

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Алтайского края
Комитет по образованию Администрации г. Новоалтайска
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 10
города Новоалтайска Алтайского края»

РАССМОТРЕНО

Заместитель директора по
ВР
Царева Н.А.
от "28" августа 2023г.

СОГЛАСОВАНО

Педагогический совет
Протокол №16
от "30" августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ «СОШ
№10 г. Новоалтайска
Алтайского края» С.П.
Бажова
Приказ № 210-о
от "30" августа 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса по внеурочной деятельности
«Педагогическая поддержка»
для обучающихся 9 классов

Составитель: Мурашова Т.В.,
учитель математики

Новоалтайск, 2023

1. Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Педагогическая поддержка» основного общего образования разработана с учетом следующих нормативных документов:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 г. №1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (в ред. от 29.12.2014 г);
- Основной образовательной программы основного общего образования школы;
- Устава школы;
- Плана внеурочной деятельности школы на 2022/2023 учебный год;
- «Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя Д.В.Григорьева и др. Просвещение, 2013-. 223с. Стандарты второго поколения);
- на основе программы психологической подготовки учащихся выпускных классов к сдаче ЕГЭ «Лицом к лицу с экзаменом» (Квачева Н.Е., г. Батайск, Ростовская область). (Победитель Всероссийского конкурса психолого-педагогических программ «Новые технологии для «Новой школы», рекомендована Федерацией психологов образования России для использования в образовательных учреждениях).

Актуальность программы обусловлена соответствием её содержания требованиям Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) основного общего образования, Концепции духовно- нравственного развития и воспитания личности гражданина России и направлена на формирование навыков здорового образа жизни у подростков, так как данное направление в настоящий момент является приоритетным в системе воспитания.

В течение последнего десятилетия система российского образования претерпевает значительные изменения, меняются образовательные стандарты, структура и содержание образования, форма итоговой аттестации и другие аспекты.

Экзамен даже для хорошо подготовленного человека всегда испытание, связанное с переживанием, так как является не просто проверкой знаний, а проверкой знаний в условиях стресса и непредсказуемого результата. Экзамен -это еще более мощный источник стресса для подростка, так как проходит на базе неродной школы, в окружении незнакомых сверстников и членов экзаменационных комиссий.

Период подготовки и сдачи экзаменов связан с большим напряжением для учащихся. Интенсивные умственные нагрузки и эмоциональные переживания приводят к перенапряжению нервной системы и негативно влияют на общее состояние организма. Экзаменационный стресс снижает работоспособность, сопротивляемость организма, провоцирует обострение заболеваний. Процедура прохождения государственного экзамена - деятельность сложная, предъявляющая особые требования к уровню развития психических функций учащихся. Очевидно, что в этой ситуации выпускники более чем когда-либо нуждаются в психологической помощи и поддержке.

Трудности, испытываемые выпускниками, в период подготовки и сдачи ОГЭ представлены когнитивным, личностным и процессуальным компонентами. Решение каждой из них необходимо, но максимально важной при подготовке к ситуации, способной вызвать стресс является профилактика эмоционально-личностных трудностей, а именно тревоги, волнения, беспокойства. Тревожные переживания влияют на мысли и поведение. Именно тревожность, как отмечают многие исследователи и практические психологи, лежит в основе целого ряда психологических трудностей. В связи с этим преодоление ее очень важно при подготовке учащихся к трудным ситуациям, таким как экзамены.

Для снижения степени и преодоления перечисленных выше трудностей разработана профилактическая психолого-педагогическая программа занятий внеурочной деятельности по подготовке учащихся выпускных классов к экзаменам.

2.Цель программы курса внеурочной деятельности: профилактика негативных эмоциональных переживаний учащихся, связанных с ситуацией подготовки и сдачи ГИА.

Задачи:

- формирование у выпускников объективного отношения к ОГЭ;
- развитие навыков преодоления трудностей и освоение способов повышения эффективности успешной сдачи ОГЭ;
- повышение сопротивляемости стрессу;
- обучение приемам саморегуляции, снятия эмоционального напряжения;
- развитие уверенности и повышения самооценки учащихся.

