

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа № 448 Фрунзенского района

Санкт- Петербурга

ПРИНЯТО
Решением
Педагогического совета
ГБОУ СОШ №448
Фрунзенского района
Санкт-Петербурга
Протокол №15 от 05.06.2026



Приказ №166 от 05.06.2026 г.

Подписан: Елена Михайловна
Бельтюкова
DN: OU=Директор, О=ГБОУ школа
№448 Фрунзенского района
Санкт-Петербурга, CN=Елена
Михайловна Бельтюкова,
E=school448@edu-frn.spb.ru
Основание: я подтверждаю этот
документ своей удостоверяющей
подписью
Дата: 2026.06.07 14:28:10+03'00'

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности
«Психологический клуб «Путеводная звезда»
для обучающихся 6 а, б классов

2026-2027 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Одной из главных целей школьного образования является создание и Поддержание психологических условий, обеспечивающих полноценное психическое и личностное развитие каждого ребенка. Большое значение для развития личности имеет психическое здоровье. В ситуации дискомфорта, в-первую очередь, фрустрируется эмоциональная сфера, что вызывает тревожность, как ответную реакцию на стрессовую ситуацию..

В письме Департамента общего и дошкольного образования Министерства образования РФ от 21.05.2004 № 14-51-140/13 «Об обеспечении успешной адаптации ребенка при переходе со ступени начального общего образования на основную» сказано: «Успешность адаптации школьника к обучению в 6-7-х классах зависит от реализации преемственных связей между начальным общим и основным общим образованием. При решении проблемы преемственности необходимо:

- учитывать психологические особенности 12-14-летних детей, вступающих в подростковый период развития;
- уровень познавательной деятельности, с которым ребенок перешел в 6 класс;
- анализировать причины неуспешного адаптационного периода и возможности (пути) коррекции трудностей адаптации школьника.

Свидетельством дезадаптации школьников к условиям обучения в 6-7-х классов является снижение интереса к учению и успеваемости; появление признаков тревожности, неадекватных поведенческих реакций на замечания и реплики учителя; нарушение во взаимоотношениях со сверстниками.»

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособления к ее условиям. При этом выделяется два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять требования среды). Для успешной адаптации к обучению в среднем звене и создания перспектив дальнейшего личностного развития, к концу обучения в начальной школе должны появиться определенные психологические новообразования: субъектное отношение к учебной деятельности, наличие познавательного учебного мотива, новая позиция в отношениях с педагогами и сверстниками, определенный уровень когнитивной зрелости. В начале обучения в среднем звене для учащихся наиболее значимыми становятся: учебные проблемы, отношения с педагогами, умение успешно осуществлять интеллектуальную деятельность (в плане целеполагания, планирования шагов по решению интеллектуальной задачи, использования операций, а также использования речи как инструмента мышления: система устных доказательств, объяснений, умения задавать вопросы и др.). (Битянова М.Р. и др.) Однако не у всех пятиклассников на необходимом уровне сформированы составляющие психологической готовности успешной образом, можно выделить следующие причины возможных трудностей в учении пятиклассников: типологические особенности ребенка, адаптации к новым условиям; низкая мотивация учения, негативное отношение к школе; устойчивая завышенная самооценка; несформированность мыслительных операций. Своевременное выявление трудностей профилактической работы, направленной на формирование составляющих психологической готовности, дезадаптационные риски. Занятия клуба «Путеводная звезда» в 6 классе построены на основе программы Клашус Н.Г., Кобзевой Е.М. «Я выбираю успех», которая разработана для профилактики рисков школьной адаптации учащихся младшего подросткового возраста.

Целью программы является создание психологических условий для формирования предпосылок успешного развития личностных и метапредметных компетенций учащихся в процессе дальнейшего обучения.

Задачи:

- профилактика всех форм школьной дезадаптации;
- целенаправленное формирование вербально-логических когнитивных структур, представленных как в конкретных своих проявлениях, так и в абстрактно-логической форме;
- формирование структурированной системы знаний о возможных способах и формах преобразования вербального материала;
- развитие различных видов памяти;

- развитие устойчивости, переключения внимания;
- развитие внутреннего плана действия, пространственных представлений;
- активизация и развитие приемов учебной деятельности;
- развитие умения ставить цели и планировать свою деятельность, в том числе учебную;
- развитие личностных характеристик учащихся: осознание ими разных видов поведения, положительных и отрицательных личностных формирование понимания о допустимых формах вербальных реакций в конфликтных ситуациях.

Принципы построения программы:

1 Принцип системности – применение алгоритма работы и использование возможностей всех основных направлений деятельности психолога.

2 Принцип целостности – осуществление работы со всей личностью в целом, во всем разнообразии ее познавательных, мотивационных, эмоциональных проявлений.

3 Принцип приоритетности профилактики и коррекции каузального типа – Коррекция каузального (причинного) типа предполагает устранение нивелирование причин, порождающих сами эти проблемы и отклонения в развитии. Очевидно, что только устранение причин, лежащих в основе нарушения развития, может обеспечить наиболее полное разрешение проблем, ими вызванных.

4 Принцип деятельности – опора на ведущую деятельность и варьирование разнообразных видов деятельности.

