

**АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«УДМУРТСКИЙ КАДЕТСКИЙ КОРПУС ПРИВОЛЖСКОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА ВАЛЕНТИНА ГЕОРГИЕВИЧА СТАРИКОВА»**

Рассмотрено на заседании
методического объединения
«19» августа 2022г.
протокол № 1

Согласовано
Зам. директора по УВР В. Ю. Непряхина _____
«22» августа 2022г.

Утверждаю:
Директор Удмуртского кадетского корпуса:
_____/Т.А. Караваева/
приказ № 101-ос от 25.08.2022г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса
«Я и мои умения»
5 класс
(ФГОС-2021г.)**

педагога-психолога высшей кв. категории
Самойловой Наталии Анатольевны

2022 год

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочного курса «Я и мои умения» на уровне основного общего образования составлена на основе следующих документов:

- Федеральный закон «Об образовании в РФ» (в существующей редакции);

- Федеральный государственный стандарт основного общего образования (5-9 кл.), утвержденного приказом Минпросвещения Российской Федерации от «31» мая 2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;

- Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования (Приложение к письму Минпросвещения РФ от 05.07.2022 N ТВ-1290/03);

- Требования к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, представленные в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования; - Примерная программа воспитания;

- Примерная рабочая программа учебного курса «Я и мои умения» для 5 классов образовательных организаций, одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (Протокол № 3/22 от 23.06.2022);

- Учебный план Удмуртского кадетского корпуса;

- Программа воспитания Удмуртского кадетского корпуса.

Направленность курса: социальная.

Срок реализации: 1 год

Актуальность курса

Форма реализации программы - очная.

Внеурочная деятельность – это образовательная деятельность, осуществляемая в формах, отличных от классно-урочной, и направленная на достижение школьниками личностных, метапредметных и предметных результатов.

Основной целью организации внеурочной деятельности школы является формирование ключевых компетенций учащихся: информационной, коммуникативной, проблемной, кооперативной или компетенции по работе в сотрудничестве.

Результат внеурочной деятельности - развитие - на основе освоения универсальных учебных действий, познания и освоения мира – личности обучающегося, его активной учебно-познавательной деятельности, формирование его готовности к саморазвитию и непрерывному образованию.

Актуальность программы «Я и мои умения» заключается в том, что успешность обучения ребенка во многом зависит от особенностей его адаптации. Насколько легко, и быстро младший подросток приспособится к

условиям учебного учреждения, в частности к условиям Удмуртского кадетского корпуса, зависит не столько от его интеллектуального развития, а от того, насколько сформированы определенные навыки и умения. Это умения осознавать требования и соответствовать им, умение устанавливать межличностные отношения, навыки уверенного поведения и совместной деятельности, навыки адекватной оценки собственных возможностей и способностей.

Одной из психологических трудностей, возникающих у учащихся в процессе обучения, является недостаточное владение навыками межличностного взаимодействия. Вследствие этого возникают конфликты, ребенок может замкнуться в себе, снизится успеваемость; «отверженные» дети попадают в категорию «трудных» учащихся. В школе кроме получения базового образования крайне важно научиться жить среди людей, общаться с ними с удовольствием, не избегая их.

Курс «Я и мои умения» направлен на оказание помощи кадетам в адаптации к условиям Удмуртского кадетского корпуса. Он позволяет учащимся приобрести социально-психологическую компетентность. Подросткам предоставляется возможность «здесь и теперь» попытаться преодолеть актуальные для них жизненные проблемы, а также освоить эффективные способы их разрешения в будущем.

Данная программа включает в себя основные направления работы: аксиологическое, инструментальное, потребностно-мотивационное и развивающее.

Аксиологическое направление учит ребенка принимать самого себя и других людей, при этом адекватно осознавая свои и чужие достоинства и недостатки. Инструментальное направление формирует умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы, т.е. помогает личностной рефлексии ребенка.

Потребностно-мотивационное направление для подростков предполагает развития умения сделать выбор, готовность нести за него ответственность, а также формирование потребности в самоизменении и личностном росте.

Развивающее направление обеспечивает формирование эго-идентичности (Э. Эриксон), половой идентичности и личностного самоопределения (Л.И. Божович).