Программа составлена на 34 занятия, 1 час в неделю.

Место проведения занятий: МБОУ «СОШ №10 города Новоалтайска Алтайского края».

Назначение программы. Программа предназначена для обучающихся 9-х классов.

Ценностные ориентиры содержания курса

1. Формирование психологических условий развития общения, кооперации сотрудничества:

- доброжелательность, доверие и внимание к людям,
- готовность к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;
- уважение к окружающим – умение слушать и слышать партнера, признавать право каждого на собственное мнение и принимать решения с учетом позиций всех участников.

2. Развитие ценностно-смысловой сферы личности на основе общечеловеческой нравственности и гуманизма:

- принятие и уважение ценностей семьи и общества, школы и стремление следовать им;
- ориентация в нравственном содержании и смысле поступков;
- формирование чувства прекрасного и эстетических чувств.

3. Развитие умения учиться как первого шага к самообразованию и самовоспитанию:

- развитие широких познавательных интересов, инициативы и любознательности, мотивов познания и творчества;
- формирование умения учиться и способности к организации своей деятельности.

4. Развитие самостоятельности, инициативы личности как условия ее самоактуализации:

- формирование самоуважения и эмоционально-положительного отношения к себе;
- готовность открыто выражать и отстаивать свою позицию;
- критичность к своим поступкам и умение адекватно их оценивать;
- готовность к самостоятельным действиям, ответственность за их результаты;
- целеустремленность и настойчивость в достижении целей;
- готовность к преодолению трудностей и жизненного оптимизма.

Форма внеурочной деятельности – кружок.

Формы проведения данной программы внеурочной деятельности – занятия с элементами тренинга, познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение, мини-лекция, мини-дискуссия, психологическая игра, психологическая диагностика.

Методы внеурочной деятельности:

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесный (устное изложение, беседа, рассказ, лекция и т. д.);
- наглядный (показ мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, показ (выполнение) педагогом, работа по образцу и др.);
- практический (выполнение работ по инструкционным картам, схемам и др.).

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;

-репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;

-частично-поисковый – участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом;

- исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся.

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся на занятиях:

-фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися;

-индивидуально-фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;

-групповой – организация работы в группе;

- индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий, решение проблем.

Средства обучения – это средства воспитания, выбор которых определяется содержанием, формой внеурочной деятельности:

- беседа с учащимися с целью выяснения их интереса, информированности по данному вопросу;

- упражнение;

- поручения детям подготовить сообщения (своеобразный метод рассказа);

- методы игры в различных вариантах;

- составление плана.

Общая характеристика курса:

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы с подростками, которая включает три основных компонента:

аксиологический (связанный с сознанием), **инструментально-технологический** и **потребностно-мотивационный**.

Аксиологический компонент содержательно представлен ценностями «Я»: собственного «Я» человека, его связи с «Я» других людей и с природными объектами. Он предполагает осознание ребёнком ценности, уникальности себя и окружающих, идентификацию как с живыми, так и неживыми объектами, осознание единства с миром во всей его полноте.

Инструментальный компонент предполагает овладение рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими.

Потребностно-мотивационный компонент обеспечивает появление у подростка потребности в саморазвитии, самоизменении, побуждает к последующей самореализации.

Задачи развития являются четвёртым компонентом в данной модели. Работа с ними осуществляется параллельно, т.е. при построении каждого занятия учитываются все направления, но, в зависимости от целей, делается акцент на одном из них.

Занятия проходят по определённой схеме, каждая часть которой выполняет свои задачи:

1.Введение в тему.

2.Развёртывание темы.

3.Индивидуализация темы.

4.Завершение темы.

Связь содержания программы внеурочной деятельности с учебными предметами.

Курс занятий эффективно работает в связи с другими дисциплинами: ОБЖ, литература, математика, русский язык, где темы являются практическим продолжением изученного, или сами психологические знания являются базой для усвоения знаний вышеперечисленных курсов.

