

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа с. Камышла
муниципального района Камышлинский Самарской области**

Рассмотрено на МО Протокол № _____ от « » _____ 2020 г.	Согласовано Зам. директора УВР _____/ Михайлова В.С./ От « » _____ 2020г.	Утверждено Директор ГБОУ СОШ с. Камышла _____/Каюмова А.Х./ Приказ № от « » _____ 2020 г.
---	--	--

**Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Тропинка к своему Я» для учащихся
с ограниченными возможностями.**

2-9 классы

Программу составила:
педагог-психолог
Мингалиева Е.Р.

Учебный год 2020-2021

Рабочая программа внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» - единая программа групповой работы с учащимися начальной и средней школы, направленная на сохранение психологического здоровья учащихся.

Основная цель программы: формирование позитивного отношения к себе и школе, профилактика школьной дезадаптации.

Новизна данной рабочей программы определена федеральным государственным стандартом начального и основного общего образования. Отличительными особенностями являются:

1. Определение видов организации деятельности учащихся, направленных на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного курса.
2. В основу реализации программы положены ценностные ориентиры и воспитательные результаты.
3. Ценностные ориентации организации деятельности предполагают уровневую оценку в достижении планируемых результатов.
4. Достижения планируемых результатов отслеживаются в рамках внутренней системы оценки: педагогом, администрацией, психологом
5. При планировании содержания занятий прописаны виды деятельности учащихся по каждой теме.

В результате изучения данной программы на ступени начального и основного общего образования у учащихся будут сформированы **личностные, познавательные и коммуникативные универсальные учебные действия** как основа умения учиться.

В сфере **личностных универсальных учебных действий** будут сформированы внутренняя позиция обучающегося, адекватная мотивация учебной деятельности, включая учебные и познавательные мотивы, ориентация на моральные нормы и их выполнение, способность к моральной децентрации.

В сфере **познавательных универсальных учебных действий** учащиеся научатся воспринимать и анализировать сообщения, тексты, овладеют действием моделирования, а также широким спектром логических действий и операций.

В **сфере коммуникативных универсальных учебных действий** учащиеся приобретут умения учитывать позицию собеседника, организовывать и осуществлять сотрудничество и кооперацию с учителем и сверстниками, адекватно воспринимать и передавать информацию, отображать предметное содержание и условия деятельности в сообщениях, важнейшими компонентами которых являются тексты.

Программа психологических занятий «Тропинка к своему Я» изучается с 2 по 9 класс по одному часу в неделю (34 ч. в год).

Содержание программы для каждого класса отражает основные направления работы и включает следующие разделы

- Формирование психологического здоровья.
- Воспитание нравственных чувств и этического сознания.
- Формирование позитивное отношение к своему «Я».
- Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.
- Повышение уверенности в себе и развитие самостоятельности.
- Предупреждение и снижение тревожности и страхов детей.
- Развитие навыков социального поведения.
- Знакомство с языком чувств и эмоций, качествами характера, моделями поведения.
- Создание возможностей для самовыражения.
- Выработка у детей адекватного отношения к ошибкам и неудачам.
- Развитие способности ребенка к эмпатии, сопереживанию.
- Формирование позитивного отношения к сверстникам и коммуникативных навыков.
- Развитие навыков саморегуляции, произвольности, внутреннего плана действий, уровня самоконтроля.
- Развитие познавательной мотивации.
- Раскрытие творческого потенциала.

Ступень обучения (класс) **начальное общее образование (2,3,4 классы)**

Сроки реализации 3 года – **102 часа**

Участники программы: дети от 8 до 10 лет

Режим проведения занятий-1 час в неделю

Пояснительная записка.

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, на основе программы **О.В.Хухлаевой «Тропинка к своему Я»**.

Программа «Тропинка к своему Я» поможет ребенку осознать самого себя, свои интересы, способности, отношения, переживания, представления о своем дальнейшем жизненном пути. Приобщение к знаниям о человеке особенно важно на начальных этапах школьного образования, когда основные свойства познавательной деятельности и качества личности находятся в периоде своего осмысленного становления.

Работа по программе проводится в рамках духовно-нравственного развития и воспитания школьников, которая является первостепенной задачей современной образовательной системы и представляет собой важный компонент социального заказа для образования. Проблема формирования психологически здоровой личности в условиях обучения в общеобразовательной школе в настоящее время является очень актуальной. Учебные нагрузки, несоответствие между внешними требованиями и психофизиологическими возможностями учащихся, слабая функциональная готовность к школе, отсутствие учебной мотивации приводят к тому, что школа для многих детей становится источником стресса.

В особой ситуации риска находятся младшие школьники, поскольку именно им необходимо быстро адаптироваться к непростым условиям школьной жизни при физиологической незрелости организма.

Предлагаемый курс психологических занятий в начальной школе направлен на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников, т.к. способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению атмосферы. В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы с младшими школьниками, которая включает три основных компонента: аксиологический (связанный с сознанием), инструментально-технологический и потребностно-мотивационный. Аксиологический компонент содержательно представлен ценностями «Я»: собственного «Я» человека, его связи с «Я» других людей и с природными объектами. Он предполагает осознание ребёнком ценности, уникальности себя и окружающих, идентификацию как с живыми, так и неживыми объектами, осознание единства с миром во всей его полноте. Инструментальный компонент предполагает овладение рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими. Потребностно-мотивационный компонент обеспечивает появление у ребёнка потребности в саморазвитии, побуждает к последующей самореализации. Задачи развития являются четвёртым компонентом в данной модели. Работа с ними осуществляется параллельно, т.е. при построении каждого занятия учитываются все направления, но, в зависимости от целей, делается акцент на одном из них.

Второклассник начинает учиться в совершенно ином настроении, нежели год назад. Он уже привык к своему новому статусу, к школьным обязанностям, у него сформировался образ хорошего ученика.

В течение второго учебного года дети должны получить довольно полное представление о своих индивидуальных способностях и возможностях, о собственных достоинствах и недостатках.

Во втором классе происходит активное освоение учебной деятельности. Ребенок, побуждаемый взрослыми, начинает оценивать причины своих достижений и неудач, то есть развивает познавательную рефлексия. По-прежнему сохраняется острое желание быть успешным в учебе, «быть хорошим, любимым», у некоторых детей появляется тенденция к снижению самооценки. Она может закрепляться, если ребенок считает, что родителей сильно огорчают его неуспехи. Поэтому особое значение приобретает тема «Качества», в процессе освоения которой учащиеся получают возможность исследовать себя, узнают, что все люди имеют те или иные недостатки.

Вследствие развития умения действовать по образцу у некоторых детей снижаются творческие способности, исчезает стремление фантазировать. Чтобы предотвратить это, в занятия включено много творческих заданий.

Основное внимание второклассников начинает постепенно смещаться с учебной деятельности на отношения, которые в ней проявляются: с педагогами, родителями, сверстниками. Поэтому на занятиях большое внимание уделяется именно формированию взаимоотношений, основанных на любви, сердечности и возможности не только принимать что-либо от людей, но и отдавать им. По сути, это первые шаги на пути взросления, который характеризуется наличием гармонии в стремлении принимать и отдавать.

Цель программы для 1-4 классов: формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни.

Основные задачи:

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
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. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
5. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения. Формировать терпимость к мнению собеседника.
6. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
7. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся .

Принципы реализации программы:

1. Принцип индивидуализации предполагает учёт возраста, учёт типа детско-родительских отношений, уровня общего состояния ребёнка.
2. Принцип доступности от уровня психологических особенностей ребёнка.
3. Принцип наглядности - демонстрация упражнений, этюдов, моделирование ситуаций, игра подтверждает объяснение и помогает ребёнку их правильно выполнять.
4. Принцип систематичности и последовательности заключается в непрерывности, регулярности, планомерности процесса, в котором реализуются задачи коррекционно-развивающей работы.
5. Принцип научности лежит в основе всех технологий, способствующих коммуникативным способностям детей .
6. Принцип оздоровительной направленности обеспечивает оптимизацию двигательной активности детей, укрепление психологического здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.

Основные методы обучения

Программа представляет собой систему групповых занятий, которые включают элементы тренинга, социопсихологические игры, элементы психогимнастики, сказкотерапии, арттерапии, групповые дискуссии.

Занятия проходят по определённой схеме, каждая часть которой выполняет свои задачи:

1. Введение в тему.
2. Развёртывание темы.
3. Индивидуализация темы.
4. Завершение темы .

Описание материально-технического обеспечения программы «Тропинка к своему Я»

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
1. Печатные пособия		
	Рабочая тетрадь для ученика. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе для учителя. Тропинка к своему Я. М.: Генезис, 2012.	Индивидуально для каждого ученика 1
2. Технические средства обучения		
	Компьютер;	1
3. Экранно-звуковые пособия		
	Диски с записями детской и классической музыки.	2
4. Игры и игрушки		
	Настольно-печатные игры;	2
	Развивающие игры;	3
	Компьютерные игры.	2
5. Оборудование кабинета		

Столы;	8
Стулья;	16
Шкафы;	3
Компьютер;	1
Учебная доска.	1

Формы организации занятий:

Для успешной реализации используются групповые занятия. Основной формой работы является психологическая игра.

Формы контроля: входная, итоговая диагностика.

Планируемые результаты освоения обучающимися

	Личностные	Метапредметные	Предметные
Знать	<ul style="list-style-type: none"> - о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии; - правила поведения в обществе, семье, со сверстниками; - правила игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению. 	<ul style="list-style-type: none"> - знать о ценностном отношении к своему душевному здоровью и внутренней гармонии; - иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами. 	<ul style="list-style-type: none"> - осознавать собственную полезность и ценность; - основные способы психологического взаимодействия между людьми; - приемы повышения собственной самооценки; - осознание своего места в мире и обществе;
Уметь	<ul style="list-style-type: none"> - анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели - налаживать контакт с людьми; - соблюдать правила игры и дисциплину; - правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.). - выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей - адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; - договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; - формулировать собственное мнение и позицию; - находить свое место в школьной жизни; 	<ul style="list-style-type: none"> - работать в группе, в коллективе. -получать удовольствие от процесса познания -преодолевать возникающие в школе трудности - психологически справляться с неудачами; -осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние; -взаимодействовать с учителем и сверстниками; - адекватно анализировать собственные проблемы

<p>Применять</p>	<ul style="list-style-type: none"> - быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия; -подводить самостоятельный итог занятия; анализировать и систематизировать полученные умения и навыки. - знания и практические умения в области самоанализа и саморазвития 	<ul style="list-style-type: none"> - полученные знания для преодоления различных страхов, в том числе страха перед учителем; - приобретенную информацию для установления дружественной атмосферы в классе, решения межличностных конфликтов; 	<ul style="list-style-type: none"> - полученные знания для адекватного осознания причин возникающих у ребенка проблем и путей их решения; - полученный опыт для самореализации и самовыражения в разных видах деятельности; - через игровые роли и сказочные образы и осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления;
------------------	---	--	---

Результаты программы внеурочной деятельности.

Формирование у них следующих умений и способностей:

- осознание себя с позиции школьника
- умение адекватно вести себя в различных ситуациях
- умение различать и описывать различные эмоциональные состояния
- способность справляться со страхами, обидами, гневом
- умение отстаивать свою позицию в коллективе, но в то же время дружески относиться к одноклассникам
- умение справляться с негативными эмоциями
- стремление к изучению своих возможностей и способностей
- успешная адаптация в социуме.

Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности.

Программа внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» предполагает обучение на двух уровнях: первый-информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей психологического развития ; второй-поведенческий, позволяющий закрепить социально-одобряемые модели поведения.

Учет знаний и умений для контроля результатов освоения программы внеурочной деятельности проходит путем оценки творческих тетрадей. архивирования творческих работ обучающихся, оформления открыток для родителей с указанием успехов ребенка.

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого материала. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: участие в викторинах, творческих конкурсах, школьных конференциях. Такая организация контроля будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве. при котором каждый становится значимым участником деятельности.

Критерии оценки знаний, умений и навыков.

Низкий уровень: удовлетворительное владение теоретической информацией по темам программы, пассивное участие в коллективных делах и на занятиях

Средний уровень: достаточно хорошее владение теоретической информацией по темам программы, участие в коллективных делах и на занятиях. . Умеет систематизировать и подбирать необходимую литературу, проводить исследования и опросы, иметь представление о учебно-исследовательской деятельности.

Высокий уровень: свободное владение информацией по программе. Умеет применять навыки и приобретенные умения в жизни .Имеет хорошую самооценку, уверенный, активный, принимает участие в многих мероприятиях.

