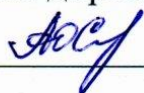


МКОУ Ярковская СОШ

СОГЛАСОВАНА

[Зам. директора]

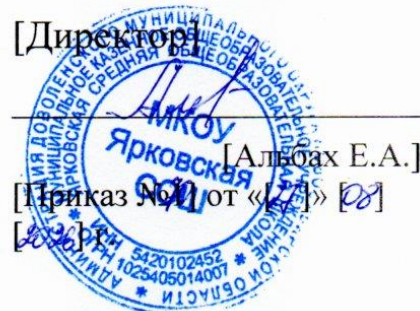


[Асеева О.С.]

[Приказ № 41 от «17» 08
2026] г.

УТВЕРЖДЕНА

[Директор]



[Алехов Е.А.]

[Приказ № 11 от «17» 08
2026] г.

Внеурочная деятельность:

« Я среди людей »

(социальное направление)

9 класс

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Сохранение психологического здоровья учащихся на современном этапе развития Российского общества является целью и критерием успешности модернизации народного образования. Начало обучения в школе – один из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни детей как в социально-психологическом, так и в физиологическом плане.

Современное общество формирует новую систему ценностей, в которой обладание знаниями является необходимым, но далеко не достаточным результатом образования. Оно нуждается в человеке, способном мыслить самостоятельно, быть готовым как к индивидуальному, так и к коллективному труду, осознавать последствия своих поступков для себя, для других людей и для окружающего мира.

Приоритетным направлением ФГОС второго поколения является развитие потенциала личности. Одна из очевидных задач школьного образования — помочь ученикам освоить такие способы действия, которые окажутся необходимыми в их будущей жизни.

Человек (особенно это касается формирующейся личности) должен уметь успешно работать в группе, обладать немалой коммуникационной компетентностью, уметь выслушивать коллег и противников, убеждать словом, грамотно отстаивать свою точку зрения, конструктивно взаимодействовать с другими людьми, с окружающим миром, с самим собой.

Как научить детей сотрудничать? Как сделать, чтобы в педагогическом процессе учитель и ученик стали действительно сотрудниками?

Освоение педагогики взаимодействий — это увлекательный непростой путь, предполагающий постоянную работу над собой. Результат этой работы должен приносить радость и учителю, и ученику. Тогда обучение становится процессом сотворчества, помогающим совершенствованию и самореализации личности.

Сегодня умение общаться, сохраняя хорошие отношения с другими людьми, становится самым важным. К сожалению, многие дети ни в семье, ни в социальном окружении так и не приобретают этого необходимого социального навыка, и порой только учителя могут научить детей разрешать конфликты, слушать и понимать других, уважать чужое мнение и не в последнюю очередь — следовать социальным нормам и правилам.

Необходимо учитывать особенность возраста, и обратить на него внимание. Опираясь на концепцию периодизации детского развития Э.Эриксона в данном возрасте необходимо развитие личностных качеств, позитивных понятий о самих себе, умения конструктивного действия в конфликтных ситуациях. В периодизации — 15 лет характеризуется кризисом отношений, формируются формы общения со сверстниками. Как пишет Дж. Липсиц, этот возраст, стратегически важнейший с воспитательной точки зрения, чрезвычайно чувствителен не только к негативным влияниям социума, но и к культурным ценностям, определяющим в дальнейшем главные жизненные выборы - в области образования, качества личных отношений, социальных ориентации, здоровья.

Новизна программы в том, что большое внимание обращается на профориентацию подростков.

Актуальность и социальная значимость данного курса состоит в том, что он призван помочь растущему человеку в постижении норм человеческих отношений и на основе их искать путь самовоспитания, саморазвития.

Срок реализации программы: 1 год

За основу взяты программы: О.В.Хухлаевой «Тропинка к своему я: уроки психологии в средней школе», Н.Слободчик «Уроки общения для подростков»

Цель программы: освоение учащимися норм нравственного отношения к миру, людям, самим себе, формирование положительной коммуникативной деятельности и саморегуляции.

