варианте

4. *Коммуникативные игры.*

Коммуникативные игры делятся на три группы:

- 1) игры, направленные на формирование у подростка умения увидеть в другом человеке его достоинства и дать ему вербальное или невербальное поглаживание;
- 2) игры и задания, способствующие углублению осознания сферы общения;
- 3) игры, обучающие умению сотрудничать.
- 4) Игры, направленные на развитие воображения.

5. *Задания с использованием **сказок и притч***

Подростковый период — это резкий скачок в развитии, дающий ребенку большие возможности осознания себя. Поэтому так важно использовать в работе с подростками сказки и притчи.

6. *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.

Схема занятия

Каждое занятие состоит из трех частей: разминка, основная и заключительная.

Разминка создает положительный настрой в группе, снимает излишнее эмоциональное напряжение. Основные процедуры разминки – приветствия и упражнения на контакт.

Основная часть выполняет ведущую роль в ходе занятия. Она включает в основном игры, упражнения, работу со сказками, направленные на решение задач конкретного занятия.

Заключение. Его целью является создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии. Прощание детей носит ритуальный характер.

Для проведения занятий необходимо классное помещение. Для оснащения: оборудование для воспроизведения аудио-материалов, разноцветные мячи, цветные карандаши, альбомные листы, материал для коллажей, ватман т.д.

Ожидаемые результаты:

- формирование самосознания уч-ся;
- улучшение психологического климата в коллективе;
- положительная динамика в развитии универсальных учебных действий (коммуникативных, личностных, регулятивных);
- формирование положительного образа «Я»;
- формирование классного коллектива.

Учебно-тематическое планирование 5 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов
	Тема 1. Я познаю мир	9
1-2	Я и мой класс	2
3-5	Зачем человеку правила?	3
6-7	Ценность человеческого общения	2
8-9	Общение в жизни	2
	Тема 2. Какой Я – Какой Ты	3
10	Мои способности. Мои интересы.	1
11	Мой путь к успеху	1
12	Какой Ты? Учимся договариваться	1
	Тема 3. Мой класс и мои друзья	12
13	Мои друзья – девочки и мальчики	1
14	Мой класс	1
15	Мои одноклассники	1
16	Мои одноклассники – какие они?	1
17	Какие ученики мои одноклассники	1
18	Лидерство в классе	1
19-20	Конфликты в классе	2
21-22	Взаимопомощь в классе	2
23	Мы умеем действовать сообща	1
24	Что такое коллективная работа?	1
	Тема 4. Мое прошлое, настоящее, будущее	8
25	Мое детство	1
26	Мое настоящее	1
27	Мое будущее	1
28	Мой будущий дом	1
29	Моя будущая профессия	1
30	Мое близкое будущее – 6 класс	1

31	Что нового меня ждет в 6 классе	1
32	Итоговое	1
	Всего	32

Содержание программы

Тема 1: Я познаю мир (9ч.).

Знакомство с разнообразием эмоционального мира человека. Способствовать осознанию детей собственных чувств, их дифференциации. Обучение практическим приемам эмоциональной саморегуляции.

Тема 2: Какой Я – Какой Ты (3ч.).

Развитие способности у уч-ся находить положительные качества в себе и окружающих людях.

Тема 3: Мой класс и мои друзья (12ч.).

Помочь уч-ся осознать свое место среди одноклассников; предоставить возможность детям обсудить значимый для них процесс общения со сверстниками; помочь осознать и проявить чувства, связанные с изменениями взаимоотношений между мальчиками и девочками в классе.

Тема 4: Мое прошлое, настоящее, будущее (8ч.).

