

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Кузбасса
Управление образования Березовского городского округа
МБОУ «Лицей № 15» Березовского ГО

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Рубина И.В.
Протокол № 1
от «28» 08 2023 г.

Глухих Н.В.
Протокол № 1
от «28» 08 2023 г.

Иванюженко Л.П.
Приказ № 245
от «29» 08 2023 г.

НАПРАВЛЕНИЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:

духовно-нравственное

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«Экология души»

для обучающихся 5 классов

Составитель
Рубина Ирина Владимировна,
педагог – психолог
высшая категория

Березовский 2023

Содержание

1. Содержание учебного курса «Экология души».....3
2. Планируемые результаты освоения учебного курса «Экология души»....9
3. Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы учебного курса «Экология души» и возможность использования по этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов, являющихся учебно-методическими материалами (мультимедийные программы, электронные учебники и задачники, электронные библиотеки, виртуальные лаборатории, игровые программы, коллекции цифровых образовательных ресурсов), используемыми для обучения и воспитания различных групп пользователей, представленными в электронном (цифровом) виде и реализующими дидактические возможности ИКТ, содержание которых соответствует законодательству об образовании..17

Содержание учебного курса «Экология души»

I. Раздел. Человек и его внутренний мир (11 часов) Психологические проблемы: Соотношение врождённого и приобретённого в человеке. Эмоции. Черты характера. Взаимодействие внутреннего мира человека с миром внешним.

1. Человек как часть природы (1 час)

Соотношение врождённого и приобретённого в человеке.

Формы организации: групповая работа.

Виды деятельности: дискуссия, беседа, самописание, использование конструктивной обратной связи, рефлексия.

2. Я, ты, он, она... (1 час)

Первичное представление о понятии “личность”.

Формы организации: групповая работа.

Виды деятельности: занятие с элементами тренинга, беседа, тестирование, использование конструктивной обратной связи, рефлексия.

3. Неповторимость и уникальность каждой личности (1 час)

Соотношение врождённого и приобретённого в человеке.

Формы организации: групповая работа.

Виды деятельности: групповая дискуссия, ролевая игра, самописание, рефлексия.

4. Эмоции - что это? (1 час)

Создать у учеников первичное представление о понятии “Эмоции”, познакомить с видами эмоций.

Формы организации: групповая работа.

Виды деятельности: групповая дискуссия, практическое задание, рефлексия.

5. Театр мимики и жестов (1 час)

Учить осознавать и выражать свои эмоции и чувства.

Формы организации: работа в группах.

Виды деятельности: групповая дискуссия, моделирование и анализ проблемных ситуаций, практическое задание, рефлексия.

6. Какое у тебя настроение? (1 час)

Понятие “настроение” - положительные и отрицательные эмоции.

Формы организации: групповая работа.

Виды деятельности: занятие с элементами тренинга, самописание, объяснение, использование конструктивной обратной связи, рефлексия.

7. От чего на душе тревожно? (1 час)

Создать первичное представление о понятии “тревога”.

Формы организации: групповая работа.

Виды деятельности: групповая дискуссия, ролевая игра, самописание, рефлексия.

8. Как победить тревогу, справиться со страхами и огорчениями? (2 часа)

Формировать у учащихся умение контролировать своё настроение, находить способы его осознанной коррекции.

Формы организации: групповая работа.

Виды деятельности: занятие с элементами тренинга, объяснение, использование конструктивной обратной связи, рефлексия.

9. Что такое характер? (1 час)

Познакомить с таким явлением внутреннего мира человека, как характер.

Формы организации: групповая работа.

Виды деятельности: групповая дискуссия, практическое задание, рефлексия.

10. Привычка - второй характер (1 час)

О вреде вредных привычек.

Формы организации: групповая работа.

Виды деятельности: групповая дискуссия, ролевая игра, самописание, рефлексия.

II. Раздел. От оценки и самооценки к самопознанию (5 часов)

Создание образного представления о развитии личности путём самопознания, познания других, оценивания. Правила самоконтроля.

1. Какой я? (1 час)

Оказать помощь в познании самого себя через оценку других.

Формы организации: групповая работа.

Виды деятельности: групповая дискуссия, практическое задание, рефлексия.

2. Правила самоконтроля (1 час)

Вооружить учащихся соответствующими возрасту способами самоконтроля.

Формы организации: работа в группах.

Виды деятельности: групповая дискуссия, моделирование и анализ проблемных ситуаций, практическое задание, рефлексия.

