

Аннотация к рабочей программе по курсу внеурочной деятельности

«Поверь в себя» 6 класс

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования. Проблема формирования психологически здоровой личности в условиях обучения в общеобразовательной школе в настоящее время является очень актуальной, так как 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 дети в младшем подростковом возрасте, поскольку именно им необходимо быстро адаптироваться к непростым условиям школьной жизни при переходе с одной ступени образования на другую. Именно в этом возрасте идет борьба за самостоятельность в мыслях и поступках, которая приобретает для подростков особое значение. Программа рассчитана на 1 год обучения. Общее количество часов 34. На реализацию курса отводится 1 час в неделю. Продолжительность занятия 40 минут.

Цель и задачи

Цель: научить лучше понимать себя и других, принимать на себя ответственность за свои поступки, обрести уверенность в собственных силах.

Задачи:

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
2. Научить обучающихся 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 обучающихся нежелательные черты характера и поведения.
7. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.
8. Способствовать успешной адаптации ребенка при переходе в среднее звено.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
1	Вводное занятие. ТБ.	1
2	Невербальные средства общения.	1
3	Внимание к поведению другого человека.	1
4	Речевые средства общения.	1
5	Умение слушать.	1
6	Умение слушать.	1
7	Умение вести разговор.	1
8	Умение вести разговор.	1
9	Умение говорить комплименты.	1
10	Умение говорить комплименты.	1
11	Поведение уверенное, неуверенное.	1
12	Я повзрослел.	1
13	У меня появилась агрессия.	1
14	Как выглядит агрессивный человек.	1
15	Конструктивное реагирование на агрессию.	1
16	Учимся договариваться.	1
17	Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице.	1
18	Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице.	1
19	Способы поведения в конфликте.	1
20	Конструктивное разрешение конфликтов.	1
21	Конфликт как возможность развития.	1
22	Готовность к разрешению конфликта.	1
23	Эмоции и чувства.	1
24	Эмоции и чувства.	1
25	Эмоции и чувства.	1
26	Методы и приемы саморегуляции.	1
27	Методы и приемы саморегуляции.	1
28	Методы и приемы саморегуляции.	1
29	Чем мы обязаны другим. Чувство благодарности.	1
30	Чем мы обязаны другим. Чувство благодарности.	1
31	Чувство эмпатии.	1
32	Толерантность в отношениях с людьми.	1
33	Толерантность в отношениях с людьми.	1
34	Итоговое занятие.	1
	Всего	34