Межпредметные связи могут выражаться:

- в проведении совместных уроков по информационным технологиям (диагностика и обработка данных на компьютерах);

- в подготовке исследовательских работ (работа с литературой, составление планов собственных исследований, анализ психологической литературы);
- в включении в тематические планы уроков по безопасности жизнедеятельности, обществознания и др. предметов.

Тематическое планирование предусматривает организацию работы как со слабоуспевающими детьми, так и с одаренными.

Работа с одаренными детьми

- Постоянно стимулировать их познавательную активность.
- Поощрять или организовывать знакомство с материалом, который обычно не включается в стандартный учебный план.
- Формировать большую мыслительную гибкость в отношении используемых материалов, времени и ресурсов.
- Предъявлять более высокие требования к самостоятельности и целеустремленности в решении задач.
- Стремиться осуществлять учебный процесс в соответствии с познавательными потребностями, а не заранее установленной жесткой последовательности.

Работа с одаренными детьми предусматривает внутреннюю дифференциацию, использование лично-ориентированных методов обучения, тренинги, исследовательские и творческие задания. Во внеурочной деятельности предполагается привлечение ребят к участию в конкурсах, турнирах, интерактивных играх и т.д.

Работа со слабоуспевающими учениками

При работе со слабоуспевающими учащимися предусмотрено использование следующих приемов, методов и форм работы:

- Выявление слабоуспевающих через наблюдения, анализ психологической диагностики в начале учебного года.
- Применение заданий различной степени трудности.
- Работа в парах переменного состава, работа в группах, взаимообучение.
- Использование экспресс-диагностик.
- Индивидуальные задания с применением карточек-инструкций.
- Карточки-задания на дом.
- Индивидуальные и групповые консультации.
- Использование межпредметных связей.
- Самостоятельная работа. Индивидуальная домашняя работа.
- Работа с учебной, дополнительной литературой.
- Разработка мультимедийных презентаций, творческих проектов, рефератов.
- Использование интерактивных занятий.

3. Содержание курса

Содержание программы «Педагогическая поддержка». 9 класс» (34 ч., 1 ч. в неделю)

1 блок. «Плюсы и минусы ОГЭ. Объективный взгляд на экзамен»

Мы рады встрече!

Познакомить участников с процессом и техниками общения; сформировать позитивный настрой на работу по данной проблематике; способствовать формированию у участников ощущения единой группы.

Познаем себя

Проведение стартовой диагностики личностных психологических особенностей выпускников.

Я и моё будущее

Формирование у учащихся нового отношения к экзаменам, как к необходимому этапу в жизни.

Какой он - экзамен?

Дать представление учащимся о процедуре ОГЭ, ее особенностях.

Моя ответственность на экзамене

Формирование адекватного реалистичного мнения о ОГЭ, развитие позитивного и ответственного отношения к экзаменам.

Поведение на экзамене

Познакомить с особенностями восприятия ситуации экзамена, его субъективными реакциями и состояниями, планированием рабочего времени на экзамене.

2 блок. «Как справиться со стрессом и владеть собой?»

Что такое стресс?

Дать понятие стресса, как адаптационного синдрома

Как управлять стрессом

Научить саморегуляции, сотрудничеству, адекватному проявлению активности, инициативы и самостоятельности, осуществлять правильный выбор форм поведения.

Способы снятия нервно-психического напряжения

Познакомить со способами снятия нервно-психического напряжения, их отработка.

Приемы релаксации

Познакомить с техниками релаксации.

Управление негативными эмоциями

Научить приемам самопомощи и методам регуляции в ситуации психического перенапряжения, их отработка.

Приемы самообладания

Научить способам совладения с волнением, тревогой, страхом, их отработка.

Волевая мобилизация

Познакомить с приемами быстрой волевой мобилизации, их отработка.

Эмоции и поведение

Дать понятие эмоции, как энергетизирующего и организующего компонента действия.

Мотивация и рациональные мысли

Работа с понятием «мотивы», «мысли». Работа с положительными мотивами.

