

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 692
Калининского района
Санкт-Петербурга**

Разработана и принята решением
Педагогического совета
Протокол № 10 /22-23 от 25.05.2023 г.

С учетом мнения Совета родителей
Протокол № 3 от 25.05.2023 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБОУ СОШ № 692 Калининского
района Санкт - Петербурга
_____ С.Ф. Бянкина
Приказ № 57 от 25.05.2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Основы психологии»
8 класс
на 2023–2024 учебный год**

Разработана:
Лявданская В.Ю.,
педагог-психолог

Санкт-Петербург
2023

Содержание

1.	Пояснительная записка	3
1.1.	Нормативная база	3
1.2.	Актуальность программы	3
1.3.	Общая характеристика внеурочной деятельности	4
1.4.	Цели и задачи	5
1.5.	Планируемые результаты освоения внеурочной деятельности	5
1.6.	Содержание внеурочной деятельности	6
2.	Календарно-тематическое планирование	7

1. Пояснительная записка

1.1. Нормативная база

Рабочая программа курса внеурочной деятельности для обучающихся 9 класса разработана в соответствии с:

1. Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
2. Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (для V –IX классов),
3. Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115,
4. Постановлениями Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»,»,
5. Законом Санкт-Петербурга от 17.07.2013 № 461-83 «Об образовании в Санкт-Петербурге»,
6. Инструктивно-методическим письмом Комитета по образованию Правительства Санкт – Петербурга от 21.05.2015 № 03-20-2057/15-0-0 «Об организации внеурочной деятельности при реализации федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования в образовательных организациях Санкт-Петербурга»,
7. Письмом Комитета по образованию Правительства Санкт – Петербурга от 04.05.2016 № 03-20-1587/16-0-0 «О направлении методических рекомендаций по разработке рабочих программ учебных предметов, курсов»,
8. Уставом ГБОУ СОШ №692 Калининского района Санкт-Петербурга;
9. Планом внеурочной деятельности ГБОУ СОШ № 692 Калининского района Санкт - Петербурга на 2023-2024 учебный год,
10. Положением о внеурочной деятельности ГБОУ СОШ № 692 Калининского района Санкт – Петербурга.

1.2. Актуальность программы

Современная система образования ставит приоритетную задачу полноценного развития ребенка, которую возможно решить только при наличии у ребенка психологических знаний о себе, своих личных и возрастных особенностях и правилах грамотного взаимодействия с социумом.

Школьные годы являются сенситивным периодом для приобщения человека к психологической культуре. В современной парадигме образования акцент сделан на социализацию подрастающего поколения, но социализация как процесс освоения социально-культурного опыта и формирования социальной компетентности будет продуктивным и полноценным только в особом культурно-образовательном пространстве,

способствующему психологическому здоровью личности. Ибо только здоровая личность способна проявлять познавательную активность и адекватно реагировать на изменения в нашем быстроменяющемся мире.

Преподавание курса психологии в средних общеобразовательных учреждениях представляется актуальной и важной задачей образования, получившего социальный заказ на подготовку подрастающего поколения к жизни в правовом демократическом государстве. Именно личностные, психологические факторы выступают на первый план в работе над этой важной задачей. Психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и самосовершенствованию, понимание интересов, мотивов, чувств и потребностей окружающих людей, умение строить свои отношения с окружающими, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом — все это относится к необходимым компонентам личности гражданина демократического общества.

Программа имеет общеинтеллектуальное направление, а также позволяет развивающейся личности познавать не только законы материального мира, но и формировать систему знаний о себе, о законах взаимодействия людей, узнавать свои собственные возможности и расширять их, т.е. овладевать психологической культурой.

1.3. Общая характеристика внеурочной деятельности

Направление программы: общеинтеллектуальное. Объем программы: программа рассчитана на 1 год обучения. На реализацию курса отводится 1 час в неделю, 34 учебные недели. Программа внеурочной деятельности «Основы психологии» для 8-х классов является модифицированной программой, которая составлена на основе авторской программы «Психология» А.Д. Андреевой, Е.Е. Даниловой, И.В. Дубровиной, Д.В. Лубовского, А. М. Прихожан, Н.Н. Толстых.

Программа нацелена на развитие:

1. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.
2. Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
3. 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 нём взаимопонимания.
4. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.
5. Стремление к поиску наиболее эффективных способов учебной деятельности.

6. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.
7. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

1.4. Цели и задачи

Основная цель курса:

овладение каждым школьником элементарной психологической культурой, которая является частью общей культуры и обеспечивает ему полноценное вступление в самостоятельную жизнь, развитие готовности к полноценному взаимодействию с миром. Данный учебный курс направлен на решение психолого-педагогических задач, обеспечивающих становление личности ребёнка.

Для решения данной цели поставлены **задачи:**

- формирование общих представлений о психологии как науке;
- пробуждение интереса к другим людям и самому себе;
- развитие интеллектуальной сферы;
- развитие самосознания, эмоциональной сферы.

1.5. Планируемые результаты освоения внеурочной деятельности.

- ✓ Личностные
 - ✓ Метапредметные
 - ✓ Предметные
1. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.
 2. Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
 3. 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 нём взаимопонимания.
 4. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.
 5. Стремление к поиску наиболее эффективных способов учебной деятельности.
 6. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

7. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

1.6. Содержание внеурочной деятельности

Раздел 1. Здоровый образ жизни (3 ч)

Представление о здоровом образе жизни, что заботиться о себе – это значит сделать выбор в пользу здорового образа жизни, какую роль играет в жизни наш внутренний, невидимый мир.