3. Воля - это внутренняя сила (1 час)

Дать представление о воле человека.

Формы организации: групповая работа.

Виды деятельности: групповая дискуссия, ролевая игра, самоописание, рефлексия.

4. Как развить свои способности (1 час)

Развитие личности путём самопознания.

Формы организации: работа в группах.

Виды деятельности: групповая дискуссия, практическое задание, занимательные упражнения, рефлексия.

5. Обобщение (1 час)

Самопознание через самовыражение: Самопрезентация "Познакомьтесь это я!"

Формы организации: работа в группах.

Виды деятельности: групповая дискуссия, моделирование и анализ проблемных ситуаций, практическое задание, рефлексия.

III. Раздел. Я и общество (8 часов)

Общество основано на взаимосвязи интересов. Взаимозависимости людей. Необходимость личных и общественных способов регуляции человеческого поведения.

1. Ты и поступки окружающих (1 час)

Создать образное представление о развитии личности путём познания и оценивания других.

Формы организации: групповая работа.

Виды деятельности: групповая дискуссия, самоописание, рефлексия.

2. Мы живем в мире людей (1 час)

Что такое “круг общения”.

Формы организации: работа в группах.

Виды деятельности: групповая дискуссия, моделирование и анализ проблемных ситуаций, практическое задание, рефлексия.

3. Уважать, понимать, договариваться (1 час)

Создать первичное представление о понятии “конфликт”.

Формы организации: работа в группах.

Виды деятельности: групповая дискуссия, практическое задание, занимательные упражнения, рефлексия.

4. Друг или приятель? (1 час)

Знакомство, приятельство, товарищество, дружба, какие различия связи “человек с человеком”.

Формы организации: работа в группах.

Виды деятельности: групповая дискуссия, моделирование и анализ проблемных ситуаций, рефлексия.

5. Разрешение конфликтных ситуаций (1 час)

Необходимость личных и общественных способов регуляции человеческого поведения.

Формы организации: работа в группах.

Виды деятельности: групповая дискуссия, практическое задание, занимательные упражнения, рефлексия.

6. Правила: “так надо” и “так нельзя” (2 часа)

Понятие “нельзя” рассматривается как нравственный регулятор. “Совість”, “мораль”, “право”.

Формы организации: групповая работа.

Виды деятельности: занятие с элементами тренинга, объяснение, использование конструктивной обратной связи, рефлексия.

7. Мои права и права других людей (1 час)

Получить понятие о правах личности как основы адекватного взаимодействия с окружающими.

Формы организации: групповая работа.

Виды деятельности: групповая дискуссия, ролевая игра, самописание, рефлексия.

IV. Раздел. Мальчики и девочки (4 часа)

Нормы поло-ролевого поведения человека современной культуры.

1. Мы такие разные! (1 час)

Отличительные черты занятий и интересов мальчиков и девочек.

Формы организации: групповая работа.

Виды деятельности: групповая дискуссия, ролевая игра, самописание, рефлексия.

2. Правила поведения, осваиваемые будущими мужчинами и юными дамами (1 час)

Формы организации: работа в группах.

Виды деятельности: групповая дискуссия, моделирование и анализ проблемных ситуаций, практическое задание, рефлексия.

3. Нежность и изящество поведения девочек (1 час)

Занятие для девочек.

Формы организации: групповая работа.

Виды деятельности: групповая дискуссия, практическое задание, занимательные упражнения, рефлексия.

4. Готовность мальчиков к помощи любому человеку (1 час)

Занятие для мальчиков.

Формы организации: групповая работа.

Виды деятельности: групповая дискуссия, практическое задание, занимательные упражнения, рефлексия.

V. Раздел. Проектная деятельность учащихся (6 часов)

1. Обсуждение темы проекта (1 час)
2. Подготовка проекта (поиск информации) (1 час)
3. Защита проекта (4 часа)

Обучающиеся получают знания об основах разработки социальных проектов и организации коллективной творческой деятельности; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.

Форма организации: групповая, фронтальная работа.

Виды деятельности: самостоятельный поиск информации, подготовка и защита проекта, групповая рефлексия.

Планируемые результаты освоения учебного курса «Экология души»

Личностные результаты:

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;
- представление о способах противодействия коррупции;
- 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).

Патриотическое воспитание:

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию 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 и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране.

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.

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;
- стремление к самовыражению в разных видах искусства.

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.

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; готовность адаптироваться в профессиональной среде;
- 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:

- ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды;
- 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.