Задачи программы:

1. Обучать распознавать свои чувства и выражать их. (Л)
2. Обучать доступным приемам саморегуляции (снимать напряжение, избавляться от злости, раздражительности). (Р)
3. Развивать умения успешно взаимодействовать с окружающим социумом. (К)

4. Обучать осознанному произвольному построению речевого высказывания. (П)
5. Развивать у обучающихся компетентность в вопросах нормативного поведения и самостоятельности действий по инструкции педагога. (Р)
6. Создать атмосферу принятия и взаимопонимания в детском коллективе. (Л)
7. Формировать положительную мотивацию к учению, речевую активность у школьников в условиях совместной учебно-игровой деятельности. (Л), (К)
8. Повышать самооценку(Л)
9. Развитие рефлексии через самоанализ своего характера, его сильных и слабых сторон. Построение плана развития и приобретения положительных черт характера. Развитие “Я” – концепции. (Л)
10. Развитие у детей социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами. (К)

Срок реализации программы: 1 год, программа рассчитана на 34 часа. Занятия по программе проходят 1 раз в неделю.

За основу взяты программы: О.В.Хухлаевой «Тропинка к своему я: уроки психологии в средней школе», Н.Слободчик «Уроки общения для младших подростков»

Форма проведения занятий аудиторные.

Форма организации деятельности групповая или индивидуально-групповая.

Формирование универсальных учебных действий.

В результате реализации программы организации внеурочной деятельности на основе базовой модели дополнительного образования ожидается повышение результатов, как личностных, так и предметных и метапредметных.

Познавательные: Освоенные обучающимся в ходе изучения курса умения, специфические для данного направления, виды деятельности по получению новых знаний и навыков, преобразование и применение в учебных, учебно-проектных и социально-проектных ситуациях, формирование научного типа мышления, умение осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы.

- **Коммуникативные УУД;** умение общаться с другими людьми — детьми и взрослыми; умение выражать свои мысли, управление действиями партнера (оценка, коррекция);

- **Регулятивные УУД;** волевая саморегуляция, оценка, коррекция.

- **Личностные УУД;**

Личностные результаты включают готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества; сформированность основ гражданской идентичности.

Отличительные особенности программы от уже существующих программ в том, что цель данной программы развить у подростков представлений о роли профессии в жизни человека, расширит представлений учащихся о личностных качествах, необходимых человеку для освоения желаемой профессии.

Формы организации внеурочной деятельности. Форма организации работы по программе в основном - коллективная, а также используется групповая и индивидуальная формы работы. Теоретические занятия, беседы, встречи с интересными людьми, литературно-музыкальные композиции, просмотр и обсуждение видеоматериала, экскурсии, практические занятия, творческие конкурсы, выставки декоративно-прикладного искусства, коллективные творческие дела, соревнования, показательные выступления,

праздники, викторины, интеллектуально-познавательные игры, трудовые дела, тренинги, наблюдение учащихся за событиями в стране, обсуждение, обыгрывание проблемных ситуаций, акции благотворительности, милосердия, творческие проекты, презентации, проведение выставок семейного художественного творчества, музыкальных вечеров, сюжетно-ролевые игры гражданского и историко-патриотического содержания. Программа «Я среди людей» рассчитан на 1 час в неделю (34 часа) для подростков

Планируемые результаты.

В результате реализации программы организации внеурочной деятельности на основе базовой модели дополнительного образования ожидается повышение результатов, как личностных, так и предметных и метапредметных.

Личностные результаты включают готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества; сформированность основ гражданской идентичности.

Метапредметные результаты включают освоение обучающимися универсальных учебных действий (познавательных, регулятивных и коммуникативных), обеспечивающих овладение ключевыми компетенциями.

Формы подведения итогов: тестирование, выставка, викторина, соревнование.

Формы и средства контроля:

- 1. Методика изучения коммуникативных умений.
- 2. Развитие регуляции и самоконтроля деятельности.
- 3. Уровень учебной мотивации.
- 4. Уровень самооценки.
- 5. Изучение нравственной воспитанности.
- 6. диагностика нравственной воспитанности по методике М.И. Шиловой;
- 7. анкета «Необитаемый остров»; «Настоящий друг» (А.С. Прутченков);
- 8. методика: тест «Хороший ли ты сын/дочь» (Л.И. Лаврентьева);
- 9. изучение самооценки личности младшего школьника;
- 10. методика определения самооценки (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн);
- 11. проектная методика «Автопортрет»;
- 12. конкурс рисунков «Я и мой класс»;
- 13. изучение удовлетворенности учащихся школьной жизнью по методике А.А. Андреева;
- 14. социометрия;
- 15. определение социальной активности школьника по методике Е.Н. Степанова;
- 16. методики «Пословицы» (С.М. Петрова), «Наши отношения» (Л.М. Фридман);
- 17. диагностика уровня воспитанности (методика Н.П. Капустиной); тест «Размышляем о жизненном опыте» (Е. Щурковой).

