

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа №1 имени
Героя Советского Союза Зои Космодемьянской
городского округа Чапаевск Самарской области

Рассмотрено
на заседании МО
учителей естественно-
научного цикла

Проверено
Заместитель директора

29.08.2025

Утверждено
Директор ГБОУ СОШ №1 г.о.
Чапаевск

Южакова Е.А.
Приказ №270-од
от 29.08.2025

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Я И ДРУГИЕ»

6 класс
срок реализации – 1 год

г.о. Чапаевск, 2025 г.

Пояснительная записка

Современная реальность открывает перед подростком разнообразные перспективы развития, достижения мира, совершенствования взаимоотношений с другими и самим собой. Однако мир, в котором живёт подросток, предъявляет особые требования к его адаптивным способностям, психическим резервам: психологическому здоровью, толерантности (терпимости и снисхождению), психологической готовности строить конструктивные отношения с окружающей действительностью. Так же не менее важным становится эмоциональное состояние собеседника, чтобы выбрать наиболее оптимальные способы и средства общения.

Главная особенность данной программы заключается в том, что она направлена, главным образом, на формирование социальной компетенции. Для развития социальных компетенций важен опыт активного социального взаимодействия. Поэтому, важным является специально организованное межличностное взаимодействие между детьми, с целью формирования социальных навыков и умений. К таким навыкам относятся вступление в контакт, совместная работа, распределение обязанностей, разрешение конфликтов, слушание другого, запрашивание помощи и т.д. Эти навыки формируются в групповой работе. Исходя из вышеперечисленного, определялись цели и задачи коррекционного курса.

Цель: способствовать формированию личностных качеств как основы взаимоотношений с людьми, обществом и миром в целом в процессе социального становления через самопознание, общение, деятельность, а также развитие, формирование эффективных поведенческих стратегий для определения жизненной перспективы.

Задачи:

- Формирование позитивной самооценки обучающегося, самоуважения;
- Отработка навыков понимания других людей, взаимоотношений между людьми;
- Формирование коммуникативной компетентности в сотрудничестве: умение вести диалог, координировать свои действия с действиями партнеров по совместной деятельности; способности доброжелательно и чутко относиться к людям, сопереживать;
- Овладение способами взаимодействия с самим собой и окружающим миром;
- Осознание необходимости самосовершенствования, постановки целей;
- Активизация процесса самоактуализации и самопознания.

Курс занятий рассчитан на 1 год обучения для учащихся 6 класса. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятий 40 минут. Курс рассчитан на 34 часа.

Основные формы проведения занятий:

- фронтальная беседа;
- просмотр кино, видео-презентации, телефильма, спектакля, концерта;
- продуктивные игры (коммуникативные, имитационные, ролевые и др.);
- психогимнастика.

Подведения итогов реализации программы будут происходить в форме Итогового проекта

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Предметные результаты	Личностные результаты
• умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; • понимать психологические термины; • уметь проводить рефлексивные действия; • уметь работать в паре, группе; • умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение; • уметь осознавать причины своего поведения и его последствия.	• формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку • освоение социальных норм, правил поведения; • развивать доброжелательное отношение к себе и окружающим; • научиться понимать свои чувства и чувства других людей.

СОДЕРАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Введение. Введение. Почему мы все разные?	Подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека.	6 часов	https://edsoo.ru/metodicheskie_videouroki/
Раздел 2. «Как управлять эмоциями?»	Вспомнить понятия «эмоция» и «чувство». Регулирующая функция эмоциональных переживаний. Подавление эмоций. Социально приемлемые формы выражения чувств. Выработка умения переводить негативное эмоциональное состояние в позитивное состояние.	6 часов	https://edsoo.ru/metodicheskie_videouroki/
Раздел 3. «Стресс, конфликты и агрессия. В поисках правильного решения»	Теория конфликта. Типы конфликтов, особенности, стадии. Способы выхода из конфликта. Конструктивное поведение в конфликте. Отработка навыков конструктивного поведения в конфликте. Формирование навыков самоконтроля поведения, совершенствование умений договариваться.	9 часов	https://edsoo.ru/metodicheskie_videouroki/
Раздел 4. «Правильное общение нужно человеку»	помочь обучающимся освоить коммуникативные умения и навыки, выработать индивидуальный стиль общения, стать более гибкими в общении, научиться адекватно выражать своё внутреннее состояние.	10 часов	https://edsoo.ru/metodicheskie_videouroki/