3 блок. «Как усвоить материал»

Восприятие информации

Дать понятие о ведущих каналах восприятия информации

Наша память

Познакомить с видами памяти, ее основными механизмами.

Приемы запоминания

Познакомить с приемами эффективного запоминания (мнемоника, акроним, компоновка и др.), их отработка.

Методы работы с текстом

Научить методам и приемам эффективной работы с текстовой информацией при подготовке к экзаменам, их отработка.

Наше внимание

Познакомить с видами внимания, его основными механизмами.

Наше мышление

Познакомить с видами мышления, его основными механизмами, навыками позитивного мышления.

Самоорганизация

Работа с понятием «самоменеджмент», составление плана самоподготовки к экзаменам.

4 блок. «Лицом к лицу с экзаменом»

Я уверен в себе

Развитие навыков принятия себя, повышения самооценки, уверенности в своих силах.

Поведение на экзамене

Открытие учащимся в себе тех качества, которые помогут на экзамене чувствовать себя уверенно. Формирование положительной «Я -Концепции», позитивного отношения к самому себе.

Как я познал себя

Проведение итоговой диагностики личностных психологических особенностей выпускников, рефлексия, работа с анкетами-отзывами.

4. Планируемые результаты

Даная программа рассчитана на достижение **воспитательных результатов:**

- **первый уровень** – приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

- **второй уровень** – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к своему психологическому здоровью, к социальной реальности в целом.

- результаты **третьего уровня** (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия): опыт самоорганизации, организации совместной деятельности с другими детьми и работы в команде и взятия на себя ответственности за других людей; нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами.

Таким образом, внедрение новых стандартов дает большие возможности для развития творческих способностей обучающихся.

Личностные результаты:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию,
- сформированность мотивации к учению и познанию,
- снижение уровня тревожности у выпускников, повышение сопротивляемости стрессу,
- ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции;
- социальные компетентности, личностные качества;
- сформированность основ российской, гражданской идентичности.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- осознавать свои личные качества, способности и возможности
- осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции
- овладение выпускниками освоенных техник саморегуляции и навыков самоконтроля в процессе сдачи экзаменов
- осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки.
- учиться прогнозировать последствия собственных поступков.

Познавательные УУД:

- учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе
- планировать свою подготовку к экзаменам с учетом индивидуального стиля учебной деятельности
- задействовать различные интеллектуальные ресурсы при подготовке к экзаменам
- понимать психологические основы сдачи экзамена и наличие позитивного отношения к процессу сдачи
- обогатить представления о собственных ценностях и их роли в жизни

- уметь формулировать собственные проблемы

Коммуникативные УУД:

- учиться строить взаимоотношения с окружающими
- учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации
- учиться самостоятельно решать проблемы в стрессовой ситуации
- формулировать свое собственное мнение и позицию

Средства формирования УУД: *словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др.*

А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся:

Психологическая информация. Достаточно эффективный метод, способствующий углублению самосознания подростков, является изучение некоторых важных для этого возраста психологических понятий. Сообщаемая информация стимулирует подростка к размышлению о себе.

Интеллектуальные задания. Интеллектуальные задания способствуют расширению лексического запаса учащихся в области психологии, помогают им овладеть необходимыми понятиями.

Ролевые методы. Ролевые методы предполагают принятие подростком ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание необычных ролей; проигрывание своей роли в гротескном варианте.

Коммуникативные игры. Коммуникативные игры направлены на формирование у подростка умения увидеть в другом человеке его достоинства. А также существует ряд игр, способствующих углублению осознания сферы общения.

Игры, направленные на развитие воображения. Их можно разделить на две группы: вербальные и невербальные игры. В вербальных играх подростки придумывают окончание к той или иной необычной ситуации, невербальные игры предполагают изображение подростками того или иного неживого предмета.

