

**Аннотация к рабочей программе
внеурочной деятельности «Познай себя»
на уровень основного общего образования**

Рабочая программа по психологии для 7-8 класса разработана на основе программы формирования психологического здоровья у старших подростков «Тропинка к своему Я». Уроки психологии в средней школе (7-8). Хухлаева О.В. Москва: Генезис, 2022г.

Рабочая программа по психологии для 7-8 класса составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, требованиями к результатам освоения основной образовательной программы, фундаментальным ядром содержания основного общего образования, примерной программой по психологии.

Предлагаемая рабочая программа реализуется в учебно-методическом пособии, созданном кандидатом психологических наук О.В.Хухлаевой.

Целью данной программы является помочь подросткам осознать свои особенности, научиться решать проблемы, обрести уверенность в собственных силах, преодолеть подростковый кризис.

Для достижения поставленных целей необходимо в процессе обучения решать следующие **задачи**:

1. Создать условия для осознания каждым членом группы уникальности собственной личности, средств реализации межличностного общения посредством актуализации индивидуальных взглядов, позиций, установок.
2. Содействовать формированию самостоятельности как предпосылки умения принять ответственность за свою жизнь.
3. Содействовать формированию эго-идентичности через предоставление подростку возможности выбора образцов для идентификации, с одной стороны, и усиление «Я» на основе самоутверждения в подростковой среде – с другой.
4. Способствовать расширению самосознания.
5. Способствовать развитию способности к внутреннему диалогу через самораскрытие в общении со сверстниками.
6. Способствовать развитию и формированию умения социальной рефлексии и самодиагностики, навыков самоанализа и анализа внешней информации.

Эти задачи решаются сразу на трех уровнях работы.

1 уровень - информативный: на нем выясняются представления учащихся и уточняются общепринятые нормы по теме занятия.

2 уровень – личностный: на нем следует способствовать положительному эмоциональному отношению учащегося к теме занятия, желанию применить полученные знания в повседневной жизни. Необходимы поддержка, одобрение, принятие.

3 уровень – осознание: на нем учащиеся учатся осознавать, что с ними происходит, почему они ведут себя, таким образом, отчего возникают подобные эмоции и чувства. На этом уровне развивается способность к саморегуляции, самопознанию, самопониманию и самоконтролю, а также понимание того, что думают, чувствуют и делают другие люди.