Подготовка ребят к началу взросления и переходу в шестой класс; способствовать повышению учебной и социальной активности

Учебно-тематическое планирование 6 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов
1	Моя малая Родина	1
2	Мы - шестиклассники	1
3	Улица полна неожиданностей	1
4	Дорогие мои старики	1
5	Мои таланты и увлечения	1
6	Символика в истории России	1
7	Эстафета здоровья	1
8	Быстрая реакция	1
9	Единством славится Россия	1
10	Наши права — счастливое детство	1
11	Пусть всегда будет мама	1
12	Велика Россия, а отступать некуда	1
13	Что происходит в стране и в мире	1
14	5 минут искусства» – зимняя тематика в живописи и поэзии.	1
15	Мир встречает Новый год	1
16	Учимся быть культурными	1
17	Экология человека в городской среде	1
18	Доброта — прекраснейшее из человеческих	1

	чувств	
19	Книга или компьютер?	1
20	О дружбе и друзьях	1
21	Праздники и обычаи славян: встречаем Масленицу!	1
22	Поздравить спешим всех мужчин!	1
23	Весеннее поздравление	1
24	О чем рассказывают улицы моего города	1
25	Ценность человеческого общения	1
26	Школа- наш второй дом!	1
27	Удивительный мир птиц	1
28	Наш космос	1
29	Экологическая игра, посвященная дню Земли	1
30	Что происходит в стране и в мире?	1
31	Детство, опаленное войной	1
32	Моя семья – мое богатство.	1
33	Мое близкое будущее-7 класс	1
34	Год прошел, мы повзрослели	1

Содержание программы

Тема 1: Моя малая Родина

Возложение цветов к мемориальным доскам и памятникам героям. Встреча с ветеранами ВОВ.

Тема 2: Мы – шестиклассники

Час общения. Каким я представлял свой класс год назад, сегодня, через год.

Тема 3: Улица полна неожиданностей

Мы знаем правила дорожного движения. Мы – пешеходы. Мы – велосипедисты. Мы – юные инспектора дорожного движения.(Встреча с инспектором ПДД)

Тема 4: Дорогие мои старики

День пожилого человека. Уважаем и почитаем старших. Мой дедушка самый лучший. Моя бабушка самая лучшая. (Выставка семейных фотографий и конкурс рассказов, посвященных дню пожилого человека).

Тема 5: Мои таланты и увлечения

Выставка поделок, коллекций, фотографий. Мини-сочинение на тему: «Какой я? Кто я?»

Тема 6: Символика в истории России

Что такое Конституция? История герба, флага и гимна Российского государства, Алексина, Тулы. Викторина: «Символика России».

Тема 7: Эстафета здоровья.

Нужно ли соблюдать режим дня? Азбука правильного питания. Профилактика простудных заболеваний. Составляем правила здорового образа жизни.(Встреча с врачом Долговой А.К.)

Тема 8: Быстрая реакция

Причины возникновения пожаров. Конкурс: «Опасная ситуация». Памятка: «Чтобы не было пожара». (Встреча с инспектором МЧС Рябчиковой В.А.)

Тема 9: Единством славится Россия

История праздника. Почему возникла необходимость возродить этот праздник? В чем и с кем мы должны объединяться?

Тема 10: Наши права — счастливое детство

Изучаем Конвенцию о правах ребенка. От кого надо защищать детей? Нет прав без обязанностей, нет обязанностей без прав. Викторина: «Права литературных героев».

Тема 11: Пусть всегда будет мама

День Матери в России. Образ Матери в стихах, рассказах, произведениях искусства. «Загляните в мамины глаза» - правильно ли я поступаю в той или иной ситуации. Мое отношение к маме (пишем маме письмо).

Тема 12: Велика Россия, а отступать некуда

“Запомните: От этого порога

В лавине дыма, крови и невзгод,
Здесь в сорок первом началась дорога
В победоносный Сорок пятый год.”

Среди крупнейших событий второй мировой войны битва под Москвой занимает особое место — историческая хроника. Победа русских войск под Москвой - коренному повороту в ходе Великой Отечественной войны.

Тема 13: Информационный классный час: «Что происходит в стране и в мире»

Политинформация. Представление обсуждение основных мировых новостей и событий, происходящих в России.

