


**государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
основная общеобразовательная школа № 27 города Сызрани  
городского округа Сызрань Самарской области**

Рассмотрена на МО

Протокол № 1 от 29.08.2024г


Проверена

И.о. зам. директора по УВР

 О.В. Аймедова  
« 29 » августа 2024

Утверждена

Директор школы

 И.И. Белецких  
Приказ № 77/од от 29.08.2024г



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**Курса внеурочной деятельности**  
**по предмету «Тропинка к своему я»**

**8 класс**

Рабочая программа внеурочной деятельности по духовно-нравственному направлению «Тропинка к своему Я» составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 1897 от 17.12.2010 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с изменениями, внесенными приказом №1577 от 31 декабря 2015г), Основной образовательной программы основного общего образования ГБОУ ООШ №16 г.Сызрани, , Плана внеурочной деятельности ГБОУ ООШ №27 г. Сызрани и авторской программы Хухлаевой О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе 8 классы). – 3-е изд. – М.: Генезис.

Занятия по духовно-нравственному направлению «Тропинка к своему Я» в основной школе проводятся в 8 классе. Общее число учебных часов за один год обучения – 34 часа: в 8 классе – 34 часа в год (1 час в неделю).

### **Планируемые результаты**

Итогом работы по данной программе является сохранение психологического здоровья школьников, их успешная школьная адаптация и социализация: приобретение чувства уверенности в себе, стремление созидать и узнавать новое; приобретение навыков успешного взаимодействия с ровесниками и взрослыми. В результате ребенок будет познавать не только внешний мир, но и самого себя. И в этой гармонии его школьный жизненный путь будет более успешным и радостным.

#### ***Личностные УУД:***

- оценивать свои и чужие поступки, выбирать, как поступить, отвечать за свой выбор
- осознавать важность саморазвития, использовать это знание в жизненных ситуациях
- осознавать целостность мира и многообразие взглядов на него, вырабатывать свои мировоззренческие позиции
- понимать чувства других людей
- идти на взаимные уступки в разных ситуациях
- осознавать свои эмоции, мысли, черты характера, адекватно выражать и контролировать их в общении

#### ***Познавательные УУД:***

- находить ответы на вопросы (курса и для решения жизненных задач) в различных источниках информации
- анализировать свои и чужие поступки (действия, чувства; изменения в самом себе);
- обобщать (делать выводы, доказывать), устанавливать причинно-следственные связи (поступков, ситуаций)
- обогатить представления о собственных ценностях, эмоциональном мире человека, их роли в жизни

#### ***Регулятивные УУД:***

- определять цель, проблему в учебной деятельности (на занятии)
- выдвигать версии в группе и индивидуально
- определять цель, проблему в жизненно-практической деятельности, оценивать степень и способы достижения цели в жизненных ситуациях, самостоятельно исправлять ошибки
- планировать свою деятельность в учебной и жизненной ситуациях
- прогнозировать последствия собственных и чужих поступков

#### ***Коммуникативные УУД:***

- излагать свое собственное мнение и позицию с аргументами, фактами

- понимать позицию другого (выраженную в явном и неявном виде: чувства, причины действий, поступков), корректировать свое мнение, достойно признавать его ошибочность
- самостоятельно решать проблемы в общении с взрослыми и друзьями
- преодолевать конфликты, толерантно относиться к другому человеку.

### **Предметные результаты**

1. Для осознания и наиболее полной реализации собственных личностных особенностей и способностей, а также для построения эффективных коммуникаций с другими людьми, подросткам необходимо уметь выявлять анализировать свои личностные характеристики, развивать познавательную и волевую сферы.
2. Уметь четко и ясно излагать свои мысли, строить умозаключения, аргументировано доказывать свою точку зрения.
3. Уметь строить конструктивный диалог, приобретать и использовать навыки успешной коммуникации.
4. Уметь учитывать позицию собеседника (партнёра), организовывать и осуществлять сотрудничество и кооперацию с учителем и сверстниками, адекватно воспринимать и передавать информацию.
5. Уметь общаться и взаимодействовать в коллективе, работать в парах, группах, уважать мнение других, объективно оценивать свою работу и деятельность одноклассников.
6. Освоить способы урегулирования межличностных конфликтов.

### **Содержание курса**

#### **Раздел 1. Эмоциональная сфера человека**

Почему нам нужно изучать чувства? Слово и чувство. Основные законы психологии эмоций. Эффект обратного действия. Эффект обратного действия. Передача чувств по наследству. Психогигиена эмоциональной жизни.

#### **Раздел 2. Социальное восприятие: как узнавать другого человека**

Как мы получаем информацию о человеке. Учимся понимать жесты и позы. Мимика. Жесты. Невербальные признаки обмана. Понимание причин поведения людей. Впечатление, которое мы производим. Из чего складывается первое впечатление о человеке. Способы понимания социальной информации. Влияние эмоций на познание.

#### **Раздел 3. Межличностная привлекательность: любовь, дружба**

Привлекательность человека. Взаимность или обоюдная привлекательность.

Дружба. Четыре модели общения. Романтические отношения или влюблённость. Любовь. Половая идентичность и её развитие у подростков. Переживание любви. Что помогает и что мешает любви.

#### **Раздел 4. «Обобщение»**

Обучение умению владеть собой, что позволяет подростку самому формировать навыки и умения, основываясь на собственном опыте, который нарабатывается на групповых занятиях. Занятия проходят в форме ролевых игр и тренингов.

### Тематическое планирование

№ п/п	Название темы (раздела)	Количество часов на изучение
1	Эмоциональная сфера человека	7
2	Социальное восприятие: как узнавать другого человека	12
3	Межличностная привлекательность: любовь, дружба	13
4	Обобщение	2
Итого		34