**АННОТАЦИЯ**

к программе дополнительного образования «Тропинка к своему Я»

**Цель.**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:**

1.Повышать общий уровень психологического и интеллектуального развития учащихся.

2. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и с окружающими.

3.Формировать позитивную моральную позицию подростка в социуме.

4.Побуждать подростков к проявлению отношений, установок поведения, эмоциональных реакций, к их обсуждению и анализу.

5.Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения.

6. Формировать терпимость к мнению собеседника.

7. Обучать способам внутреннего самоконтроля и сдерживания негативных импульсов.

8. Развивать умение слушать и слышать своих собеседников.

9. Обучать учащихся конструктивным способам выхода из конфликтных ситуаций.

10. Обучать приемлемым способам разрядки гнева и агрессивности

**Основная задача** – первичное осознание позиции школьника, прежде всего через новые обязанности, которые ребенок учиться выполнять.

Предлагаемая программа психологических занятий уделяет серьезное внимание способам формирования учебной установки в близких и доступных детям формах, прежде всего в форме игры и сказок. Через игровые роли и сказочные образы дети получают возможность осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления. Ситуации, в которые попадают герои сказок, проецируются на реальные школьные проблемы, ребенок получает возможность посмотреть на них со стороны и в то же время идентифицировать проблемы героя с собственными. В результате к концу первого года обучения дети привыкают адекватно анализировать свои проблемы.

**Особенности реализации программы**. Программа «Тропинка к своему Я» реализуется в 5-х классах и разработана на 34 часа в год (1час в неделю).

Главная особенность пятиклассников – появление глубокого интереса к своему внутреннему миру и интереса к общению со сверстниками. Они легко включаются в беседы о прошлом и будущем, пытаются анализировать происходящие в них изменения, размышляют о своих способностях и возможностях. Теперь для них важны не столько успехи в учебе, сколько признание окружающими их внутренней ценности и уникальности. Поэтому целый ряд занятий посвящен обсуждению вопросов взаимоотношений в классе.

Самое важное свойство этого возраста- особая открытость души. Дети не только легко и доверчиво впускают взрослых в свой внутренний мир, но нередко и сами приглашают их туда. Однако взрослые должны помнить, что это последний возрастной период, когда ребенок настолько открыт.

Особое место занимают занятия, связанные с обсуждением близкого и отдаленного будущего. Наблюдая за трудной жизнью родителей, подростки понимают, что постепенно выходят из детского возраста, и , это может порождать страх взросления. Поэтому дополнительными задачами этих занятия является снятие тревоги и побуждение к учебной активности.