**Программа внеурочной деятельности**

**«Человек среди людей»**

**для обучающихся 8 классов.**

Программа разработана на основе «Образовательной программы основного общего образования МБОУ «Мариинская гимназия».

**Цель программы**: создать условия для усвоения учащимися знаний о строении, физиологии нервной системы как материальной основы высшей нервной деятельности; о речи, мышлении, памяти, эмоциях, и других компонентах высшей нервной деятельности, обеспечивающих адаптацию человека в социуме, о психическом здоровье человека; способствовать развитию у школьников умения осуществлять познавательную, коммуникативную, практико-ориентированную деятельность. Развивать у учащихся навыки проектной деятельности.

**Планируемые результаты освоения курса:**

**Рабочая программа сформирована с учетом рабочей программы воспитания Гимназии, призвана обеспечить достижение личностных результатов**.

Современный национальный воспитательный идеал личности– это высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укорененный в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации.

Исходя из этого воспитательного идеала, а также основываясь на базовых для нашего общества ценностях (таких как семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек) в МБОУ «Мариинская гимназия» реализуется общая цель воспитания – личностное развитие обучающихся, проявляющееся:

- в усвоении ими знаний основных норм, которые общество выработало

на основе этих ценностей (то есть, в усвоении ими социально значимых знаний);

- в развитии их позитивных отношений к этим общественным ценностям

(то есть в развитии их социально значимых отношений);

- в приобретении ими соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике (то есть в приобретении ими опыта осуществления социально значимых дел).

Целевым приоритетом в воспитании является создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений обучающихся, и, прежде всего, ценностных отношений:

* к семье как главной опоре в жизни человека и источнику его счастья;
* к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогу его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне;
* 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;
* к природе как источнику жизни на Земле, основе самого ее существования, нуждающейся в защите и постоянном внимании со стороны человека;
* 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;
* к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда;
* к культуре как духовному богатству общества и важному условию ощущения человеком полноты проживаемой жизни, которое дают ему чтение, музыка, искусство, театр, творческое самовыражение;
* к здоровью как залогу долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир;
* 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;
* к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся   
  и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.

**Метапредметные:**

* Овладение составляющими исследовательской и проектной деятельности, умение видеть проблему, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, проводить эксперименты, описывать и анализировать полученные данные, делать выводы из исследования;
* Умение соотносить свои действия с планируемыми, осуществлять самоконтроль, коррекцию своих действий в соответствии с изменившейся ситуацией;
* Умение организовывать совместную деятельность в рамках учебного сотрудничества, работать индивидуально и в группе;
* Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
* Развитие навыков прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса;
* Формирование умений работать с различными источниками информации: печатными изданиями, научно-популярной литературой, справочниками, Internet, ЭОР; формирование ИКТ-компетенции;
* Развитие умения анализа статистических данных, их обработки, составления диаграмм, таблиц, схем;
* Формирование навыков адекватного использования речевых средств в ходе ведения дискуссии, аргументированного отстаивания своей точки зрения; развитие коммуникативных качеств личности школьников, навыков совместной деятельности в коллективе;

**Предметные:**

* Формирование и систематизация знаний учащихся об особенностях строения и функционирования клетки как структурной единицы организма человека; особенностях нервной клетки как основного элемента нервной ткани;
* Актуализация, углубление знаний о строении, значении и функционировании нервной системы;
* Формирование знаний о нервной системе как материальной основе высшей нервной деятельности; о видах ВНД;
* Овладение знаниями о ВНД и методиками определения типов памяти, темперамента, коммуникативных качеств, устойчивости к стрессу;
* Овладение приёмами коммуникации; развитие у школьников конструктивных способов взаимодействия в социуме;
* Овладение учащимися методами биологической науки (наблюдение, проведение простейших исследований, постановка экспериментов и объяснение их результатов);

**Методы и формы организации учебно-воспитательного процесса**

Формы обучения и воспитания:

* индивидуальные (практические и творческие задания, консультации, беседы);
* групповые (акции, выставки, тренинги, экскурсии, практические работы);
* работа в малых группах (проектная деятельность, создание компьютерных презентаций).