Практическая значимость: формирование ключевых компетенций учащихся: информационной, коммуникативной, проблемной, кооперативной или компетенции по работе в сотрудничестве.

Результат внеурочной деятельности - развитие - на основе освоения универсальных учебных действий, познания и освоения мира – личности обучающегося, его активной учебно-познавательной деятельности, формирование его готовности к саморазвитию и непрерывному образованию.

Место учебного курса в учебном плане

Общее число часов, отведённых на изучение учебного курса «Я и мои умения» — 34 ч (один час в неделю в пятом классе);

Цель: оказание психолого-педагогической поддержки обучающимся 5 классов в период адаптации к условиям кадетского корпуса; повышение уровня психологической компетенции учащихся за счет вооружения их соответствующими знаниями и умениями, расширения границ самовосприятия, побуждения потребности в самосовершенствовании;

Задачи:

формирование позитивной Я концепции и устойчивой самооценки, снижение уровня школьной тревожности;

формирование устойчивой учебной мотивации;

способствование созданию классного коллектива через формирование групповой сплоченности, выработку и принятие норм и правил;

выработка адекватных и эффективных навыков конструктивного взаимодействия с окружающими;

создание атмосферы принятия, поддержки, успешности;

формирование представлений об умениях, навыках обучения в среднем звене;

формирование навыков взаимодействия с другими людьми;

формирование адекватного отношения к своим успехам и неудачам в какой-либо деятельности;

Занятия проводятся с вновь поступившими учащимися 5 классов, один час в неделю, всего 34 часа.

Курс «Я и мои умения» представляет собой практические уроки. На занятиях используются элементы ролевых игр, тренинговые упражнения, мини-лекции, дискуссии, релаксации, элементы арт-терапии, сказкотерапии, диагностические методики.

Содержание внеурочного курса «Я и мои умения»

Раздел 1 Давайте познакомимся

Создание положительного настроения. Упражнение «Прошепчи имя». Упражнение «Если весело живется, делай так». Принятие правил. Упражнение «Узнай свою школу». Сказка «Жадный кармашек». Принятие ритуалов приветствия и прощания. Знакомство. Мое имя.

Раздел 2 Первый раз в пятый класс

Мой класс. Анкета Лускановой. Находим друзей. Кадетская школа Мои товарищи. Что поможет мне учиться? Легко ли быть кадетом? Чего я боюсь?

Раздел 3 Я и другие

Легко ли быть учителем? Анкета «Отношение к предметам». Легко ли быть воспитателем? Анкета «Отношение к воспитателю». Командир отделения. Анкета «Отношение к командирам». Конфликт или взаимодействие. Опросник «Чувства в школе». Стратегии поведения в конфликтной ситуации. Как разрешить конфликты. Мои переживания. Как реагировать на обидное замечание. Ставим цели.

Раздел 4 Мои способности

Разные стороны Я. Определение личностных качеств. Внимание и память. Корректурная проба. Сенсомоторное развитие. Диагностика

работоспособности. Логическое мышление. Диагностика интеллектуального развития. Воображение. Эмоции и чувства. Цветонастроение.

Раздел 5 Учусь владеть собой

Уверенность в себе. Самопомощь при неудачах. Диагностика уровня тревожности. «Голосуй за...». Составление и защита плаката «Мы за ЗОЖ».

Планируемые результаты освоения программы внеурочного курса «Я и мои умения» на уровне основного общего образования

Личностные результаты

1. Гражданское воспитание:

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей;

- активное участие в жизни семьи, Организации, местного сообщества, родного края, страны;

- неприятие любых форм экстремизма, дискриминации;

- понимание роли различных социальных институтов в жизни человека;

- представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе;

- готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении;

- готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней).

2. Патриотическое воспитание:

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;

- ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа;

- уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию, традициям разных народов, проживающих в родной стране.

3. Духовно-нравственное воспитание:

- ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;

- готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков;

- активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства.

4. Эстетическое воспитание:

- восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание эмоционального воздействия искусства;

- осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения;

- понимание ценности отечественного и мирового искусства, роли этнических культурных традиций и народного творчества.

5. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- осознание ценности жизни;

- ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);

- осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья;

- соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;

- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

- умение принимать себя и других, не осуждая;

- умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием;

- сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

6. Трудовое воспитание:

- установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, Организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;

- интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания;

- осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого;

- уважение к труду и результатам трудовой деятельности;

- осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей.

Экологическое воспитание:

- повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения;

- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;

- осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред;

- готовность к участию в практической деятельности экологической направленности.

Ценности научного познания:

- ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;

- овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира; овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия.

Личностные результаты, обеспечивающие адаптацию обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды:

- освоение обучающимися социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональной деятельности, а также в рамках социального взаимодействия с людьми из другой культурной среды;

- способность обучающихся во взаимодействии в условиях неопределенности, открытость опыту и знаниям других;

- способность действовать в условиях неопределенности, повышать уровень своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, осознавать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других;

- умение распознавать конкретные примеры понятия по характерным признакам, выполнять операции в соответствии с определением и простейшими свойствами понятия, конкретизировать понятие примерами, использовать понятие и его свойства при решении задач (далее — оперировать понятиями), а также оперировать терминами и представлениями в области концепции устойчивого развития;

- способность обучающихся осознавать стрессовую ситуацию, оценивать происходящие изменения и их последствия;

- воспринимать стрессовую ситуацию как вызов, требующий контрмер;

- оценивать ситуацию стресса, корректировать принимаемые решения и действия;
- формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;
- быть готовым действовать в отсутствие гарантий успеха.

Метапредметные результаты

1. Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

1) базовые логические действия:

- выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений); устанавливать существенный признак классификации;
- с учетом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях;
- выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;
- выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учетом выделенных критериев);

2) базовые исследовательские действия:

- использовать вопросы как исследовательский инструмент познания; формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта;
- формировать гипотезу об истинности собственных суждений и суждений других, аргументировать свою позицию, мнение;
- проводить по составленному плану опыт, несложный эксперимент, небольшое исследование по установлению особенностей объекта изучения, причинно-следственных связей и зависимостей объектов между собой;
- оценивать на применимость и достоверность информации, полученной в ходе исследования (эксперимента);
- формулировать обобщения и выводы по результатам проведенного наблюдения, опыта, исследования;
- прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях;

3) работа с информацией:

- применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учетом предложенной учебной задачи и заданных критериев;
- выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;
- находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;

- выбирать оптимальную форму представления информации и решаемые задачи несложными схемами, иллюстрировать диаграммами, иной графикой и их комбинациями;

- оценивать надежность информации по критериям, предложенным педагогическим работником;

- эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение системой универсальных учебных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков у обучающихся.

2. Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:

1) общение:

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения;

- выразить себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах; распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;

- понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;

- в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;

- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;

- публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта);

- выбирать формат выступления с учетом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов;

2) совместная деятельность:

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи;

- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

- уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

- планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнений, «мозговые штурмы» и иные);

- выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;

- оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия;

- сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчета перед группой.

Овладение системой универсальных учебных коммуникативных действий обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

3. Овладение универсальными учебными регулятивными действиями

1) самоорганизация:

- выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях; ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);

- самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи, аргументировать предлагаемые варианты решений;

- составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения);

- делать выбор и брать ответственность за решение;

2) самоконтроль:

- владеть способами самоконтроля и рефлексии;

- давать оценку ситуации и предлагать план ее изменения;

- объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

- вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;

- оценивать соответствие результата цели и условиям;

- эмоциональный интеллект: различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;

- ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения других;

- регулировать способ выражения эмоций;

3) принятие себя и других:

- осознанно относиться к другому человеку, его мнению; признавать своё право на ошибку и такое же право другого;

- принимать себя и других, не осуждая;

- открытость себе и другим;

- осознавать невозможность контролировать все вокруг.