**Тематическое планирование программы «Тропинка к своему Я»
с определением основных видов учебной деятельности обучающихся -
2 класс (34 часа)**

№	Тема занятия	учебного	Всего часов	Содержание деятельности		Дата проведения	
				Теоретическая часть / форма организации деятельности	Практическая часть / форма организации деятельности		
1	Мы рады встрече.		1	Какие бывают чувства? Чувства – воспоминания.	Работа с творческой тетрадью. Рисунок радости		
2	Понимаем чувства другого		1	Упражнение «Я тебя понимаю»	Работа с творческой тетрадью. Рисунок чувств.		
3	Мы испытываем разные чувства		1	Упражнение «Режим дня»	Работа со сказкой. Сказка о мальчике, который боялся темноты.		
4	Мы испытываем разные чувства(продолжение)		1	Чувства. Упражнение «Пластилиновое чувство».	Изготовление коллажа «Палитра чувств».		
5	Люди отличаются друг от друга своими качествами		1	Упражнение «Качества»	Работа с творческой тетрадью. Изготовление сердца класса с хорошими качествами. Работа со сказкой «Пятерка и доброе сердце».		
6	Хорошие качества людей.		3	Отзывчивость. Упражнение «Я знаю 5 хороших качеств».	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Я не такой как все».		
7	Самое важное хорошее качество.		1	Упражнение «Сборы в дорогу».	Работа с творческой тетрадью. Рисунок «Подарок с качествами». Работа со сказкой «Хвостатик».		
8	Кто такой сердечный человек?		1	Упражнение «Мягкое сердце»	Работа с творческой тетрадью.		
9	Кого называют «доброжелательным человеком»?		1	Упражнение «Волшебные слова»	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Маленький котенок».		
10	Трудно ли быть доброжелательным		2	Упражнение «Я хотел бы	Работа с творческой		

	человеком?		стать более...»	тетрадью. Работа со сказкой «Часы». Релаксация «Золотой ключик»		
11	Я желаю добра ребятам в классе.	2	Как ведет себя человек . Упражнение « Я желаю добра».	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой « О подзорной трубе».		
12	Чистое сердце.	1	Упражнение «Чистое сердце».	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Про гусеничку».		
13	Какие качества нам нравятся друг в друге?	1	Упражнение «Снежная королева»	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Кузя».		
14	Какими качествами мы похожи, а какими различаемся?	1	Упражнение «Ладощка». Мы похожи, мы отличаемся.	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Гуча».		
15	Каждый человек уникален.	1	Упражнение «Звездочка».	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Цветок по имени Незабудка»		
16	В каждом человеке есть светлые и темные качества	1	Упражнение «Светлый и темный мешочки». Светофорики.	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Перчатка».		
17	Какой я?	2	Упражнение «Цыганка»	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Про дружбу»		
18	Какой ты?	2	Упражнение «Цыганка» Продолжение.	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Зяц-Хваста»		
19	Какой ты? Учимся договариваться.	2	Упражнение «Я задумал...» «Интервью».	Работа с творческой тетрадью.		
20	Трудности второклассника в школе.	1	Упражнение «Копилка трудностей»	Работа с творческой тетрадью.		
21	Трудности второклассника дома.	1	Упражнение «Театр»	Работа с творческой тетрадью.		
22	Трудности	1	Упражнение	Работа с		

	второклассника на улице.		«Трудные ситуации»	творческой тетрадью.		
23	Школьные трудности.	1	Упражнение «Школа зверей» «Помоги Сереже»	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «В одном лесу жила-была...»		
24	Школьные трудности (продолжение).	1	Страхи и как их преодолевать.	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Про львенка Пашу».		
25	Домашние трудности.	1	Упражнение «Изобразим ситуацию».	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «О муравьишке».		
26	Домашние трудности (продолжение).	1	Упражнение «Моя семья».	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Верить и стараться»		
27	Итоговое.	1	Что нового ты узнал о себе?	Работа с творческой тетрадью. Букет качеств.		

Предполагаемые результаты года обучения в 2 классе

В конце обучающего года второклассник обладает следующими навыками и умениями.

Сформированы познавательные учебные мотивы и интересы.

Формируется своя точка зрения.

Может выделять морально этическое содержание событий и действий.

Формируется система нравственных ценностей.

Осознание себя ценной частью большого и разнообразного мира.

Выбор поступков в однозначно оцениваемых ситуациях на основе известных и простых общепринятых правил «доброто» и «правильного», «безопасного» поведения сопереживание и развития самокритичности.

Регулятивные УУД:

научиться уметь реагировать на свои чувства в отношении учителя и одноклассников

- учиться прогнозировать последствия своих поступков
- определять и формулировать цель в совместной работе с помощью учителя
- учиться высказывать своё предположение в ходе работы с разными источниками информации, строить речевое высказывание в устной форме

Познавательные УУД: у ученика второго класса будут сформированы навыки

успешного ориентирования в предоставленном материале

и умения отвечать на простые и сложные вопросы учителя

задавания интересующих вопросов,

умения подробно пересказывать,

умения осуществлять результативный поиск необходимой информации для учения.

Умения сравнивать, группировать предметы и объекты по нескольким основаниям,

находить закономерности и самостоятельно делать простые выводы по существу

находить ответы на вопросы в различных источниках информации

(текст, рисунок, фото) делать выводы в результате совместной работы в группе

- учиться графически оформлять изучаемый материал
- моделировать различные ситуации
- усваивать разные способы запоминания информации

Коммуникативные УУД: Коммуникативные универсальные учебные действия.

У ученика второго класса будут сформированы навыки активного участия в диалоге.

Умение высказывать свою точку зрения на события и поступки, выполнять различные роли в группе.

Умение сотрудничать в совместном решении задач и проблем.

Умение оформлять свои мысли в письменной и устной речи с учетом учебных и жизненных ситуаций.

Осознанное стремление к сотрудничеству, учиться позитивно, проявлять себя в общении

- учиться договариваться и приходить к общему решению
- учиться понимать эмоции и поступки других людей
- овладевать способами позитивного разрешения конфликтов

Личностные универсальные учебные действия:

у учащегося второго класса будут сформированы навыки

оценивания ситуаций и поступков (ценностные установки, нравственная ориентация)

оценивания простых ситуаций и однозначных поступков как «хороших» или «плохих» с позиций общепринятых нравственных правил человеколюбия, уважения к труду, культуре;

важности исполнения роли «хорошего» ученика важности бережного отношения к своему здоровью и здоровью всех живых существ;

важности различения «красивого» и «некрасивого».

Постепенное понимание того, что невозможно разделить людей на «хороших» и «плохих».

Осмысления своих оценок, мотивов, целей (личностная саморефлексия, способность к саморазвитию, мотивация к познанию, учебе), чувства необходимости учения.

Самоосознания своих личных качеств, мотивов и результатов.

самоопределения в жизненных ценностях и поступки в соответствии с ними, ответственность за свои поступки (личностная позиция, гражданская идентичность), осмысления конкретных однозначных поступков с оценкой как «хорошие» или «плохие» с позиции известных и общепринятых правил. предпочтение социального способа оценки своих знаний.

3 класс (34 часа)

К началу третьего класса у ребенка уже четко сформирован отчетливый образ хорошего ученика, он ясно представляет себе, что надо делать, чтобы соответствовать этому образу, однако в результате в какой-то степени утрачивается детская непосредственность, индивидуальные особенности ребенка несколько стираются, снижаются творческие возможности. Все это ослабляет контакт с той ванной составляющей личности, которую психологи называют «внутренним ребенком».

Взрослые в этот период обычно удовлетворенно отмечают стабильную способность детей выполнять стандартные задания, умение действовать по образцу. Но, как правило, они не замечают, что эти качества утверждаются в ребенке за счет обеднения фантазии, снижения изобретательности, оригинальности восприятия. Родители, педагоги и психологи констатируют уровень развития мышления, памяти, внимания детей, упуская из виду упадок воображения, снижение креативных способностей. Однако это- явление временное и обратимое, если вовремя начать работу по актуализации творческих способностей детей. Поэтому важнейшей темой психологических занятий в третьем классе становится тема «Я- фантазер», в ходе проработки которой можно «реанимировать фантазию», утвердить ее ценность в глазах детей и взрослых.

Другая важная особенность этого возраста – качественные изменения во взаимоотношениях детей со значимыми взрослыми – учителем и родителями. К этому времени учитель в сознании детей во многом утрачивает свой идеальный образ. Дети начинают смотреть на него более реалистично, однако при этом «идеал» может полностью разрушиться, уступив место пренебрежительному отношению, своеобразному «нигилизму». Внутренне отдаление от авторитета учителя может вызвать страх перед ним либо злость и обиду. Поэтому усилия психолога должны быть направлены на то, чтобы поддержать в ребенке реальный образ учителя, не снижая при этом его ценности.

Сходный процесс идет и в отношении родителей. Дети должны научиться воспринимать их как живых людей со своими достоинствами и недостатками, не переставая любить. Ребенок привыкает к тому, что самые близкие люди имеют право иногда уставать или сердиться, могут порой допустить несправедливость, нечаянно обидеть, быть невнимательным. Но при этом они любят ребенка не меньше, чем в благоприятные моменты. Ведь они, как правило, способны вовремя простить ребенка и сами попросить прощения. Дети тоже понемногу учатся налаживать отношения, делать шаги навстречу близким людям при трудностях в общении, дорожить ценностью установившихся привязанностей.

Важной темой остается и тема взаимоотношений со сверстниками, дружбы и сотрудничества в классе. Отношения с друзьями в этот период становятся более значимыми, нежели в первые два школьные года, меньше зависят от оценок учителя и школьных успехов. Самооценка ребенка теперь в большей степени строится на отношениях с друзьями. Занятия на тему дружбы неизменно вызывают у третьеклассников живой интерес и воодушевление.

К окончанию третьего учебного года дети способны брать на себя роль ведущего в знакомых психологических играх и упражнениях, быть внимательным к остальным участникам, уметь договариваться с ними об условиях игры, давать внятные инструкции, контролировать ход выполнения заданий. Взрослый ведущий старается провести через лидерские роли как можно больше детей группы, чтобы каждый ощутил психологическую разницу между положениями лидера и исполнителя на самом себе.

Тематическое планирование 3 класс

№	Тема занятия	Всего часов	Содержания деятельности		Дата проведения	
			Теоретическая часть / форма организации деятельности	Практическая часть / форма организации деятельности		
1	Я – третьеклассник.	1	Что интересно третьекласснику? Упражнение «Если бы не было на свете школ».	Работа с творческой тетрадью.		
2	Кого можно назвать фантазером?	1	Упражнение «Небылицы».	Работа с творческой тетрадью. Мои цели Работа со сказкой «Цветик-семицветик».		
3	Я умею фантазировать!	1	Упражнение «Волшебный компот».	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Царевна Несмеяна».		
4	Мои сны.	1	Упражнение «Самый интересный сон».	Работа с творческой тетрадью. Мой верный попутчик-стремление все делать отлично. Рисунок сна.		
5	Я умею сочинять!	1	Упражнение «Вредные советы».	Работа с творческой тетрадью. Мои качества. Рисунок одного вредного совета.		
6	Мои мечты.	1	Упражнение «Неоконченные предложения».	Работа со сказкой «О голубой мечте».		
7	Фантазии и ложь.	2	Правда и ложь.	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Про лживого мальчика».		

8	Я и моя школа.	1	Упражнение «Школа на планете Наоборот».	Работа с творческой тетрадью.		
9	Что такое лень?	1	Упражнение «Существо по имени Лень».	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой « О ленивой звездочке».		
10	Я и мой учитель.	1	Упражнение «Родительское собрание»	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой « О девочке и строгой у учительнице».		
11	Я и мой учитель. (продолжение)	1	Упражнение «Школьная фотография»	Работа с творческой тетрадью Работа со сказкой «О мальчике Вале»		
12	Как справляться с «немогучками	1	Упражнение «Кто такиеНемогучки?»	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Малыш-Облачко»,		
13	Я и мои родители.	2	Упражнение «Неоконченные предложения».	Работа с творческой тетрадью. Рисунок «Семья»		
14	Я умею просить прощение.	2	Упражнение « Не буду просить прощения!»	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Принц Эдгар».		
15	Почему родители наказывают детей?	1	Упражнение «Я сделал дело хорошо!»	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Простить маму». Рисунки портретов родителей.		
16	Настоящий друг.	2	Упражнение «Кто есть кто?». Качества настоящего друга.	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Неожиданная встреча».		
17	Умею ли я дружить?	2	Упражнение «Нужно ли уметь дружить?»	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Про маленькую Бабу Ягу».		
18	Трудности в отношениях с друзьями .	2	Упражнение «Об Алеше»	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «О Спиногрызкине»,		
19	Ссора и драка	2	Конфликты. Упражнение « Я знаю одного мальчика».	Работа с творческой тетрадью. Ролевые игры «Как решать конфликты».		
20	Что такое	2	Что такое	Работа с творческой		

	сотрудничество?		сотрудничество?	тетрадь. Работа со сказкой «Добрая память».		
21	Я умею понимать другого.	2	Что значит понимать другого?	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Путевые заметки Оле-Лукойе».		
22	Я умею договариваться с людьми.	2	Упражнение «Собери картинку».	Работа с творческой тетрадью.		
23	Мы умеем действовать сообща.	1	Упражнение «Мы вместе».	Работа с творческой тетрадью.		
24	Что такое коллективная работа	1	Упражнение «Что мы хотим пожелать друг другу».	Работа с творческой тетрадью. Коллективный плакат на тему «Мы».		
25	Итоговое	1	Упражнение «Комплименты»	Работа с творческой тетрадью. Аппликация «Подарок»		

Предполагаемые результаты освоения программы обучения в 3 классе

Регулятивные УУД: обучающийся научится осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением

- определять и формулировать цель в совместной работе
- учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях
- осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит
- реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми
- планировать цели и пути само изменения с помощью взрослого
- соотносить результат с целью и оценивать его

Познавательные УУД: У ученика третьего класса будут сформированы навыки ориентирования в предоставленном материале.

Умение отбирать необходимые источники информации

Умение изучить и обработать информацию в виде текста, таблицы, схемы.

Навык задавания интересующих вопросов.

Умение подробно пересказывает, результативный поиск необходимой информации для учения.

Умение извлекать информацию, представленную в разных формах (текст, таблица, схема, модель, иллюстрация и др.) для решения проблем.

Умение планировать свою работу.

Навыки анализировать, сравнивать, группировать различные объекты, явления, факты.

Умение сравнивать, группировать предметы и объекты по нескольким основаниям, находить закономерности, самостоятельно делать простые выводы по существу .

планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей

- наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять
- обогатить представление о собственных возможностях и способностях
- учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения
- оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта
- находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию
- адекватно воспринимать оценку учителя

- **Коммуникативные УУД:** у ученика третьего класса будут сформированы навыки активного участия в диалоге.

Умение понимать других, высказывать свою точку зрения на события и поступки.

Умение участвовать в работе группы, распределять роли.

Умение договариваться друг с другом.

Понимает смысл высказываний других людей .

ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии

- учиться контролировать свою речь и поступки
- учиться толерантному отношению к другому мнению
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении
- осознавать необходимость признания и уважения прав других людей
- формулировать своё собственное мнение и позицию
- учиться грамотно, задавать вопросы и участвовать в диалоге.

Личностные универсальные учебные действия

У ученика третьего класса будут сформированы навыки

оценивания ситуаций и поступков (ценностные установки, нравственная ориентация) осмысления своих оценок, мотивов, целей (личностная саморефлексия, способность к саморазвитию, мотивация к познанию, учебе) формирование чувства необходимости учения.

Адекватное определение задач саморазвития, решение которых необходимо для реализации требований роли «хороший» ученик.

самоопределении в жизненных ценностях и поступки в соответствии с ними, ответственность за свои поступки (личностная позиция, российская и гражданская идентичность).

Может и имеет опыт осуществления личностного морального выбора.

Сформированность познавательных мотивов и интересов.

Сформированность социальных мотивов (чувство долга и ответственность).

Может оценивать события и действия с точки зрения моральных норм.

Научился учитывать объективные последствия нарушения моральной нормы.

4 класс (34 часа)

Главная особенность четвероклассников – появление глубокого интереса к своему внутреннему миру. Они легко включаются в беседы о прошлом и будущем, пытаются анализировать происходящие в них изменения, размышляют о своих способностях и возможностях. Теперь для них важны не столько успехи в учебе, сколько признание окружающими их внутренней ценности и уникальности.

Самое важное свойство этого возраста- особая открытость души. Дети не только легко и доверчиво впускают взрослых в свой внутренний мир, но нередко и сами приглашают их туда. Однако взрослые должны помнить, что это последний возрастной период, когда ребенок настолько открыт.

Тематическое планирование 4 класс

№	Тема учебного занятия	Всего часов	Содержания деятельности		Дата проведения	
			Теоретическая часть / форма организации деятельности	Практическая часть / форма организации деятельности		
1	Мое лето.	1	Как меняется человек.	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Митькина жизнь»		
2	Кто я?	2	Упражнение «Роли».	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказками «Федунчик», «Сказка о Маше и ее человечках».		
3	Какой я – большой или маленький?	2	Детские качества	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Про Ваню,		

				который вырос».		
4	Мои способности.	1	Что такое способности? Упражнение «Мой любимый герой».	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «О скрипке».		
5	Мои интересы.	1	Упражнение «Подарок». «Дискуссия».	Изготовление общего коллажа по теме «Мои интересы»		
6	Мой выбор, мой путь.	1	Выбор пути.	Работа с творческой тетрадью. Рисунок на тему «Мои способности в будущем».		
7	Мой внутренний мир.	2	Упражнение «Чужие рассказы».	Работа с творческой тетрадью. Рисунок на тему «Моя планета»		
8	Уникальность моего внутреннего мира,	1	Упражнение «Маленькая страна»	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Перочинный ножик».		
9	Уникальность твоего внутреннего мира.	1	Интерес к внутреннему миру. Упражнение «Иголки».	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Парковая роза».		
10	Кого я могу впустить в свой внутренний мир.	1	Что такое симпатия?	Работа с творческой тетрадью. .		
11	Мои друзья мальчики и девочки.	1	Что такое дружба.	Работа со сказкой «Жила-была девочка»		
12	Мой класс.	1	Упражнение «Портрет класса».	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Я умею жалеть».		
13	Мои одноклассники	1	Упражнение «Третий лишний». «Делай как я».	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Друг великана».		
14	Мои одноклассники, какие они?	1	Упражнение «Незамеченное качество и фонарик».	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Про великана Гришку и недобрую фею».		
15	Какие ученики мои одноклассники?	2	Упражнение «Контрольная работа». «Советы». «Картинки».	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой « О свободном человеке Иване Гаврикове и несвободной мухе».		
16	Лидерство в классе.	2	Упражнение «Знаки лидерства».	Работа с творческой тетрадью. Ролевая игра «Фломастеры».		
17	Конфликты в классе.	2	Признаки начала	Работа с творческой		

			конфликта. Упражнение «Как быть, если...»	тетрадью. Работа со сказкой «Мишкино горе».		
18	Взаимопомощь в классе.	2	Взаимопомощь, взаимодействие, взаимопонимание.	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой Ролевая игра.		
19	Мое детство,	2	Упражнение «Случай из детства».	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Сундук, который помог царю».		
20	Мое настоящее.	1	Упражнение «Тайная радость». «общая радость».	Работа с творческой тетрадью. Выполнение коллажа на тему «Радость сегодняшнего дня».		
21	Мое будущее.	1	Взрослое имя.. Упражнение «Я в будущем».	Работа с творческой тетрадью.		
22	Мой будущий дом.	1	Дискуссия. Девиз дома.	Работа с творческой тетрадью.		
23	Моя будущая профессия.	1	Дискуссия. Профессии сотрудников школы.	Работа с творческой тетрадью.		
24	Мое близкое будущее- 5 класс.	1	Готовность к переходу в 5 класс.	Работа с творческой тетрадью. Упражнение «Спасибо».		
25	Что нового меня ждет в 5 классе?	2	Упражнение «Чей урок важнее?».	Работа с творческой тетрадью. Работа со сказкой «Планета Детство».		
26	Итоговое	1	Упражнение «Ключи от Форда Знаний».	Работа с творческой тетрадью		

Предполагаемые результаты освоения программы обучения в 4 классе

Личностные универсальные учебные действия

У ученика 4 класса будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
- способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение, дифференциация моральных и конвенциональных норм;
- развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;
- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им;
- установка на здоровый образ жизни;

Выпускник четвертого класса получит возможность для формирования:

- внутренней позиции обучающегося на уровне положительного отношения к образовательному учреждению, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно-познавательных мотивов и предпочтении социального способа оценки знаний;

- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;
- устойчивого учебно-познавательного интереса к новым общим способам решения задач;
- адекватного понимания причин успешности/неуспешности учебной деятельности;
- положительной адекватной дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;
- компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;
- морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учёта позиций партнёров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;
- установки на здоровый образ жизни и реализации её в реальном поведении и поступках;
- эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия.

Познавательные универсальные учебные действия

Ученик четвертого класса научится:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета;
- строить сообщения в устной и письменной форме;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;
- обобщать, т. е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов на основе выделения сущностной связи;

Учащийся четвертого класса получит возможность научиться:

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет.

Коммуникативные универсальные учебные действия.

Учащийся четвертого класса получит возможность научиться:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнёра.

Учащийся четвертого класса получит возможность научиться:

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;
- с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

Ступень обучения (класс) **основное общее образование (5,6,7,8,9 классы)**

Количество часов – **170**

Участники программы: 12-15 лет

Сроки реализации-5 лет

Режим проведения занятий- 1 час в неделю

Программа разработана на основе программы О.В.Хухлаевой

«Тропинка к своему Я».

Пояснительная записка

Подготовка подростков к жизни в современных социально-экономических условиях занимает особое место среди множества актуализировавшихся в последнее время проблем. К их числу относится определение молодыми людьми своей социальной и личностной позиции взрослого человека в системе межличностных отношений.

Приобщение к знаниям о человеке имеет важное место на всех этапах школьного образования

Подростковый период — важнейший этап жизни человека, время выборов, которые во многом определяют последующую судьбу. Это время можно сравнить с остановкой Ивана-Царевича на развилке дорог около камня: «Налево пойдешь... направо пойдешь...» В одну сторону — путь к реальной взрослости, сопровождающейся принятием на себя ответственности за свою жизнь, пониманием смысла собственного бытия, ощущением жизненного счастья. В другую - к взрослости иллюзорной, инфантильной или в некоторых случаях асоциальной, к взрослости с эмоциональными и физическими проблемами.

Но особенно трудно подростку, когда на его собственное кризисное состояние накладывается кризис общества в целом: экономический, ценностный. Тем более что, как правило, этому сопутствует и кризис семьи. Важно, чтобы у подростков была возможность поговорить о себе, исследовать себя, получить некоторые знания о себе. Групповые психологические занятия, на наш взгляд, необходимы современным подросткам, обучающимся в учебных заведениях различного профиля. Программа разработана на основе программы О.В.Хухлаевой «Тропинка к своему Я» и представляет собой систему групповых занятий, которые включают элементы тренинга, социопсихологические игры, элементы психогимнастики, сказкотерапии, арттерапии, групповые дискуссии.

Программа поможет ребенку осознать самого себя, свои интересы, способности, отношения, переживания, представления о своем дальнейшем жизненном пути. Приобщение к знаниям о человеке имеет особенно важное значение на этапах школьного образования, когда основные свойства познавательной деятельности и качества личности находятся в периоде осмысленного становления.

Работа по программе проводится в рамках духовно-нравственного развития и воспитания школьников, которая является первостепенной задачей современной образовательной системы и представляет собой важный компонент социального заказа для образования.

Программа по психологии разработана для работы с детьми подросткового возраста (6-7-8 классы), направлена на укрепление психического здоровья детей. В средней школе психологическое здоровье является целью и критерием успешной психологической поддержки подростков, находящихся на этапе возрастного кризиса

Целью программы является: психологическая помощь в адаптации к условиям средней школы, обучение детей лучше понимать себя и других, принимать на себя ответственность за свои поступки, обретение уверенности в собственных силах.

Программа направлена на решение следующих задач:

- Обеспечение школьниками средствами самопознания
- Повышение представления подростка о собственной значимости
- Развитие внутренней активности учащегося
- Развитие социальных коммуникативных навыков и эмоций
- Перенос положительного опыта из группы в реальную жизнь.

Психолого - педагогические средства, используемые в данной программе:

1. Психологическая информация.
2. Интеллектуальные задания.
3. Ролевые методы.
4. Коммуникативные игры.

5. Игры, направленные на развитие воображения.
6. Задания с использованием терапевтических метафор.
7. Задания на формирование «эмоциональной грамотности».
8. Когнитивные методы.
9. Дискуссионные методы.
10. Психотерапевтические приемы: эмоциональное отражение отрицательных переживаний на занятиях, снятие и уменьшение социальных страхов.
. В программе используются самые разнообразные формы работы.

Основные формы работы:

- Беседы с введением психологической информации
- Интеллектуальные задания
- Ролевые методы
- Коммуникативные игры
- Игры, направленные на развитие воображения
- Метафоры
- Задание на формирование эмоциональной грамотности
- Когнитивные методы
- Дискуссионные методы

При всем многообразии методов и форм работы основа у них одна – это обучение учащихся жизненно важным навыкам, психосоциальной компетентности, то есть способности школьника к сохранению состояния психического благополучия и его проявлению в гибком и адекватном поведении при взаимодействии с внешним миром. Форма проведения занятий – групповая. Занятия могут проводиться в учебное время согласно учебному плану. По окончании программы обучающиеся должны знать/понимать: нормы и правила, существующие в мире;

- основные понятия социальной психологии.
- По окончании курса дети должны уметь: выражать словами свои мысли и чувства;
- понимать чувства других людей;
- составлять план самоизменения;
- выражать негативные чувства приемлемым в социуме способом;
- осуществлять саморегуляцию поведения. На начальной стадии обучения участников знакомят с основными принципами занятий:
 - Общение по принципу «здесь и теперь»
 - Принцип персонификации высказываний
 - Принцип акцентирования языка чувств
 - Принцип активности

Принцип доверительного общения и конфиденциальности

Оборудование для реализации программы

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
1. Печатные пособия		
	Книга. Тропинка к своему Я. Уроки психологии 5-6 классы. Уроки психологии 7-8классы. Средняя школа. М.: Генезис, 2007г. Рабочая тетрадь для 7 класса . Секреты общения. Психокоррекционная программа «Уроки о себе»	1
2. Технические средства обучения		
	Компьютер;	1
3. Экранно-звуковые пособия		
	Диски с записями детской и классической музыки.	1
4. Игры и игрушки		

	Настольно-печатные игры; Развивающие игры; Компьютерные игры.	1
5. Оборудование кабинета		
	Столы; Стулья; Шкафы; Компьютер; Учебная доска.	8 16 3 1 1

Планируемые результаты в соответствии с ФГОС ООО

	Личностные	Метапредметные	Предметные
Знать	<ul style="list-style-type: none"> – о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии; - правила поведения в обществе, семье, со сверстниками; - правила игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению. 	<ul style="list-style-type: none"> - знать о ценностном отношении к своему душевному здоровью и внутренней гармонии; - иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами. 	<ul style="list-style-type: none"> - осознавать собственную полезность и ценность; - основные способы психологического взаимодействия между людьми; - приемы повышения собственной самооценки; - осознание своего места в мире и обществе;
Уметь	<ul style="list-style-type: none"> - анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели - налаживать контакт с людьми; - соблюдать правила игры и дисциплину; - правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.). - выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой 	<ul style="list-style-type: none"> - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей - адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; - договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; - формулировать собственное мнение и позицию; - находить свое место в школьной жизни; 	<ul style="list-style-type: none"> - работать в группе, в коллективе. -получать удовольствие от процесса познания -преодолевать возникающие в школе трудности - психологически справляться с неудачами; -осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние; -взаимодействовать с учителем и сверстниками; - адекватно анализировать собственные проблемы;

	деятельности.		
Применять	<ul style="list-style-type: none"> - быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия; -подводить самостоятельный итог занятия; анализировать и систематизировать полученные умения и навыки. - знания и практические умения в области самоанализа и саморазвития 	<ul style="list-style-type: none"> - полученные знания для преодоления различных страхов, в том числе страха перед учителем; - приобретенную информацию для установления дружественной атмосферы в классе, решения межличностных конфликтов; 	<ul style="list-style-type: none"> - полученные знания для адекватного осознания причин возникающих у ребенка проблем и путей их решения; - полученный опыт для самореализации и самовыражения в разных видах деятельности; через игровые роли и сказочные образы и осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления;

Познавательные УУД: свободное владение информацией по программе. Умеет применять навыки и приобретенные умения в жизни .