Метапредметные результаты:

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

1) базовые логические действия:

- выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений); устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;
- с учетом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях;
- предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий; выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;
- выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;
- самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учетом самостоятельно выделенных критериев);

2) базовые исследовательские действия:

- использовать вопросы как исследовательский инструмент познания;
- формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, самостоятельно устанавливать искомое и данное;
- формировать гипотезу об истинности собственных суждений и суждений других, аргументировать свою позицию, мнение;
- проводить по самостоятельно 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);
- самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведенного наблюдения, опыта, исследования, владеть инструментами оценки достоверности полученных выводов и обобщений;
- прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах;

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

- оценивать надежность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;
- эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:

1) общение:

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения;
- выражать 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);
- самостоятельно 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 мнениями, «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 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 с учетом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;
- составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учетом получения новых знаний об изучаемом объекте;
- делать выбор и брать ответственность за решение;

2) самоконтроль:

- владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;

- давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения;
учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;
- 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;

3) эмоциональный интеллект:

- различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;
- выявлять и анализировать причины эмоций;
- ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого;
- регулировать способ выражения эмоций;

4) принятие себя и других:

- осознанно относиться к другому человеку, его мнению;
- признавать свое право на ошибку и такое же право другого;
- принимать себя и других, не осуждая;
- открытость себе и другим;
- осознавать невозможность контролировать все вокруг.

Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы учебного курса «Экология души» и возможность использования по этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов, являющихся учебно-методическими материалами (мультимедийные программы, электронные учебники и задачки, электронные библиотеки, виртуальные лаборатории, игровые программы, коллекции цифровых образовательных ресурсов), используемыми для обучения и воспитания различных групп пользователей, представленными в электронном (цифровом) виде и реализующими дидактические возможности ИКТ, содержание которых соответствует законодательству об образовании

Раздел, тема	Кол-во часов	В том числе		Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания
		теоретич.	практич.	
I. Раздел. Человек и его внутренний мир (11 часов)				
1 Человек как часть природы.	1	1		Создавать благоприятные условия для развития социально значимых отношений обучающихся, и, прежде всего, ценностных отношений (к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогом его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне; к своему отечеству, своей
2 Я, ты, он, она...	1		1	
3 Неповторимость и уникальность каждой личности.	1		1	
4 Эмоции - что это?	1	1		
5 Театр мимики и жестов.	1		1	
6 Какое у тебя настроение?	1	1		
7 От чего на душе тревожно?	1		1	

8 Как победить тревогу, справиться со страхами и огорчениями?	2	1	1	малой и большой Родине и т.д.
9 Что такое характер?	1	1		
10 Привычка - второй характер.	1		1	
Итого:	11	5	6	

II. Раздел. От оценки и самооценки к самопознанию (5 часов)

1 Какой я?	1		1	Воспитывать культуру поведения и культуру общения, воспитывать черты характера, необходимые в дальнейшей жизни.
2 Правила самоконтроля.	1		1	
3 Воля - это внутренняя сила.	1	1		
4 Как развить свои способности.	1		1	
5 Обобщение.	1		1	
Итого:	5	1	4	

III. Раздел. Я и общество (8 часов)

1 Ты и поступки окружающих.	1	1		Воспитывать ценность личного отношения к изучаемым знаниям и умениям извлекать учениками нравственные ценности из их содержания.
2 Мы живем в мире людей.	1	1		
3 Уважать, понимать, договариваться.	1		1	
4 Друг или приятель?	1	1		

5 Разрешение конфликтных ситуаций.	1		1	
6 Правила: “так надо” и “так нельзя”.	2	1	1	
7 Мои права и права других людей.	1		1	
Итого:	8	4	4	

IV. Раздел. Мальчики и девочки (4 часа)

1	Мы такие разные!	1	1		Создавать условия для приобретения опыта применения сформированных знаний и отношений на практике.
2	Правила поведения, осваиваемые будущими мужчинами и юными дамами.	1	1		
3	Нежность и изящество поведения девочек.	1		1	
4	Готовность мальчиков к помощи любому человеку.	1		1	
Итого:		4	2	2	

V. Раздел. Проектная деятельность учащихся (6 часов)

1 Обсуждение тем проекта.		1		Инициировать и поддерживать исследовательскую деятельность обучающихся в
2 Подготовка проекта (поиск информации).		1		

3 Защита проекта.			4	рамках реализации ими
Итого:	6	2	4	индивидуальных и групповых
Итого:	34	14	20	исследовательских проектов, что даст обучающимся 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 своей точки зрения.