

Приложение АООП ООО
Приказ №229-од от 02.09.2019

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
«Развитие личности»
для обучающихся 5-6 классов
основное общее образование

Составитель:
Селезнева И.В.,
педагог-психолог,
учитель

Пояснительная записка

Актуальность программы обусловлена соответствием её содержания требованиям Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) основного общего образования, Концепции духовно- нравственного развития и воспитания личности гражданина России и направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших подростков.

В подростковом возрасте может возникнуть огромное количество проблем и нарушений развития. Переход из начальной школы в среднюю школу связан с возрастанием нагрузки на психику ребёнка. Психологические и психофизиологические исследования свидетельствуют, что в начале обучения в 5 классе школьники переживают период адаптации к новым условиям обучения, во многом сходный с тем, который был характерен для начала обучения в первом классе. В процессе разработки программы главным ориентиром стала цель гармоничного единства личностного, познавательного, коммуникативного и социального развития учащихся.

Цель курса: развитие социально-личностной сферы детей младшего подросткового возраста при переходе в среднее звено, формирование и развитие универсальных учебных действий (УУД).

Задачи курса:

1. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
2. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.
4. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения.
5. Способствовать успешной адаптации подростков в средней школе.

Направленность на достижение метапредметных результатов, преисключенность, межпредметное взаимодействие.

Программа по курсу «Развитие личности» эффективно работает в связи с другими дисциплинами: ОБЖ, литература, математика, русский язык, где темы являются практическим продолжением изученного, или сами психологические знания являются базой для усвоения знаний вышеперечисленных курсов.

В зависимости от поставленных задач на занятия используются разнообразные методы (объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый), тренинговые формы, приемы обучения.

Место учебного курса в учебном плане:

Данная программа направлена на формирование общей культуры обучающихся, на их духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие, на развитие коммуникативных способностей, саморазвитие и самосовершенствование, сохранение и укрепление психического здоровья обучающихся.

Рабочая программа по курсу «Развитие личности» ориентирована на обучающихся 5-6 классов.

Тематическое планирование рассчитано на 1 учебный час в неделю, что составляет 34 учебных часа в год в одном классе. Программа рассчитана на 2 года обучения.

1. Планируемые результаты освоения учебного курса «Развитие личности».

Личностные результаты освоения основной образовательной программы:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- готовность и способность осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;
- развитое моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам (способность к нравственному самосовершенствованию);
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции;
- освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;
- участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

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.

Познавательные УУД:

- 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.

Коммуникативные УУД:

- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
- учиться строить взаимоотношения с окружающими;
- учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации;
- учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями;
- формулировать свое собственное мнение и позицию;
- учиться толерантному отношению к другому человеку.

Предметные результаты:

Ученик научится:

- выделять основные виды деятельности людей, объяснять роль мотивов в деятельности человека;
- определять основные виды деятельности человека;
- выполнять несложные практические задания по анализу ситуаций, связанных с различными способами разрешения межличностных конфликтов;
- работать в команде;
- справляться со стрессовыми ситуациями самостоятельно и с помощью специальных служб;
- сформировать представления о себе как личности, о семье;
- осознавать и правильно выбирать модели поведения в конфликтных ситуациях;
- снимать эмоциональное напряжение;
- знать основные психические процессы человека;
- знать виды ощущений;
- знать особенности внимания;
- знать виды памяти, определять продукты, улучшающие память;
- знать признаки агрессивного поведения; определять собственную стратегию поведения при столкновении с агрессивным поведением.

Ученик получит возможность научиться

- *управлять собственным гневом;*

- уметь применять занятия по развитию ощущений;
- уметь применять способы повышения уровня внимания;
- применять упражнения для развития памяти;
- знать и применять приемы для развития воображения;
- выражать собственное отношение к различным способам разрешения межличностных конфликтов;
- выполнять несложные познавательные и практические задания, основанные на ситуациях жизнедеятельности человека в разных сферах общества;
- раскрывать влияние современных средств массовой коммуникации на личность.

II. Содержание учебного курса «Развитие личности».

Содержание учебного курса «Развитие личности» 5 класс.

Раздел 1. Давайте познакомимся!

Автопортрет «То, что я люблю». Методика «Автопортрет». Вместо глаз рисуем то, на что любим смотреть. Вместо носа рисуем то, что любим нюхать, вместо рта – то, что любим есть, вместо ушей – то, что любим слушать, вместо волос – свою мечту. Выступление перед классом – по желанию.

Любимый урок. Беседа о новых уроках, появившихся в 5 классе. Сочинение «Любимый урок».

