

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа с. Преображенка

РАССМОТРЕНО

Педагогическим
советом

Протокол № 6 от «30» мая
2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР

Марк

Маркова С.Н.
Приказ № 19 от «30» мая
2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Лищинская

Лищинская Е.О.
Приказ № 19 от «30» мая
2023 г.



Рабочая программа
по психологии «Познай себя»

5-6 классы

Составитель:
Верхотурова Н.И.,
учитель психологии

2023-2024 г

Пояснительная записка

С переходом на ФГОС основного общего образования особое значение придается созданию условий для успешной социально-психологической адаптации пятиклассника к новой социальной ситуации. Главное – создание в рамках образовательной среды психологических условий успешной адаптации. Преподавание курса психологии в ОУ представляется актуальной и важной задачей образования, получившего социальный заказ на подготовку подрастающего поколения к жизни в правовом демократическом государстве. Именно личностные, психологические факторы выступают на первый план в работе над этой важной задачей. Психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и самосовершенствованию, понимание интересов, мотивов, чувств и потребностей окружающих людей, умение строить свои отношения с окружающими, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом — все это относится к необходимым компонентам личности гражданина демократического общества.

Цель преподавания психологии школе это овладение каждым школьником элементарной психологической культурой, которая является частью общей культуры и обеспечивает ему полноправное вступление в самостоятельную жизнь, развитие готовности к полноценному взаимодействию с миром. Ранний подростковый возраст – важнейший период в психосоциальном развитии человека. Подросток уже не ребенок, но еще и не взрослый. Он активно включается во взрослую жизнь, осваивает различные социальные требования и роли. В связи с этим был разработан курс занятий по психологии для учащихся пятых и sixth классов «Познай себя». Цель: познание младшим подростком своих возможностей, внутренних качеств, постичь смысл своего предназначения.

Рабочая программа по психологическому просвещению «Познай себя» составлена в соответствии с

Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.12. 2014, с изм. от 02.05. 2015) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 31. 03. 2015);

Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 06.10. 2009 № 373;

Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12. 2015 № 1576 «О внесении изменений в федеральный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06 октября 2009 г. № 373»;

с использованием

авторской программы курса «Самосовершенствование личности» для 5-6 классов Г.К. Селевко

в соответствии с

Учебным планом МКОУ СОШ с. Преображенка на 2023 - 2024 учебный год;
Основной образовательной программой МКОУ СОШ с. Преображенка (основная школа);
Уставом МОУ СОШ с. Преображенка.

Цель курса:

оказание помощи и поддержка подростков в процессе самопознания, формирование человека, способного к самовоспитанию, саморазвитию, человека самосовершенствующегося.

Задачи:

- побуждение учащихся к самопознанию, формирование мотивов самопознания;
- ознакомление с основными понятиями психологии личности;
- выявление интересов, склонностей, способностей подростка;
- формирование адекватной самооценки и правильного отношения к себе;
- осознание необходимости самосовершенствования, постановка целей по профессиональному выбору;
- приобщение учащихся к самонаблюдению, самоанализу.
- сформировать системообразующую теоретическую базу для сознательного управления учащимися своим развитием;
 - направить процесс самовоспитания, саморазвития;
 - помочь школьникам осознать и принять цели и содержание школьного обучения, воспитания;
 - организовать рефлексивную деятельность ребёнка;
 - ознакомить с практическими приёмами и методами своего духовного и физического развития, самосовершенствования.

Формы и примеры практических занятий:

- деловые игры;
- самоанализ своих качеств: мои достоинства и мои недостатки;
- разнообразные упражнения по темам курса;
- разбор и анализ социально-педагогических задач-проб, социальных ситуации-проб;
- тренинг самопознания, мотивации достижения, произвольного внимания, наблюдательности;
- составление характеристики личности одноклассника на основе наблюдений;
- составление индивидуальной карты самооценки;
- сочинения и творческие работы по темам курса.

