

Пояснительная записка

Рабочая программа курса по внеурочной деятельности «Школа личностного роста» для 7-8 классов является частью Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «Очурская СШ» и состоит из следующих разделов:

- 1) планируемые результаты освоения учебного курса;
- 2) содержание учебного курса;
- 3) тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Школа личностного роста»

В основу изучения курса внеурочной деятельности «Школа личностного роста» положены ценностные ориентиры, достижение которых определяются воспитательными результатами. В ходе реализации программы данного курса будет обеспечено достижение обучающимися воспитательных результатов и эффектов с первого по третий уровень.

Уровни воспитательных результатов:

1 уровень: безопасная и своевременная социализация детей в повседневной жизни; приобретение обучающимися социальных знаний и формирование личностных компетенций, влияющих на их социальные взаимодействия под руководством преподавателей курса:

- приобретение обучающимися навыков постановки целей, планирования, самоконтроля, достижения результата и оценки результатов своей деятельности;
- формирование умения предвидеть возможные результаты, в том числе и при социальных взаимодействиях;
- формирование умения слушать и вступать в диалог, учитывать позиции других людей, партнеров по общению или деятельности, тем самым получая необходимые основы социальных знаний, понимание необходимости грамотных социальных взаимодействий для будущей успешности.

2 уровень - самоопределение; формирование внутренней позиции обучающегося, позитивного отношения обучающихся к базовым ценностям общества и к социальной реальности в целом, взаимодействие школьников между собой на уровне общения со сверстниками в школе, то есть в защищенной, дружественной среде при поддержке и помощи преподавателя:

- принятие и освоение новой социальной роли обучающегося;
- развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения, видеть сильные и слабые стороны своей личности;
- положительная динамика развития коммуникативных возможностей и способностей, формирование позитивного отношения обучающихся к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом;
- развитие эмоционального и социального интеллектов, как необходимых факторов успешности в исследовательской, творческой и профессиональной деятельности;
- получение опыта положительного достижения результата, применяя социальный опыт и знания;
- нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками и взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами;
- уважительное отношение к традициям и обычаям.

3 уровень: получение обучающимися опыта самостоятельного общественного действия в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, в обществе других, зачастую незнакомых людей, которые вовсе не обязательно положительно к нему настроены;

- самостоятельное применение обучающимися навыков постановки целей, планирования, самоконтроля, достижения и оценки результатов своей деятельности в реальной социальной среде;

- умение вносить коррективы в выполнение задач на основе оценки и учёта характера ошибок,
- проявлять инициативу и самостоятельность;
- самостоятельное применение умения в реальном социальном взаимодействии за пределами школы достигать поставленной цели;
- самостоятельное применение умения слушать и вступать в диалог, учитывать позиции других людей, партнеров по общению или деятельности, тем самым получая необходимые основы социальных знаний, применение грамотных социальных взаимодействий для дальнейшей успешной профессиональной деятельности;
- способность правильно, сохраняя себя, реагировать на негативные проявления в детском обществе и обществе в целом, анализировать нравственную сторону своих поступков и поступков других людей;
- ценностное отношение к труду и творчеству;
- навыки трудового творческого сотрудничества со сверстниками и взрослыми;
- осознание приоритета нравственных основ труда, творчества, создания нового.

Личностные результаты:

- формирование познавательных интересов, интеллектуальных и творческих способностей учащихся;
- грамотное формирование внутренней позиции личной эффективности и организованности обучающегося, адекватная мотивация на творческую учебную деятельность через творческий подход и личную заинтересованность, ориентация на моральные и социальные нормы и их выполнение.
- умение распознавать собственные ценности, интересы, желания и формировать на их основе личные цели;
- формирование ответственности за собственный выбор: умение делать выбор и отвечать за последствия собственных поступков;
- умение планировать и достигать собственных целей;
- развитие интересов в каком-либо виде деятельности через творческий подход и интерес учащегося;
- формирование позитивной самооценки, самоуважения и адекватного уровня притязаний;
- формирование ценностных отношений друг к другу, школе, семье, результатам обучения;
- формирование социальных компетенций: навыки работы в команде, лидерские компетенции;
- ораторские умения: формулирование итогов своей работы и умение презентовать их на аудиторию; умение кратко и точно отвечать на вопросы.

Метапредметные результаты: включают универсальные учебные действия (УУД: познавательные, регулятивные и коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями:

Регулятивные: эффективность личностных результатов, положительную динамику развития индивидуальных возможностей и способностей, в каком-либо виде деятельности; формирование внутренней мотивации к деятельности; формирование творческого подхода в процессе решения сложных жизненных задач; умение действовать в обстановке непредсказуемости; преодоление возможных психологических ограничений учащихся во время социальных взаимодействий, презентации продуктов их творчества, повышение их самооценки.