Методы обучения и воспитания:

* словесные (рассказ, беседа, лекция);
* наглядные (наблюдение, показ, демонстрация);
* проблемно-поисковые (исследовательская деятельность, проектная деятельность);
* практические (акции, практические работы);

**Формы подведения итогов реализации программы**

1. Анализ проводимых мероприятий.
2. Отзывы участников программы.
3. Реализация социально значимых проектов, акций, мероприятий, их анализ.
4. Сравнительный анализ состояния здоровья учащихся

**Рабочая программа сформирована с учётом формирования функциональной грамотности, призвана обеспечить достижение личностных и метапредметных результатов.**

Личностные результаты освоения функциональной грамотности: обучающийся формулирует и объясняет собственную позицию в конкретных ситуациях общественной жизни на основе полученных знаний с позиции норм морали и общечеловеческих ценностей, прав и обязанностей гражданина.

Метапредметные результаты освоения функциональной грамотности: обучающийся находит и извлекает информацию в различном контексте; объясняет и описывает явления на основе полученной информации; анализирует и интегрирует полученную информацию; формулирует проблему, интерпретирует и оценивает её; делает выводы, строит прогнозы, предлагает пути решения.

**Содержание курса**

**Раздел 1. Введение (1 час)**

Включает в себя занятия по изучению истории развития науки анатомии как части биологии, методов изучения, значения в современном мире. Обсуждаются правила поведения в кабинете биологии. Поводится вводный инструктаж.

**Раздел 2. Кирпичики жизни (4 часа)**

Включает теоретические и практические занятия по изучению строения нейрона и нервной ткани. Учащиеся знакомятся с историей открытия клеточного строения, заслугами великих естествоиспытателей и учёных для развития цитологии. Совершенствуют навыки работы с микроскопом и приготовления микропрепаратов. Рассматривают под микроскопом и выявляют черты различия и сходства у клеток разных тканей. Изучают строение нейрона, виды нейронов, строение нервной ткани.

Содержание учебных занятий способствует дальнейшему формированию у учащихся представлений о клеточном строении организмов, в том числе, человека, об особенностях строения, функционирования и значения нервной ткани и нервной системы.

*Лабораторная работа «Рассматривание под микроскопом эпителиальной, мышечной, костной, нервной ткани»;*

**Раздел 3. Я мыслю – значит я существую (14 часов)**

Содержание учебных занятий раздела способствует формированию у школьников знаний об особенностях высшей нервной деятельности человека, её материальной основе, проявлениях, значении для жизни в социуме, для учебной и трудовой деятельности.

Учащиеся познакомятся с понятием восприятие или перцепция, важности этого процесса для ориентации человека в окружающем мире, получат представление о механизме восприятия, сенсорной адаптации, законах организации восприятия, видах восприятия, иллюзиях восприятия.

Изучение внимания как проявления ВНД, его свойств, необходимо школьникам для формирования основных компетенций, в первую очередь, образовательной, т.к. концентрация и устойчивость внимания – важные условия достижения успеха в любой деятельности. В ходе практической работы познакомятся с приёмами концентрации внимания, управления вниманием.

Значительная часть времени отводится на приобретение знаний о памяти, её видов, возможностях, механизмах запоминания, о забывании как психическом процессе. Учащиеся приобретут знания о явлении дежа вю, о нарушениях памяти и причинах этого явления. Практические работы помогут учащимся определить свой ведущий тип памяти, приобрести опыт организации запоминания материала. Ребята приобретут навыки правильного запоминания, подготовки к экзаменам.

Работая над проектами «Фантазёры», учащиеся познакомятся с воображением как психическим процессом, особенностями воображения, его связью с мышлением, с понятием репродуктивное и продуктивное воображение, об опасности эскапизма, связи этого явления с возникновением компьютерной зависимости.

Знакомство с мышлением как феноменом психики будет способствовать формированию образовательной компетенции школьников. Вербальное, образное, символическое мышление абстрактное мышление, инструменты мышления и его парадоксы – важные составляющие мыслительного процесса, необходимые для приобретения теоретических и практических знаний. Понятие об алгоритме, знание эвристических приёмов будет способствовать формированию универсальных учебных действий учащихся. Метапредметные навыки учащихся включают способность к рефлексии, т.е. овладение особым навыком, который заключается в умении осознавать направленность внимания, отслеживать свое психологическое состояние, ощущения и мысли, любое размышление личности, которое направлено на самоанализ. Формирование навыков рефлексивной деятельности предусмотрено на практическом занятии (тренинге).

