**Аннотация к рабочей программе курса внеурочной деятельности**

**«Мир эмоций и общения»**

Рабочая программа по внеурочной деятельности в 10 классе составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, образовательной программы основного общего образования.

***Аннотация курса***

Данный курс является неотъемлемой составной частью школьного образования на всех уровнях обучения. Как один из важных компонентов образовательной области данный курс вносит значительный вклад в достижение целей общего образования. В содержание программы данного курса включены: блок теоретической информации по психологии, проективные методики, рефлексивный и мотивационный диалоги, приемы, ролевые игры и упражнения - все это предполагает готовность к самопознанию, как индивидуально, так и в групповой работе, знание основ психодиагностики и психокоррекции, требующего творческого подхода.

Работа по программе направлена на решение задач, которые были сформулированы Р.Бернсом применительно к развитию Я-концепции, а именно: «на поддержку у обучающихся следующих проявлений»:

- Более позитивных мыслей и чувств о самом себе;

- Симпатии к себе;

- Способности относиться к себе с юмором;

- Выражение гордости собой как человеком;

- Описание с большей точностью собственных достоинств и недостатков».

В ходе работы ребята научатся понимать и принимать себя, видеть свои сильные и слабые стороны, ощущать единение с другими людьми. Овладеют знаниями и умениями, которые впоследствии используются ими в учебе и жизни. Повысят мотивацию, овладеют навыками эмпатии, научатся лучше понимать окружающих, достойно выражать свои чувства, преодолевать трудности в учебе и поведении, развить свои способности, уметь противодействовать чужому влиянию, сохранить свое психологическое здоровье. Это будет способствовать формированию у школьников способности к критическому мышлению, систематизации имеющихся психологических знаний. В процессе освоения программы, обучающиеся смогут повысить уровень знаний.

Программа рассчитана на учащихся 10-го класса

**Цель курса:**

Способствовать осознанию обучающимися роли саморегуляции в формировании психологической готовности к вступлению во взрослую жизнь и развивать коммуникативную культуру.

**Задачи:**

- познакомить обучающихся с понятиями и видами эмоций, общения, а также основам саморегуляции;

- формировать коммуникативную культуру, сообразительность и речь;

- формировать доверительную обстановку;

- развивать эмоционально-волевую сферу, навыки коммуникации и саморегуляции;

- способствовать формированию социальных представлений и групповому сплочению;

- воспитывать уважение друг к другу.

***Описание места курса в учебном плане***: в соответствии с учебным планом МБОУ «Гимназия» курс внеурочной деятельности в 10 классе изучается 2 часа в неделю.

**Срок реализации программы: 1год.**

При нормативной продолжительности учебного года 34 недели на прохождение программного материала отводится 68 часов в год.