Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Ботовская школа»

|  |  |
| --- | --- |
| Рассмотрено: | Утверждено: |
| Педсовет от 31.08.2022 № 1 | Приказ от 31.08.2022 № 391  Директор школы: Т.А. Крупнова |

**Аннотация к рабочей программе**

**внеурочной деятельности**

**«Я познаю себя»**

**5 класс – 8 часов (один год обучения)**

Педагог – психолог: С.В. Шушкова

д. Ботово

2022 – 2023 учебный год

**Аннотация к программе**

Рабочая программа к курсу «Я познаю себя» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и предназначена для организации внеурочной деятельности обучающихся 5 классов по социальному направлению. Курс разработан на основе программы «Тропинка к своему Я» Хухлаевой О.В.

**Цель программы** — помочь обучающимся адаптироваться к условиям среды школы, научиться лучше понимать себя и других, принимать на себя ответственность за свои поступки, преодолеть подростковый кризис.

**Задачи:**

- способствовать осознанию своих качеств и повышению самооценки.

- обсудить проблемы подростковой дружбы

- помочь обучающимся осознать свои изменения, мотивировать их кпозитивному самоизменению.

- помочь осознать роль конфликтов в жизни человека, научиться

- конструктивно разрешать конфликтные ситуации

**Возраст детей, сроки реализации программы.**

Данная программа рассчитана на учеников 5 класса основной школы, на 8 часов. Занятия могут проводиться по полугодиям.

**Планируемые результаты освоения курса и способы их проверки**

положительное влияние на взаимоотношения учащихся с педагогами, родителями, детьми, на мотивацию обучения школьников, на успешное овладение коммуникативными навыками и навыками самопознания, на позитивное самоотношение.

Контроль проводится в форме наблюдения за работой учеников, устного фронтального опроса, беседы.

**Содержание программы**

|  |
| --- |
| **Тема** |
| 1. Зачем человеку занятия психологией? |
| 2. «Кто я, какой я» |
| 3.«Я нужен» |
| 4. «Чувства бывают разные» |
| 5.«Стыдно ли бояться» |
| 6.«Любой внутренний мир ценен и уникален» |
| 7.«У меня есть друг» |
| 8.«Я не одинок в этом мире» |