Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Русская средняя общеобразовательная школа

имени Героя Советского Союза М.Н. Алексеева

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Г.В. Колинько

приказ №217-ОД от 29.08.2019

Рабочая программа по внеурочной деятельности

«Познай себя»

Уровень: основное общее образование, 5-7 классы

Учитель: Иванова Л.А.

*Количество часов на год:*

5 класс: всего 30 часов; в неделю 1 час.

6 класс: всего 35 часов; в неделю 1 час.

7 класс: всего 30 часов; в неделю 1 час.

Рабочая программа составлена на основе авторских программ О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я» и А.В. Микляевой «Я – подросток», Просвещение, 2014г., в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, образовательной программы школы

2019-2020 учебный год

Рабочая программа в 5 и 7 классе уменьшена с 35 часов до 30 часов. Пять часов выпало на праздничные дни. Рабочая программа в 6 классе выполнена в полном объёме

**Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**Личностные результаты:**

* формирование внутренней позиция школьника.
* ориентация на моральные нормы и их выполнение.
* способность к моральной децентрации.

**Метапредметные результаты:**

***Познавательные***

* обучающиеся получат знания об основных категориях и понятиях этики.
* основных положительных нравственных качествах человека.
* освоят общие понятия гражданско-правового сознания.

***Регулятивные:***

* будет формироваться способность контролировать свои действия
* оценивать свои действия.
* вносить соответствующие коррективы в их выполнение.

***Коммуникативные:***

* формирование умения учитывать позицию собеседника (партнёра). –
* организовывать и осуществлять сотрудничество и кооперацию с учителем и сверстниками.
* адекватно воспринимать и передавать информацию.
* отображать содержание и условия деятельности в сообщениях.

***Предметные результаты***:

**5 класс**

* + дружные между собой, внимательные друг к другу и к окружающим, открыты миру и людям;
  + умение работать творчески, самостоятельно добывать знания, не пугаться нестандартных ситуаций, с интересом искать и находить их решение;
  + самостоятельные, владеют самоконтролем и самооценкой;
  + способны к изменению самих себя.
  + умеющих учиться, способных организовывать свою деятельность, умеющий пользоваться информационными источниками;

**6 класс**

* + обладающий основами коммуникативной культурой (умеет слушать и слышать собеседника, высказывать свое мнение);
  + любознательный, интересующийся, активно познающий мир;
  + владеющий основами умения учиться, способный к организации собственной деятельности;
  + любящий свой край и свою Родину
  + уважающий и принимающий ценности семьи и общества;
  + готовый самостоятельно действовать и отвечать за свои поступки перед семьей и школой;
  + доброжелательный,
  + выполняющий правила здорового и безопасного образа жизни для себя и окружающих.
* с активной жизненной и гражданской позицией;
* уважающий историческое прошлое нашего народа.

**7 класс**

- знание индивидуальных и эмоциональных особенностей людей;

- знание способов разрешения конфликтных ситуаций;

- умения вести конструктивный диалог;

- умение определять жизненные цели и задачи;

- понимать себя, свои желания, мечты, ценности;

- вести конструктивную беседу;

- учитывать мнение других людей при взаимодействии, вставать на сторону собеседника;

- бесконфликтному поведению со сверстниками

**Содержание курса внеурочной деятельности.**

**5 класс, 30 часов**

**Раздел 1 Приглашение в страну Общения**

Знакомьтесь - психология! Я – это интересно! Что мы знаем об общении? Общение-дело общее

**Раздел 2 Инструменты общения**

Как хорошо уметь…слушать. Активное и пассивное слушание. Практикум активного слушания.

Как важно уметь задавать вопросы. Поговорим без слов. Практикум неречевого общения.

Речь. Берегите, пожалуйста, речь! А умеете ли вы спорить?

**Раздел 3. «Осторожно, общение!»**

Чемоданчик мастера Общения. В море знаний. Коротко да ясно, оттого и прекрасно. Имя моё.

Моя семья. В пещере эмоциональных взрывов. Научно- практическое исследование конфликта.

Выиграть –проиграть? Сказка о понимании.

.

**Раздел 4. Здравствуй, страна Общения!**

Могу и хочу. Когда приходит понимание? По дороге сказок. В королевстве Общения .

**6 класс, 35 часов**

**Раздел 1 Впечатление о другом человеке**

Введение. Внешний вид. Речь

**Раздел 2 Как люди воспринимают друг друга**

Первое впечатление. Отношение к человеку и восприятия. Прошлый опыт и восприятие. Проверка знаний. Восприятие человека людьми разного возраста. Влияние профессии на восприятие. Как воспринимают меня. Потребность в общении. Психологические особенности человека и общение. Стиль и манера общения. Пространство и время общения. Слушать и слышать.

**Раздел 3. Виды общения. Общение и отношения.**

Непосредственное общение. Особые виды общения. Уметь общаться. Межличностные отношения

Симпатия, антипатия. Товарищество и дружба. Любовь. Проверка знаний.

.