Тематический план программы

№п/п	Тема	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Я и мой внутренний мир (7ч.)	7	4	3
2	Я и ты (7ч.)	7	4	3
3	Позитивное общение (6ч.)	6	3	3
4	Проблемы общения (8ч.)	8	4	4

5	Моя будущая профессия (5ч.)	5	3	2
6	Итоговое занятие (1ч.)	1		1
итого		34		

Основное содержание программы.

Я и мой внутренний мир (7 часов)

Кто я, какой я? Самооценка. Каждый видит мир и чувствует по-своему. Уникальность моего мира.

Границы моего Королевства. Мои внутренние друзья и внутренние враги

Ярмарка достоинств

Я и ты (7 часов)

Я глазами других. Ищу друга. Я и мои друзья. Я и мои «колючки». Что такое одиночество? Я не одинок в этом мире. Планета друзей

Позитивное общение (6 часов)

Почему люди ссорятся? Дружелюбие. Решение проблем и конфликтов. Умение слушать других. Умение ладить с другими

Проблемы общения

Пойми меня. Мои проблемы. Обиды. Критика. Compliments или лесть? Груз привычек. Агрессия и гнев. Азбука перемен.

Моя будущая профессия(5 часов). В процессе проведения внеурочных мероприятий учащиеся получают первоначальные представления о роли знаний, труда и значении творчества в жизни человека и общества:

- участвуют в экскурсиях по городам: в ходе которых знакомятся с различными видами труда, знакомятся с различными профессиями в ходе экскурсий на производственные предприятия, встреч с представителями разных профессий;

- узнают о профессиях своих родителей, бабушек и дедушек, участвуют в организации и проведении презентаций «Труд наших родных»;

- получают первоначальные навыки сотрудничества, ролевого взаимодействия со сверстниками, старшими детьми, взрослыми в учебно-трудовой деятельности (в ходе сюжетно-ролевых экономических игр, посредством создания игровых ситуаций по мотивам различных профессий, проведения внеурочных мероприятий (праздники труда, ярмарки рабочих мест, конкурсы и т.д.), раскрывающих перед детьми широкий спектр профессиональной и трудовой деятельности;

Итоговое занятие (1час)

Методическое обеспечение.

Методы обучения - это наиболее рациональные приемы, посредством которых учитель воспитывает у учащихся необходимые умения и навыки и передает им свои знания. Словесные методы - создают у учащихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этого учитель использует: объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д. Наглядные методы — применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях. Практические методы - в группу практических методов входит: -метод упражнений; -игровой; -соревновательный.

Принципы обучения

Важнейшими дидактическими принципами обучения являются: сознательность и активность, наглядность, доступность, индивидуализация, систематичность, последовательность, прочность. Принцип сознательности и активности предусматривает воспитание сознательного отношения к

занятиям. Принцип активности предполагает умение учащихся быстро принимать и уверенно осуществлять тактические решения. Активность достигается четкой организацией тренировки и живым, интересным её проведением. Принцип наглядности предполагает образцовый показ изучаемых действий, образцовое, доходчивое объяснение и использование разнообразных наглядных пособий. Принцип доступности и индивидуальности предусматривает постановку посильных задач и подборку средств для их решения. Принцип систематичности и последовательности предусматривает последовательность в обучении, регулярные занятия, логическую связь предыдущего учебного материала с последующим, постепенное увеличение нагрузки. Принцип прочности предусматривает усвоение знаний, умений, навыков.

Календарно-тематическое планирование

№п/п	Названия раздела, кол-во часов, тема	Даты реализации		Форма организации деятельности	Форма контроля
1	Я и мой внутренний мир (7ч.) 1.Эмоции человека		беседа	тест	
2	2.Чувства человека		беседа	тест	
3	3.Положительные и отрицательные эмоции		беседа	рисунок	
4	4.Противоположные эмоции и чувства		беседа	тест	
5	5.Лицевая экспрессия		беседа	рисунок	
6	6.Умеешь ли ты контролировать свои эмоции и чувства		беседа	рисунок	
7	7.Что мешает людям понять друг друга				
8	Я и ты (7ч.) 1.Как вести себя с незнакомым человеком		беседа	тест	
9	2. Как можно вежливо отказаться от любых предложений незнакомого человека		беседа	тест	
10	3.В своих поступках не бойся показаться осторожным.		Беседа просмотр фильмов	рисунок	
11	4. Составь инструкцию по безопасному поведению при встрече с незнакомыми людьми для своих одноклассников.		Просмотр фильма, беседа	тест	
12	5.Какие качества необходимы человеку для успешного взаимодействия с другими людьми в разных ситуациях.		Ролевые игры	рисунок	
13	6. Вспомни реальные ситуации из жизни, в которых человеческие качества помогли тебе или мешали.		игровая	рисунок	
14	7. Составление правил поведения «Наше здоровье в наших руках»		игровая	рисунок	
15	Позитивное общение (6ч.) 1.Организация «круглого стола» на тему «Здоровый образ жизни – это модно».		Беседа, просмотр фильмов	рисунок	
16	2. тестирование: Коммуникативные		беседа	тест	

