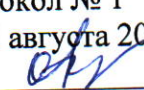




Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
города Тулуна
«Средняя общеобразовательная школа №1»

Рассмотрено: на заседании
ШМО классных руководителей
Протокол № 1
от 31 августа 2023 года


Рук-ль ШМО
Ивенкова О.А.

Согласовано:
заместитель
директора по УВР

Ю.С. Московских

Утверждаю: директор
МБОУ СОШ №1

И.Г.Иванцова
Приказ №245-п
от 31.08.2023 г.



Программа внеурочной деятельности

Курс «Бой с тенью»

(основное общее образование)

Составил(а):
Алешкова Анастасия Михайловна,
педагог-психолог

Внеурочная деятельность. Элективный курс «Психология конфликта или Бой с тенью» (8 класс).

1. Планируемые результаты освоения программы внеурочной деятельности.

Личностные, метапредметные, предметные результаты.

Личностные результаты

В рамках когнитивного компонента будут сформированы:	<ul style="list-style-type: none">▪ ориентация в системе моральных норм и ценностей и их иерархизация, понимание конвенционального характера морали;▪ основы социально-критического мышления, ориентация в особенностях социальных отношений и взаимодействий;▪ экологическое сознание, признание высокой ценности жизни во всех её проявлениях;▪ знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий;▪ правил поведения в сложных ситуациях.
В рамках ценностного и эмоционального компонентов будут сформированы:	<ul style="list-style-type: none">▪ готовность к равноправному сотрудничеству;▪ уважение к личности и её достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия и готовность противостоять им;▪ уважение к ценностям семьи, признание ценности здоровья, своего и других людей, оптимизм в восприятии мира;▪ потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании;▪ позитивная моральная самооценка и моральные чувства – чувство гордости при следовании моральным нормам.
В рамках деятельностного (поведенческого) компонента будут сформированы:	<ul style="list-style-type: none">▪ готовность и способность к участию в школьном самоуправлении в пределах возрастных компетенций;▪ готовность и способность к выполнению норм и требований школьной жизни, прав и обязанностей ученика;▪ умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; умение конструктивно разрешать конфликты;▪ готовность и способность к выполнению моральных норм в отношении взрослых и сверстников в школе, дома, во внеучебных видах деятельности;▪ потребность в участии в общественной жизни ближайшего социального окружения, общественно полезной деятельности;▪ умение строить жизненные планы с учётом конкретных социальных условий;▪ устойчивый познавательный интерес и становление смыслообразующей функции познавательного мотива.
<p><i>Обучающийся получит возможность научиться:</i></p> <ul style="list-style-type: none">▪ выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации и интереса к учению;▪ готовности к самообразованию и самовоспитанию;▪ адекватной позитивной самооценки и Я - концепции;▪ компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;▪ морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учёта позиций участников дилеммы, ориентации на их мотивы и чувства; устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;	

- эмпатии как осознанного понимания и сопереживания чувствам других, выражающейся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия.

Метапредметные результаты

Обучающийся научится:

- целеполаганию, включая постановку новых целей, преобразование практической задачи в познавательную;
- самостоятельно анализировать условия достижения цели на основе учёта выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале;
- планировать пути достижения целей;
- уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им;
- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;
- адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы;
- работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации;
- интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми.

Познавательные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач;
- устанавливать причинно-следственные связи.

Предметные результаты

Обучающийся научится:

- ставить проблему и аргументировать ее актуальность;
- осуществить психологический анализ собственных поступков и поступков окружающих;
- прогнозировать возможность возникновения опасных межличностных ситуаций по признакам «чтения тела»;
- взаимной поддержки и выручки в совместной деятельности.

2. Содержание внеурочной деятельности.

Внеурочная деятельность «Психология конфликта или Бой с тенью» (8 класс) с указанием формы ее организации и видов деятельности.