5 Принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей обучающихся.

6 Принцип практической направленности – формирование УУД, способности их применять в практической деятельности и повседневной жизни.

7 Принцип программированного обучения – использование в программе ряда последовательных операций, выполнение которых сначала с психологом, а затем самостоятельно приводит к формированию необходимых умений и действий.

8 Принцип возрастания сложности – каждое задание проходит ряд этапов: от минимально простого – к максимально сложному. Формальная сложность материала не всегда совпадает с его психологической сложностью. Наиболее эффективна коррекция на максимальном уровне трудности, доступном конкретному ребенку, что позволяет поддерживать интерес в коррекционной работе и дает возможность испытать радость преодоления.

9 Принцип учета эмоциональной сложности материала –предъявляемый материал должен создавать благоприятный эмоциональный фон, стимулировать положительные эмоции.

Данная программа рассчитана на один учебный год и реализуется в период с сентября по май.

1. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации видов деятельности

1. Общение как деятельность (18 часов) Виды общения. Темперамент. Характер. Этикет. Умение слушать. Знаки внимания.

2. Конфликты в общении (16 часов) Стили поведения в конфликте. Способы разрешения конфликтов. Саморегуляция. Групповое взаимодействие.

Цель курса: развитие у обучающихся коммуникативных способностей, навыков самоконтроля, управления своим поведением, деятельностью, развитие способностей предвидеть последствия своих действий, а также развитие эффективных навыков разрешения конфликтных ситуаций.

Задачи курса:

- создать условия для развития у обучающихся навыков самоконтроля, управления своим поведением, деятельностью;
- создать благоприятные условия для развития способностей предвидеть последствия своих действий;
- развитие эффективных навыков разрешения конфликтных ситуаций;
- формирование толерантного отношения и поведения при взаимодействии с людьми в различных жизненных сферах.

Занятия направлены на развитие способностей подростков воспринимать другого человека как ценность, ценить свою жизнь и жизнь другого, размышлять о смысле ее, о достойном поведении.

Формы работы: дискуссия, игровые методики, диагностика, тренинги, моделирование ситуаций.

2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Предметные: обучающиеся получают знания об особенностях личности, возможностях и способах ее развития; познакомятся с психологическими характеристиками личности - темпераментом, способностями, характером и т.д. Курс способствует сознательному подходу к совершенствованию своей личности; обучающиеся осознают важность общения как формы взаимодействия, роль конструктивного общения с другими людьми.

Личностные: система занятий тренингового характера, способствует осознанию подростками своих личностных качеств, побуждает их к самоанализу и самокоррекции своего поведения и взаимодействия с другими, учит уважать и принимать чувства другого человека. В рамках деятельностного (поведенческого) компонента будут сформированы: умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; готовность и способность к выполнению моральных норм в отношении взрослых и сверстников в школе и дома, во внеучебных видах деятельности. Обучающиеся получают возможность для формирования адекватной позитивной самооценки и "Я"- концепции.

Регулятивных: обучающийся научится целеполаганию и планированию путей достижения целей; адекватно оценивать свои возможности достижения цели определенной сложности в различных сферах самостоятельной деятельности; основам саморегуляции эмоциональных состояний. В целях развития коммуникативных универсальных действий обучающийся научится: уважительному отношению к мнению

собеседника, аргументированное выражение своей точки зрения, признание прав существование разных точек зрения на один вопрос, умение вести диалог, умение аргументированно высказывать свою точку зрения, развитие навыка слушать другого человека и сопоставлять свое мнение с мнением другого.

Адресат программы: учащиеся 6 классов.

Продолжительность курса: 34 занятия, которые проходят с периодичность 1 раз в неделю один академический час. Срок реализации: 1 учебный год (с перерывами на школьные каникулы).

3. Тематическое планирование

№ пп	Тема урока	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Понятие общения.	Электронная библиотека психологической литературы http://bookap.info/ Журнал «Вопросы психологии» http://www.voppsy.ru/
2	Роль общения в жизни и развитии человека	
3	Общение как деятельность	
4	Социальные роли. Жизнь как смена ролей	
5	Темперамент человека и его проявления	
6	Уверенность вместо агрессии. Восприятие критики	
7	Характер и способности	
8	Виды общения. Субъекты и объекты общения	
9	Практикум	
10	Практикум	
11	Роль эмоций в общении	
12	Правила организации пространства в общении	
13	Этикет беседы	
14	Умение слушать и слышать	
15	Знаки внимания при общении	
16	Практикум	
17	Практикум	
18	Дружба и поддержка	
19	Конфликты в общении	
20	Способы разрешения конфликтов	
21	Упражнение "Способы выхода из конфликта"	
22	Стили поведения в конфликтной ситуации	
23	Практикум	
24	Практикум	
25	Эмоциональная регуляция и саморегуляция	
26	Сотрудничество. Групповое взаимодействие	
27	Доверие. Нравственные установки в общении	
28	Мои права и права других людей в общении	
29	Правила ведения дискуссии	

30	Практикум	
31	Развитие техники речи: дыхание, голос, дикция	
32	Подготовка к публичному выступлению	
33	Практикум	
34	Практикум	
	ИТОГО	34 часа