Задания с использованием терапевтических метафор. Можно выделить две основные группы метафор. Первая группа направлена на работу с типичными проявлениями или/и трудными ситуациями подросткового возраста, например, чувством одиночества, стремлением к получению внимания (пусть даже негативного) взрослых. Вторая группа включает в себя сказки развивающего характера, способствующие решению ими возрастных задач развития. Систематическая работа с метафорами приводит к усвоению основной идеи метафоры: в сложной ситуации необходимо искать ресурсы внутри самого себя, и это обязательно приведет к успеху.

Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Эти задания предполагают обучение распознаванию эмоциональных состояний по мимике, жестам, голосу; умению принимать чувства другого человека в конфликтных ситуациях; развитие навыков саморегуляции.

Когнитивные методы. Эти методы основываются на утверждении, что первопричиной эмоциональных расстройств является наличие у человека некоторых мешающих ему убеждений. Исходя из этого, необходим пересмотр мировоззрения.

Дискуссионные методы. Одним из ведущих методов, используемых в социально-психологическом тренинге, является групповая дискуссия. Она позволяет реализовать принцип субъект-субъектного взаимодействия, выявить различные точки зрения на проблему ЗОЖ.

Обучение основано на использовании традиционных принципов дидактики: принцип воспитывающего обучения, научности, наглядности, сознательности и активности, систематичности, прочности, доступности. Индивидуальный подход, учет возрастных возможностей для преподавания психологии в обучении подростков имеют исключительное значение.

Предметные результаты:

- **психологические знания** (понятия, факты, идеи, законы науки психологии, способы психической деятельности),
- **психологические умения** (чем для самого человека становятся те знания и способы действия, которые он приобретает в процессе обучения),
- **навыки** (привычка мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой),
- **опыт творческой самодеятельности,**
- **овладение культурой психической деятельности,**
- **формирование эмоционально-целостного отношения** к психологической реальности и действительности в целом.

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности

№п/п	Наименование разделов и тем программы	Всего часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1	«Плюсы и минусы ОГЭ. Объективный взгляд на экзамен»	10	https://proforientatsia.ru/
2	«Как справляться со стрессом и владеть собой?»	10	https://infourok.ru/trening-upravlenie-stressom-dlya-psiologa-5723337.html
3	«Как усвоить материал»	9	http://mbousosh6.ucoz.org/psiholog/pedag-trening.pdf
4	«Лицом к лицу с экзаменом»	5	http://mbousosh6.ucoz.org/psiholog/pedag-trening.pdf

Поурочное планирование курса внеурочной деятельности

№ п/п	Тема урока	Всего часов	Форма организации деятельности	Электронные цифровые образовательные ресурсы
«Плюсы и минусы ОГЭ. Объективный взгляд на экзамен»				
1	Мы рады встрече	1	Мини-лекция, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	https://proforientatsia.ru/psihologicheskie-testy/
2	Познаем себя	1	Психологические диагностические методики	https://proforientatsia.ru/psihologicheskie-testy/
3	Познаем себя	1	Психологические диагностические методики	https://proforientatsia.ru/psihologicheskie-testy/
4	Я и моё будущее	1	Элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение, мини-дискуссия	https://proforientatsia.ru/
5	Я и моё будущее	1	Элементы тренинговых упражнений, проблемно-	https://proforientatsia.ru/

			ценностное общение, мини-дискуссия	
6	Какой он- экзамен?	1	Мини-лекция, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	https://proforientatsia.ru/podgotovka-k-ege-oge/podgotovka-k-ege/prostye-i-poleznye-sovety-dlya-podgotovki-k-ege/
7	Какой он- экзамен?	1	Мини-лекция, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	https://proforientatsia.ru/podgotovka-k-ege-oge/podgotovka-k-ege/prostye-i-poleznye-sovety-dlya-podgotovki-k-ege/
8	Моя ответственность на экзамене	1	Элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение, мини-дискуссия	https://urok.1sept.ru/articles/685445
9	Поведение на экзамене	1	Элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение, мини-дискуссия	https://urok.1sept.ru/articles/685445
10	Поведение на экзамене	1	Элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение, игра	https://urok.1sept.ru/articles/685445
«Как справляться со стрессом и владеть собой?»				
11	Что такое стресс?	1	Мини-лекция, мини-дискуссия	
12	Как управлять стрессом	1	Мини-лекция, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	https://infourok.ru/trening-upravlenie-stressom-dlya-psihologa-5723337.html
13	Как управлять стрессом	1	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	https://infourok.ru/trening-upravlenie-stressom-dlya-psihologa-5723337.html
14	Способы снятия нервно-психического напряжения	1	Мини-лекция, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	https://infourok.ru/trening-dlya-obuchayushih-sya-9-go-klassa-mobilizaciya-zalog-uspeha-na-ekzamene-