№ п/п	Содержание	Форма учебного занятия	Характеристика вида деятельности
1.	Введение. Философия конфликта.	Самостоятельная работа	<p>1. Развитие навыков критического мышления в отношении распространенных в обществе представлений о школьных конфликтах.</p> <p>2. Обобщить опыт.</p> <p>3. Провести самоисследование с применением метода арт-терапии. Обработать полученные результаты. Принять рекомендации.</p>
2.	«Коммуникативные навыки».	Самостоятельная работа	<p>1. Развитие навыков конструктивного общения в конфликтной ситуации, развитие навыков эмпатического слушания</p> <p>2. Обобщить опыт.</p> <p>3. Провести самоисследование с применением метода арт-терапии. Обработать полученные результаты. Принять рекомендации.</p>
3.	«Я и конфликт».	Практикум. Работа в группе	Формировать навыки общения в конфликтной ситуации.
4.	Виды конфликтов. Сигналы. Причины. Функции.	Круглый стол. Работа в группе	<p>1. Формировать представление о том, какие бывают конфликты, о причинах конфликтов в подростковой среде.</p> <p>2. <i>Практическая работа №1:</i> посмотреть фрагмент фильма, проанализировать и предложить способы решения конфликтной ситуации.</p> <p><i>Практическая работа №2:</i> Подобрать примеры конфликтных ситуаций из фильмов, мультфильмов, литературы.</p>
5.	«Помощь в конфликте».	Лекция	<p>1. Сформировать систему которые могут быть использованы при конструктивном разрешении конфликтов.</p> <p>2. Практическая работа: проанализировать конфликтную ситуацию из сказок и предложить способы решения.</p>

6.	«Какой я в конфликте».	Дискуссия	<p>1. Сформировать представление у участников о способах поведения, которые они обычно используют в конфликтных ситуациях. Развитие навыков рефлексии и самоанализа</p> <p>2. Сформировать представление о собственном стиле, характерного для поведения в конфликте.</p> <p>3. Обобщить опыт.</p> <p>4. Проанализировать свое поведение в конфликтных ситуациях методикой Томаса. Сделать выводы. Принять рекомендации.</p>
7.	Кейс «Решение конфликтных ситуаций».	Практическая работа.	Учить преодолевать кризисные ситуации в коммуникации.
8.	Самоконтроль в общении.	Круглый стол. Работа в группе	<p>1. Сформировать представление о стратегиях поведения в конфликте.</p> <p>2. Практическая работа (составить памятку «Самоконтроль в общении»).</p>
9.	Управление конфликтом.	Лекция. Практикум.	<p>1. Учиться использовать стратегии «сотрудничество», «компромисс» в разрешения конфликта.</p> <p>2. Практическая работа: проанализировать конфликтную ситуацию из сказок и предложить способы решения.</p>
10.	Система психологической защиты.	Работа в группе	Работа с презентацией «Психологические защиты. Зачем?».
11.	Психология защиты.	Практикум. Самостоятельная работа	Провести самоисследование жизненного стиля по Плутчик. Сделать выводы. Принять рекомендации
12.	Методы саморегуляции в конфликтных ситуациях.	Практикум. Работа в группе	Учиться применять телесно ориентированные методы, методы позитивной психологии и методов саморегуляции в целях повышения стрессоустойчивости.
13.	Ролевые конфликты.	Лекция. Работа в группе.	Сформировать представление о влиянии типа реагирования на возникновение конфликта.
14.	Техника амортизации.	Практикум. Работа в группе	1. Овладеть техникой «психологическое айкидо».

			2. Провести самоисследование ведущей субличности с применением теста Берна. Обработать полученные результаты. Принять рекомендации.
15.	«Лебедь, Рак и Щука». Анализ и разрешение конфликтов.	Практикум/ самостоятельная работа	Практическая работа: проанализировать конфликтную ситуацию и предложить способы решения.
16.	Самопроверка навыков конструктивного общения	Самостоятельная работа	Самоконтроль и систематизация знаний конструктивного общения.
17.	«Конфликтная история».	Практикум/ самостоятельная работа	1. Сформировать систему способов продуктивного решения конфликтных ситуаций. 2. Практическая работа: оформить информационный стенд для учащихся, педагогов, родителей.
18.	«Бой с тенью». Применяем знания на практике.	Практикум. Работа в группе	1. Практическая работа: проанализировать конфликтную ситуацию и предложить способы решения. 2. Обобщить результаты работы курса.

3. Тематическое планирование.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема учебного занятия	Кол-во часов
1.	Введение. Философия конфликта.	1
2.	Коммуникативные навыки.	1
3.	Я и конфликт.	1
4.	Виды конфликтов. Сигналы. Причины. Функции.	1
5.	Помощь в конфликте.	1
6.	Какой я в конфликте.	1
7.	Кейс «Решение конфликтных ситуаций»	1
8.	Самоконтроль в общении.	1
9.	Управление конфликтом.	1
10.	Система психологической защиты.	1
11.	Психология защиты.	1
12.	Методы саморегуляции в конфликтных ситуациях.	1
13.	Рольевые конфликты.	1
14.	Техника амортизации.	1
15.	«Лебедь, Рак и Щука». Анализ и разрешение конфликтов.	1
16.	Самопроверка навыков конструктивного общения	1
17.	«Конфликтная история». Анализ и разрешение конфликтов.	1
18.	«Бой с тенью». Психологическая игра.	1
Итого:		18 часов