

Программа внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я»

Педагог – Герасимович Ольга Владимировна

Рабочая программа «Тропинка к своему Я» разработана на основе одноименной авторской программы формирования психологического здоровья младших подростков кандидата психологических наук О. В. Хухлаевой. Программа предназначена для обучающихся 5-6 классов, составлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО и реализуется в рамках внеурочной деятельности по направлению «Социально-психологическое».

Цель программы: повышение социально-психологической компетентности обучающихся, формирование активной социальной позиции.

Задачи:

- Создать условия для формирования у детей позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки, снижение уровня школьной тревожности, устойчивой учебной мотивации;
- Создание классного коллектива через формирование групповой сплоченности и выработку системы единых обоснованных требований;
- Повысить уровень психологической готовности к обучению, формировать учебные навыки;
- Способствовать формированию адекватных форм поведения в различных школьных ситуациях;
- Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом, к учителем, взрослым.

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы со школьниками, которая включает три основных компонента: аксиологический (связанный со осознанием), инструментально-технологический, 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 подростка потребности в саморазвитии, самоизменении и личностном росте, 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

Формы проведения занятий:

- - лекция;
- - фронтальная беседа;

- - дискуссия;
- - диспут;
- - просмотр кино-, видео-, телефильма, спектакля, концерта;
- - продуктивные игры (коммуникативные, имитационные, ролевые и др.);
- - психогимнастика;
- - рисуночные методы;
- - техники и приёмы саморегуляции;
- - элементы сказкотерапии.

Ожидаемые результаты:

Ожидаемые результаты программы определяются поставленными выше задачами и ориентируются на следующие критерии.

1. *Изменения модели поведения школьника.*
2. *Изменения объема знаний, расширение кругозора в области нравственности и этики.*
3. *Изменения в мотивационной и рефлексивной сфере личности.*