Предметные результаты освоения рабочей программы по внеурочному курсу «Я и мои умения» (5 класс):

- знание норм и правил, существующие в мире;
- освоение и применение начальных понятий конфликтологии;
- умение анализировать индивидуальные особенности, повышать самооценку;
- умение анализировать свое эмоциональное состояние, адекватно выражать свои эмоции;
- умение анализировать ответственность человека за свои чувства и мысли;
- умение анализировать свои возрастные изменения;
- умение находить различия между агрессией и агрессивностью;
- умение анализировать собственное агрессивное поведение;
- умение анализировать роль конфликтов в жизни человека;
- освоение и применение конструктивных способов разрешения конфликтных ситуаций;
- умение анализировать собственные жизненные ценности.

Формы контроля

№ раздел	Раздел	Количество часов	
		Всего количество часов	Контр./практ. работы
1	Давайте познакомимся	3	1
2	Первый раз в пятый класс	7	3
3	Я и другие	7	4
4	Мои способности	11	4
5	Учусь владеть собой	6	2
	Итого	34	14

Тематическое планирование 5 класс (34 часа)

№ п/п	Раздел, тема урока	Содержание программы	Основные виды деятельности обучающихся
1. «Давайте познакомимся»			
1.1	Введение в курс. Создание группы.	Создание положительного настроения. Принятие правил. Принятие ритуалов приветствия и прощания. Знакомство. Мое имя.	Знать и соблюдать правила работы в группе; учиться видеть ситуацию с разных сторон; позитивно относиться к своему имени.
1.2	Давайте познакомимся.		
1.3	Мое имя.		
2. «Первый раз в пятый класс»			
2.1	Мой класс	Качества важные в дружбе; школьные правила, отличия правил УМК, правила поведения в разных школьных ситуациях. качества необходимые успешному ученику, кадету; чувства и эмоции.	Осознавать особенности своего поведения в разных школьных ситуациях; осознавать определять эмоциональное состояние, свои школьные страхи, находить способы их преодоления.
2.2	Находим друзей		
2.3	Кадетская школа		
2.4	Мои товарищи		
2.5	Что поможет мне учиться?		
2.6	Легко ли быть кадетом?		
2.7	Чего я боюсь?		

3 «Я и другие»			
3.1	Легко ли быть учителем	<p>Понятие общение, конфликт, конфликтная ситуация, стратегии поведения в конфликте; роль конфликтов в жизни человека, конструктивные стратегии разрешения конфликтных ситуаций; социальные и коммуникативные умения, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом, с новыми учителями и другими сотрудниками КК; способы адекватного самовыражения;</p>	<p>Понимать роль конфликтов в жизни человека, конструктивно разрешать конфликтные ситуации; адекватно выражать свои желания, чувства и эмоции;</p>
3.2	Легко ли быть воспитателем		
3.3	Командир отделения		
3.4	Конфликт или взаимодействие		
3.5	Как разрешить конфликты		
3.6	Мои переживания		
3.7	Ставим цели		
4 «Мои способности»			
4.1	Разные стороны Я	<p>Понятия личность, индивидуальность, свои отличительные особенности; понятия работоспособность, внимание, память, эмоции и чувства;</p>	<p>Определять, анализировать на основе диагностики индивидуальные особенности, особенности памяти, внимания, работоспособности, эмоциональное состояние;</p>
4.2	Разные стороны Я		
4.3	Внимание и память		
4.4	Внимание и память		
4.5	Сенсомоторное развитие.		

4.6	Логическое мышление		
4.7	Логическое мышление		
4.8	Воображение		
4.9	Воображение		
4.10	Эмоции и чувства		
4.11	Эмоции и чувства		
5. «Учусь владеть собой»			
5.1	Уверенность в себе	Понятие самооценка, уровень притязания; ценность и уникальность внутреннего мира, способы находить и использовать психологические ресурсы;	Видеть ситуацию с разных сторон, находить позитивные моменты в происходящем, осознавать различия между агрессией и агрессивностью, контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других;
5.2	Уверенность в себе		
5.3	Самопомощь при неудачах		
5.4	Самопомощь при неудачах		
5.5	«Голосуй за...»		
5.6	«Голосуй за...»		