Познавательные: действия постановки и решения задач: овладение навыками самостоятельного приобретения новых знаний, анализу и синтезу информации, улучшение навыков работы с различными источниками информации; овладение навыками организации своей деятельности: постановки целей, планирования, самоконтроля, достижения и оценки результатов своей деятельности.

Коммуникативные: развитие социальных компетенций и учет позиции других людей, партнера по общению или деятельности, умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми, адекватно воспринимать и передавать информацию.

2. Содержание учебного курса.

7 класс

1. Развитие навыков общения и взаимодействия.

Вводное занятие. Тренинг общения. «Планеты – это мы!». Приглядишься к тому, кто рядом. Формы общения: деловое, личное, общение в интернете. Виды взаимодействия: совместная деятельность, конкуренция, конфликт. Правила ведения разговора. Приемы для достижения понимания собеседниками. «Разговор о душе и по душам». О доброте и толерантном поведении.

2. Развитие навыков самопознания, самооценки и понимания других.

«Я – неповторим и индивидуален». Особенности моего характера. Мои интересы и склонности. Изучаем личностные особенности. Я глазами одноклассников.

3. Развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными состояниями, формирование навыков адекватного поведения в стрессовых ситуациях.

«Мои эмоции и чувства». Формирование позитивных эмоций и саморегуляции эмоциональных состояний. Способы противостояния отрицательным эмоциям, обучение навыкам релаксации. Что такое «запретные чувства?». Какие чувства мы скрываем. «Я в бумажном зеркале». Бумажное отражение. Навыки стрессоустойчивости. Релаксационные и позитивные психологические упражнения.

4. Развитие навыков принятия и исполнения решений.

«Я – хозяин своего поведения». Развиваем волю. Разговор о нравственности. Секреты успеха. Самопрезентация. Поговорим о морали и моральном облике человека. Поведение без границ? Свобода личности и ответственность.

5. Развитие познавательных процессов.

Слушаем, видим, воспринимаем. Освоение приемов мнемотехники. Анализируем, сравниваем, обобщаем. В мире много интересного.

6. Развитие творческих способностей.

Развиваем креативные способности. «В творческой лаборатории». Тренинг «Мой источник творчества». Оценка креативности Е.Туник. Секреты и методы творчества. Как развивать творческие способности. Тренинг познавательных процессов. Творческие задачи. Составление рассказа по началу и концу. Воображение и рисунок. «Вынеси эмоцию на бумагу». Тренинг «Творческие способности».

8 класс

Введение в тему курса. Обзорное введение в тему курса: «Что дает изучение курса?» План курса. Обучение навыкам работы в команде. Первый совместный групповой проект «Путешествие начинается».

Принципы эффективного лидерства. Выбор и его последствия. Что такое для человека выбор. Существует ли правильный или неправильный выбор. Факторы нашего выбора: внешние и внутренние. Последствия нашего выбора. Связь выбора человека и его потребностей, интересов, целей, ценностей. «Точка выбора»/«точка свободы», в чем ее функция, какие преимущества она может давать человеку. Ответственность за свой выбор. Реактивное и проактивное поведение. Психология победителя и неудачника.

Проактивность. Реактивность. Определение эффективной деятельности. Личные и профессиональные качества успешного и эффективного человека. «Неудачник» и «победитель»: в чем различие. Речь и поведение реактивного и проактивного человека. Выгоды проактивности в решении сложных жизненных задач. Пути проактивного выхода из неудач. Я сам VS Обстоятельств. Круг забот, круг влияния. Как оставаться в круге влияния, руководить обстоятельствами и формировать свой личный выбор. Инструменты силы.

Принципы тайм-менеджмента. Целеполагание, планирование, расстановка приоритетов. Способы постановки и достижения цели. Работа с алгоритмом формулирования цели. Практические игры и упражнения на овладения навыками управления временем. Практическая работа пошагового формулирования цели.

Самооценка и уровень притязаний. Что такое самооценка и чем она важна для человека. Самооценка = успех/уровень притязаний. Какое влияние оказывает заниженная самооценка. Признаки адекватной/заниженной самооценки. Проведение собственного исследования на уровень притязаний и адекватность самооценки. Способы формирования адекватной самооценки. Феномен «проекции», потеря информации при передаче. Как наши страхи влияют на нашу успешность. Страх не справиться с ситуацией. Страх оценки. ЛЭБС (Личный Эмоциональный Банковский счет), или как обрести уверенность в себе и сосредоточиться на самом главном. 6 способов делать вклады в ЛЭБС. Что уменьшает ЛЭБС. Удача и личный успех как ресурс для повышения самооценки и ЛЭБС. Дневник Пифагора. Формирование позитивного отношения к жизни и достижениям.