Раздел 2. Общение (3 ч.)

Способы общения, от которого зависят взаимоотношения с людьми, и о способе общения со своим внутренним-Я.

Раздел 3. Чувства (3 ч.)

Чувства могут быть разными, и все они важны для человека, чувства сообщают нам о том, что происходит в нашем внутреннем мире.

Раздел 4. «Защита от чувств» (3 ч.)

Поведение, скрывающее чувства называется – защитным, представление о том, что никогда не надо использовать защиту от чувств в своих отношениях с внутренним-Я.

Раздел 5. Управление гневом (3 ч.)

Контролировать свой гнев, чтобы он не контролировал меня, абсолютно нормально то, что они сердятся. Наше внутреннее-Я, может помочь нам контролировать свой гнев.

Раздел 6. Алкоголь, табак и другие наркотики (3 ч.)

Алкоголь, табак и другие наркотики разрушают здоровье, что употребление

ПАВ создает барьер во взаимоотношениях с внутренним миром.

Раздел 7. Химическая зависимость – это болезнь. (3 ч.)

Химическая зависимость является болезнью, что существует множество различных семейных проблем, которые причиняют нам боль, но вера в себя, в силу своего внутреннего-Я сильнее, и утешит нас.

Раздел 8. Химическая зависимость воздействует на всю семью (3 ч.)

Химическая зависимость воздействует на каждого члена семьи, что если кто-то из близких химически зависимый, они не являются тому причиной, и не могут этого изменить. В духовном смысле, человек не может изменить других, но может менять себя.

Раздел 9. Здоровый выбор (3 ч.)

Они могут делать здоровый выбор, решая жизненные проблемы, что они могут сами сделать здоровый выбор.

Раздел 10. Личные границы (3 ч.)

Научиться ставить правильные границы, отделяющие от другого человека, что существуют духовные, нравственные границы, отделяющие, что является правильным, а что – нет.

Раздел 11. Дружба (2 ч.)

Обучающиеся могут сами для себя выбрать надежных и заслуживающих доверие друзей.

Раздел 12. Собственная уникальность (2 ч.)

Каждый из нас – особенный и неповторимый (уникальный).

Программа курса очень перспективна. Она развивает и воспитывает личность нового поколения способного сделать правильный выбор.

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Всего часов	Форма контроля
1.	Здоровый образ жизни	3	Устный и письменный опрос
2.	Общение	3	Устный и письменный опрос
3.	Чувства	3	Устный и письменный опрос
4.	Защита от чувств	3	Устный и письменный опрос
5.	Управление гневом	3	Устный и письменный опрос
6.	Об алкоголе, табаке и других наркотиках	3	Устный и письменный опрос
7.	Химическая зависимость как болезнь	3	Устный и письменный опрос
8.	Влияние химической зависимости на семью	3	Устный и письменный опрос
9.	Здоровый выбор	3	Устный и письменный опрос
10.	Личные границы	3	Устный и письменный опрос
11.	Дружба	2	Устный и письменный опрос
12.	Собственная уникальность	2	Устный и письменный опрос
	Итого:	34	

2. Календарно-тематическое планирование

№ урока (раздел)	Тема занятия	Дата проведения по плану	Фактическая дата
1 (1)	Знакомство. Определение цели и задач курса. Здоровый образ жизни.	06.09.23	
2 (1)	Забота о себе.	13.09.23	
3 (1)	Мой внутренний мир	20.09.23	

4 (2)	Общение	27.09.23	
5 (2)	Способы общения	04.10.23	
6 (2)	Общение с внутренним Я	11.10.23	
7 (3)	Чувства	18.10.23	
8 (3)	Разнообразие чувств	25.10.23	
9 (3)	Мой внутренний мир	08.11.23	
10 (4)	Поведение	15.11.23	
11 (4)	Защита от чувств	22.11.23	
12 (4)	Плюсы и минусы защитного поведения	29.11.23	
13 (5)	Гнев	06.12.23	
14 (5)	Управление гневом	13.12.23	
15 (5)	Способы контроля гнева	20.12.23	
16 (6)	Вредные привычки	27.12.23	
17 (6)	Влияние алкоголя, табака, других наркотиков на здоровье	10.01.24	
18 (6)	Преодоление барьеров во взаимоотношениях	17.01.24	
19 (7)	Химическая зависимость как болезнь	24.01.24	
20 (7)	Понятие боли	31.01.24	
21 (7)	Вера в себя	07.02.24	
22 (8)	Влияние зависимости на семью	14.02.24	
23 (8)	Причина зависимости	28.02.24	
24 (8)	Я – это Я, Ты –это Ты	06.03.24	
25 (9)	Жизненные проблемы	13.03.24	
26 (9)	Здоровый выбор	20.03.24	
27 (9)	Ценности	27.03.24	
28 (10)	Границы	03.04.24	
29 (10)	Личные границы	17.04.24	
30 (10)	Я и Они	24.04.24	
31 (11)	Дружба	08.05.24	
32 (11)	Доверие	15.05.24	
33 (12)	Уникальность каждого из нас	22.05.24	
34 (12)	Собственная уникальность. Подведение итогов.	29.05.24	
Итого:			34