В данном разделе планируется проведение практических работ и тренингов, работа над проектами и их защита.

*Практическая работа «Тест для проверки внимания “Корректурная проба”»*

*Практическая работа «Тест на определение ведущего типа памяти»*

*Практическая работа «Исследование опосредованного запоминания»*

*Практическая работа «Исследование преобладающего типа запоминания»*

*Практическая работа «Определение типов мышления и уровня креативности»*

*Тренинговое занятие «Развитие творческого воображения»*

*Тренинг «Я и мой внутренний мир. Самопознание. Самоосмысление. Самопринятие.»*

*Защита проектов «Фантазёры»*

**Раздел 4. Я и другие (5 часов)**

Содержание раздела создаёт условия для формирования представлений у школьников об особенностях внутреннего мира человека, эмоциях, темпераменте, характере, способностях и одарённости человека.

В жизни людей эмоции выполняют следующие основные функции: коммуникативную, мотивационную, регулирующую, сигнальную и предохранительную, поэтому знания о них помогут в формировании коммуникативной компетенции, способности к само и взаимооценке школьников. Учащиеся приобретут знания о физиологии эмоций, их влиянии на психическое и физическое здоровье человека. Формированию положительной Я-концепции поможет знакомство с возрастными этапами жизни человека и особенностями самооценки на каждом этапе, с составляющими понятия «Я».

Для успешной социализации учащихся необходимо овладение ими знаний о типах ВНД, темпераментах, характере, психологической совместимости, психологических различиях полов, изменении темперамента. Эти знания, учащиеся приобретут в процессе работы над проектами «Говорящие черты», «Левые и правые», «Кто я такой», «Наследие предков или заслуга воспитателей?», «Как вырастить гения» и проч. В ходе работы над проектами учащиеся развивают навыки исследовательской деятельности, формируют свою коммуникативную компетенцию, учатся организовывать учебное сотрудничество со сверстниками и педагогом. Защита проектов помогает закрепить навыки ведения дискуссии и использования речевых средств для аргументации своих взглядов.

*Практическая работа «Определение темперамента подростка»*

*Практическая работа «Экстраверт или интроверт? Особенности характера»*

*Защита проектов «Говорящие черты», «Левые и правые», «Кто я такой», «Наследие предков или заслуга воспитателей?», «Как вырастить гения»*

**Раздел 5. Человек среди людей (8 часов)**

Содержание раздела способствует дальнейшему формированию у школьников коммуникативной компетентности и положительной Я-концепции, самосознания и самопринятия через освоение азов психологии общения.

Теоретические знания о значении общения, эффекте присутствия, видах, стилях общения, коммуникативных стратегиях, правилах, этикете общения закрепляются в ходе практических занятий и тренингов.

Изучение материала данного раздела позволит учащимся приобрести знания обарьерах в общении**,** препятствиях, мешающих нормальным взаимоотношениям, об управлении своими эмоциями и чувствами, о способах и приёмах конструктивного выражения негативных чувств. Поскольку в подростковом возрасте ведущей является коммуникативная деятельность, знание правил эмпатического слушания. приёмов расположение к себе, умения конструктивного разрешения конфликтов актуальны.

Учащиеся приобретут знания, связанные с социально-психологическими особенностями взаимодействия людей в малой группе, необходимые для развитие навыков уверенного отказа, овладеют приёмами противостояния давлению.

*Практическая работа «Исследование уровня эмпатийных тенденций»*

*Практическая работа «Ваша коммуникативная толерантность»*

*Социально-психологический тренинг эффективного общения*

**Раздел 6. Самопознание и личностный рост (2 часа)**

Содержание заключительного раздела способствует принятию учащимися положения, что самопознание и личностный рост являются составными частями процесса саморазвития, личностного самосовершенствования человека, актуализации и реализации его устремлений, раскрытия внутренних потенциалов.