Дом, в котором МЫ живём. Каждый получает прямоугольный листочек форматом А6. Пишет на нём своё имя, разрисовывает его в свободном стиле. На ватмане приклеиваем кирпичики – «строим» дом для своего класса.

Коллаж «Мои мечты». Выполняется коллаж из картинок в технике «карта желаний».

Раздел 2. Диагностика степени адаптированности пятиклассников к обучению в среднем звене.

Методика «Отношение к предметам» и «Социометрия» Морено.

Методика диагностики мотивации учения (Андреева).

Раздел 3. Куда обратиться за помощью

Помощь рядом. Изучение сайта психологической помощи помощьрядом.рф. Телефон доверия.

Средства самоподдержки. Заполняем анкету «мои средства самоподдержки»

Раздел 4. Мой класс – моя команда.

Игры на взаимодействие. Игры: «Великолепная Валерия», «Самурай», «Лягушка», «Мигалки».

Игры на сплочение. Игры: «Слепой поводырь», «Лабиринт», «Тигр».

Игры на межполовое взаимодействие. Игры: «Посудомоечная машинка», «Дрозд», «Путаница».

Игры-розыгрыши. Игры: «Пиф-паф», «Экстрасенсы», «кенгуру».

Раздел 5. Личность. Развитие личности.

Личность. Развитие личности. Понятия «личность», «развитие личности». Кого можно назвать личностью?

Личность, которая меня вдохновляет. Сочинение.

Стереотипы: у кого мы в плену? Понятие «стереотип», виды стереотипов, их польза и вред.

Раздел 6. Кто Я?

Огонёк откровений. Работа в кругу с ответами на темы: «мои мечты», «страхи», «дружба».

Кто я такой? Я-концепция. Что такое «Я-концепция?» Пишем сочинение-автопортрет, в котором отражаем представление о себе.

Моя семья. Понятие «семья», функции семьи. Составляем генеалогическое древо.

Проективные методики. Понятие «проективные методики». Методика «Человек под дождём».

Раздел 7. Коллективно-творческие дела «Праздник».

КТД «Времена года». Работа в микрогруппах. Деление на группы по дню рождения. Цель: знакомство с детьми, развитие умения работать в командах.

КТД «Анатомический человек». Деление на микрогруппы. Изготовление частей тела из подручных материалов. Изготовление человека всем классным коллективом. Цель: развитие умения работать в команде.

Про любовь. Работа в микрогруппах. Цель: развитие умения работать в командах.

КТД «Защитники». Работа в микрогруппах с заданиями по тематике праздника. Цель: знакомство с праздником «день защитника отечества», развитие умения работать в командах.

Раздел 8. Психологические тренинги

Тренинг «Агрессия». Цель тренинга: снятие эмоционального напряжения. Развитие навыков управления гневом.

Раздел 9. Эмоции и чувства

Эмоции и чувства. Понятия «эмоции», «чувства». Виды, функции. Мультфильм «Головоломка».

Раздел 10. Итоговое занятие. Промежуточная аттестация. Итоговый огонёк. Подведение итогов года.

Содержание учебного курса «Развитие личности» 6 класс.

Раздел 1. Игры с классом.

Игра «Что новенького?» В парах делятся самыми интересными событиями лета. Потом рассказывают по очереди всему классу друг о друге.

Игры на взаимодействие. Игры: «Великолепная Валерия», «Самурай», «Лягушка», «Мигалки».

Игры на сплочение. Игры: «Слепой поводырь», «Лабиринт», «Тигр».

Игры на межполовое взаимодействие. Игры: «Посудомоечная машинка», «Дрозд», «Путаница».

Игры-розыгрыши. Игры: «Пиф-паф», «Экстрасенсы», «кенгуру».

Раздел 2. Коллективно-творческие дела (КТД).

КТД «Времена года». Работа в микрогруппах. Деление на группы по дню рождения. Цель: развитие умения работать в командах.

КТД «Новый год». Работа в микрогруппах с заданиями по тематике праздника. Цель: развитие умения работать в командах, сплочение классного коллектива.

КТД «Любовь-морковь». Работа в микрогруппах с заданиями по тематике праздника. Цель: развитие умения работать в командах, сплочение классного коллектива.

КТД «Защитники». Работа в микрогруппах с заданиями по тематике праздника. Цель: развитие умения работать в командах, сплочение классного коллектива.

КТД «Женский день». Работа в микрогруппах с заданиями по тематике праздника. Цель: развитие умения работать в командах, сплочение классного коллектива.

КТД «День смеха». Работа в микрогруппах с заданиями по тематике праздника. Цель: развитие умения работать в командах, сплочение классного коллектива.