				4604771.html
15	Приемы релаксации	1	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	https://cspsid-pechatniki.ru/trening/trening-dlya-9-klass-stress-zanyatie-s-elementami-treninga-dlya-9-1klassov-kak-spravitsya-so-stressom-na-ekzamene.html
16	Управление негативными эмоциями	1	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	https://cspsid-pechatniki.ru/trening/trening-dlya-9-klass-stress-zanyatie-s-elementami-treninga-dlya-9-1klassov-kak-spravitsya-so-stressom-na-ekzamene.html
17	Приемы самообладания	1	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	https://cspsid-pechatniki.ru/trening/trening-dlya-9-klass-stress-zanyatie-s-elementami-treninga-dlya-9-1klassov-kak-spravitsya-so-stressom-na-ekzamene.html
18	Волевая мобилизация	1	Мини-лекция, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	https://cspsid-pechatniki.ru/trening/trening-dlya-9-klass-stress-zanyatie-s-elementami-treninga-dlya-9-1klassov-kak-spravitsya-so-stressom-na-ekzamene.html
19	Эмоции и поведение	1	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	https://infourok.ru/ma-sterklass-emocii-i-ih-vliyanie-na-povedenie-dlya-uchaschihsya-klassov-v-ramkah-razvivayuschih-

				zanyatyy-po-podgotovke-k-ekzamen-743374.html
20	Мотивация и рациональные мысли	1	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, игра	https://infourok.ru/masterklass-emocii-i-ih-vliyanie-na-povedenie-dlya-uchaschihsya-klassov-v-ramkah-razvivayuschih-zanyatyy-po-podgotovke-k-ekzamen-743374.html
«Как усвоить материал»				
21	Восприятие информации	1	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	http://rods6.ucoz.ru/2017/Psixolog/diagnostika_shkolnikov-sbornik_testov.pdf
22	Наша память	1	Мини-лекция, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	https://multiurok.ru/files/psikhologichieskaia-podgotovka-k-gia-pamiat-i-pr.html
23	Приемы запоминания	1	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	https://multiurok.ru/files/psikhologichieskaia-podgotovka-k-gia-pamiat-i-pr.html
24	Приемы запоминания	1	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	https://multiurok.ru/files/psikhologichieskaia-podgotovka-k-gia-pamiat-i-pr.html
25	Методы работы с текстом	1	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	https://infourok.ru/programma-zanyatyy-psihologicheskogo-treninga-psihologicheskaya-podgotovka-starsheklassnikov-k-sdache-gia-klass-3210634.html
26	Наше внимание	1	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	https://infourok.ru/programma-zanyatyy-psihologicheskogo-treninga-psihologicheskaya-podgotovka-

				starsheklassnikov-k-sdache-gia-klass-3210634.html
27	Наше мышление	1	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	http://mbousosh6.uz.org/psiholog/pedagog-trening.pdf
28	Самоорганизация	1	Мини-лекция, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	http://mbousosh6.uz.org/psiholog/pedagog-trening.pdf
29	Самоорганизация	1	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, игра	http://mbousosh6.uz.org/psiholog/pedagog-trening.pdf
«Лицом к лицу с экзаменом»				
30	Я уверен в себе	1	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	http://mbousosh6.uz.org/psiholog/pedagog-trening.pdf
31	Поведение на экзамене	1	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	http://mbousosh6.uz.org/psiholog/pedagog-trening.pdf
32	Поведение на экзамене	1	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, психологическая игра	http://mbousosh6.uz.org/psiholog/pedagog-trening.pdf
33	Как я познал себя	1	Психологические диагностические методики	http://mbousosh6.uz.org/psiholog/pedagog-trening.pdf
34	Как я познал себя	1	Психологические диагностические методики, элементы тренинговых упражнений, рефлексия	http://mbousosh6.uz.org/psiholog/pedagog-trening.pdf
ИТОГО:		34		

