

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Гимназия №3»

Рассмотрено:

Руководитель МО
Омелаева Н.А.

Протокол № 1
от «26» августа 2022 г.

Согласовано:

Заместитель директора
по ВР Гриценко С.Л.

«26» августа 2022 г.

Утверждаю:

Директор
МБОУ «Гимназия №3»
_____ А.В. Чикалов

Приказ № 268
от «29» августа 2022 г.

Рабочая программа

**по курсу внеурочной деятельности «Развитие
личностного потенциала подростков»**

для обучающихся 9 «Г» классов

Срок реализации программы: 2022 – 2023 учебный год

Разработчик: Осипова Галина
Геннадьевна, учитель
истории и обществознания

г. Рубцовск, 2022

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Развитие личностного потенциала подростков» для 8 класса составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования
- Годового календарного учебного графика МБОУ «Гимназия №3» на 2021/2022 учебный год;
- Учебного плана МБОУ «Гимназия № 3» на 2022/2023 учебный год;
- Авторской программы М.И.Катеева

Выбранный УМК:

М.И. Катеева «Развитие личностного потенциала подростков» Базовый модуль «Я и ты»; 2 – издание переработанное, Москва, 2020, «Российский учебник»

Ю.В. Зарецкий, А.В. Тихомирова «Развитие личностного потенциала подростков» Модуль «Управление собой» Москва, 2020, «Российский учебник»

М.И. Киктенко «Развитие личностного потенциала подростков» Модуль «Я и мой выбор» Москва, 2020, «Российский учебник»

Место учебного предмета в учебном плане:

Курс внеурочной деятельности «Развитие личностного потенциала подростков» находится в Федеральном компоненте и включен в вариативную часть учебного плана гимназии. Всего на изучение курса внеурочной деятельности «Развитие личностного потенциала подростков» в 8 классе в авторской программе отводится 34 часа. По КТП в 2021 – 22 учебном году проходит 33 часов, поэтому рабочая программа составлена на 33 часа в год из расчета 1 час в неделю

Содержание учебного предмета

Учебно-методический комплект (УМК) «Развитие личностного потенциала подростков» является продолжением занятий по УМК «Социально-эмоциональное развитие детей» и охватывает период с 5 по 11 класс средней школы. Программа опирается на модель личностного потенциала профессора, доктора психологических наук Д.А. Леонтьева.

УМК «Развитие личностного потенциала подростков» включает в себя «Концепцию учебно-методического комплекта «Развитие личностного потенциала подростков» и два комплекта методических материалов для двух возрастных групп: для младших и старших подростков. Также в комплект входят дополнительные инструменты для самостоятельной работы подростков как индивидуально, так и в группах.

Все материалы, необходимые для проведения занятий с детьми и мероприятий для родителей, вы найдете в информационно-библиотечном ресурсе УМК «Школа возможностей».

Какие задачи решает УМК?

В ходе обучения по программе подростки учатся понимать себя и других, сотрудничать; развивают критическое мышление и коммуникативные навыки.

Стратегия программы выстроена с учётом возрастных особенностей и результатов исследований в области личностного развития подростка.

Главным принципом программы, который реализуется через свободу высказываний и поддерживающую позицию педагога, выступает принятие без ограничения автономии. Важным акцентом программы является рефлексия.

Программа имеет модульную структуру. Первый модуль является инвариантным и обязательным для проведения. Остальные являются вариативными и фокусируются на различных аспектах личностного потенциала.

УМК «Развитие личностного потенциала подростков» для 5-7 и 8-11 классов прошли психолого-педагогическую экспертизу Российской академии образования (РАО) и рекомендованы к интеграции в систему общего образования, а также к использованию в рамках развития личностного потенциала подростков

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ БАЗОВОГО МОДУЛЯ

1. Создать атмосферу доверия и принятия в классном коллективе .
2. Стимулировать участников на самопознание и саморазвитие .
3. Содействовать созданию классного Соглашения о взаимоотношениях .
4. Способствовать выстраиванию взаимоотношений в классе в соответствии с принятым Соглашением .
5. Создавать условия для формирования автономии через поддержку открытых высказываний подростков .
6. Создавать развивающую среду с использованием конструктивной обратной связи группе и отдельным участникам .
7. Организовывать различные виды групповой активности, способствующие более близкому знакомству участников .
8. Способствовать соблюдению личных границ всех участников в процессе коммуникации
9. Предоставлять возможности для рефлексии Познакомить подростков с инструментами самопознания .
10. Познакомить родителей с основным содержанием модуля и вовлечь их во взаимодействие по развитию личностного потенциала детей .

СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ МОДУЛЯ

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 . Поэтому рекомендуется обращаться к нему не только на занятиях модуля, но и за его пределами.

Если вы только вступаете в программу по развитию и не проходили курс в основной школе, то начать его мы предлагаем со знакомства подростков с понятием «личностный потенциал» . На предварительной встрече вы можете использовать видеоматериалы, которые найдёте, пройдя по ссылке: <https://catalog.vbudushee.ru/> .

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

На втором занятии предлагается начать разрабатывать Соглашение о взаимоотношениях . Если вы новички в программе, то, вероятнее всего, одного урока будет недостаточно . Важно предусмотреть возможность продлить занятие или продолжить работу в следующий раз . Если

вы продолжаете образовательный курс, то имеет смысл пересмотреть уже имеющееся Соглашение .

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 продолжат 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. Если вы впервые затрагиваете эту тему, то лучше посвятить ей не одно занятие . Взаимоотношения предполагают обоюдную ответственность участников личностного потенциала.

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 мечтало ней 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.