КТД «Космонавты». Работа в микрогруппах с заданиями по тематике праздника. Цель: развитие умения работать в командах, сплочение классного коллектива.

День победы. Работа в микрогруппах с заданиями по тематике праздника. Цель: развитие умения работать в командах, сплочение классного коллектива.

Раздел 3. Обо мне.

Любимый урок. Беседа о новых уроках, появившихся в 6 классе. Сочинение «Любимый урок».

Огонёк откровений. Работа в кругу с ответами на темы: «мои мечты», «страхи», «дружба».

Коллаж «Мои мечты». Выполняется коллаж из картинок в технике «карта желаний».

Средства самоподдержки. Заполняем анкету «мои средства самоподдержки»

Раздел 4. Психологические тренинги

Тренинг «Агрессия». Понятия «агрессия», «злость», «конфликт». Тренировка навыка саморегуляции.

Кинотерапия. Просмотр Короткометражного фильма «Цирк бабочек». Составляем списки кинофильмов.

Тренинг «Снятие эмоционального напряжения». Техники релаксации.

Раздел 5. Психические процессы человека

Психика. Психические процессы человека.

Ощущения. Виды ощущений. Функции ощущений. Занятие по развитию ощущений.

Внимание. Виды внимания. Функции внимания. Способы повышения уровня внимания.

Память. Виды памяти. Функции памяти. Продукты, улучшающие память. Упражнения для развития внимания.

Воображение. Функции воображения. Развитие воображения.

Раздел 6. Итоговое занятие. Промежуточная аттестация. Итоговый огонёк. Рефлексия года.

III. Тематическое планирование с указанием количества часов по каждой теме.

Тематическое планирование 5 класс.

№ урока	Тема урока	Количество часов
1.	Автопортрет «То, что я люблю»	1
2.	Игры на взаимодействие.	1
3.	КТД «Времена года»	1
4.	Любимый урок.	1
5.	Диагностика степени адаптированности пятиклассников к обучению в среднем звене.	1
6.	Диагностика степени адаптированности пятиклассников к обучению в среднем звене.	1
7.	Помощь рядом.	1
8.	Средства самоподдержки.	1
9.	КТД «Анатомический человек»	1
10.	Огонёк откровений.	1
11.	Дом, в котором МЫ живём.	1
12.	Игры на сплочение.	1
13.	Личность. Развитие личности.	1
14.	Личность, которая меня вдохновляет.	1
15.	Коллаж «Мои мечты».	1
16.	Стереотипы: у кого мы в плену?	1
17.	Кто я такой? Я-концепция.	1
18.	Моя семья.	1

19.	Моя семья.	1
20.	Проективные методики.	1
21.	Про любовь.	1
22.	КТД «Защитники»	1
23.	Игры на межполовое взаимодействие	1
24.	КТД «Женский день»	1
25.	Тренинг «Агрессия»	1
26.	Тренинг «Агрессия»	1
27.	Игры-розыгрыши	1
28.	КТД «День смеха»	1
29.	КТД «Космонавты»	1
30.	Эмоции и чувства	1
31.	Эмоции и чувства	1
32.	День победы.	1
33.	Промежуточная аттестация	1
34.	Итоговый огонёк	1

Тематическое планирование 6 класс.

№ урока	Тема урока	Количество часов
1.	Игра «Что новенького?»	1
2.	Игры на взаимодействие.	1
3.	КТД «Времена года»	1
4.	Любимый урок.	1
5.	Огонёк откровений.	1
6.	Игры на сплочение.	1
7.	Коллаж «Мои мечты».	1
8.	Средства самоподдержки.	1
9.	Тренинг «Агрессия»	1
10.	Тренинг «Агрессия»	1
11.	Психика. Психические процессы человека	1
12.	Ощущения	1
13.	Ощущения	1
14.	Внимание	1
15.	Внимание	1
16.	КТД «Новый год»	1
17.	Память	1
18.	Память	1
19.	Воображение	1
20.	Воображение	1
21.	КТД «Любовь-морковь»	1

22.	КТД «Защитники»	1
23.	Игры на межполовое взаимодействие	1
24.	КТД «Женский день»	1
25.	Кинотерапия	1
26.	Кинотерапия	1
27.	Игры-розыгрыши	1
28.	КТД «День смеха»	1
29.	КТД «Космонавты»	1
30.	Тренинг «Снятие эмоционального напряжения»	1
31.	Тренинг «Снятие эмоционального напряжения»	1
32.	День победы.	1
33.	Промежуточная аттестация	1
34.	Итоговый огонёк	1