Тема 14: Беседа «5 минут искусства» – зимняя тематика в живописи и поэзии.

Выставка рисунков, фотографий на зимнюю тематику. Песни и стихи о зиме, о зимних традициях, праздниках, приметах.

Тема 15: Мир встречает Новый год

Традиции и обычаи нового года на Руси. Традиции и обычаи встречи нового года в других странах. Новогодние стихи и песни. Фотовыставка: «Как встречают новый год в моей семье». Загадываем желания под новый год.

Тема 16: Учимся быть культурными

Что такое этикет? Правила поведения за столом, в театре, на работе, в гостях. Представление, разбор и оценка ситуаций из жизни.

Тема 17: Экология человека в городской среде

Место человека в системе живой природы. Свалка по имени «Земля». Экологические проблемы Алексина. Вторая жизнь мусора.

Тема 18: Доброта — прекраснейшее из человеческих чувств

Размышления о нравственных важнейших ценностях: «любви», «доброте», «уважении», о сложности нравственного выбора, о преодолении

насилия. Поступки добрые и злые. Доброе слово и кошке приятно (об отношении к животным).

Тема 19: Книга или компьютер?

Социологический опрос среди одноклассников, друзей, родителей: «Какое место в жизни человека занимает книга? Каково значение компьютера в жизни человека?». Интеллектуальная дискуссия на тему: «Читая хорошую книгу, человек становится добрее, отзывчивее, внимательнее».

Тема 20: О дружбе и друзьях

Стихи, песни, литературные произведения о дружбе. Дискуссия на тему: в чем ценность дружбы?» Составляем словесный портрет: «Вот такой у меня друг».

Тема 21: Праздники и обычаи славян: встречаем Масленицу!

История возникновения праздника, традиции, обряды празднования Масленицы. Названия дней на масленичной неделе. Делимся рецептами блинов.

Тема 22: Поздравить спешим всех мужчин!

(Поздравление пап, дедушек, мальчиков)

Тема 23: Весеннее поздравление

(Поздравление мам, бабушек, девочек)

Тема 24: О чем рассказывают улицы моего города

Защита проектов. Исторические сведения, достопримечательности улиц нашего города. Чьи имена носят улицы города Алексина Встреча с работниками музея)

Тема 25: Ценность общения

В чем ценность общения? Виды общения. Культура общения и общая культура человека. Составляем правила эффективного общения.

Тема 26: Школа – наш второй дом.

Конкурс детских стихов и сочинений школе. Викторина: «Я знаю о школе все»

Тема 27: Удивительный мир птиц (1 апреля – День птиц)

Роль птиц в природе и жизни человека. Рассказы о птицах.

Фотовыставка и выставка рисунков на тему: «Птицы – наши друзья»

Тема 28: Наш космос (познавательная игра)

Викторина, посвященная Дню космонавтики

Тема 29: Экологическая игра, посвященная дню Земли (22 апреля):

«Загадки природы»

Тема 30: Информационная беседа: «Что происходит в стране и в мире»

Тема 31: Детство, опаленное войной.

Тема 32: Моя семья – мое богатство.