	навыки			
17	3. Правила совместной работы		беседа	тест
18	4. Влияние конфликта на человека		беседа	рисунок
19	5. Внутренние и межличностные конфликты		Беседа. Ролевые игры	тест
20	6. Придумай конфликтную ситуацию и предложи несколько вариантов разрешения конфликта.		беседа	тест
21	Проблемы общения (8ч.) 1. Давай вместе подумаем, почему возникают конфликты, причины конфликтов.		Ролевые игры	тест
22	2. Способы решения внутренних конфликтов.		беседа	Презентация учебных и творческих достижений
23	3. Конфликтность, тестирование		беседа	тест
24	4. Знакомства с разными профессиями		беседа	тест
25	5. Классификация профессий		беседа	тест
26	6. Напиши разные профессии и рядом требования к специалисту в этой области, и чему надо учиться, чтобы стать таким специалистом.		беседа	рисунок
27	7. Игра «Профессии»		экскурсия	рисунок
28	8. В каких профессиях трудно или невозможно добиться успеха курящим людям или людям, употребляющим алкоголь, наркотики?		беседа	презентация
29	Моя будущая профессия (5ч.) 1. Для людей каких профессий особенно важны такие качества, как самообладание, хладнокровие, умение владеть своими эмоциями?		беседа	рисунок
30	2. Ты уже знаешь, какую профессию выберешь, когда вырастает? Почему тебе нравится эта профессия?		Беседа, ролевые игры, экскурсия	тест
31	3. Какие вредные привычки мешают заниматься любимым делом.		Беседа,	экскурсия
32	4. Попробуй сформулировать: что ты можешь сделать уже сейчас, чтобы в будущем стать успешным в выбранной тобой профессии?		Подготовка презентации	Презентация себя.
33	5. Повторение			презентация
34	Итоговый контроль (1ч.)			

Требования к подготовке учащихся Личностные результаты:

Личностные результаты включают готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества; способность ставить цели и строить жизненные планы; способность к адекватной самооценке с опорой на знание основных моральных норм, требующих для своего выполнения развития самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.

Метапредметные результаты включают освоение обучающимися универсальных учебных действий (познавательных, регулятивных и коммуникативных), обеспечивающих овладение ключевыми компетенциями, способность регулировать собственную деятельность (в том числе учебную, направленную на познание закономерностей социальной действительности; - умение осуществлять информационный поиск для выполнения учебных задач; - освоение правил и норм социокультурного взаимодействия со взрослыми и сверстниками в сообществах разного типа (класс, школа, семья, учреждения культуры в городе, т.д.). - способность использовать источники художественного наследия в пересказе, анализировать тексты, пересказы, ответы товарищей, - совершенствование логичности, доказательности суждений, умозаключений, выводов, установление причинно-следственных связей, закономерностей. - приобретение навыков культуры общения (дома, в школе, в обществе).

Предметные результаты: У детей формируется представление навыка планирования и умения эффективно распределять собственные дела, предотвратить возникновение состояния перегрузки, усталости, неверие в собственные силы, когда подросток считает, что он «всё равно не справится, не стоит и стараться». К тому же соблюдение режима дня, стремление выполнить намеченное развивает у подростка навык самоконтроля, самоорганизации и устойчивости к внешнему давлению. У детей формируется представление о внимании (как одна из важнейших психологических функций человека, представление о том, что употребление психоактивных веществ негативно отражается на способности человека быть внимательным. позволяют обучающимся самостоятельно оценить характеристики своего внимания, но и помогут развить эту способность.

Учатся оценивать свои черты характера, формируется представления о хороших и плохих поступках, умение прогнозировать последствия поступков.

Программа дает возможность подростка задумать о своих желаниях, способностях и возможностях, т. е. уметь оценивать себя. От самооценки человека зависят его отношения с окружающими, его требовательность к себе, отношение к своим успехам и неудачам.