

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 237  
Красносельского района Санкт-Петербурга**

**ПРИНЯТА**

Решением Педагогического совета  
ГБОУ СОШ №237  
Красносельского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 29.08.2023 № 1

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом директора  
ГБОУ СОШ №237  
Красносельского района Санкт-Петербурга  
от 29.08.2023 № 66-ахд

И.Т.Морарь

**УЧТЕНО**

Мнение Совета родителей  
(законных представителей) ГБОУ СОШ  
№237  
Красносельского района Санкт-Петербурга  
Протокол от 28.08.2023 № 1



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«Сделай себя»  
(спортивно-оздоровительное направление)  
6-9 классы; 6 класс  
Срок реализации программы-4 года**

**Составители программы:**

Катаева Е.Е.

**Санкт-Петербург**

**2023**

**Нормативно-правовые документы, локальные акты ОУ и методические пособия, на основании которых разработана рабочая программа:**

Рабочая программа данного учебного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- распоряжения Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 год»;
- приказа Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Письма Минпросвещения России от 05.07.2022 № ТВ-1290/03 направлении методических рекомендаций»;
- основной образовательной программы основного общего ГБОУ СОШ № 237 Красносельского района Санкт-Петербурга, в том числе с учетом рабочей программы воспитания.

**Цель программы:** приобщение каждого школьника к психологической культуре, которая является необходимой частью общей культуры человека.

Данная цель предполагает развитие психологической готовности молодого человека к полноценному и позитивному взаимодействию с миром природы, миром людей, миром культуры, его собственным внутренним миром.

Реализация цели требует решения психолого-педагогических задач, обеспечивающих становление личности ребёнка:

- формирование у школьников общих представлений о психологии как науке;
- оказание детям помощи в открытии внутреннего мира человека;
- пробуждение интереса ребёнка к другим людям и к самому себе;
- развитие интеллектуальной сферы (общих и специальных способностей, познавательной направленности и пр.);
- развитие самосознания (чувства собственного достоинства, адекватной самооценки);
- раскрытие сущности личностной направленности (потребностей, желаний, целей, смыслов, идеалов, ценностных ориентаций);
- развитие эмоциональной сферы (чувства, переживания, настроение и так далее); □ понимание чувств настроений, переживаний других людей.

**Место учебного курса в плане внеурочной деятельности ГБОУ СОШ 237 Красносельского района:** учебный курс предназначен для обучающихся 5-9-х классов; рассчитан на 1 час в неделю в каждом классе.

	<b>6 класс</b>	<b>7 класс</b>	<b>8 класс</b>	<b>9 класс</b>
<b>Количество часов в неделю</b>	1	1	1	1
<b>Количество часов в год</b>	34	34	34	34

## **Планируемые результаты освоения программы внеурочной деятельности**

### **Личностные результаты**

1. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.
2. Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
3. Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.
4. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.
5. Стремление к поиску наиболее эффективных способов учебной деятельности.
6. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.
7. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.

### **Метапредметные результаты**

1. Самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.
2. Самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.
3. Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.
4. Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения.
5. Владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.
6. Создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.
7. Пользоваться смысловым чтением.
8. Организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и

сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

9. Осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

10. Формировать и развивать компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий.

### **Предметные результаты**

1. Иметь представление об общественно-исторической обусловленности человеческих способностей; знать о природном и биологическом компоненте способностей; понимать психологические механизмы развития способностей.

2. Анализировать взаимосвязь различных способностей в деятельности, иметь представление о качественной мере способностей.

3. Понимать роль общих способностей для достижения успешности в обучении и в жизни; выделять виды общих способностей.

4. Сформировать представление о специальных способностях и их связи с различными видами человеческой деятельности, выделять наличие у себя тех или иных способностей.

5. Иметь представление о том, что роднит понятия «способности», «талант», «гениальность» и что дает основания их различать; знать, как они проявляются в профессиональной деятельности людей. 6. Выделять закономерности, связывающие характер способностей и таланта со временем их проявления.

7. Иметь представление о познавательной активности, ее месте и роли в структуре общих и специальных способностей

8. Знать психологическое содержание понятия «характер», иметь представление о чертах характера человека как индивидуальных привычных формах его поведения и отношений в соответствующих ситуациях.

9. Видеть разнообразные проявления человеческого характера, его формирование посредством совершения соответствующих поступков.

10. Выделять взаимосвязь характера с другими психологическими свойствами человека, понимать, как характер человека влияет на развитие его способностей.

11. Иметь представление о темпераменте, выделять взаимосвязь темперамента с особенностями поведения, знать о психологических характеристиках темпераментов.

**Оценка результативности** реализации программы предусматривает следующие показатели: повышение мотивации обучающихся к профориентации, рост личностных достижений обучающихся, а также фиксируемые в портфолио школьников результаты

повышения активности обучающихся в олимпиадной и конкурсной деятельности и рост количества школьников - участников профессиональных проб

## **Содержание курса внеурочной деятельности**

**Введение (1 час)** Психологические свойства личности.

### **РАЗДЕЛ 1. Способности как индивидуальные особенности человека (4 часа)**

Возникновение способностей в истории человечества. Что такое способности. Откуда берутся способности. Как развиваются способности.

**Раздел 2. Общие способности (7 часов)** Что такое общие способности. Мышление как общая способность. Память как общая способность. Восприятие окружающего мира.

Творческое отношение к действительности как общая способность. Воображение как общая способность. Продолжение изучения общих способностей.

### **Раздел 3. Специальные способности (5 часов)**

Что такое специальные способности. Математические способности. Литературные способности.