Имеет хорошие способности в исследовательской работе. Успешно работает с различными видами информации. высокий устойчивый познавательный интерес

Коммуникативные УУД.

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнёра.

Получит возможность научиться:

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;
- с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

Регулятивные УУД.

Научиться находить и формулировать психологическую проблему совместно с учителем. Возможность выбора проекта по теме занятий. Составлять с учителем план выполнения проекта. Проявлять умение

пользоваться дополнительной литературой. Проявлять умение соотносить результат своей деятельности с целью и оценивать его.

Личностные УУД.

Научиться оценивать неоднозначные поступки, разрешая моральные противоречия на основе общечеловеческих ценностей, важности образования, здорового образа жизни, красоты природы и творчества.

Научиться прогнозировать оценки одних и тех же ситуаций с позиций разных людей. Учиться замечать и признавать расхождение своих поступков со своими заявленными позициями, взглядами, мнениями. Уметь объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с общечеловеческих и гражданских позиций.

Уметь объяснить отличие в оценках одной и той же ситуации, поступка разными людьми, как представителями разных мировоззрений и групп общества. Уметь проявлять самосознание-проявлять свои некоторые черты характера, свои ближайшие цели саморазвития, свои наиболее заметные достижения.

Самоопределение. Уметь осознавать себя гражданином России и ценной частью изменяющегося многоликого мира. Уметь в противоречивых конфликтных ситуациях правила поведения, способствующие конструктивному решению конфликта.

Определять свои поступки в неоднозначно оцениваемых ситуациях на основе культуры народа, мировоззрения. Уметь осознавать свои плохие поступки и добровольно отвечать за них, адекватно принимать наказание и самонаказание.

Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности.

Программа внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» предполагает обучение на трех уровнях работы.

1 уровень - информативный: на нем выясняются представления учащихся и уточняются общепринятые нормы по теме занятия. 2 уровень – личностный: на нем следует способствовать положительному эмоциональному отношению учащегося к теме занятия, желанию применить полученные знания в повседневной жизни. Необходимы поддержка, одобрение, принятие. 3 уровень – осознание: на нем учащиеся учатся осознавать, что с ними происходит, почему они ведут себя, таким образом, отчего возникают подобные эмоции и чувства. На этом уровне развивается способность к саморегуляции, самопознанию, самопониманию и самоконтролю, а также понимание того, что думают, чувствуют и делают другие люди. Методы, применяемые в ходе проведения занятий, являются традиционными для групповой профилактической и развивающей работы: информирование и беседа, групповая дискуссия, ролевая игра, упражнения на повышение точности межличностного восприятия и психогимнастика. Информирование ведущего обычно ограничено включено в групповую беседу: свободную, стандартизированную, групповое интервью. Дискуссионные методы предполагают знание и активное использование их разновидностей: свободную, полуструктурированную, структурированную дискуссию. Игровые методы представлены в форме ролевой игры. Психогимнастические упражнения выполняют вспомогательную функцию. Использование элементов психогимнастики позволяет не только диагностировать настроение и готовность группы к занятию, но и параллельно формировать положительный настрой и благоприятную для работы атмосферу. Психогимнастические упражнения используются с целью снятия напряжения в группе.

Учет знаний и умений для контроля результатов освоения программы внеурочной деятельности проходит путем оценки творческих тетрадей, архивирования творческих работ обучающихся.

Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого материала. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: участие в викторинах, творческих конкурсах, школьных конференциях. Такая организация контроля будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый становится значимым участником деятельности.

Критерии оценки знаний, умений и навыков

Низкий уровень: удовлетворительное владение теоретической информацией по темам программы, пассивное участие в коллективных делах и на занятиях.

Средний уровень: достаточно хорошее владение теоретической информацией по темам программы, участие в коллективных делах и на занятиях. Умеет систематизировать и подбирать необходимую литературу, проводить исследования и опросы, иметь представление о учебно-исследовательской деятельности.

Высокий уровень: свободное владение информацией по программе. Умеет применять навыки и приобретенные умения в жизни. Имеет хорошую самооценку, уверенный, активный, принимает участие в мероприятиях.

5 класс-34 часа.

Пятый класс для учащихся является довольно сложным периодом, так как они переходят к новым условиям обучения- среднем звене, требующим от них некоторой адаптации. У части учащихся могут возникнуть трудности при необходимости следовать требованиям разных учителей. В учебной деятельности можно ожидать, что у некоторых учащихся произойдет временное снижение успеваемости за счет того, что им придется привыкать к формам и методам учения, принятым в средней школе. С этого времени активизируются процессы взросления, начинает понемногу возрастать агрессивность. Следует ожидать существенных изменений в межличностных отношениях внутри класса. Возможно снижение самооценки учащихся. В отношении родителей многие подростки занимают противоречивую позицию. С одной стороны, они активно отстаивают самостоятельность. С другой — требуют любви и внимания, тоскуют по детской позиции. У некоторых может появиться страх взросления, внешне не всегда проявляемый. В это время дети активно начинают осваивать внутренний мир. Они сами еще плохо в нем ориентируются, не уверены в его устойчивости.

Поэтому целью психологических занятий в 5-м классе является стимулирование процессов по исследованию подростками самих себя, своих изменений.

- Задачи: 1) Мотивировать учащихся к занятиям психологией.
 2) Способствовать рефлексии эмоциональных состояний.
 3) Способствовать адекватному самовыражению. 4) Подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека
 5) Подчеркнуть ответственность человека за свои чувства и мысли.
 6) Обсудить проблемы подростковой дружбы.
 7) Помочь подросткам осознать свои изменения.
 8) Мотивировать подростков к позитивному самоизменению.

Тематическое планирование

5 класс

№	Название темы	Цель	Форма деятельности	Количество часов	
				Теоретическая	Практи- ческая
1	Зачем человеку занятия психологией?	Мотивировать учащихся к занятиям.	Коллективная	0,5	0,5
2	Кто Я? Какой Я?	Способствовать осознанию своих качеств и повышению самооценки	Индивидуальная	0,5	0,5
3	Я – могу?		Групповая, индивидуальная	0,5	0,5
4	Я – нужен!		Индивидуальная, групповая	0,5	0,5
5	Я – мечтаю		Индивидуальная, коллективная	0,5	0,5
6	Я – это мои цели		Индивидуальная		1
7	Я – это мое детство		Индивидуальная, коллективная		1
8	Я – это мое настоящее Я – это мое будущее		Групповая, индивидуальная		1
9	Чувства бывают разные		Развивать способность рефлексии эмоциональных состояний, способствовать адекватному самовыра - жению	Групповая, индивидуальная	0,5
10	Стыдно ли бояться?	Индивидуальная			1
11	Имею ли я право сердиться и обижаться?	Коллективная		0,5	0,5

12	Каждый видит мир и чувствует по – своему.	Подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека	Групповая		1
13	Любой внутренний мир ценен и уникален.	Подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека	Коллективная		1
14	Трудные ситуации могут научить меня.	Подчеркнуть ответственность человека за свои чувства и мысли	Индивидуальная, коллективная	0,5	0,5
15	В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется.	Подчеркнуть ответственность человека за свои чувства и мысли	Индивидуальная	0,5	0,5
16	Я и мои друзья.		Индивидуальная групповая	0,5	0,5
17	У меня есть друг.		Групповая, индивидуальная	0,5	0,5
18	Я и мои «колючки».		Индивидуальная, коллективная	0,5	0,5
19	Что такое одиночество?	Введение понятия одиночество.	Индивидуальная, коллективная	0,5	0,5
20	Я не одинок в этом мире.	Осознание причин одиночества	Индивидуальная	0,5	0,5
21	Что такое счастье?	Помочь в осознании себя через других.	Индивидуальная.		1
22	Нужно ли человеку меняться?	Создать условия для осознания проблем в отношениях с людьми.	Индивидуальная, коллективная.	0,5	1,5
23	Самое важное захотеть меняться.	Помочь подросткам осознать свои изменения, мотивировать к позитивному самоизменению.	Индивидуальная, групповая.		1
24	Работа со сказкой «Я иду к своей звезде».	Создать условия для осознания своей индивидуальности и индивидуальности другого.	Индивидуальная.		1
25	Работа со сказкой «Желтый цветок».	Создать условия для осознания своей индивидуальности и индивидуальности другого.	Индивидуальная.		1
26	Чувства и эмоции. В чем различие?	Повысить эмоциональную грамотность.	Групповая.	1	1
27	Роль чувств и эмоций в общении.	Повысить эмоциональную грамотность.	Групповая.		1
28	Эмпатия: приемы общения, ведущие к сближению.	Повышение коммуникативных компетенций.	Групповая.		1

29	Этикет беседы: умение слышать и слушать.	Повышение коммуникативных компетенций.	Групповая.		2
30	Как сохранить достоинство.	Обучение навыкам поведения в различных ситуациях.	Групповая.		1
31	Умение сказать – нет.	Обучение навыкам отказа в общении.	Коллективная.		1
32	Итоги. Праздник успеха.	Подведение итогов работы.	Коллективная		2

Предполагаемые результаты обучения по программе

По окончании 5 класса обучающиеся должны знать/понимать: нормы и правила, существующие в мире

- основные понятия социальной психологии;
- основные понятия конфликтологии.
- выражать словами свои мысли и чувства;
- понимать чувства других людей;
- выражать негативные чувства приемлемым в социуме способом;
- контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других; конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

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:** учиться строить взаимоотношения с окружающими
- учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации
- учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других учиться самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями
- формулировать свое собственное мнение и позицию
- учиться толерантному отношению к другому человеку

Личностные УУД.

Научиться оценивать неоднозначные поступки, разрешая моральные противоречия на основе общечеловеческих ценностей, важности образования, здорового образа жизни, красоты природы и творчества. Научиться прогнозировать оценки одних и тех же ситуаций с позиций разных людей. Учиться замечать и признавать расхождение своих поступков со своими заявленными позициями, взглядами, мнениями. Уметь объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с общечеловеческих и гражданских позиций.

6 класс-34 часа

Подготовка подростков к жизни в современных социально-экономических условиях занимает особое место среди множества актуализировавшихся в последнее время проблем. К их числу относится определение молодыми людьми своей социальной и личностной позиции взрослого человека в системе межличностных отношений. Приобщение к знаниям о человеке имеет важное место на всех этапах школьного образования. У шестиклассников борьба за самостоятельность в мыслях и поступках приобретает особое значение. Для них очень важно, чтобы окружающие с уважением выслушивали их точку зрения. Основной формой проявления самостоятельности в этом возрасте становятся различного рода агрессивные действия, которые у взрослых, как

правило, вызывают ответную агрессию, что приводит к нарастанию конфликтов между шестиклассниками и их родителями, педагогами. Большинство подростков проявляют живой интерес к самопознанию. Девочки и мальчики пытаются нравиться друг другу, экспериментируют с формами ухаживания, поскольку с ними еще не знакомы. Подростки, имеющие успех у представителей противоположного пола, приобретают высокий статус в классе. Также, у многих шестиклассников снижается самооценка из-за первых телесных, сексуальных изменений, неуверенности в своей взрослости. У подростков появляются свои пристрастия в музыке, спорте.

В связи с выше выделенными возрастными особенностями

целью программы в шестом классе является предоставление подросткам возможности для осознания собственных индивидуальных особенностей, своих агрессивных действий, учить их контролировать проявления агрессии, воздействовать на подчеркивание ценности, уникальности каждого, повышение самоуважения учащихся.

Задачи: 1) помочь подросткам осознать различия между агрессией и агрессивностью, научиться контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других.

2) помочь детям обрести уверенность в себе и понять, что вера в себя необходима для развития человека.

3) помочь подросткам осознать роль конфликтов в жизни человека, научиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

4) побудить учащихся задуматься о собственных жизненных ценностях. Эти задачи решаются сразу на трех уровнях работы.