Календарно-тематическое планирование

Воспитательная деятельность педагога-психолога на занятиях по внеурочному курсу «Я и мои умения» предполагает следующее:

- установление доверительных отношений между педагогом-психологом и учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке (занятии) информации, активизации их познавательной деятельности;

- побуждение учеников соблюдать на уроке (занятии) общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (учениками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;

- привлечение внимания учеников к ценностному аспекту изучаемых на уроках (занятиях) явлений, организация их работы с получаемой на уроке (занятии) социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;

- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;

- применение на уроке (занятии) интерактивных форм работы учащихся:

- интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию учеников; дидактического театра, где полученные на уроке (занятии) знания обыгрываются в театральных постановках;

- дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога;

- групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими детьми;

- включение в урок (в занятие) игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока (занятия);

- инициирование и поддержка исследовательской деятельности обучающихся в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим

идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

Осуществляется через:

На региональном, муниципальном и всероссийском уровне:

- участие в предметных конкурсах, научно-практических конференциях, соревнованиях.

На уровне корпуса:

- специально разработанные занятия – событийные уроки, посвященные историческим датам и событиям, онлайн-экскурсии которые, расширяют образовательное пространство предмета, воспитывают уважение к историческим личностям, людям науки, любовь к прекрасному, к природе, к родному краю;
- знакомство с различными достижениями науки и техники, обсуждение экологических проблем, исследования и внесение предложений по мироустройству;
- проведение учебных (олимпиады, занимательные уроки и пятиминутки, урок - деловая игра, урок – путешествие, урок мастер-класс, урок-исследование и др.) и учебно-развлекательных, спортивных мероприятий (конкурс-игра «Предметный кроссворд», турнир «Своя игра», викторины, литературная композиция, конкурс газет и рисунков, экскурсия и др.);
- использование визуальных образов (предметно-эстетической среды, наглядная агитация школьных стендов, предметной направленности, совместно производимые видеоролики по темам урока);
- участие педагогов-предметников в Совете профилактики по вопросам неуспевающих обучающихся с целью совместного составления плана ликвидации академической задолженности по предметам;
- участие педагогов-предметников в родительских собраниях учебных отделений.

Оценивание результатов освоения курса «Я и мои умения» осуществляется на безотметочной основе.

Форма итоговой аттестации: портфолио

Критерием оценки достижений обучающихся является уровень участия обучающихся в различных конкурсах, соревнованиях, согласно Перечню мероприятий Удмуртского кадетского корпуса.

5 класс (34 часа)

№ п/п	Раздел. тема занятия	Форма проведения занятия	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	«Давайте познакомимся» (3 часа)		
1.1	Введение в курс. Создание группы.	Занятие с элементами тренинга	http://skazkater.narod.ru
1.2	Давайте познакомимся.	Занятие с элементами тренинга	
1.3	Мое имя.	Занятие с элементами арт-терапии	
2.	«Первый раз в пятый класс» (7 часов)		
2.1	Мой класс	Занятие с элементами тренинга	
2.2	Находим друзей	Занятие с диагностикой	http://multforum.ru/multfilm/muljt-filjm-psihologicheskiy-dlya-detey.html
2.3	Кадетская школа	Занятие с элементами тренинга	
2.4	Мои товарищи	Занятие с диагностикой	
2.5	Что поможет мне учиться?	Занятие с диагностикой	
2.6	Легко ли быть кадетом?	Занятие с элементами тренинга	
2.7	Чего я боюсь?	Занятие с элементами тренинга	
3.	«Я и другие» (7 часов)		
3.1	Легко ли быть учителем	Занятие с диагностикой	
3.2	Легко ли быть воспитателем	Занятие с диагностикой	

3.3	Командир отделения	Занятие с диагностико й	
3.4	Конфликт или взаимодейств ие	Занятие с диагностико й	
3.5	Как разрешить конфликты	Занятие с элементами тренинга	http://multforum.ru/multfilm/muljtfiljm-psihologicheskiy-dlya-detey.html
3.6	Мои переживания	Занятие с элементами тренинга	
3.7	Ставим цели	Занятие с элементами тренинга	
4.	«Мои способности » (11 часов)		
4.1	Разные стороны Я	Занятие с диагностико й	
4.2	Разные стороны Я	Занятие с элементами тренинга	
4.3	Внимание и память	Занятие с диагностико й	
4.4	Внимание и память	Коррекционн о- развивающее занятие	
4.5	Сенсомоторн ое развитие.	Занятие с диагностико й	
4.6	Логическое мышление	Занятие с диагностико й	
4.7	Логическое мышление	Коррекционн о- развивающее занятие	
4.8	Воображение	Развивающее занятие	