Литература для педагога

1. Анн Л. Ф. Психологический тренинг с подростками. – СПб.: Питер, 2005. – 271 с.
2. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. – М.: Ось-89. 2003. – 224 с.
3. Голерова, О. А. Повышение стрессоустойчивости обучающихся при подготовке к ОГЭ и ЕГЭ / О. А. Голерова, И. С. Григолашвили // Справ. педагога-психолога. Школа. - 2015. - № 10. - С. 32-45.
4. Грачева Л.В. Эмоциональный тренинг: искусство властвовать собой. Самоиндукция эмоций, упражнения актерского тренинга, исследования. – СПб.: Речь, 2004. – 120 с.
5. Евтихов О.В. Практика психологического тренинга. – СПб.: Речь, 2004. – 256 с.
6. Кадашникова Н. Ю., Илларионова Т.Ф. Как подготовить ребёнка к экзамену: тренинги, тесты, игры, упражнения. – Волгоград: Учитель, 2010. – 137с.
7. Мавлиева, А. М. Психологическая подготовка к сдаче ГИА и ЕГЭ "К экзамену ГОТОВ!" / А. М. Мавлиева // Справ. педагога-психолога. Школа. - 2014. - № 4. - С. 70-78.
8. Менн, А. В. Психологическая подготовка старшеклассников к сдаче ЕГЭ / А. В. Менн, М. Б. Маркина // Справ. педагога-психолога. Школа. - 2016. - № 2. - С. 48-58.
9. Пронькина Т.М., Рубова Н.С. Материалы для психологов по психологической помощи и поддержке учащихся и родителей при подготовке и сдачи ЕГЭ. - Москва, 2005.
10. Ромек В.Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. – СПб.: Речь, 2005. – 175 с.
11. Смородина, О. А. Подготовка выпускников к ЕГЭ и ОГЭ. Программа психологического сопровождения / О. А. Смородина // Пед. мастерская. Все для учителя!. - 2016. - № 4. - С. 43-45.
12. Стебенева Н., Королева Н. Программа психолого-педагогических мероприятий для выпускников в период подготовки к единому государственному экзамену "Путь к успеху" Школьный психолог, 2003,- №23. – 32 с.
13. Федорова, Л. А. Готовимся к экзаменам : занятие для обучающихся выпускных классов / Л. А. Федорова // Психолог в школе!. - 2017. - № 2. - С. 24-25.
14. Шевцова И.В. Тренинг личностного роста. – СПб.: Речь, 2003. – 144 с.

Литература, рекомендованная для учащихся

1. Андреев О.А. Учимся быть внимательными / О.А. Андреев. — Ростов н/Д: Феникс, 2004.
2. Бьюзен Т. Максимально используйте свой разум / Т.Бьюзен. — Минск, 2004.
3. Гамезо М.В. Атлас по психологии: Информационно-методическое пособие по курсу «Психология человека» / М.В. Гамезо, И.А. Домашенко— М.: Педагогическое общество России, 2001.
4. Жариков Е.С. Для тебя и о тебе / Е.С. Жариков, Е.Л. Крушельницкий — М.: Просвещение, 1991.
5. Задоя, Н. М. Готовимся к экзаменационным испытаниям / Н. М. Задоя // Пед. диагностика. - 2013. - № 2. - С. 90-101.
6. Тертель А.Л. Психология в вопросах и ответах: Учебное пособие / А.Л.Тертель— М.: Проспект, 2005.
7. Шубина, Д. В. Готовимся к ЕГЭ: старшеклассникам и их родителям / Д. В. Шубина // Потенциал. - 2014. - № 12. - С. 70-73.