Тематическое планирование

6 класс

№	Название темы	Цель	Форма деятельности	Количество часов		Дата проведения	
				Теоретическая	Практическая		
1	Агрессия и ее роль в жизни человека. Я повзрослел.	Мотивировать учащихся к занятиям.	Коллективная.	0,5	0,5		
2	У меня появилась агрессия.	Способствовать осознанию своих качеств и повышению самооценки	Индивидуальная коллективная.	0,5	0,5		
3	Как звучит агрессия? Как выглядит агрессивный человек?		Групповая, индивидуальная.	0,5	0,5		
4	Конструктивное реагирование на агрессию.		Индивидуальная, групповая.	0,5	0,5		
5	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми.		Индивидуальная, коллективная.	0,5	0,5		
6	Учимся договариваться.		Индивидуальная.		1		
7	Зачем человеку нужна уверенность в себе.		Индивидуальная, коллективная.	0,5	0,5		
8	Источники уверенности в себе.	Повышение самооценки	Групповая, индивидуальная.	0,5	0,5		
9	Какого человека называем неуверенным в себе.	Способность рефлексии эмоциональных состояний, способствовать адекватному	Групповая, индивидуальная.	0,5	0,5		

		самовыражению					
10	Я становлюсь увереннее в себе.	Способность рефлексии эмоциональных состояний	Индивидуальная.		1		
11	Уверенность и самоуважение.	Способность рефлексии эмоциональных состояний, способствовать адекватному самовыражению	Коллективная.		1		
12	Уверенность и уважение к другим.	Способность рефлексии эмоциональных состояний, способствовать адекватному самовыражению	Групповая.		1		
13	Уверенность в себе и милосердие.	Подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека	Коллективная.		1		
14	Уверенность в себе и непокорность.		Индивидуальная, коллективная.	0,5	0,5		
15	Что такое конфликт?	Подчеркнуть ответственность человека за свои чувства и мысли	Индивидуальная.	0,5	0,5		
16	Способы поведения в конфликте.	Обсудить проблемы подростковой дружбы.	Индивидуальная групповая.	0,5	0,5		
17	Конфликты в школе, дома, на улице.		Групповая, индивидуальная.		1		
18	Конфликтные ситуации.		Индивидуальная, коллективная.		1		
19	Конструктивное решение конфликтов.	Введение понятия одиночество.	Индивидуальная, коллективная.		1		
20	Конфликт как возможность развития.	Осознание причин одиночества	Индивидуальная.		1		
21	Готовность к разрешению конфликта.	Помощь в осознании себя через других.	Коллективная, групповая.		1		
22	Что такое ценности?	Создание условий для осознания проблем в отношениях с людьми.	Индивидуальная.		1		
23	Работа со сказкой «Сказка про мячик, который забыл, что он волшебный».	Помочь подросткам осознать свои изменения, мотивировать к позитивному самоизменению.	Индивидуальная, коллективная.		1		
24	Ценности и жизненный путь человека.	Создать условия для осознания своей индивидуальности и индивидуальности другого.	Индивидуальная, групповая.	0,5	0,5		
25	Работа со сказкой «Сказка про еловую шишечку».	Дискуссия на тему возможности переоценки ценностей.	Индивидуальная.		1		
26	Мои ценности.	Дискуссия и выбор общих ценностей	Коллективная.		1		

		класса.					
27	Чувства и эмоции. В чем различие?	Повысить эмоциональную грамотность.	Индивидуальная, Групповая.	0,5	0,5		
28	Мотивация к учебе	Осознание целей обучения, осознание важности адекватной оценки своих возможностей.	Индивидуальная, групповая	0,5	0,5		
29	Леди и джентльмены. Девочки и мальчики.	Обучение социальным навыкам, необходимым для взаимоотношений со сверстниками.	Индивидуальная, групповая.	0,5	0,5		
30	Красота души.	Дискуссия о качествах человека.	Индивидуальная, групповая.	0,5	0,5		
31	Чувство времени.	Осознание важности адекватной оценки своих возможностей и необходимого времени, развитие навыков анализа собственных усилий.	Индивидуальная, групповая.	0,5	0,5		
32	Профессии.	Знакомство с моделированием социального и профессионального пространства.	Индивидуальная, групповая.	0,5	0,5		
33	Инопланетные миры.	Знакомство с моделированием социального пространства и общества.	Коллективная.		1		
34	Заключительное занятие. Праздник успеха.	Подведение итогов работы.	Индивидуальная, групповая.		1		

Предполагаемые результаты обучения по программе

По окончании 6 класса обучающиеся должны знать/понимать: нормы и правила, существующие в мире

- основные понятия социальной психологии;
- основные понятия конфликтологии.
- выражать словами свои мысли и чувства;
- понимать чувства других людей;
- выражать негативные чувства приемлемым в социуме способом;
- контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других; конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

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: учиться строить взаимоотношения с окружающими

- учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации
- учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других учиться самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями
- формулировать свое собственное мнение и позицию
- учиться толерантному отношению к другому человеку

Личностные УУД

Научиться оценивать неоднозначные поступки, разрешая моральные противоречия на основе общечеловеческих ценностей, важности образования, здорового образа жизни, красоты природы и творчества. Научиться прогнозировать оценки одних и тех же ситуаций с позиций разных людей. Учиться замечать и признавать расхождение своих поступков со своими заявленными позициями, взглядами, мнениями. Уметь объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с общечеловеческих и гражданских позиций.

7 класс-34 часа.

Подготовка подростков к жизни в современных социально-экономических условиях занимает особое место среди множества актуализировавшихся в последнее время проблем. К их числу относится определение молодыми людьми своей социальной и личностной позиции взрослого человека в системе межличностных отношений. Приобщение к знаниям о человеке имеет важное место на всех этапах школьного образования. В седьмом классе у подростков в концентрированном виде проявляются проблемы переходного возраста; в этот период наблюдается пик эмоциональной неуравновешенности. Настроение подростков подвержено резким перепадам. Подростки продолжают доказывать всем и самим себе свою «взрослость». Основной сферой интересов становится общение со сверстниками. В этот период наиболее эффективным становится взаимодействие с подростками, основанное на уважении их чувства взрослости и самостоятельности. Рабочая программа разработана с использованием авторской программы О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я».

Целью данной программы является помочь подросткам осознать свои особенности, научиться решать проблемы, обрести уверенность в собственных силах, преодолеть подростковый кризис.

Для достижения поставленных целей необходимо в процессе обучения решать следующие задачи:

1. Создать условия для осознания каждым членом группы уникальности собственной личности, средств реализации межличностного общения посредством актуализации индивидуальных взглядов, позиций, установок.
2. Содействовать формированию самостоятельности как предпосылки умения принять ответственность за свою жизнь.
3. Содействовать формированию эго-идентичности через предоставление подростку возможности выбора образцов для идентификации, с одной стороны, и усиление «Я» на основе самоутверждения в подростковой среде – с другой.
4. Способствовать расширению самосознания.
5. Способствовать развитию способности к внутреннему диалогу через самораскрытие в общении со сверстниками.
6. Способствовать развитию и формированию умения социальной рефлексии и самодиагностики, навыков самоанализа и анализа внешней информации.

Учащийся 7 класса получит возможность научиться:

Коммуникативные УУД

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнёра.

Получит возможность научиться:

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;

- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;
- с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

Регулятивные УУД

Научиться находить и формулировать психологическую проблему совместно с учителем. Возможность выбора проекта по теме занятий. Составлять с учителем план выполнения проекта. Проявлять умение пользоваться дополнительной литературой. Проявлять умение соотносить результат своей деятельности с целью и оценивать его.

Личностные УУД

Научиться оценивать неоднозначные поступки, разрешая моральные противоречия на основе общечеловеческих ценностей, важности образования, здорового образа жизни, красоты природы и творчества.

Научиться прогнозировать оценки одних и тех же ситуаций с позиций разных людей. Учиться замечать и признавать расхождение своих поступков со своими заявленными позициями, взглядами, мнениями. Уметь объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с общечеловеческих и гражданских позиций.

Уметь объяснить отличие в оценках одной и той же ситуации, поступка разными людьми, как представителями разных мировоззрений и групп общества. Уметь проявлять самосознание - проявлять свои некоторые черты характера, свои ближайшие цели саморазвития, свои наиболее заметные достижения.

Самоопределение. Уметь осознавать себя гражданином России и ценной частью изменяющегося многоликого мира. Уметь в противоречивых конфликтных ситуациях правила поведения, способствующие конструктивному решению конфликта.

Определять свои поступки в неоднозначно оцениваемых ситуациях на основе культуры народа, мировоззрения. Уметь осознавать свои плохие поступки и добровольно отвечать за них, адекватно принимать наказание и самонаказание.

Тематическое планирование

7 класс

№	Название темы	Цель	Форма деятельности	Количество часов		Дата проведения	
				Теоретическая	Практическая		
1	Почему нам нужно изучать чувства	Обучение подростков лучше понимать людей	групповая	1			
2	Основные законы психологии эмоций	Оптимизация общения подростков с окружающими	групповая	1			
3	Запреты на чувства		групповая	0,5	0,5		
4	Эффект обратного действия		групповая		1		
5	Передача чувств по наследству		групповая		1		
6	Психология эмоциональной жизни.		групповая	0,5	0,5		

7	Как мы получаем информацию о человеке		групповая	0,5	0,5		
8	Учимся понимать жесты и позы		групповая		1		
9	Жесты	Повышение уровня социальных компетенций	групповая		1		
10	Невербальные признаки обмана		групповая		1		
11	Понимание причин поведения людей		групповая	0,5	0,5		
12	Впечатление, которое мы производим		групповая	0,5	0,5		
13	Из чего складывается впечатление о человеке		групповая	1			
14	Способы понимания социальной информации		групповая	1			
15	Влияние эмоций на познание	Рефлексия процесса общения сверстниками со	групповая	1			
16	Обобщение темы		групповая		1		
17	Привлекательность человека		групповая		1		
18	Взаимность или обоюдная привлекательность		групповая	0,5	0,5		
19	Дружба. Четыре модели общения	Выработка умений строить диалог	групповая		1		
20	Романтические отношения или влюбленность		групповая		1		
21	Любовь	Развитие самоидентификации	групповая		1		
22	Половая идентичность и ее развитие у подростков		групповая	0,5	0,5		
23	Переживание любви		групповая	0,5	0,5		
24	Что помогает и мешает любви		групповая		1		
25	Разговоры, разговоры-слово к слову тянется	Повышение психологической культуры общения	групповая	1			
26	У меня зазвонил телефон	Знакомство с этикетом телефонного разговора	групповая		1		
27	Будьте знакомы	Знакомство с понятием самопрезентации	групповая		1		
28	Гости и в гостях	Изучение характера человека	групповая	1			
29	Широкий круг общения	Знакомство с этикетом общения, комплементы	групповая	0,5	0,5		
30	Как это сказать	Развитие навыков	групповая		1		

		общения					
31	Мальчики и девочки	Черты характера	групповая	1			
32	Свет мой, зеркальце скажи	Изучение понятий внутренняя и внешняя красота	групповая	1			
33	Давайте жить дружно	Обучение навыкам сотрудничества	групповая		1		
34	Мой дом, моя крепость.	Правила семейного общения	групповая		1		

Предполагаемые результаты обучения по программе

По окончании 7 класса обучающиеся должны знать/понимать: нормы и правила, существующие в мире

- основные понятия психологии;
- основные понятия конфликтологии.
- выражать словами свои мысли и чувства;
- понимать чувства других людей;
- выражать негативные чувства приемлемым в социуме способом;
- контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других;
- конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

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:** учиться строить взаимоотношения с окружающими
- учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации
- учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других учиться самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями
- формулировать свое собственное мнение и позицию
- учиться толерантному отношению к другому человеку

Личностные УУД.

Научиться оценивать неоднозначные поступки, разрешая моральные противоречия на основе общечеловеческих ценностей, важности образования, здорового образа жизни, красоты природы и творчества. Научиться прогнозировать оценки одних и тех же ситуаций с позиций разных людей. Учиться замечать и признавать расхождение своих поступков со своими заявленными позициями, взглядами, мнениями. Уметь объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с общечеловеческих и гражданских позиций.

8 класс-34 часа.

Для достижения поставленных целей необходимо в процессе обучения решать следующие задачи:

1. Создать условия для осознания каждым членом группы уникальности собственной личности, средств реализации межличностного общения посредством актуализации индивидуальных взглядов, позиций, установок.
2. Содействовать формированию самостоятельности как предпосылки умения принять ответственность за свою жизнь.

3. Содействовать формированию эго-идентичности через предоставление подростку возможности выбора образцов для идентификации, с одной стороны, и усиление «Я» на основе самоутверждения в подростковой среде – с другой.

4. Способствовать расширению самосознания.

5. Способствовать развитию способности к внутреннему диалогу через самораскрытие в общении со сверстниками.

6. Способствовать развитию и формированию умения социальной рефлексии и самодиагностики, навыков самоанализа и анализа внешней информации.

Учащийся 7 класса получит возможность научиться:

Коммуникативные УУД

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач;

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

- формулировать собственное мнение и позицию;

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;

- задавать вопросы;

- контролировать действия партнёра.

Получит возможность научиться:

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;

- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;

- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;

- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;

- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;

- с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;

- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;

- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;

- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

Регулятивные УУД

Научиться находить и формулировать психологическую проблему совместно с учителем. Возможность выбора проекта по теме занятий. Составлять с учителем план выполнения проекта. Проявлять умение пользоваться дополнительной литературой. Проявлять умение соотносить результат своей деятельности с целью и оценивать его.

Личностные УУД

Научиться оценивать неоднозначные поступки, разрешая моральные противоречия на основе общечеловеческих ценностей, важности образования, здорового образа жизни, красоты природы и творчества.

Научиться прогнозировать оценки одних и тех же ситуаций с позиций разных людей. Учиться замечать и признавать расхождение своих поступков со своими заявленными позициями, взглядами, мнениями. Уметь объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с общечеловеческих и гражданских позиций.

Уметь объяснить отличие в оценках одной и той же ситуации, поступка разными людьми, как представителями разных мировоззрений и групп общества. Уметь проявлять самосознание - проявлять свои некоторые черты характера, свои ближайшие цели саморазвития, свои наиболее заметные достижения.

Самоопределение. Уметь осознавать себя гражданином России и ценной частью изменяющегося многоликого мира. Уметь в противоречивых конфликтных ситуациях правила поведения, способствующие конструктивному решению конфликта.

Определять свои поступки в неоднозначно оцениваемых ситуациях на основе культуры народа, мировоззрения. Уметь осознавать свои плохие поступки и добровольно отвечать за них, адекватно принимать наказание и самонаказание.