Художественные способности. Музыкальные способности.

### **Раздел 4. Способности, талант, гениальность (2 часа)**

Способность, талант, гениальность. Когда проявляются способности и таланты.

### **Раздел 5. Познавательная активность (1 час)**

Познавательная активность.

### **Раздел 6. Способности и школа (1 час)**

Способности и школа.

### **Раздел 7. Характер как индивидуальная особенность человека (6 часов)**

Что такое характер. Черты характера. Как проявляются черты характера. Черты характера и способности. Характер и успехи в школе.

### **Раздел 8. Темперамент как индивидуальная особенность человека (6 часов)**

Что такое темперамент. Психологическая характеристика темперамента. Психологическая характеристика темперамента. Темперамент и общение. Темперамент и характер. Темперамент и способности.

**Заключение (1 ч)** Поведение итогов.

## Тематическое планирование курса внеурочной деятельности

Тематическое планирование курса составлено с учетом рабочей программы воспитания. Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию следующих целевых приоритетов воспитания обучающихся ООО:

- развитие ценностного отношения к семье как главной опоре в жизни человека и источнику его счастья; - развитие ценностного отношения к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогом его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне;
- развитие ценностного отношения к своему Отечеству, своей малой и большой Родине как месту, в котором человек вырос и познал первые радости и неудачи, которая завещана ему предками и которую нужно оберегать;
- развитие ценностного отношения к природе как источнику жизни на Земле, основе самого ее существования, нуждающейся в защите и постоянном внимании со стороны человека;
- развитие ценностного отношения к миру как главному принципу человеческого общежития, условию крепкой дружбы, налаживания отношений с коллегами по работе в будущем и создания благоприятного микроклимата в своей собственной семье;
- развитие ценностного отношения к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда;
- развитие ценностного отношения к культуре как духовному богатству общества и важному условию ощущения человеком полноты проживаемой жизни, которое дают ему чтение, музыка, искусство, театр, творческое самовыражение;
- развитие ценностного отношения к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир; – развитие ценностного отношения к окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимоподдерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избегать чувства одиночества;
- развитие ценностного отношения к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.



№п/п	Тема занятия	Количество часов
1.	Психологические свойства личности	1
2.	Возникновение способностей в истории человечества	1
3.	Что такое способности?	1
4.	Откуда берутся способности?	1
5.	Как развиваются способности?	1
6.	Что такое общие способности?	1
7.	Мышление как общая способность?	1
8.	Память как общая способность?	1
9.	Восприятие окружающего мира	1
10.	Творческое отношение к действительности как общая способность	1
11.	Воображение как общая способность	1
12.	Продолжение изучения общих способностей	1
13.	Что такое специальные способности?	1
14.	Математические способности	1
15.	Литературные способности	1
16.	Художественные способности	1
17.	Музыкальные способности	1
18.	Способность, талант, гениальность	1
19.	Когда проявляются способности и таланты?	1
20.	Познавательная активность	1
21.	Способности и школа	1
22.	Что такое характер	1
23.	Черты характера	1
24.	Черты характера	1
25.	Как проявляются черты характера	1
26.	Черты характера и способности	1
27.	Характер и успехи в школе	1
28.	Что такое темперамент	1
29.	Психологическая характеристика темперамента	1
30.	Психологическая характеристика темперамента	1

31.	Темперамент иобщение	1
32.	Темперамент ихарактер	1
33.	Темперамент испособности	1
34.	Поведение итогов	1
<b>Итого часов</b>		<b>34</b>

## Обучение с использованием ЭО и ДОТ

В программе предусмотрена возможность организации учебного процесса с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. В обучении с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются следующие организационные формы учебной деятельности: - онлайн-урок новых знаний в режиме видеоконференцсвязи с использованием платформы Сферум;

- онлайн-урок контроля знаний в режиме видеоконференцсвязи с использованием платформы Сферум;

- онлайн-консультация в режиме видеоконференцсвязи с использованием платформы Сферум;

- комбинированный онлайн-урок в режиме видеоконференцсвязи с использованием платформы Сферум;

- онлайн- тестирование и самооценка знаний; -синхронная/асинхронная телеконференция; - офлайнурок с использованием платформы ДО.

В зависимости от возможностей и актуальности применения, учитель выбирает удобные для качественного освоения темы обучающимися интернет-ресурсы и порталы.

В том числе:

– Портал дистанционного обучения (<http://do2.rcokoit.ru>).

– Интерактивные курсы по основным предметам школьной программы.

– Российская электронная школа. <https://resh.edu.ru/>. Видеоуроки и тренажеры по всем учебным предметам.

– Московская электронная школа <https://uchebnik.mos.ru/catalogue>. Видеоуроки и сценарии уроков.

– Интернет урок <https://interneturok.ru/>. Библиотека видеоуроков по школьной программе

– ЯКласс <https://www.yaklass.ru/>. Видеоуроки и тренажеры.

– Учи.ру <https://uchi.ru/>

— интерактивная образовательная онлайн-платформа. – Площадка Образовательного центра «Сириус» (<http://edu.sirius.online>).

– Портал для подготовки обучающихся к участию во всероссийских проверочных работах “Решу ВПР” (<https://vpr.sdangia.ru/>);

– Электронные учебники издательства “Просвещение” (<https://media.prosv.ru/>).

– Интерактивные рабочие тетради и тренажеры от онлайн-школы Skyeng, корпорации «Российский учебник» и группы компаний «Просвещение» <https://edu.skysmart.ru> .