Командные навыки эффективности. Три навыка командной работы и их применение на практике. 4-й навык эффективности: умение слушать и слышать. Индивидуальное восприятие человека. Для чего нам нужно уметь договариваться? Как уметь договориться? Неэффективное слушание, примеры. Стили истинного слушания. Формирование/утрата доверия. Индивидуальные и коллективные решения. Особенности групповой проектной деятельности. Умение «слышать» другого и принимать коллегиальные решения. Навык 5-й (командный). Взаимодействие в духе «выиграл-выиграл». Теория. Как добиться взаимного успеха, как уметь повлиять на другого человека. Навык 6-й командной работы. Синергия, как эффективный командный навык и способы ее достижения. Разбор ситуации на примере одной семьи. Различия между людьми, как их использовать. Обучение работе в команде. Командная игра «красное/черное» на достижение синергии, демонстрирующая эффект командной работы. Ролевая командная игра «Необитаемый остров». Обучение работе в команде и командным навыкам: слушать и слышать, выиграл-выиграл, синергия. Достижение совместных договоренностей.

7-й навык эффективности «Затачивай пилу». 7-й навык эффективности, для чего он нужен. Четыре основных измерения жизни. Тело, Разум, Эмоции, Душа. Шкала личного баланса.

Курс НАВИГАТОРА: практические занятия, тренинги. Развитие игровых компетенций. Игры на сплочение, командообразование. Игры на развитие интеллектуальных и познавательных навыков, игры на организаторские компетенции. Экспертная деятельность: оценка, самооценка, умение слышать другого. Тренинговые занятия на развитие личностных навыков эффективности. Создание групповых проектов.

3. Тематическое планирование.

7 класс

№п/п	Наименование раздела	Количество часов
1.	Развитие навыков общения и взаимодействия	7
2.	Развитие навыков самопознания, самооценки и понимания других	4
3.	Развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными состояниями, формирование навыков адекватного поведения в стрессовых ситуациях.	4
4.	Развитие навыков принятия и исполнения решений.	5
5.	Развитие познавательных процессов.	5
6.	Развитие творческих способностей.	9
	Итого:	34

8 класс

№п/п	Наименование раздела	Количество часов
1.	Введение в тему курса.	1
2.	Принципы эффективного лидерства. Выбор и его последствия.	2
3.	Проактивность. Реактивность.	3
4.	Принципы тайм – менеджмента.	4
5.	Самооценка и уровень притязаний.	8
6.	Командные навыки эффективности.	6
7.	Седьмой навык эффективности «Затачивай пилу».	1
8.	Курс НАВИГАТОРА: практические занятия, тренинги.	9
	Итого:	34

Календарно-тематическое планирование 7 класс (34 часа)

№п/п	Наименование разделов и тем	Дата	
		План	Факт
1.	Вводное занятие. Тренинг общения.		
2.	Приглядиись к тому, кто рядом.		
3.	Формы общения: деловое, личное, общение в интернете.		
4.	Виды взаимодействия: совместная деятельность, конкуренция, конфликт.		
5.	Правила ведения разговора. Приемы для достижения понимания между собеседниками.		
6.	Разговор о душе и по душам.		
7.	О доброте и толерантном поведении.		
8.	Я – неповторим и индивидуален. Особенности моего характера.		
9.	Мои интересы и склонности.		
10.	Изучаем личностные особенности.		
11.	Я глазами одноклассников. Социометрия.		
12.	Мои эмоции и чувства.		
13.	Что такое «запретные чувства»? Какие чувства мы скрываем?		
14.	Я в «бумажном» зеркале. Бумажное отражение.		
15.	Навыки стрессоустойчивости.		
16.	Я хозяин своего поведения.		
17.	Развиваем волю.		
18.	Разговор о нравственности.		
19.	Секреты успеха. Самопрезентация.		
20.	Поведение без границ? Свобода личности и ответственность.		
21.	Слушаем, видим, воспринимаем.		
22.	Освоение приемов мнемотехники.		
23.	Анализируем, сравниваем, обобщаем.		
24.	В мире много интересного.		
25.	Интеллектуальная игра		
26.	Развиваем креативные способности.		
27.	В творческой лаборатории.		
28.	Тренинг «Мой источник творчества».		
29.	Диагностическое тестирование. Оценка креативности Е.Туник.		
30.	Секреты и методы творчества. Как развивать творческие способности?		
31.	Тренинг познавательных процессов.		
32.	Творческие задачи. Составление рассказа по началу и концу.		
33.	Воображение и рисунок. Вынеси эмоцию на бумагу.		
34.	Тренинг «Творческие способности»		

Календарно-тематическое планирование 8 класс (34 часа)