Тематическое планирование

8 класс

№	Название темы	Цель	Форма деятельности	Количество часов		Дата проведения	
				Теоретическая	Практическая		
1	Я-концепция	Содействовать расширению самосознания	групповая	0,5	0,5		
2	Самоуважение	Развитие самооценки. Знакомство с аспектами отношения полов и индентификации к полу.	групповая	0,2	0,8		
3	Самоконтроль		групповая	0,2	0,8		
4	Самоэффективность		групповая	0,2	0,8		
5	Пол как ключевой аспект Я		групповая	0,5	0,5		
6	Личностные особенности мужчин и женщин		групповая	0,2	0,8		
7	Три состояния личности: ребенок, взрослый, родитель		групповая	0,5	0,5		
8	Внутренний ребенок: какой он?		групповая	0,2	0,8		
9	Внутренний ребенок бывает разным: естественный и приспособившийся		Знакомство с основными состояниями ребенка	групповая	0,5	0,5	
10	Внутренний родитель может быть разным: заботливым и контролирующим	групповая		0,2	0,8		
11	Внутренний взрослый: истинный и мнимый	групповая		0,2	0,8		
12	Эмоции и чувства	групповая		0,2	0,8		
13	Психические состояния и их свойства	групповая		0,5	0,5		
14	Напряжение	групповая		0,2	0,8		
15	Настроение	Развитие эмоциональной сферы		групповая	0,2	0,8	
16	Настроение и активность человека		групповая	0,2	0,8		
17	Как управлять своим		групповая	0,2	0,8		

	состоянием						
18	Как изменить состояние?		групповая	0,2	0,8		
19	Возрастной аспект состояний: состояния подростков		групповая	0,5	0,5		
20	Стресс		групповая	0,2	0,8		
21	Трудные ситуации и развитие	Осознание собственных мотивов	групповая	0,5	0,5		
22	Мотив и его функции «Борьба мотивов»		групповая	0,2	0,8		
23	Привычки, интересы, мечты		групповая	0,2	0,8		
24	Мотивация помощи и альтруистического поведения		групповая	0,5	0,5		
25	Как справиться с гневом		Научиться контролировать свое поведение	групповая	0,2	0,8	
26	Управление эмоциями	Осознание необходимости управления своими чувствами	групповая	0,2	0,8		
27	Я- высказывания	Освоить навык «Я-высказываний»	групповая	0,2	0,8		
28	Точка зрения - оптимизм	Развитие умения на ситуации с положительной точки зрения	групповая	0,2	0,8		
29	Хозяин своим чувствам	Развитие навыков сотрудничества, управления своими эмоциями.	групповая	0,5	0,5		
30	Воля и инициативность	Осознание необходимости целеустремленности, воли, инициативности	групповая	0,5	0,5		
31	Я-слушание	Применение навыков «Я-слушания» для рефлексии в различных ситуациях	групповая	0,2	0,8		
32	Другая точка зрения	Развитие умения реагировать на критику, развитие эмоциональной и интеллектуальной гибкости	групповая	0,2	0,8		
33	Правила эмоционального поведения	Закрепление полученных навыков об эмоциональной грамотности	групповая	0,2	0,8		
34	Заключительное занятие.	Подведение итогов	групповая	0,2	0,8		

Предполагаемые результаты

По окончании 8 класса обучающиеся должны знать/понимать: нормы и правила, существующие в мире

- основные понятия психологии;
- основные понятия конфликтологии.
- выражать словами свои мысли и чувства;
- понимать чувства других людей;
- выражать негативные чувства приемлемым в социуме способом;
- контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других;
- конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

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:** учиться строить взаимоотношения с окружающими
- учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации
- учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других учиться самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями
- формулировать свое собственное мнение и позицию
- учиться толерантному отношению к другому человеку

Личностные УУД.

Научиться оценивать неоднозначные поступки, разрешая моральные противоречия на основе общечеловеческих ценностей, важности образования, здорового образа жизни, красоты природы и творчества. Научиться прогнозировать оценки одних и тех же ситуаций с позиций разных людей. Учиться замечать и признавать расхождение своих поступков со своими заявленными позициями, взглядами, мнениями. Уметь объяснять положительные и отрицательные оценки, в том числе неоднозначных поступков, с общечеловеческих и гражданских позиций.

9 класс -34 часа

Программа решает образовательные задачи:

формирование устойчивой самооценки, снижение уровня школьной тревожности; устойчивой учебной мотивации детей;

Развивающие задачи:

- обогащать учеников впечатлениями, развивать их творческие и сенсорные способности
- развивать психические функции: память, внимание, мышление.
- формировать положительные эмоции
- формировать способность выражения своего Я

Коррекционные задачи:

- активизировать потенциальные возможности подростков с проблемами в адаптации;
- обеспечить развитие эмоциональных, нравственно-эстетических, коммуникативно-рефлексивных основ личности учащегося.

Воспитательные задачи:

- воспитывать культуру поведения в коллективе, эмоционально-положительного отношения к окружающим;
- формировать навыки коммуникации, отношений на основе дружбы и взаимопонимания;

Возрастные задачи:

- развитие нравственной культуры, гражданской ответственности, уважения к социальным нормам;
- формирование опыта применения полученных знаний для решения задач в области межличностных отношений в классе, в семье, в сфере гражданско-общественной деятельности;

-обретение нравственных идеалов и умение отстаивать эти идеалы;
 -укрепление убеждений, что добро, милосердие, любовь к людям-это самые высокие ценности человеческой жизни.

9 класс-34 часа

В девятом классе подростки становятся более уравновешенными ,спокойными. Однако, они по прежнему могут сильно переживать по поводу своей сексуальной привлекательности и взаимоотношений с взрослыми. Девятиклассники начинают думать серьезно о предстоящем выборе будущей профессии, определять жизненные планы, прояснять временные перспективы в профессиональном определении. Для них важно общение с взрослыми: родителями и педагогами.

Учебно-тематический план

Разделы программы		Содержание деятельности		Все го	Форма контроля
		Теоретическая часть	Практические занятия		
Модуль «Команда»					
	Цель: развитие группового доверия Задачи: активное взаимодействие и командообразование	25% 10 мин.	75% 30 мин	40 мин	Психодиагностика и рефлексия
	итого	7занятий по 40 минут			
Модуль «Ценности»					
	Цель: осознание ценности своей личности Задачи: формирование Я образа, повышение коммуникативных компетенций	10 мин.	30 мин	40 мин	Психодиагностика и рефлексия
	итого	12 занятий по 40 минут			
Модуль «Окна в будущее»					
	Цель: выявление способностей и представлений о будущем Задачи: моделирование социального пространства, умение регулировать конфликты	10 мин.	30 мин	40 мин	Наблюдение ,творческие работы
	итого	12 занятий по 40 минут			
Модуль «Мир чувств»					
	Цель :повышение уровня эмоциональной грамотности Задачи: тренировка и закрепление навыков общения, эмоционального взаимопонимания	10 мин.	30 мин	40 мин	Сбор отзывов, анализ результативности
	итого	15 занятий по 40 минут			
	всего	34 занятия по 40 минут			

Учебное планирование

		Содержание деятельности		Все го	Форма контроля
		Теоретическая часть	Практические занятия		
Модуль «Команда»					
1	Знакомство	10 мин	30 мин	1	Психодиагностика и
2	Принципы доверия		40 мин	1	

					рефлексия
3	Ожидания и страхи		40 мин	1	
4	Дух команды		40 мин	1	
5	Испытания		40 мин	1	
6	Формула успеха		40 мин	1	
7	Командный экзамен		40 мин	1	
	итого			7	
Модуль «Ценности»					
1	Тайна имени	10 мин	30 мин	1	Психодиагностика и рефлексия
2	Я и мое тело1	10 мин	30 мин	1	
3	Самооценка	10 мин	30 мин	1	
4	Социальные роли и маски	10 мин	30 мин	1	
5	Чужими глазами		40 мин	1	
6	Конфликты1		40 мин	1	
7	Конфликты2		40 мин	1	
8	Кого мы выбираем в друзья		40 мин	1	
9	Хочу, могу, умею	10 мин	30 мин	1	
10	Цели и дела	10 мин	30 мин	1	
11	Свобода выбора	10 мин	30 мин	1	
12	Ценности	10 мин	30 мин	1	
	итого			12	
Модуль «Окна в будущее»					
1	Эти разные, разные люди		40 мин	1	Наблюдение творческие работы
2	Моя биография		40 мин	1	
3	Я и мое будущее	10 мин	30 мин	1	
4	Учимся говорить нет	10 мин	30 мин	1	
5	Вопросы пола		40 мин	1	
6	Свидания	10 мин	30 мин	1	
7	Чувство времени	10 мин	30 мин	1	
8	Обучение	10 мин	30 мин	1	
9	Обучение и ответственность		40 мин	1	
10	Волевые качества личности	10 мин	30 мин	1	
11	Профессия		40 мин	1	
12	Способности и выбор профессии		40 мин	1	
13	Интервью о будущем		40 мин		
14	Мы вместе		40 мин		
15	Всеобщее счастье		40 мин		
	итого			15	
	всего			34	

Список информационных источников:

1. Райс Ф. «Психология подросткового и юношеского возраста»; Спб., 2007г
2. «Психогимнастика в тренинге» под ред. Н.Ю. Хрящевой. Спб., 2008г
3. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Генезис 2007 год.
4. Коррекционно-развивающая программа для подростков «Фарватер» под редакцией Е.В. Емельяновой. Санкт-Петербург 2010г.
5. Инновационные возрастные программы социальной реабилитации, направленные на формирование мотивационно-ценностных устремлений детей и подростков разных возрастных групп. ФГУ «Центральный научно-исследовательский институт организации и информатики» Москва 2010г.
6. Л.Г. Федоренко. Психология для школьников. КАРО. Санкт-Петербург 2000

Система организации контроля за реализацией программы

Оценка результатов коррекционно-развивающей работы проводится с использованием методик психологического обследования детей, анкетирования и собеседования с подростками, дважды: в начале коррекционно-развивающих занятий и после прохождения курса коррекционно-развивающих занятий.

3.2. Диагностический инструментарий:

1.Методика диагностики мотивации учения и эмоционального отношения к учению в средних и старших классах школы Ч.Д. Спилбергера.

2.Методика М.Роккича - Ценностные ориентации.

3.Методика Дембо-Рубенштейна- Самооценка.

Итоговые показатели отражаются в журнале групповой работы. Эффективность работы педагога психолога по программе оценивается классным руководителем, итоговым сообщением о положительной динамике и росте показателей работы группы-команды подростков.

Контроль за реализацией программы осуществляют директор образовательного учреждения и заместитель директора по учебной части. Программа утверждается директором образовательного учреждения, по завершению занятий педагогом-психологом готовится итоговый отчет, который отражает результаты реализации программы, выявляет проблемы и определяет перспективный план работы с учащимися в будущем учебном году. Проводится согласование с классным руководителем по итогам работы.

Ожидаемые результаты реализации программы:

Предполагается, что результаты прохождения подростками указанной программы найдут отражение в следующих психологических сферах:

в индивидуальных особенностях коммуникативной сферы

(компетентность в общении в группе, в школе и в семье);личностном росте

(повышение уровня самосознания, самооценки, “Я-концепции”);

в изменении социально-психологического статуса

(улучшение адаптации в группе, в школе, в семье);

Критерии положительной оценки в решении психологических проблем подростков:

- наличие положительной динамики в развитии качественных характеристик коммуникативных способностей и повышении содержательности коммуникативной деятельности;
- повышение психологической компетентности подростков в понимании характеров и психологических проблем, обусловленных особенностями характеров;
- сформированность умения правильно выражать свои чувства, понимать и оценивать отношение к себе других людей, сверстников;
- формирование положительной “Я-концепции”, адекватной самооценки;
- повышение психологической компетентности подростков в особенностях взаимодействия окружающих людей и их влиянии на поведение, учебную деятельность, личностный рост;
- сформированность навыков конструктивного взаимодействия с окружающими;
- повышение родительской компетентности в вопросах физического, психического и психологического статуса подростка;
- вовлечение в совместную работу родителей и ближайшего социального окружения по оказанию помощи в решении проблем подростка.

3.3. Формы и методы диагностики. Стартовый и итоговый контроль.

Критерии и способы определения результативности усваивания программы.

Низкий уровень: удовлетворительное владение теоретической информацией по темам программы, пассивное участие в коллективных делах и на занятиях

Средний уровень: достаточно хорошее владение теоретической информацией по темам программы, участие в коллективных делах и на занятиях. . Умеет систематизировать и подбирать необходимую литературу, проводить исследования и опросы, иметь представление о учебно-исследовательской деятельности.

Высокий уровень: свободное владение информацией по программе. Умеет применять навыки и приобретенные умения в жизни .Имеет хорошую самооценку, уверенный, активный, принимает участие в многих мероприятиях.

Подведение итогов и оценивание деятельности учащихся может проводиться в форме кратких записей в журнал по результатам наблюдения .Также необходимо проводить мониторинг личностного развития учащихся по результатам диагностики с целью профессионального отслеживания результатов деятельности в рамках данной программы.

Одна из задач психолога — обучение детей навыкам самооценивания и взаимооценивания.

Оценки промежуточного контроля знаний и проверка понимания теоретической части психологических знаний:

- В связи со сложностью и новизной материала и в интересах поддержки активности подросткам предлагается такие формы как групповые ответы
- Все виды ответов обсуждаются совместно с подростком, делаются выводы.

- Участие в тренинговых занятиях

Итоговый контроль

Проводится в конце программы в форме проведения активной коллективной игры-квест «Ночной дозор». Данный тип контроля предполагает комплексную проверку результатов по всем заявленным целям и направлениям программы, потому что подростки должны проявить все свои навыки и умения. Только тогда они справятся с заданиями игры. Формой итоговой оценки каждого подростка выступает характеристика, в которой указывается уровень освоения им психологических знаний и социальной компетенции.

Формы подведения итогов реализации

Программа предполагает обучение на двух уровнях: первый-информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей психологического развития; второй-поведенческий, позволяющий закрепить социально-одобряемые модели поведения.

Учет знаний и умений для контроля результатов освоения программы внеурочной деятельности проходит путем оценки творческих заданий, архивирования творческих работ обучающихся, оформления данных диагностики, проведенной в начале программы и на заключительном занятии. Контроль и оценка результатов освоения программы зависит от тематики изучаемого материала и уровня формирования социальных компетенций. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: участие в викторинах, творческих конкурсах, школьных конференциях. Такая организация контроля будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу адаптации в командном сотрудничестве, при котором каждый становится значимым участником деятельности.

