**Приложение 1**.

**Программа внеурочной деятельности**

**(формирования социальной компетентности обучающихся)**

**«Школа социальной зрелости»**

**для обучающихся основной школы.**

Срок реализации: 4 года

(с 5 по 8 класс)

Составитель Лисова С.В. , педагог-психолог

**Краткое содержание программы**

**5-6-й классы: «Шаги к познанию себя и мира».** В этой части программы определяются специальные способности, интересы и физические возможности детей (особенности восприятия, воображения, памяти, мышления, направленность личности), проводятся тренинговые упражнения на развитие памяти, мышления, воображения, тренинг групповой деятельности.

**Программа занятий**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Части программы** | **Темы занятий** | **Количество часов** | **Задачи части** |
| Введение | Занятие 1. «Давайте познакомимся» | **1** | Развитие интереса к саморазвитию, актуализация деятельности.  Пояснение форм и методов работы с личным дневником  Создание собственной программы развития |
| Занятие 2. «Правила работы в группе» | **1** |
| Занятие 3. «Книга про меня» | **1** |
| Занятие 4. « Имя человека» | **1** |
| Занятие 5. «Программа развития» | **1** |
| **БЛОК Я-Я** | | | |
| 1. Я и мои способности | Занятие 1. «На что способен человек» | **1** | Формирование у воспитанников представлений о видах способностей, тестирование и определение собст­ |
|  | Занятие 2-4. «Определение индивидуальных способностей» | **3** |
|  | Занятие 5. «Пять минут с великим»  (метод направленной визуализации) | **1** | венных способностей, определение способов и форм их развития  Формирование представлений о категории познания |
| Занятие 6.-7 Отработка алгоритма принятия решения | **2** |
| 2. Познание мира | Занятие 1. «Познаваем ли мир, или как увидеть чёрную кошку в тёмной комнате» | **1** | Формирование и тренинг чувственного познания о способах развития «каналов» познания мира |
| Занятие 2-3. «Мир красок» | 1 |
| Занятие 4-5. « Мир звука» | **1** |
|  | Занятие 6-7. «В мире вкуса и обоняния» | **2** |
| Занятие 8. «Человеческие миры» | **1** |
| Занятие 9-10. «Рецепт радости» (активизация ресурсных состояний) | 2 |
| 3. Эмоции и чувства | Занятие 1. «Алфавит эмоций» | **1** | Формирование представлений о собственных эмоциях и чувствах приобретение навыков саморегуляции |
| Занятие 2. «Лицо эмоций | **1** |
| Занятие 3 Игра с эмоциями | **1** |
| Занятие 4. «Контроль эмоций» | **1** |
| Занятие 5. «Копилка обид» | **1** |
| Занятие 6. Проект «Победи своего дракона» | **1** |
| **БЛОК Я И ДРУГИЕ** | | | |
|  | Занятие 1 Человеческие миры  ( коллаж) | **1** | Формирование умений и навыков общения. |
| Занятие 2«Что такое толерантность | **1** |
| Занятие 3 Достоинство | **1** |
| Занятие 4 Просьба. Как отказать, не обижая. | **1** |
| Занятие 5 Я в своих глазах и глазах других людей. | **1** |
| Занятие 6-8 Проект «рецепт радости» | **3** |

**7-8-й классы: « Я и мои социальные роли».** В этой части определяются особенности темперамента, самооценки, характера личности. Тренинговые упражнения направлены на развитие социально позитивных навыков поведения и социально значимых черт характера личности. Как результаты рассматриваются позитивные изменения в поведении личности (расширение социального опыта, навыков взаимодействия с различными социальными институтами, наличие программы саморазвития).

**Программа занятий**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| Части программы | Темы занятий | Количество часов | Задачи |
|  | Занятие 1. «Представимся лично | **1** | Постановка целей работы по программе, выработка индивидуальной программы деятельности, развитие навыков групповой работы |
|  | Занятие 2. «Работая в группе» | **1** |
|  | Занятие 3. «Планов громадьё» | **1** |
| **БЛОК Я-Я** | | | |
| 1.«Зачем и почему» | Занятие 1. «Мои мотивы» | 1 | Формирование представлений о мотивах деятельности человека и роли общечеловеческих ценностей в построении жизненной перспективы и развитии, развитие навыков групповой работы |
| Занятие 2 Подарки Феи, или ценности жизни» | 1 |
| Занятие 3. «Ценности человечества» | 1 |
| Занятие 4-5. Проект «Путешествие за ценностями» | 2 |
| 2 Темперамент и характер | Занятие 1. «Что такое темперамент» | 1 | Формирование представлений об особенностях темперамента, о характере как совокупности психологических свойств личности |
| Занятие 2 . «Мой темперамент» | 1 |
|  | Занятие 3. «Что такое характер» | 1 | выработка навыков самоуправления |
|  | Занятие 4. «Качества характера» | 1 |
|  | Занятие 5. «Воспитание характера» | 1 |
|  | Занятие 7-8. «Тренинг уверенного поведения» | 2 |
|  | Занятие 9. «Стратегии успеха» | 1 |
|  | Занятие 10-13. «Мои социальные роли» | 4 |  |
|  | Занятие 14. Работа с личным дневником | 2 | Составление и защита программы развития |
|  | **БЛОК Я-ДРУГИЕ** |  |  |
|  | Занятие1  Умение слушать и слышать | 1 | Формирование умений и навыков общения. Позиций принятия другого человека, безконфликтного общения, преодоления конфликтных ситуаций |
|  | Занятие 2  Эмпатия | 1 |
|  | Занятие 3  Барьеры непонимания и их преодоление | 1 |
|  | Занятие 4  «Маска. Я тебя знаю» | 1 |
|  | Занятие 5 Мы и конфликты | 1 |
|  | Занятие 6 «Я нашел на дороге» | 1 |
|  | Занятие 7 «Уважаемые люди» |  |  |
|  | Занятие 8-9. Защита проекта «Программа саморазвития» и подведение итогов работы с личным дневником | 2 |  |