Тема 33: Мое близкое будущее -7класс

Тема 34: Год прошел, мы повзрослели

Учебно-тематическое планирование 7 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов
	Тема 1. Культура общения	7
1.	Традиции общения в русской семье. «Домострой».	1
2.	Культура общения в современной семье.	1
3.	Вежливый отказ, несогласие.	1
4.	Афоризмы о культуре общения.	1
5.	Этикетные ситуации	1
6.	Играем роль воспитанного человека.	1
7.	В мире мудрых мыслей.	1
	Тема 2. Самопознание и самовоспитание	14
8.	Познай самого себя.	1
9.	Мои достоинства и недостатки.	1
10.	Значение имени в судьбе человека.	1
11.	Мой тип темперамента.	1
12.	Большое значение маленьким радостям.	1
13.	Три ступени, ведущие вниз (пагубные привычки).	1
14.	Как я работаю над собой.	1
15.	Афоризмы о самовоспитании.	1
16.	Тренинг: Мои сильные и слабые стороны.	1
17.	Внутренняя и внешняя красота человека.	1
18.	Тренинг: Загляни в себя.	1
19.	Моё место в жизни.	1
20.	Вверх по лестнице жизни.	1
21.	Письмо в будущее.	1
	Тема 3. Общечеловеческие нормы нравственности	7
22.	Заповеди: как мы их исполняем	1
23.	О сострадании и жестокосердии.	1
24.	Тренинг: Умей сказать «Нет».	1
25.	Лгать нельзя, но если...?	1
26.	Всегда ли богатство счастье?	1
27.	Спешите делать добро.	1
28.	Без труда не вытащишь и рыбку из пруда.	1

	Тема 4. Как сердцу высказать себя. Другому как понять тебя?	6
29.	В трудной ситуации, попытаемся разобраться.	1
30.	«И нам сочувствие даётся, как нам даётся благодать».	1
31.	Думай хорошо - и мысли созревают в добрые поступки».	1
32.	Диалоги о хороших манерах, добре и зле.	1
33.	Выстраиваем правильное общение друг с другом.	1
34.	Чему мы научились на занятиях.	1

Содержание учебного курса «Азбука добра» в 7 классе

Тема 1: Культура общения

Традиции общения в русской семье. «Домострой». Культура общения в современной семье. Вежливый отказ, несогласие. Афоризмы о культуре общения. Этикетные ситуации. Играем роль воспитанного человека. В мире мудрых мыслей.

Тема 2: Самопознание и самовоспитание

Познай самого себя. Мои достоинства и недостатки. Значение имени в судьбе человека. Мой тип темперамента. Большое значение маленьким радостям. Три ступени, ведущие вниз (пагубные привычки). Как я работаю над собой. Афоризмы о самовоспитании. Тренинг: Мои сильные и слабые стороны. Внутренняя и внешняя красота человека. Тренинг: Загляни в себя. Моё место в жизни. Вверх по лестнице жизни. Письмо в будущее.

Тема 3: Общечеловеческие нормы нравственности

Заповеди: как мы их исполняем. О сострадании и жестокосердии. Тренинг: Умей сказать «Нет».

Лгать нельзя, но если...? Всегда ли богатство счастье? Спешите делать добро. Без труда не вытащишь и рыбку из пруда.

Тема 4: Как сердцу высказать себя. Другому как понять тебя?

В трудной ситуации, попытаемся разобраться. «И нам сочувствие даётся, как нам даётся благодать». Думай хорошо - и мысли созревают в добрые поступки». Диалоги о хороших манерах, добре и зле. Выстраиваем правильное общение друг с другом. Чему мы научились на уроках этики.

Учебно-тематическое планирование 8 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов
	Тема 1. Нормы и правила межличностного общения	10
1-2	Человек среди людей. Может ли человек прожить один? Правила культуры общения.	2
3-4	Речевая культура. Общение с людьми как искусство	2
5-6	Правила публичного выступления.	2
7-8	Правила этикета. Правила поведения в общественных местах.	2
9-10	Правила общения со сверстниками, родителями. Уважение к старшим, пожилым людям. Волонтерская акция «Почта добра»	2
	Тема 2. Мы живем среди людей	11
11-12	Мы и наши соседи. Соседи по дому. Правила взаимоотношений с соседями, одноклассниками	2
13	Страны-соседи. Государства – соседи России	1
14-15	Россия – многонациональная страна. Традиции разных народов	2
16-17	Россия – многоконфессиональная страна. Религия. Толерантность.	2
18-19	Акция «Мы разные. Но мы дружим»	2
20-21	Коллективный творческий проект «Россия – многонациональная страна»	2
	Тема 3. Права ребенка	11
22-23	Права ребенка. Всеобщая декларация прав человека. Конвенция о правах ребенка.	2
24	Конституция Российской Федерации – документ, в которых раскрыты мои права.	1
25	Викторина «Что я знаю о Конституции»	1
26-27	Конкурс рисунков и плакатов «Мои права. Мои обязанности»	2
28-29	Устав школы. Устав класса. Права и обязанности школьника	2
30-31	Общество. Различные значения этого слова. Человек и общество. Общественные организации, их назначение.	2
32	Подведение итогов. Круглый стол «Самая интересная тема»	1

Содержание программы

Тема 1: Нормы и правила межличностного общения.