Литература:

1. Андрианов М. А. Философия для детей (в сказках и рассказах) Минск, Современное слово, 2009 г. – 280 с.
2. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Начальная школа (Первый год обучения)/Под ред. И.В.Вачкова-М.: Ось-89, 2003г.-168с.
3. Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Начальная школа (Второй год обучения)/Под ред. Генезис, 2009. – 344с.
4. . И.В.Вачкова-М.: Ось-89, 2004г.-168с.
5. Жизненные навыки. Уроки психологии в первом классе/ Под ред. С.В.Кривцовой.-М.:Генезис, 2002.-208 с.
6. Жизненные навыки. Уроки психологии во 2 класса/ Под ред. С.В.Кривцовой.-М.:Генезис, 2002.-248 с.
7. Жизненные навыки. Уроки психологии в 3 классе/ Под ред. С.В.Кривцовой.-М.:Генезис, 2004.-176 с.
8. Панфилова М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов и родителей. – М.:Издательство ГНОМ иД, 2000. – 160с.
9. Сартан П.Н. Тренинг самостоятельности у детей. – М.: Сфера, 2001. – 128с.
10. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе, М.:

Методика диагностики мотивации учения и эмоционального отношения к учению в средних и старших классах школы

Предлагаемый метод диагностики мотивации учения и эмоционального отношения к учению основан на опроснике Ч.Д. Спилбергер, направленном на изучение уровней познавательной активности, тревожности и гнева как актуальных состояний и как свойств личности (State-TraitPersonalityInventory). Модификация опросника для изучения эмоционального отношения к учению для использования в России осуществлена А.Д.Андреевой (1987). Настоящий вариант дополнен нами шкалой переживания успеха (мотивации достижения), новым вариантом обработки. Апробация и нормирование проведены в 2002-2003 г.

Экспериментальный материал

Бланк методики, содержащий все необходимые сведения об испытуемом, инструкцию и задание см. на следующей странице.

Порядок проведения

Методика проводится фронтально – с целым классом или группой учащихся. После раздачи бланков школьникам предлагается прочесть инструкцию, обратить внимание на пример, затем психолог должен ответить на все задаваемые ими вопросы. Следует проверить, как каждый из учащихся выполнил задание, точно ли понял инструкцию, вновь ответить на вопросы. После этого учащиеся работают самостоятельно, и психолог ни на какие вопросы не отвечает. Заполнение шкалы вместе с чтением инструкции – 10-15 мин.

Обработка результатов

Шкалы познавательной активности, тревожности и негативных эмоций, входящие в опросник, состоят из 10 пунктов, расположенных в следующем порядке (см. табл. 1).

Некоторые из пунктов опросника сформулированы таким образом, что оценка «4» отражает высокий уровень познавательной активности, тревожности или гнева (например, «Я сержусь»). Другие (например, «Я спокоен», «Мне скучно») сформулированы таким образом, что высокая оценка выражает отсутствие тревожности или познавательной активности.

Бальные веса для пунктов шкал, в которых высокая оценка выражает наличие высокого уровня эмоции, подсчитывается в соответствии с тем, как они подчеркнуты на бланке:

на бланке подчеркнuto: 1 2 3 4

вес для подсчета: 1 2 3 4

Для пунктов шкал, в которых высокая оценка отражает отсутствие эмоции, веса считаются в обратном порядке:

на бланке подчеркнuto: 1 2 3 4

вес для подсчета: 4 3 2 1

Таковыми «обратными» пунктами являются:

по шкале познавательной активности: 14, 30, 38;

по шкале тревожности: 1, 9, 25, 33;

по шкале гнева подобных пунктов нет;

по шкале мотивации достижения: 4, 20, 32.

Таблица 1

Ключ

Шкала	Пункты, номер
Познавательная активность	2 6 10 14 18 22 26 30 34 38
Мотивация достижения	4 8 12 16 20 24 28 32 36 40
Тревожность	1 5 9 13 17 21 25 29 33 37
Гнев	3 7 11 15 19 23 27 31 35 39

Для получения балла по шкале подсчитывается сумма весов по всем 10 пунктам этой шкалы. Минимальная оценка по каждой шкале – 10 баллов, максимальная – 40 баллов.

Если пропущен 1 пункт из 10, то можно сделать следующее: подсчитать среднюю оценку по тем 9 пунктам, на которые испытуемый ответил, затем умножить это число на 10; общий балл по шкале будет выражаться следующим за этим результатом целым числом.

Например, средний балл по шкале 2,73 умножить на 10 = 27,3, общий балл – 28.

При пропуске двух и более баллов данные испытуемого не учитываются.

Оценка и интерпретация результатов

Подсчитывается суммарный балл опросника по формуле:

$ПА + МД + (-Т) + (-Г)$, где

ПА – балл по шкале познавательной активности;

МД – балл по шкале мотивации достижения;

Т – балл по шкале тревожности;

Г – балл по шкале гнева.

Суммарный балл может находиться в интервале от - 60 до +60.

Выделяются следующие уровни мотивации учения:

I уровень – продуктивная мотивация с выраженным преобладанием познавательной мотивации учения и положительным эмоциональным отношением к нему;

II уровень – продуктивная мотивация, позитивное отношение к учению, соответствие социальному нормативу;

III уровень – средний уровень с несколько сниженной познавательной мотивацией;

IV уровень – сниженная мотивация, переживание «школьной скуки», отрицательное эмоциональное отношение к учению;

V уровень – резко отрицательное отношение к учению.

Распределение баллов по уровням представлены в табл. 2

Таблица 2

Уровень	Суммарный балл
I	45 – 60
II	29 – 44
III	13 – 28
IV	(- 2) – (+12)
V	(- 3) – (- 60)

В качестве дополнительного может использоваться качественный показатель.

В этом случае данные испытуемого по каждой шкале сравниваются с нормативными значениями. Представленное нормирование методик осуществлено на соответствующих половозрастных выборках московских школ, общее количество испытуемых – 500 человек, девушек и юношей примерно поровну. Таким образом, определяется степень выраженности каждого показателя (см. табл. 3).

Таблица 3

Нормативные показатели

Шкала	Уровень	Половозрастные группы, интервал значений					
		10-11 лет		12-14 лет		15-16 лет	
		Дев.	Мал.	Дев.	Мал.	Дев.	Мал.
Познавательная Активность	Высокий	31-40	28-40	28-40	27-40	29-40	30-40
	Средний	26-31	22-27	21-27	19-26	18-28	21-29
	Низкий	10-25	10-21	10-20	10-18	10-17	10-20
Тревожность	Высокий	27-40	24-40	25-40	26-40	25-40	23-40
	Средний	20-26	17-23	19-24	19-25	17-24	16-22
	Низкий	10-19	10-16	10-18	10-18	10-16	10-15

Гнев	Высокий	21-40	20-40	20-40	23-40	21-40	19-40
	Средний	14-20	13-19	14-19	15-22	14-20	12-18
	Низкий	10-13	10-12	10-13	10-14	10-13	10-11

Анализируется сочетание показателей по всем трем шкалам. Варианты интерпретации на примере наиболее часто встречающихся сочетаний представлены в табл.4.

Таблица 4

Интерпретация данных

Шкала			Интерпретация
Познавательная активность	Тревожность	Гнев	
Высокий	Низкий, средний	Низкий	Продуктивная мотивация и позитивное эмоциональное отношение к учению
Средний	Низкий, средний	Низкий	Позитивное отношение к учению
Низкий	Низкий, средний	Низкий, средний	Переживание «школьной скуки»
Средний	Низкий, средний	Низкий, средний	Диффузное эмоциональное отношение
Средний	Низкий, средний	Высокий	Диффузное эмоциональное отношение при фрустрированности значимых потребностей
Низкий	Низкий, средний	Высокий	Негативное эмоциональное отношение
Низкий	Низкий	Высокий	Резко отрицательное отношение к школе и учению
Высокий	Высокий	Высокий	чрезмерно повышенная эмоциональность на уроке, обусловленная неудовлетворением ведущих социогенных потребностей
Высокий	Высокий	Средний	Повышенная эмоциональность на уроке
Средний, низкий	Высокий	Средний, низкий	Школьная тревожность
Высокий		Высокий	Позитивное отношение при фрустрированности потребностей
Высокий, средний	Высокий	Низкий, средний	Позитивное отношение при повышенной чувствительности к оценочному аспекту обучения*

*данный результат, как и тот, при котором показатели по всем шкалам оказываются низкими, может также свидетельствовать о нежелании отвечать, симуляции результата, а также о несерьезном отношении к работе. Поэтому подобные результаты требуют дополнительного анализа.

Бланк методики

Фамилия, имя _____ Школа _____ Возраст _____ Класс _____ Дата проведения _____

Ниже приведены утверждения, которые люди используют для того, чтобы рассказать о себе. Прочтите внимательно каждое предложение и обведите кружком одну из цифр, расположенных справа, в зависимости от того, каково ваше обычное состояние на уроках в школе, как вы обычно чувствуете себя там. Нет правильных или неправильных ответов. Не тратьте много времени на одно предложение, но старайтесь как можно точнее ответить, как вы себя обычно чувствуете.

	Почти никогда	Иногда	Часто	Почти всегда
1. Я спокоен	1	2	3	4
2. Мне хочется узнать, понять, докопаться до сути	1	2	3	4
3. Я разъярен	1	2	3	4
4. Я падаю духом, сталкиваясь с трудностями в учебе	1	2	3	4
5. Я напряжен	1	2	3	4
6. Я испытываю любопытство	1	2	3	4
7. Мне хочется стукнуть кулаком по столу	1	2	3	4
8. Я стараюсь получать только хорошие и отличные оценки	1	2	3	4
9. Я раскован	1	2	3	4
10. Мне интересно	1	2	3	4
11. Я рассержен	1	2	3	4
12. Я прилагаю все силы, чтобы добиться успеха в учебе	1	2	3	4
13. Меня волнуют возможные неудачи	1	2	3	4
14. Мне кажется, что урок никогда не кончится	1	2	3	4
15. Мне хочется на кого-нибудь накричать	1	2	3	4
16. Я стараюсь все делать правильно	1	2	3	4
17. Я чувствую себя неудачником	1	2	3	4
18. Я чувствую себя исследователем	1	2	3	4
19. Мне хочется что-нибудь сломать	1	2	3	4
20. Я чувствую, что не справлюсь с заданиями	1	2	3	4
21. Я взвинчен	1	2	3	4
22. Я энергичен	1	2	3	4
23. Я взбешен	1	2	3	4
24. Я горжусь своими школьными успехами	1	2	3	4
25. Я чувствую себя совершенно свободно	1	2	3	4
26. Я чувствую, что у меня хорошо работает голова	1	2	3	4
27. Я раздражен	1	2	3	4
28. Я решаю самые трудные задачи	1	2	3	4
29. Мне не хватает уверенности в себе	1	2	3	4
30. Мне скучно	1	2	3	4
31. Мне хочется что-нибудь сломать	1	2	3	4
32. Я стараюсь не получить двойку	1	2	3	4
33. Я уравновешен	1	2	3	4

34. Мне нравится думать, решать	1	2	3	4
35. Я чувствую себя обманутым	1	2	3	4
36. Я стремлюсь показать свои способности и ум	1	2	3	4
37. Я боюсь	1	2	3	4
38. Я чувствую уныние и тоску	1	2	3	4
39. Меня многое приводит в ярость	1	2	3	4
40. Я хочу быть среди лучших				

Упражнения для релаксации

Упражнение №1.

Представьте, что в вашей левой руке находится целый лимон. Как можно сильнее сожмите его. Постарайтесь выдавить из него весь сок. Чувствуете, как напряглись ваши рука и ладонь, когда вы его сжимаете. А теперь выроните его. Обратите внимание на свои ощущения, когда рука расслаблена. Теперь возьмите другой лимон и сожмите его. Постарайтесь сжать его ещё сильнее, чем первый. Прекрасно. Вы прилагаете все силы. Теперь выроните этот лимон и расслабьтесь. Не правда ли, насколько лучше чувствуют себя ваши рука и ладонь, когда они расслаблены? И снова возьмите лимон левой рукой и постарайтесь выжать из него весь сок до капельки. Не оставляйте ни единой капельки. Сжимайте всё сильнее. Прекрасно. Теперь расслабьтесь, пусть лимон сам выпадет из вашей руки. (Повторить весь процесс для правой руки.)

Упражнение №2.

Представьте, что вы ленивые пушистые коты и кошечки. Представьте, что вам хочется потянуться. Вытяните руки вперёд. Поднимите их высоко над головой. Теперь откиньте назад. Почувствуйте, как напряглись ваши плечи. Тянитесь как можно сильнее. А теперь уроните руки по бокам. Молодцы, котята, давайте ещё потянемся. Вытяните руки перед собой, поднимайте их вверх, над головой, откиньте назад, как можно дальше. Тянитесь сильнее. А теперь быстро уроните руки. Хорошо. Заметьте, насколько более расслабленными чувствуют себя ваши руки и плечи. А теперь давайте потянемся, как настоящие коты. Попробуем дотянуться до потолка. Вытяните руки прямо перед собой. Тяните их как можно выше, поднимая над головой. А теперь закиньте их назад, тяните назад. Чувствуете, как напряглись ваши руки и плечи? Тянитесь, тянитесь. Напряжение в мышцах растёт. Прекрасно! А теперь быстро опустите руки, пусть они упадут сами. Не правда ли, как хорошо чувствовать расслабление? Вы чувствуете себя хорошо, уютно, тепло и лениво, как котятки.

Упражнение №3.

А теперь представьте, что вы маленькие черепашки. Сидите вы на камушке, на берегу симпатичного мирного пруда и греетесь, расслабившись, но солнышке. Вам так приятно, так тепло, так спокойно. Но что это? Вы почувствовали опасность. Черепашки быстро прячут голову под панцирь. Постарайтесь поднять ваши плечи вверх до ушей, а голову втянуть в плечи. Втягивайте сильнее. Не так легко быть черепашкой и втягивать голову под панцирь. Но, наконец, опасность миновала. Вы можете вытащить голову, снова расслабиться и блаженствовать на тёплом солнышке. Но берегитесь, приближается ещё большая опасность. Торопитесь, быстрее прячьтесь в своём домике, сильнее втягивайте головку. Старайтесь как можно сильнее её втянуть, а то вас могут съесть... Но вот опасность миновала и опять можно расслабиться. Вытяните вашу шейку, опустите плечики, расслабьтесь. Почувствуйте, насколько лучше это прекрасное ощущение расслабленности, чем когда ты весь сжался. Но опять опасность. Втяните головку, поднимите плечи прямо к ушкам и крепко держите их. Ни один миллиметр вашей головы не должен показаться из-под панциря. Втягивайте голову сильнее. Почувствуйте, как напряглись ваши плечи и шея. Хорошо. Опасность опять миновала, и вы можете опять высунуть вашу головку. Расслабьтесь, вы теперь в полной безопасности.

