**Аннотация к рабочей программе внеурочных занятий по психологии «Познай себя» в 7 А и 7 Б классах на 2019-2020 учебный год.**

 Рабочая программа «Познай себя» разработана с использованием авторской программы О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я» Уроки психологии в средней школе (7 – 8 классы).

**Целью**данной программы является помочь подросткам осознать свои особенности, научиться решать проблемы, обрести уверенность в собственных силах, преодолеть подростковый кризис.

Для достижения поставленных целей необходимо в процессе обучения решать следующие **задачи**:

1. Создать условия для осознания каждым членом группы уникальности собственной личности, средств реализации межличностного общения посредством актуализации индивидуальных взглядов, позиций, установок.

2. Содействовать формированию самостоятельности как предпосылки умения принять ответственность за свою жизнь.

3. Содействовать формированию эго-идентичности через предоставление подростку возможности выбора образцов для идентификации, с одной стороны, и усиление «Я» на основе самоутверждения в подростковой среде – с другой.

4. Способствовать расширению самосознания.

 5. Способствовать развитию способности к внутреннему диалогу через самораскрытие в общении со сверстниками.

6. Способствовать развитию и формированию умения социальной рефлексии и самодиагностики, навыков самоанализа и анализа внешней информации.

Эти задачи решаются сразу на трех уровнях работы:

 **1 уровень** - информативный: на нем выясняются представления учащихся и уточняются общепринятые нормы по теме занятия.

**2 уровень** – личностный: на нем следует способствовать положительному эмоциональному отношению учащегося к теме занятия, желанию применить полученные знания в повседневной жизни. Необходимы поддержка, одобрение, принятие.

**3 уровень** – осознание: на нем учащиеся учатся осознавать, что с ними происходит, почему они ведут себя, таким образом, отчего возникают подобные эмоции и чувства. На этом уровне развивается способность к саморегуляции, самопознанию, самопониманию и самоконтролю, а также понимание того, что думают, чувствуют и делают другие люди.

**Содержание предмета.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ раздела**  | **Направления работы**  | **Тема** | **Количество часов** |
| **Раздел 1 Я и общество (4ч.)** | **Цель:** Формирование законопослушного поведения  |  «Конвенция о правах ребенка»  | 1 |
| «Подросток  и Закон»  | 1 |
| «Человек – творец своей судьбы» | 1 |
| «Жизнь – главная ценность человека» | 1 |
| **Раздел 2. Теория общения (4ч.)** | Цель: Развитие коммуникативных навыков.  | «Мои ценности»  | 1 |
| «Возраст, доверие и независимость» | 1 |
| «Тренинг невербального общения» | 1 |
| «Развлечения в компании» | 1 |
| **Раздел 3. Факторы, влияющие на здоровье (5 ч.)** | Цель: Пропаганда здорового образа жизни | «Вредные привычки»  | 1 |
| «Компьютер-друг или враг» | 1 |
|  «Как справиться с плохим настроением, раздражением, обидой» | 1 |
| «Конфликты в нашей жизни и способы их преодоления» | 1 |
| «Причины возникновения болезней» | 1 |
| **Раздел 4.Основы семейной жизни (4ч.)** | Цель: Привитие семейных ценностей  | «Семья-это» | 2 |
| «Роль отца и матери» | 1 |
| «Моя семья» | 1 |

**Место предмета в учебном плане.**

Для занятий внеурочной деятельностью курса «Познай себя» в 7 классах отводится 17 часов, из расчета 0,5 учебного часа в неделю. Согласно календарному учебному графику и расписанию уроков на 2019 - 2020 учебный год в МБОУ Тацинская СОШ № 3 курс программы реализуется за 17 часов.

**Составитель:** Омельченко Анна Георгиевна, педагог-психолог