Человек среди людей. Может ли человек прожить один? Правила культуры общения. Речевая культура. Общение с людьми как искусство. Правила публичного выступления. Правила этикета. Правила поведения в общественных местах. Правила общения со сверстниками, родителями. Уважение к старшим, пожилым людям. Волонтерская акция «Почта добра»

Тема 2. Мы живем среди людей.

Мы и наши соседи. Соседи по дому. Правила взаимоотношений с соседями, одноклассниками. Страны – соседи. Государства – соседи России. Россия – многонациональная страна. Традиции разных народов. Россия – много конфессиональная страна. Религия. Толерантность. Акция «Мы разные, но мы дружим». Коллективный творческий проект «Россия – многонациональная страна».

Тема 3. Права ребенка.

Права ребенка. Всеобщая декларация прав человека. Конвенция о правах ребенка. Конституция Российской Федерации – документ, в которых раскрыты мои права. Викторина «Что я знаю о Конституции». Конкурс рисунков и плакатов «Мои права. Мои обязанности». Устав школы. Устав класса. Права и обязанности школьника. Общество. Различные значения этого слова. Человек и общество. Общественные организации, их назначение. Подведение итогов. Круглый стол «Самая интересная тема»

Список литературы:

1. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Программа формирования психологического здоровья у младших школьников. М.: Генезис, 2001.- 280 с.
2. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? М.: Генезис, 1998.-260 с.
3. Моница Г.Б., Лютова-Робертс Е.К. Коммуникативный тренинг. С-П.: Речь, 2005.-224 с.
4. ШелдонЛевис, ШейлаЛевис. Ребенок и стресс. С-П.: Питер, 1997.-208 с.
5. Как проектировать универсальные учебные действия в средней школе: от действия к мысли: пособие для учителя/ [А.Г.Асмолов, Г.В. Бумеранская, И.А. Володарская и др.]: под ред. А.Г. Асмолова.- М.: Просвещение, 2008.- 151 с.
6. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России [Текст] - М.: Просвещение, 2011. 25 с.
7. Козлов Э., Петрова В., Хомякова И. Азбука нравственности. / Э.Козлов, В. Петрова, И. Хомякова //Воспитание школьников.-2004-2007.- №1-9.
8. Примерная основная образовательная программа среднего общего образования [Текст] / сост.Е.С.Савинов.- М.: Просвещение, 2010. 204 с.
9. Примерная программа воспитания и социализации обучающихся (среднее общее образование) [Текст] - М.: Просвещение, 2009. 50 с.
- 10.Суслов В.Н. Этикет учусь правилам поведения. Тесты и практические задания / В.Н.Суслов. - М.: Просвещение, 2010. 68 с.
- 11.Тисленкова И.А. Нравственное воспитание: для организаторов воспитательной работы и классных руководителей / И.А.Тисленкова. - М.: Просвещение, 2008. 108 с.
- 12.Федеральный государственный образовательный стандарт образования [Текст] - М.: Просвещение, 2009. 41 с.
- 13.Черемисина, В.Г. Духовно- нравственное воспитание детей школьного возраста [Текст] / сост. В.Г.Черемисина. - Кемерово: КРИПКиПРО, 2010. - 14- 36.
14. Шемшурина, А.И. Этическая грамматика [Текст] /А.И. Шемшурина. – М.: НИИ Теории и методов воспитания, 1994. – 140с.