Личностные результаты освоения учебного предмета:

- формирование ответственного отношения к обучению;
- формирование познавательных интересов и мотивов к обучению;
- формирование осознанных навыков поведения в обществе;
- осознание ценности здорового и безопасного образа жизни;
- формирование основ конструктивного взаимодействия.

Ученики получают возможность научиться: глубже раскрыть свои собственные возможности.

Метапредметные результаты освоения учебного предмета:

Учащиеся должны уметь:

- работать в соответствии с поставленной задачей;
- составлять простой и сложный план текста;
- участвовать в совместной деятельности;
- узнавать изучаемые объекты на таблицах, в жизни.

Ученики получают возможность научиться: самостоятельно подбирать и анализировать материал, пользоваться справочной литературой; целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения практических задач с помощью средств ИКТ;

выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;

фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

Предметные результаты освоения учебного предмета:

В результате освоения программы обучающийся должен знать:

- взаимосвязь общения и деятельности;
- способы отработки навыков внимательного отношения друг к другу;
- способы анализа собственных достоинств и недостатков;
- способы мотивации на работу с собственными недостатками;
- способы организации своего времени;
- техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения;
- этические принципы общения.

Ученики получают возможность научиться: самостоятельно углублять знания по курсу.

Межпредметные связи

В связи с необходимостью решения задач, стоящих перед школой и обществом возрастает роль межпредметных связей, реализуемых современным учителем. Это обусловлено тем, что целостный образ действительности может быть сформирован у школьников в том случае, если учебная деятельность будет организована как деятельность, в которой реализуются межпредметные связи различных научных направлений.

Изучение курса «Познай себя» предусматривает связь с другими учебными дисциплинами учебного плана. Учителя-предметники могут использовать в работе психолого-педагогические рекомендации. С другой стороны, психолог, работающий по данному курсу, может брать примеры из соответствующих учебных дисциплин. Особенно тесными может быть связь с курсами литературы, истории, обществознания, ИЗО, музыки, ОБЖ, трудового обучения.

Эффективности курса «Познай себя» будет способствовать взаимодействие с классными руководителями и учителями-предметниками. Оно может быть выражено в следующих представлениях:

– предоставление учителям информации о классе и учащихся для построения конструктивных педагогических взаимодействий с учетом требований психологической этики;

– рисование на уроках ИЗО своих психических состояний: «Я боюсь», «Мне стыдно», «Мое настроение» и т.д.

– на уроках русского языка и литературы – сочинения на психолого-педагогические темы.

Анализ работ учащихся позволит понять, какая иерархия ценностей формируется у отдельных детей, построить индивидуальный подход к ним.

Содержание «Познай себя»

- 1. Личность.** Человек как индивид и как личность. Физическое и психическое содержание человека. Сознание как основная характеристика человека. Роль личности в своем развитии. Самовоспитание, самосовершенствование. Примеры из жизни выдающихся людей (Сократ, И. Гёте, Л. Толстой и др.)
- 2. Самопознание** как основа самосовершенствования. Человек – загадка для самого себя. Знание о людях, живущих вокруг тебя, как одно из условий познания себя.
- 3. Качества личности** «кто я?»
 - Ощущения и восприятия.
 - Эмоции и чувства.
 - Темперамент.
 - Внимание.
 - Память.
 - Знания как характеристика личности.
 - Мышление.
 - Способности личности.

- Направленность: интересы, взгляды, убеждения, нравственность.
 - Характер.
4. **Самосознание**, самоощущение.
 5. **Организация самопознания**: самонаблюдение, самоанализ, самооценка, самоконтроль, рефлексия.

В результате изучения курса:

Формируется у учащихся потребность в самопознании, изменение их отношения к жизни, учебе, труду, самому себе.

Оценивание работы учащихся: оценка должна быть направлена на формирование положительной Я-концепции обучающихся; основным критерием количественной оценки считать затраты усилий, вложенных школьником в свой учебный труд; проведение экспресс-анкет самооценок знаний, умений, качеств учащихся в области самосовершенствования личности. На занятиях курса количественная оценка отсутствует.