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Развитие личностного потенциала подростков»

№	Тема занятия	Количество часов
1	Кто я такой?	1
2	Кто я такой?	1
3	Соглашение нашего класса	1
4	Соглашение нашего класса	1
5	Я, мы, они	1
6	Я, мы, они	1
7	Я и другие	1
8	Я и другие	1
9	Я о себе	1
10	Я о себе	1
11	Камешек в ботинке	1
12	Камешек в ботинке	1
13	Чего я о себе не знаю	1
14	Чего я о себе не знаю	1
15	Диалог	1
16	Диалог	1
17	Образ Я	1
18	Образ Я	1
19	Свет мой, зеркальце, скажи!	1
20	Свет мой, зеркальце, скажи!	1
21	Мечтать или не мечтать?	1
22	Мечтать или не мечтать?	1

23	Путь к мечте	1
24	Путь к мечте	1
25	Зачем человеку нужно управлять собой?	1
26	Зачем человеку нужно управлять собой?	1
27	Управление своим вниманием	1
28	Управление своим вниманием	1
29	Зачем человеку стресс?	1
30	Зачем человеку стресс?	1
31	Способы регуляции своего состояния	1
32	Способы регуляции своего состояния	1
33	Итоговое занятие	1

Итого часов: 33 часа

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ БАЗОВОГО МОДУЛЯ КУРСА ДЛЯ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ

Планируемые результаты освоения программы УМК «Развитие личностного потенциала подростков» и входящего в него модуля «Я и Ты» соответствуют требованиям Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (ФГОС СОО) в части достижения личностных и метапредметных результатов.

Личностные результаты заключаются в понимании подростком цели своей учебной деятельности - формировании и понимании своей системы ценностей, самоопределении .

Метапредметные результаты тесно связаны со способностью подростка к самообразованию и саморазвитию, коммуникации и групповой работе. В контексте теории развития личностного потенциала планируемые результаты модуля «Я и Ты» для старших подростков соотносятся со следующими типами ресурсов подсистем личностного потенциала .

Регулятивные результаты:

- Прогнозирует возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия; понимает, способен описать последствия своих решений и действий
- Имеет здоровую самооценку и самоуважение
- Сравнивает полученные результаты с исходной задачей (достигнуто ли решение, каковы его сильные и слабые стороны)
- Оценивает свою удовлетворенность результатами, сравнивает достигнутое состояние с эмоциональными ожиданиями.
- Учится адекватно оценивать себя, свои сильные и слабые стороны при осуществлении деятельности
- Прогнозирует своё эмоциональное состояние (в том числе понимает эмоциональную обусловленность поведения, а также зависимость эмоций от убеждений)
- Понимает важность как собственных реакций на ситуацию, так и обратной связи от сверстников и взрослых
- Способен к рефлексии собственных действий

Познавательные результаты:

- Сравнивает несколько вариантов решения, выбирает наиболее подходящий (на базе аргументов) с учётом сформулированной задачи, условий её выполнения и имеющихся ресурсов
- Связывает ситуацию с более широким контекстом, может выстраивать связи между идеями, явлениями из разных сфер, неожиданные связи
- Анализирует предыдущий опыт, связывает его с текущей задачей, старается поменять стратегию поведения с учетом предыдущих ошибок
- Умеет смотреть на ситуацию под другим углом

Коммуникативные результаты:

- Проявляет готовность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию
- Обладает чувством собственного достоинства, осознанно принимает общечеловеческие гуманистические и демократические ценности
- Учится брать на себя ответственность за собственное благополучие, анализирует меру своего влияния на происходящие с ним события
- Проявляет ответственность как возможность и необходимость отвечать за себя, своё развитие и за общее дело
- При принятии решения ориентируется на собственные ценности и интересы
- Имеет оптимистичный взгляд на свои возможности и перспективы
- Учится вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания

Контроль и оценка планируемых результатов:

Цикл занятий по модулю замыкает коллективное мероприятие, на котором в непринужденной форме дети рассказывают об изменениях в их мышлении, поведении, общении, произошедшим за время изучения курса

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности

«Развитие личностного потенциала подростков»

№	Дата	Тема занятия	Количество часов
1	4.09. 21	Кто я такой?	1
2	11.09. 21	Кто я такой?	1
3	18.09. 21	Соглашение нашего класса	1
4	25.09. 21	Соглашение нашего класса	1
5	2.10.21	Я, мы, они	1
6	9.10.21	Я, мы, они	1
7	16.10.21	Я и другие	1
8	23.10.21	Я и другие	1
9	13.11.21	Я о себе	1
10	20.11.21	Я о себе	1
11	27.11.21	Камешек в ботинке	1
12	4.12.21	Камешек в ботинке	1
13	11.12.21	Чего я о себе не знаю	1
14	18.12.21	Чего я о себе не знаю	1
15	25.12.21	Диалог	1
16	15.01.22	Диалог	1
17	22.01.22	Образ Я	1
18	29.01.22	Образ Я	1
19	5.02.22	Свет мой, зеркальце, скажи!	1
20	12.02.22	Свет мой, зеркальце, скажи!	1
21	19.02.22	Мечтать или не мечтать?	1
22	26.02.22	Мечтать или не мечтать?	1
23	5.03.22	Путь к мечте	1
24	12.03.22	Путь к мечте	1
25	19.03.22	Зачем человеку нужно управлять собой?	1
26	9.04.22	Зачем человеку нужно управлять собой?	1
27	16.04.22	Управление своим вниманием	1
28	23.04.22	Управление своим вниманием	1
29	30.04.22	Зачем человеку стресс?	1
30	7. 05.22	Зачем человеку стресс?	1
31	14. 05.22	Способы регуляции своего состояния	1
32	21. 05.22	Способы регуляции своего состояния	1
33	28. 05.22	Итоговое занятие	1
		Итого часов:	33