Упражнение №4.

А теперь представьте, что вы пытаетесь жевать очень тягучую большую жвачку. Вам очень трудно её жевать, челюсти движутся с трудом, но вы пытаетесь её прокусить. Надавливайте сильнее. Вы так стараетесь сжать её зубами, что напряглась даже шея. А теперь остановитесь, расслабьтесь. Почувствуйте, как свободно свисает ваша нижняя челюсть, как это приятно — расслабиться. Но давайте опять примемся за эту жвачку. Двигайте

челюстями, пытайтесь её прожевать. Сильнее сжимайте её, так, чтобы она выдавливалась сквозь зубы. Хорошо! Вам удалось её продавить сквозь зубы. А теперь расслабьтесь, приоткройте рот, пусть ваши челюсти отдохнут. Как хорошо вот так отдохнуть и не бороться с этой жвачкой. Но пора с ней покончить. На этот раз мы её разжует. Двигайте челюстями, сдавливайте её как можно сильнее. Вы стараетесь изо всех сил. Ну, всё, наконец-то вы с ней справились! Можно отдохнуть. Расслабьтесь, пусть отдохнет всё ваше тело. Почувствуйте, как расслабились все ваши мускулы.

Упражнение №5.

А вот прилетела надоедливая муха. Она опускается прямо вам на нос. Попробуйте прогнать её без помощи рук. Правильно, сморщивайте нос, сделайте столько морщин на носу, сколько вы сможете. Покрутите носом — вверх, в стороны. Хорошо! Вы прогнали муху! Теперь можно расслабить лицо. Заметьте, что когда вы крутили носом, и щёки, и рот, и даже глаза помогали вам и они тоже напрягались. А теперь, когда вы расслабили нос, расслабилось всё лицо — это такое приятное ощущение. О-о, опять эта назойливая муха возвращается, но теперь она садится на лоб. Сморщите его хорошенько, попытайтесь просто сдавить эту муху между морщинками. Ещё сильнее сморщите лоб. Наконец-то! Муха вылетела из комнаты совсем. Теперь можно успокоиться и расслабиться. Лицо расслабляется, становится гладким, исчезают все морщинки до одной. Вы ощущаете, какое гладкое, спокойное, расслабленное у вас лицо. Какое это приятное чувство!

Упражнение №6.

А теперь представьте, что вы стоите босиком в большой с илистым дном луже. Постарайтесь вдавить пальцы своих ног глубоко в ил. Попытайтесь достать до самого дна, где ил кончается. Напрягите ноги, чтобы лучше вдавить ступни в ил. Растопырьте пальцы ног, почувствуйте, как ил продавливается вверх между ними. А теперь выйдите из лужи. Дайте своим ногам отдохнуть и согреться на солнышке. Пусть пальцы ног расслабятся... Не правда ли, какое это приятное чувство?.. Опять шагните в лужу. Вдавливайте пальцы ног в ил. Напрягите мышцы ног, чтобы усилить это движение. Всё сильнее вдавливайте ноги в ил, постарайтесь выдавить весь ил наружу. Хорошо! Теперь выходите из лужи. Расслабьте ноги, ступни и пальцы ног. Как приятно ощущать сухость и солнечное тепло. Всё, напряжение ушло. Вы чувствуете в ногах лёгкое приятное покалывание. Чувствуете, как по ним разливаются тепло.

Упражнение №7.

Ого! К нам приближается симпатичный маленький слонёнок. Но он не смотрит себе под ноги и не видит, что вы лежите у него на пути в высокой траве. Вот-вот сейчас наступит на ваш живот, не двигайтесь, уже нет времени отползти в сторону. Просто подготовьтесь: сделайте ваш живот очень твёрдым, напрягите все мускулы как следует. Оставайтесь так лежать. Но, кажется, он сворачивает в сторону... теперь можно расслабиться. Пусть ваш живот станет мягким, как тесто, расслабьте его- как следует. Насколько так лучше, правда?.. Но вот слонёнок опять повернул в вашу сторону. Берегитесь! Напрягите ваш живот. Сильнее. Если слонёнок наступит на твёрдый живот, вы не почувствуете боли. Превратите ваш живот в камень. Уф, опять он свернул, можно расслабиться. Успокойтесь, улягтесь поудобнее, расслабьтесь. Замечаете разницу между напряженным и расслабленным животом? Как это хорошо, когда ваш живот расслаблен. Но вот слонёнок перестал крутиться и направился прямо на вас! Сейчас точно наступит! Напрягите живот как можно сильнее. Вот он уже заносит над вами ногу, сейчас наступит?.. Фу, он перешагнул через вас и уже уходит отсюда. Можно расслабиться. Всё хорошо, вы расслабились и чувствуете себя хорошо и спокойно. А теперь представьте, что вам нужно протиснуться через очень узкую щель в заборе, между двумя досками, на которых так много заноз. Надо стать очень тоненьким, чтобы протиснуться и не получить занозу. Втяните живот, постарайтесь, чтобы он прилип к позвоночнику. Станьте тоньше, ещё тоньше, ведь вам очень нужно пробраться через забор. А теперь передохните, уже не надо быть более тонким. Расслабьтесь и почувствуйте, как живот «распускается», становится тёплым. Но вот пора опять пробираться через забор. Втяните живот. Подтяните его к самому позвоночнику. Станьте совсем тоненьким, напрягитесь. Вам очень нужно протиснуться, а щель такая узкая... Ну всё, вы пробрались, и ни одной занозы! Можно полностью расслабиться. Откиньтесь на спину, расслабьте живот, пусть он станет мягким и теплым. Как вы хорошо себя чувствуете. Вы всё сделали замечательно.

ЭФФЕКТИВНЫЕ ПРИЁМЫ РЕФЛЕКСИИ.

В программе можно использовать следующие приемы:

1. Эффективен приём незаконченного предложения, тезиса, подбора афоризма. Для включения учащихся в урок предлагаем 2-3 высказывания выдающихся людей или пословицы. Затем учащиеся выбирают высказывание или пословицу, которое им больше понравилось, и воспроизводят его по памяти. В конце урока вновь возвращаемся к этим афоризмам и пословицам. Учащиеся выбирают то высказывание или пословицу, которые соответствуют теме урока, обосновывая свой выбор.

2. Синквейн (пятистишие)

Интересен приём рефлексии в форме синквейна (пятистишия), который является моментом соединения старого знания с новым – осмысленным, пережитым, выстроенным.

3. Рефлексия достижения цели с использованием «дерева целей», оценки «приращения» знаний и достижения целей (высказывания, Я не знал... - Теперь я знаю...?)

Обычно в конце урока подводятся его итоги, обсуждение того, что узнали, и того, как работали – т. е. каждый оценивает свой вклад в достижение поставленных в начале урока целей, свою активность, эффективность работы класса, увлекательность и полезность выбранных форм работы.

Ребята по кругу высказываются одним предложением, выбирая начало фразы из рефлексивного экрана на доске:

Сегодня я узнал...

Было интересно...

Было трудно...

Я выполнял задания...

Я понял, что...

Теперь я могу...

Я почувствовал, что...

Я приобрёл...

Я научился...

У меня получилось...

Я смог...

Я попробую...

Меня удивило...

Урок дал мне для жизни...

Мне захотелось...

4. Для подведения итогов урока можно воспользоваться упражнением

«Плюс – минус – интересно».

Это упражнение можно выполнять как устно, так и письменно, в зависимости от наличия времени. Для письменного выполнения предлагается заполнить таблицу из трёх граф. В графу «П» - «плюс» записывается всё, что понравилось на уроке, информация и формы работы, которые вызвали положительные эмоции, либо, по мнению ученика, могут быть ему полезны для достижения каких-то целей. В графу «М» - «минус» записывается

всё, что не понравилось на уроке, показалось скучным, вызвало неприязнь, осталось непонятым. В графу «И» - «интересно» учащиеся вписывают все любопытные факты, о которых узнали на уроке и что бы ещё хотелось узнать по теме урока, вопросы к учителю. Это упражнение позволяет учителю взглянуть на урок глазами учеников, проанализировать его с точки зрения ценности для каждого ученика.

5. Анкета.

В конце урока можно дать ребятам небольшую анкету, которая позволяет осуществить самоанализ, дать качественную и количественную оценку уроку..

Вариант 1.

1. На уроке я работал активно/пассивно
2. Своей работой на уроке я доволен/не доволен
3. Урок мне показался коротким/длинным
4. За урок я не устал/устал
5. Моё настроение стало лучше/стало хуже
6. Материал урока мне был

Понятен/ не понятен

полезен/бесполезен

интересен/скучен

Вариант 2.

"Каким было общение на уроке?.

- занимательным

- познавательным

- интересным

- игровым

- необычным

- скучным

-радостным

-дружелюбным

Вариант 3.

Наш день (урок, мероприятие, игра) подошел к концу, и я хочу сказать

Мне больше всего удалось...

За что ты можешь себя похвалить?

За что ты можешь похвалить одноклассников?

Что приобрёл?

Что меня удивило?

Для меня было открытием то, что...

Что на ваш взгляд удалось?

Что на ваш взгляд не удалось? Почему? Что учесть на будущее?

Мои достижения на уроке

Сегодня на уроке я:

- научился
- было интересно
- было трудно

Чему вы научились на занятии?

Какие задания вам понравились больше всего?

Мне показалось важным

Я понял, что...

Урок

- заставил задуматься...
- навёл меня на размышления

Что нового вы узнали на уроке?

Что вы считаете нужным запомнить?

Над чем ещё надо поработать?

Своей работой на уроке я:

- доволен
- не совсем доволен,

Я недоволен, потому что

Я выбрал эти задания на уроке, потому что:

- они мне нравятся больше остальных;
- я чувствую, что справлюсь с ними пока хуже, чем с другими заданиями
- они легче остальных заданий.

Для разнообразия этапа рефлексии на уроках можно использовать приём "Свободный микрофон". Объявляю, что в нашей аудитории работает микрофон и любой желающий может высказать своё мнение... Ученики, по очереди, берут в руки микрофон (включать его необязательно) и отвечают на вопросы, которые могут быть распечатаны заранее на листочках или спроецированы на экране при показе презентации.

Например:

- на уроке мне больше всего запомнилось...
- Меня удивило то, что...
- После урока я расскажу своим друзьям о...
- Ещё мне хотелось бы узнать...
- Знания, полученные на уроке, я могу использовать в...
- Лучше всех на уроке работал...

6. Для того, чтобы закончить урок на положительной ноте можно воспользоваться одним из вариантов упражнения «Комплимент»

Комплимент – похвала.

Комплимент деловым качествам.

Комплимент в чувствах), в котором учащиеся оценивают вклад друг друга в урок и благодарят друг друга и учителя за проведённый урок. Такой вариант окончания урока даёт возможность удовлетворения потребности в признании личностной значимости каждого.

Светофор.

Зелёный цвет – побольше таких дел.

Жёлтый цвет – понравилось, но не всё.

Красный цвет – дело не понравилось.

Свет молнии. Развивает заинтересованность, творчество, инновационный подход.

Выразить своё отношение к услышанному на уроке одним словом:

Ø увлечён;

Ø полезно;

Ø заинтересован;

Ø нужно;

Ø узнал и т. д.

Радуга.

Семь цветов радуги – семь оценок дела или учебного цикла. Каждый коллектив или все участники дела выставляют свои оценки – приклеивают цветные бумажные полоски на трафарет радуги.

Цель: оценка содержания урока

Содержание: На парте перед каждым ребенком два жетона: один – с улыбающимся личиком, другой – с грустным. На доске поезд с вагончиками, на которых обозначены этапы урока. Детям предлагают опустить «веселое личико» в тот вагончик, который указывает на то задание, которое вам было интересно выполнять, а «грустное личико» в тот, который символизирует задание, которое показалось не интересным. Можно использовать только один жетон усмотрению ученика

7.Оценивание учащимися своей активности и качества своей работы.

На уроке можно предложить ребятам на листочке условно отмечать свои ответы:

ответил по просьбе учителя, но ответ не правильный

ответил по просьбе учителя, ответ правильный

ответил по своей инициативе, но ответ не правильный

ответил по своей инициативе, ответ правильный

не ответил

«Поляна»

Цель: оценить содержание этапов урока.

Содержание: На доске – поляна из цветов, над каждым цветком – этап урока . Перед каждым ребенком - бабочка. Вы предлагаете детям прикрепить свою бабочку на тот цветок, какой ему понравился больше всего.

8. Графическая рефлексия

Цель: выявление уровня трудности, эмоционального отношения к заданию

Содержание: Рядом с каждым выполненным заданием поставить значок

- понравилось выполнять - было трудно

- не очень понравилось - не очень было трудно

- не понравилось вообще - не трудно

9.Самопроверка

Цель: развитие оценочной деятельности одноклассников

Содержание: Проверка работы соседа по парте. Детям нужно проверить работу соседа по парте. Задаются примерные вопросы: Что получилось. Что нет. Какую поставили бы оценку.

10.Оценочная лесенкаЦель: развитие умений критериального оценивания.

Содержание: Детям предлагается лесенка, шкала на которой они должны поставить солнышко на той ступеньке, на которую вы поставили бы себя при выполнении заданий. Любой человек с радостью делает то, что у него хорошо получается. Но любая деятельность начинается с преодоления трудностей. У рефлексивных людей путь от первых трудностей до первых успехов значительно короче.