Ожидаемые результаты:

В результате реализации данной программы предполагается:

- Улучшение физического и психического здоровья обучающихся
- Развитие их познавательной сферы
- Формирование положительных качеств личности
- Снижение уровня агрессивности и тревожности
- Развитие коммуникативных способностей
- Успешная социальная адаптация.

Тематическое планирование

№ п/п	Раздел (тема)	Количество часов
1.	Знакомство с собой.	1
2.	Образ вашего «Я».	1
3.	Посмотримся в зеркало.	1
4.	Я и окружающие.	1
5.	Вы - личность.	1
6.	Оценивание себя.	2
7.	Сходство и различие наших «Я».	2
8.	Как вы воспринимаете окружающий мир.	1
9.	Внимание, внимание!..	2
10.	Дайте волю воображению.	2
11.	Мир эмоций.	1
12.	Настроение – о Кей!	1
13.	Темперамент пятого типа.	2
14.	Характер - русский.	1
15.	Воля, самостоятельность.	1
16.	Настоящий друг.	1
17.	Основное отличие человека от обезьяны.	1
18.	Богиня Мнемозина.	2
19.	Как мы думаем.	1
20.	Логика мысли.	1
21.	Решение проблем.	1
22.	Каждому – по потребностям.	2
23.	От каждого – по способностям.	1
24.	«Я» в общении.	1
25.	Заведите друга - дневник.	1
26.	Богатства вашей личности.	1
27.	Итоговое занятие.	1
	Итого	34

Календарно – тематическое планирование
курса по психологии «Познай себя»
5-6 классы
на 2023 – 2024 учебный год

Пояснительная записка

Календарно-тематическое планирование составлено в соответствии с Рабочей программой по психологии «Познай себя».

Планирование рассчитано на 1 час в неделю, всего 34 часа.

При изучении курса используется следующий учебно-методический комплекс:

1. Селевко Г. К., И. Н. Закатова., О.Г. Левина Познай себя М.: Народное образование, 2001.
2. Селевко Г. К., Н. К. Тихомирова., О.Г. Левина Сделай себя сам М.: Народное образование, 2001.
3. Орлов Ю. М. Восхождение к индивидуальности. М.: Просвещение, 1991.
4. Зюзько М. В. Пять шагов к себе. М.: Просвещение, 1992.
5. Кон И. С. В поисках себя. М.: Просвещение, 1984.
6. Кон И. С. Открытие «Я». М.: Просвещение, 1989.
7. Рогов Е. И. Психология познания. М.: Просвещение, 1998.
8. Методические материалы журнала «Психолог», 2008-2023.

Календарно - тематическое планирование

№ п/п	Содержание (тема занятия)	Количество часов	Дата
1.	Знакомство с собой.	1	
2.	Образ вашего «Я».	1	
3.	Посмотримся в зеркало.	1	
4.	Я и окружающие.	1	
5.	Вы - личность.	1	
6-7.	Оценивание себя.	2	
8-9.	Сходство и различие наших «Я».	2	
10.	Как вы воспринимаете окружающий мир.	1	
11-12.	Внимание, внимание!..	2	
13-14.	Дайте волю воображению.	2	
15.	Мир эмоций.	1	
16.	Настроение – о Кей!	1	
17-18.	Темперамент пятого типа.	2	
19.	Характер - русский. Выработывайте характер.	1	
20.	Воля, самостоятельность. Воспитание воли.	1	
21.	Настоящий друг. Учитесь дружить.	1	
22.	Основное отличие человека от обезьяны.	1	
23-24.	Богиня Мнемозина.	2	
25.	Как мы думаем.	1	
26.	Логика мысли.	1	
27.	Решение проблем.	1	
28-29.	Каждому – по потребностям.	2	
30.	От каждого – по способностям.	1	
31.	«Я» в общении.	1	
32.	Заведите друга - дневник.	1	
33.	Богатства вашей личности.	1	
34.	Итоговое занятие, тренинг.	1	
	Итого	34	