№п/п	Наименование разделов и тем	Дата	
		План	Факт
1.	Введение в тему курса. Обзорное введение в тему курса: «Что дает изучение курса?»		
2.	Принципы эффективного лидерства.		
3.	«Точка выбора»/«точка свободы», в чем ее функция, какие преимущества она может давать человеку.		
4.	Ответственность за свой выбор. Реактивное и проактивное поведение. Психология победителя и неудачника.		
5.	Проактивность. Реактивность.		
6.	«Неудачник» и «победитель»: в чем различие		
7.	Принципы тайм-менеджмента.		
8.	Способы постановки и достижения цели. Работа с алгоритмом формулирования цели.		
9.	Игра «Плохие привычки»		
10.	Самооценка и уровень притязаний.		
11.	Способы формирования адекватной самооценки.		
12.	Как наши страхи влияют на нашу успешность.		
13.	ЛЭБС (Личный Эмоциональный Банковский счет)		
14.	6 способов делать вклады в ЛЭБС. Что уменьшает ЛЭБС.		
15.	Удача и личный успех как ресурс для повышения самооценки и ЛЭБС.		
16.	Дневник Пифагора.		
17.	Формирование позитивного отношения к жизни и достижениям.		
18.	Командные навыки эффективности. Три навыка командной работы и их применение на практике.		
19.	4-й навык эффективности: умение слушать и слышать.		
20.	5-й навык эффективности(командный).		
21.	6-й навык командной работы. Синергия, как эффективный командный навык и способы ее достижения.		
22.	Командная игра «красное/черное».		
23.	Ролевая командная игра «Необитаемый остров».		
24.	7-й навык эффективности «Затачивай пилу».		
25.	Игры на сплочение коллектива «Веревочный курс».		
26.	Игры на сплочение коллектива.		
27.	Интеллектуальная игра «Игры разума»		
28.	Тренинг личностного роста «Пойми себя» Занятие 1 «На старте»		
29.	Занятие 2 «В мире людей».		
30.	Занятие 3 «В море эмоций».		
31.	Занятие 4 «В глубине души».		
32.	Занятие 5 «Прошлое, настоящее, будущее».		
33.	Занятие 6 «Финал»		
34.	Создание групповых проектов.		

Список литературы

1. Алиева, Е.Г. Творческая одаренность и условия ее развития / Е.Г. Алиева. – М: ИП РАН, 1991.
2. Амонашвили, Ш.А. Психологические основы педагогики сотрудничества / Ш.А. Амонашвили. – Киев: Освита, 1991. – 111 с.
3. Белоконь, О.В.. Взаимосвязь эмоционального и социального интеллекта с лидерством [Электронный ресурс]: Дис. ... канд. псих. наук: 19.00.01. – М: РГБ, 2008.
4. Богоявленская, Д.Б. Психология творческих способностей / Д.Б. Богоявленская. – М.: Издательский центр «Академия», 2002. – 320 с.
5. Бухвалов, В.А. Развитие обучающихся в процессе творчества и сотрудничества / В.А. Бухвалов. – М.: Центр «Педагогический поиск», 2000. – 144 с.
6. Голуб Г.Б., Перельгина Е.А., Чуракова О.В. Основа проектной деятельности школьника. Под ред. проф. Е.Я. Когана. – Издательский дом «Фёдоров». Издательство «Учебная литература», 2006.
7. Ильин, Е.П. Психология творчества, креативности, одаренности. – СПб.: Питер, 2012. – 448 с.
8. Кови, Ш. 7 навыков высокоэффективных тинейджеров. – М.: Добрая книга, 2014. – 296 с.
9. Стивен Р. Кови. Семь навыков высокоэффективных людей: Мощные инструменты развития личности. – 10-е изд., доп. – Москва: Альпина 15 Паблишер, 2015.
10. Матюшкин, А.М. Творческая одаренность // Общественные движения исоциальная активность молодежи/Материалы Всесоюзной конференции «Человек в системе общенаучных отношений». М., 1991.
11. Амонашвили, Ш.А. Размышление о гуманной педагогике/Ш.А. Амонашвили. - М.: Издательский дом Ш.А. Амонашвили, 2001.
12. Лазарев, В. А. Педагогическое сопровождение одаренных старшеклассников: дис. д-ра. пед. наук. - Ярославль, 2005. - 329 с.
13. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Политиздат, 1977.
14. Максимова, С.В. Творчество как феномен неадаптивной активности // Развитие творческого потенциала обучающихся в системе детского дополнительного образования. Серия «Экология творчества». Выпуск 2/ под ред. Н.В. Маркиной, О.В. Верещинской. – Челябинск: Паритет-Профит, 2002.
15. Маслоу, А. Мотивация и личность. – СПб., 2003.
16. Привалова Т. Д., Петрова О. Ю. Развитие творческих способностей детей в системе дополнительного образования // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 11. – С. 1871–1875. – URL: <http://ekoncept.ru/2016/86401.htm>