

МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №30» г. Калуги

«Согласовано»
Заместитель директора по
УВР МБОУ «СОШ №30»

Жеф Герасимова
ФИО

«31» августа 2023 г



«Утверждаю»
Директор МБОУ «СОШ №30»

С.Л. Шебаршинова
ФИО

Приказ № ...
от «31» августа 2023 г

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Социально эмоциональное развитие»
5 класс
на 2023/2024 учебный год**

Калуга, 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Социально-эмоциональное развитие» реализует социальное направление.

Цель: Способствовать развитию потенциала выбора и самоопределения школьников, создать атмосферу доверия и принятия в классном коллективе; стимулировать участников на самопознание и саморазвитие.

Задачи:

- Содействовать созданию классного Соглашения о взаимоотношениях;
- Способствовать выстраиванию взаимоотношений в классе в соответствии с принятым Соглашением.
- Создавать условия для формирования автономии через поддержку открытых высказываний подростков.
- Создавать развивающую среду с использованием конструктивной обратной связи группе и отдельным участникам.
- Организовывать различные виды групповой активности, способствующие более близкому знакомству участников.
- Способствовать соблюдению личных границ всех участников в процессе коммуникации.
- Предоставлять возможности для рефлексии.
- Познакомить родителей с основным содержанием курса и вовлечь их во взаимодействие по развитию личностного потенциала детей.
- Создать условия для определения ориентиров в выборе профессий.
- Способствовать формированию своего образа будущего.
- Содействовать более полному осознанию своего я.
- Способствовать формированию умения составлять планы (проекты) собственного развития.
- Способствовать развитию умения прогнозировать будущее

Количество часов, отведенное на реализацию курса внеурочной деятельности 17 часов (1 час в неделю в течение 1 полугодия)

Форма организации внеурочной деятельности - кружок

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Планируемые результаты освоения программы УМК «Социально-эмоциональное развитие» и входящего в него модуля «Я и Ты» соответствуют требованиям Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (ФГОС ОО) в части достижения личностных и метапредметных результатов.

Личностные: понимание подростком цели своей учебной деятельности формировании и понимании своей системы ценностей, самоопределении.

Метапредметные : способностью подростка к самообразованию и саморазвитию, коммуникации и групповой работе

Учет результатов освоения курса внеурочной деятельности имеет уровневый характер. Фиксация результатов производится после каждого занятия в форме обратной связи. По окончании каждого модуля производится оценка в виде диагностики.

Формой (-ами) оценки достижения планируемых результатов является:

1. вопросы для саморефлексии педагога и подростков;
2. вопросы для наблюдения за изменениями для педагога и родителей;
3. тесты на самодиагностику для педагога и подростков.

Оценка включает три направления: оценивание участниками самих себя, анализ рефлексии и анализ «парковки идей».

Самооценка участниками проводится дважды: в начале и в конце курса. В начале курса она позволяет осознать и зафиксировать актуальный уровень тех или иных навыков и знаний. В конце проводится рефлексия изменений, произошедших в течение модуля.

Программа реализуется в очной форме с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Базовый модуль «Я и ты»

Занятия базового модуля «Я и Ты» предваряет встреча с родителями, на которой педагог знакомит родителей с содержанием курса и обсуждает варианты взаимодействия.

В целом задания и упражнения модуля направлены на формирование доброжелательной атмосферы, которая будет способствовать открытой коммуникации с целью самопознания и принятия подростками себя и других.

Особое внимание уделено выработке классного Соглашения – свода договорённостей о принципах взаимодействия в классе, правилах общения. Одной из задач Соглашения является создание атмосферы принятия и доверия, сплочение класса при условии, что подростки сами берут на себя ответственность за его создание и исполнение. Результат всей программы во многом зависит от проработки Соглашения.

Первое занятие посвящено вопросу идентичности, который становится особенно актуальным в подростковом возрасте и связан с самоопределением в самом широком смысле.

На втором занятии предлагается начать разрабатывать Соглашение о взаимоотношениях. Взаимоотношения предполагают обоюдную ответственность участников. На **третьем занятии** подросток получит возможность увидеть и почувствовать влияние окружения на эмоциональное состояние человека и результат его деятельности.

Однако человек не только реагирует на то, что происходит с ним, но и моделирует ситуации сам. И сам несёт ответственность за собственное благополучие. Об этом **четвёртое занятие**.

Отношения – хорошая возможность для самопознания и саморазвития. На **пятом занятии** подростки знакомятся с Окном Джохари – инструментом, позволяющим лучше узнать себя через призму взаимоотношений, – и продолжают работать с ним на **шестом и седьмом занятиях**.

Восьмое занятие посвящено концепции ненасильственного общения Маршалла Розенберга, которое позволяет понимать окружающих и открыто выражать свои потребности. Возможность посмотреть на себя со стороны, поделиться имеющимися ресурсами и приобрести новые появятся у подростков на **девятом занятии**.

Самопринятию посвящено **десятое занятие**. В центре внимания вопросы: «Что мешает нам принимать себя такими, какие мы есть?», «Почему мы так нуждаемся в любви?».

Кто не мечтал в детстве? А кто до сих пор мечтает? Как сохранить верность мечте и двигаться к ней? Об этом **одиннадцатое и заключительное двенадцатое занятия**.

Цикл занятий по базовому модулю завершается встречей-диалогом подростков и их родителей, к которой необходимо подготовиться заранее, чтобы состоялся конструктивный диалог, обогащающий всех участников.

Цели модуля:

- Создать атмосферу доверия и принятия в классном коллективе;
- Стимулировать участников на самопознание и саморазвитие.

Задачи модуля:

- Содействовать созданию классного Соглашения о взаимоотношениях;
- Способствовать выстраиванию взаимоотношений в классе в соответствии с принятым Соглашением.

- Создавать условия для формирования автономии через поддержку открытых высказываний подростков.
- Создавать развивающую среду с использованием конструктивной обратной связи группе и отдельным участникам.
- Организовывать различные виды групповой активности, способствующие более близкому знакомству участников.
- Способствовать соблюдению личных границ всех участников в процессе коммуникации.
- Предоставлять возможности для рефлексии.
- Познакомить родителей с основным содержанием модуля и вовлечь их во взаимодействие по развитию личностного потенциала детей.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ «Я И ТЫ»

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Формы проведения занятий
1	Введение в тему	1	свободный диалог
2	Соглашение о взаимоотношениях	2	свободный диалог
3	Мы разные, мы вместе	1	свободный диалог
4	Чего я о тебе не знаю	2	свободный диалог
5	Образ Я	2	свободный диалог
6	Что я думаю о себе	1	свободный диалог
7	Что я думаю о других	1	свободный диалог
8	Я и Мы	1	свободный диалог
9	Диалог	1	свободный диалог
10	Давай с тобой поговорим	2	свободный диалог
11	Сотрудничество	2	свободный диалог
12	Шаг в будущее	2	свободный диалог