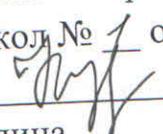


МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ № 116

Рассмотрена методическим
объединением
учителей истории и обществознания
протокол № 1 от 30.08 2023 г.

О.В. Кудымова
Мочалина
руководитель МО



«Утверждаю»

Е.А. Мухаметшина/
директор MAOY гимназии № 116

Приказ № 172
09 2023 г.

ПОЗНАЙ СЕБЯ

(рабочая программа по предмету для учащихся 5-х классов)

Составитель:
Гаврилина И.С.,
заместитель директора

г. Екатеринбург
2023

Содержание

1.	Пояснительная записка	3
2.	Планируемые результаты освоения учебной программы	6
3.	Содержание учебного предмета	7
4.	Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на изучение каждой темы	15

1. Пояснительная записка

Данная рабочая программа разработана в соответствии с Федеральной образовательной программой основного общего образования (далее ФОП ООО), утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 г. N2 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования», зарегистрирован Минюстом РФ 12.07.2023 N2 74223, номер опубликования: 0001202307140040, дата опубликования: 14.07.2023

При составлении рабочей программы учтены основные идеи и положения Программы формирования и развития универсальных учебных действий на уровне основного общего образования в гимназии.

Цель и задачи изучения учебного предмета «Познай себя»

Программа «Познай себя» рассчитана на работу с обучающимися 5 класса. Программа призвана приобщить обучающихся к вопросам самопознания. С опорой на психологию и этику изучаются возможности, потребности, способности и интересы человека.

Во время занятий по программе происходит становление у детей развитых форм самосознания и самоконтроля, осознание своих возможностей, исчезает боязнь ошибочных шагов, снижаются тревожность и агрессивность поведения. Тем самым создаются необходимые личностные и интеллектуальные предпосылки для успешного протекания процесса обучения на всех последующих этапах образования.

При организации деятельности с обучающимися используются следующие формы работы: групповые занятия, психолого-педагогические тренинги, тестирование, анализ воспитывающих ситуаций, решение психологических и этических задач.

Игровые упражнения способствует созданию эмоционального настроения, облегчает самораскрытие участников, помогает сосредоточиться и внести элемент оптимизма. На занятиях используются упражнения, которые нужно выполнять в парах либо малыми группами это способствует сплочению классного коллектива.

Цель программы: помочь младшим подросткам адаптироваться к условиям средней школы, научить лучше понимать себя и других, принимать на себя ответственность за свои поступки, обрести уверенность в собственных силах.

Задачи:

- Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека;
- Учить учащихся распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека;

- Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления;
- Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем;
- Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения. Формировать терпимость к мнению собеседника;
- Расширять пассивный и активный словарь обучающихся;
- Способствовать успешной адаптации ребенка при переходе в среднее звено

Место учебного предмета «Познай себя» в учебном плане гимназии

Учебный предмет входит в часть учебного плана, формируемого участниками образовательных отношений, изучается в объеме 34 часа из расчета один час в неделю.

2. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Познай себя»

Личностные результаты:

- формирование ответственного отношения к обучению;
- формирование познавательных интересов и мотивов к обучению;
- формирование осознанных навыков поведения в обществе;
- осознание ценности здорового и безопасного образа жизни;
- формирование основ конструктивного взаимодействия.

Метапредметные:

- работать в соответствии с поставленной задачей;
- составлять простой и сложный план текста;
- участвовать в совместной деятельности;
- узнавать изучаемые объекты в жизни.

Предметные:

Учащиеся должны знать:

- взаимосвязь общения и деятельности;
- способы отработки навыков внимательного отношения друг к другу;
- способы анализа собственных достоинств и недостатков;
- способы мотивации на работу с собственными недостатками;
- способы организации своего времени;
- техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения;
- этические принципы общения.

3. Содержание учебного предмета «Познай себя»

Раздел 1. «Мой внутренний мир» направлен на формирование и профилактику нарушений психологического здоровья детей.

Раздел 2. «Грани разума» направлен на развитие различных познавательных процессов: памяти, внимания, мышления, восприятия, воображения.

Раздел 3. «Учимся общаться» направлен на подготовку детей к самостоятельной жизни, их правильной социализации, воспитание терпимости и уважения к другому человеку, а также помочь детям научиться правильно общаться.

Особенностью данной программы является комплексный подход в системе образования учащихся. Для реализации программы «Познай себя» используются следующие методы обучения:

- Диалог.
- Наблюдение.
- Свободное и тематическое рисование.
- Рассматривание рисунков и картин.
- Беседы.
- Ролевые и подвижные игры.
- Групповые дискуссии.
- Мини-конкурсы.
- Импровизация.
- Моделирование и анализ ситуаций.
- Упражнения, направленные на развитие внимания, восприятия и других познавательных процессов.
- Релаксационные игры.

Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на изучение каждой темы

№ п / п	Название раздела (темы)	Количество часов
1	Раздел 1. «Мой внутренний мир»	10
2	Раздел 2. «Грани разума»	14
3	Раздел 3. «Учимся общаться»	10
		34

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 305635189186826168010400438383193104950455390197

Владелец Мухаметшина Екатерина Александровна

Действителен с 05.04.2024 по 05.04.2025