Лист внесения изменений и дополнений в рабочую программу № _____

Учебный год _____

Предмет, курс _____

Учитель _____

Период отсутствия учителя на работе _____

Класс (ы) _____

№п/п	класс	Дата урока в классном журнале	Характер изменения (объединение уроков с указанием их номеров в поурочном тематическом планировании; использование резервных уроков с указанием номера в поурочном тематическом планировании)	Номер урока в журнале	Тема в классном журнале	Приказ об утвержде нии изменен ий в рабочую програм му	Контр оль

Подпись учителя _____

Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение программы

Материально-техническое обеспечение программы

1. Мультимедийная техника (компьютер, проектор, экран);
2. Аудиозаписи (музыкальные произведения, звуки природы и др.);
3. Видеозаписи (классическая детская литературы, живая природа, социальные явления и др.)
4. Наглядные материалы (картины, репродукции, фото, таблицы и др.)

Методические пособия для учителя

1. Аудио-, видеозаписи.
2. Набор открыток сюжетного содержания.
3. Набор тематических таблиц.
4. Набор фотографий видов природы, портретов людей.
5. Психологические тесты.
6. Репродукции картин, рисунки для определения эмоционального состояния человека.

**Лист экспертизы
рабочей программы курса внеурочной деятельности «Педагогическая поддержка» 9 класс на 2023-2024
учебный год**

(полное наименование программы, с указанием класса, сроков, на который разработана)

Параметры оценки	Выводы и рекомендации (соответствующее подчеркнуть)	Примечание
Наличие комплекта УМК для реализации данной РП у педагога	<u>В полном объеме</u> /не в полном объеме	
Титульный лист	<u>Соответствует ЛА</u> /не соответствует	
Структурные элементы программы	<u>Соответствует ЛА</u> /не соответствует	
Количество учебных часов, на которые рассчитана РП в год/неделю, в том числе количество часов для проведения контрольных работ, лабораторных, практических, экскурсий, исследовательских проектов, диктантов, сочинений, изложений, резервных часов соответствуют ФОП и Учебному плану ОО на текущий год	<u>Соответствует</u> /не соответствует	
Программа сформирована с учетом рабочей программы воспитания	Нужно подчеркнуть: - добавлен абзац в пояснительную записку рабочей программы – если она оформляется; - оформлено в виде приложения к рабочей программе предмета, курса, модуля; - указана информация об учете рабочей программы воспитания в первом разделе рабочей программы предмета, курса или модуля – после каждой описанной темы или отдельным блоком; - включена информация об учете рабочей программы воспитания в тематическое планирование – - добавлена графа и указаны в ней воспитательное мероприятие, которое запланировали на уроке или в рамках внеурочной деятельности	
Планируемые результаты освоения предмета/курса, модуля (конкретно описаны, классифицируются по определенным критериям, соответствуют ФОП и требованиям СТАНДАРТА)	<u>Соответствуют</u> /не соответствуют	
Содержание учебного предмета, курса, модуля соответствует ФОП и требованиям СТАНДАРТА, определены и обозначены темы практических, лабораторных, проектов и др. работ)	<u>Соответствует</u> /не соответствует	
Структура тематического планирования	<u>Соответствует ЛА</u> /не соответствует ЛА	
Поурочное планирование	<u>Соответствует ЛА</u> /не соответствует ЛА	
В курсе внеурочной деятельности отражены формы занятий	<u>Да</u> /нет	
Принцип преемственности	<u>Соблюдается</u> /не соблюдается	

Вывод: рабочая программа рекомендуется (не рекомендуется) к использованию.
(нужное подчеркнуть)

Экспертизу провели  / Царева Н.А.

Подпись _____ ФИО

 / Волошина М. В.

Подпись _____ ФИО

Дата 28 августа 2023 г.

ЛА- Положение о рабочей программе учебных предметов, курсов, модулей МБОУ «СОШ №10 г. Новоалтайска Алтайского края»

РП- рабочая программа учебного предмета/курса