*Тренинг личностного роста для подростков «Пойми себя»*

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Кол-во**  **часов** | **Практические,**  **лабораторные работы** | **Тренинги** | **Защита проектов, выставки, сказка и проч.** |
| 1. | Введение | 1 |  |  |  |
| 2. | Кирпичики жизни | 4 | 1 |  |  |
| 3. | Я мыслю – значит я существую | 15 | 5 | 2 | 1 |
| 4. | Я и другие | 5 | 2 |  | 1 |
| 5. | Человек среди людей | 8 | 2 | 3 |  |
| 6. | Самопознание и личностный рост | 1 |  | 1 |  |
|  | **Итого:** | **34** | **10** | **6** | **2** |

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

Тематическое планирование рабочей программы осуществлялось, в том числе, с учетом рабочей программы воспитания МБОУ «Мариинская гимназия» на 2021-2025 гг.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название темы** | **Кол-во часов** |
| **Раздел 1. Введение- 1 ч** | | |
| 1/1 | История развития науки анатомии как части биологии, методы изучения . Инструктаж по ТБ и правилам поведения в кабинете биологии. | 1 |
| **Раздел 2. Кирпичики жизни – 4 ч.** | | |
| 2/1 | Основа основ клетка | 1 |
| 3/2 | Строение нейрона, виды нейронов. Нервная ткань и ее особенности | 1 |
| 4/3 | Нервная система человека. Головной мозг. | 1 |
| 5/4 | Кора больших полушарий – основа ВНД | 1 |
| **Раздел 3. Я мыслю – значит я существую - 15 ч** | | |
| 6/1 | Особенности ВНД, ее материальная основа и значение для жизни | 1 |
| 7/2 | Восприятие или перцепция, как фактор ориентации человека в окружающем мире | 1 |
| 8/3 | Законы организации восприятия | 1 |
| 9/4 | Внимание. Практическая работа. Тест для проверки внимания «Корректурная проба» | 1 |
| 10/5 | Свойства внимания | 1 |
| 11/6 | Управление вниманием | 1 |
| 12/7 | Память, ее виды, возможности, механизмы запоминания, забывание | 1 |
| 13/8 | Ведущий тип памяти. Практическая работа «Тест на определение ведущего типа памяти» | 1 |
| 14/9 | Запоминание. Практическая работа «Исследование опосредованного запоминания» | 1 |
| 15/10 | Оперативная память. Практическая работа «Исследование преобладающего типа запоминания» | 1 |
| 16/11 | Правила запоминания. Как готовиться к экзаменам | 1 |
| 17/12 | Воображение, виды и значение | 1 |
| 18/13 | Обязанности и развитие воображения, эскапизм и профилактика компьютерной зависимости | 1 |
| 19/14 | Мышление и его виды. Стили мышления. Решение задач и комплексных проблем. Практическая работа «Определение типов мышления и уровня креативности» |  |
| 20/15 | Рефлексия и ее значение |  |
| **Раздел 4. Я и другие - 5 ч** | | |
| 21/1 | Эмоции и чувства. Основные эмоции | 1 |
| 22/2 | Истоки настроения и эмоций. Мотивация | 1 |
| 23/3 | Темперамент и характер. Психологические отличия полов. Практическая работа «Определение типа темперамента подростка» | 1 |
| 24/4 | Многогранность характера. Практическая работа «Экстраверт или интроверт. Особенности характера» | 1 |
| 25/5 | Темперамент и характер, значение учета темперамента при организации сотрудничества. Психологическая совместимость. | 1 |
| **Раздел 5. Человек среди людей - 8 ч** | | |
| 26/1 | Мир отношений. Эффект присутствия | 1 |
| 27/2 | Виды и стили общения. Практическая работа «Исследование уровня эмпатийных тенденций» | 1 |
| 28/3 | Грамматика отношений. Коммуникативные стратегии. Практическая работа «Ваша коммуникативная толерантность» | 1 |
| 29/4 | Правила общения. Социальная дистанция | 1 |
| 30/5 | Стратегия конфликта. Поведение в конфликтной ситуации | 1 |
| 31/6 | Социально-психологический тренинг эффективного общения | 1 |
| 32/7 | Социально-психологический тренинг эффективного общения | 1 |
| 33/8 | Социально-психологический тренинг эффективного общения | 1 |
| **Раздел 6. Самопознание и личностный рост - 1 ч** | | |
| 34/1 | Личностное самосовершенствование человека | 1 |