4.9	Воображение	Творческая мастерская	
4.1 0	Эмоции и чувства	Занятие с элементами тренинга	http://vschool.km.ru
4.1 1	Эмоции и чувства	Занятие с элементами арт-терапии	
5.	«Учусь владеть собой» (6 часов)		
5.1	Уверенность в себе	Занятие с элементами тренинга	Игротека https://1sept.ru/ ;
5.2	Уверенность в себе	Занятие с элементами тренинга	
5.3	Самопомощь при неудачах	Занятие с элементами тренинга	
5.4	Самопомощь при неудачах	Занятие с элементами тренинга	
5.5	«Голосуй за...»	Творческая мастерская	
5.6	«Голосуй за...»	Творческая мастерская	

Описание материально-технического, учебно-методического и информационного обеспечения образовательного процесса

Литература

1. Битянова М.Р., Беглова Т.В. Учимся решать проблемы: Программа развития проектного мышления у младших подростков. Учебно-методическое пособие для психологов и педагогов. – 2-е изд., стер. – М.: Генезис, 2007 г..
2. Грецов А.Г. Лучшие упражнения для развития креативности. / Учебно-методическое пособие.- СПб., СПб НИИ физической культуры, 2006 г., – 44 с.
3. Грецов А.Г. Тренинги развития с подростками: Творчество, общение, самопознание», Питер, 2011 г
4. Грецов А.Г. Психологические тренинги с подростками, 2008 г.

5. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по креативной терапии. - СПб.: Речь, 2003 г.
6. Коблик Е.Г. Первый раз в пятый класс: Программа адаптации детей к средней школе: Генезис, 2007г..
7. Локалова Н.П. Уроки психологического развития в средней школе (V-VI классы). – М.: Издательство «Ось-89», 2001г.
8. Устинова Э.В. Программа организации адаптационного периода учащихся пятых классов муниципального образовательного учреждения. Ж.: «Завуч начальной школы», М., 2003 г., N 5, с. 99-105.
9. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5-6 класы). – 3-е изд. – М.: Генезис, 2010 г.
10. Психология. – уч. пособие под ред. И.В. Дубровиной, 2000г.
11. К.Фопель Как научить детей сотрудничать?, 2003 г.
12. К.Фопель Сплоченность и толерантность в группе, 2002 г.

Для обучающихся:

1. Андреев О.А. Учимся быть внимательными / О.А. Андреев. — Ростов н/Д: Феникс, 2004.
2. Бьюзен Т. Максимально используйте свой разум / Т.Бьюзен. — Минск, 2004.
3. Гамезо М.В. Атлас по психологии: Информационно-методическое пособие по курсу «Психология человека» / М.В. Гамезо, И.А. Домащенко— М.: Педагогическое общество России, 2001.
4. Жариков Е.С. Для тебя и о тебе / Е.С. Жариков, Е.Л. Крушельницкий — М.: Просвещение, 1991.
5. Тертель А.Л. Психология в вопросах и ответах: Учебное пособие / А.Л.Тертель— М.: Проспект, 2005.
6. Бабушкина Т. Что хранится в карманах детства. Уроки фантазии. / Т.Бабушкина— М.: Издательство «Атлант», 2004.

Электронные ресурсы:

1. Первое сентября <https://1sept.ru/>;
2. Сеть творческих учителей <http://it-n.ru/>;
3. Фестиваль педагогических идей "Открытый урок" <http://festival.1september.ru/>;
4. Сайт «Учительской газеты» <http://www.ug.ru/>;
5. Портал компании «Кирилл и Мефодий» <http://www.km.ru>.

Оборудование: кабинет психологической разгрузки, 1С:Психодиагностика образовательного учреждения.