**Раздел 4. Общение и понимание людьми друг друга**

Психические процессы и понимание. Стереотипы понимания. Понимание другого человека

**Раздел 5. Я живу среди людей**

Что значит быть воспитанным и культурным. Разные роли. Как мы выглядим. Подведение итогов.

**7 класс, 30 часов**

**Раздел 1 Агрессия и ее роль в развитии человека**

Я повзрослел. Изменения во мне. У меня появилась агрессия. Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия? Трудности агрессивного человека и причины агрессивного поведения. Конструктивное реагирование на агрессию. Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми. Учимся договариваться**.**

**Раздел 2 Уверенность в себе и ее роль в развитии человека**

Первое впечатление. Отношение к человеку и восприятия. Прошлый опыт и восприятие. Проверка знаний. Восприятие человека людьми разного возраста. Влияние профессии на восприятие. Как воспринимают меня. Потребность в общении. Психологические особенности человека и общение. Стиль и манера общения. Пространство и время общения. Слушать и слышать.

**Раздел 3. Конфликты и их роль в усилении Я**

Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице. Как научиться конструктивно разрешать конфликты. Способы поведения в конфликте: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта. Конфликтные ситуации. Конструктивное разрешение конфликтов.

Моделирование ситуации «Конфликт». Конфликт как возможность развития. Конфликт как возможность развития. Готовность к разрешению конфликта.

**Раздел 4. Ценности и их роль в жизни человека**

Психические процессы и понимание. Стереотипы понимания. Понимание другого человека.

**Раздел 5. Я живу среди людей**

Что значит быть воспитанным и культурным. Разные роли. Как мы выглядим. Подведение итогов.

**Календарно-тематическое планирование**

**5 класс, 30 часов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название темы | Кол-во часов | Дата | | |
| **Приглашение в страну Общения** | | | план | | факт |
| 1 | Знакомьтесь - психология! | 1 | 02.09. | |  |
| 2-3 | Я – это интересно! | 2 | 09.09.  16.09. | |  |
| 4 | Что мы знаем об общении? | 1 | 23.09. | |  |
| 5 | Общение-дело общее | 1 | 30.09. | |  |
| **Инструменты общения** | | | | | |
| 6 | Как хорошо уметь…слушать | 1 | 07.10. | |  |
| 7 | Активное и пассивное слушание | 1 | 14.10. | |  |
| 8-9 | Практикум активного слушания | 2 | 21.10.  11.11. | |  |
| 10 | Как важно уметь задавать вопросы | 1 | 18.11. | |  |
| 11 | Поговорим без слов | 1 | 25.11. | |  |
| 12 | Практикум неречевого общения | 1 | 02.12. | |  |
| 13 | Речь | 1 | 09.12. | |  |
| 14 | Берегите, пожалуйста, речь! | 1 | 16.12. | |  |
| 15 | А умеете ли вы спорить? | 1 | 23.12. | |  |
| **«Осторожно, общение!»** | | | | | |
| 16 | Чемоданчик мастера Общения | 1 | 13.01. | |  |
| 17 | В море знаний | 1 | 20.01. | |  |
| 18-19 | Коротко да ясно, оттого и прекрасно | 2 | 27.01.  03.02. | |  |
| 20 | Имя моё | 1 | 10.02. | |  |
| 21 | Моя семья | 1 | 17.02. | |  |
| 22 | В пещере эмоциональных взрывов | 1 | 02.03. | |  |
| 23 | Научно- практическое исследование конфликта | 1 | 16.03. | |  |
| 24 | Выиграть –проиграть? | 1 | 30.03. | |  |
| 25 | Сказка о понимании | 1 | 06.04. | |  |
| **Здравствуй, страна Общения!** | | | | | |
| 26 | Могу и хочу | 1 | 13.04. |  | |
| 27 | Когда приходит понимание? | 1 | 20.04. |  | |
| 28 | По дороге сказок | 1 | 27.04. |  | |
| 29 | В королевстве Общения | 1 | 18.05. |  | |
| 30 | Итоговое занятие | 1 | 25.05. |  | |

**6 класс, 35 часов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название темы | Кол-во часов | Дата | | |
| **Впечатление о другом человеке** | | | план | | факт |
| 1 | Введение | 1 | 04.09. | |  |
| 2 | Внешний вид | 1 | 11.09. | |  |
| 3 | Речь | 1 | 18.09. | |  |
| **Как люди воспринимают друг друга** | | | | | |
| 4 | Первое впечатление | 1 | 25.09. | |  |
| 5 | Отношение к человеку и восприятия | 1 | 02.10. | |  |
| 6 | Прошлый опыт и восприятие | 1 | 09.10. | |  |
| 7 | Проверка знаний | 1 | 16.10. | |  |
| 8-9 | Восприятие человека людьми разного возраста | 2 | 23.10.  06.11. | |  |
| 10 | Влияние профессии на восприятие | 1 | 13.11. | |  |
| 11 | Как воспринимают меня | 1 | 20.11. | |  |
| 12 | Потребность в общении | 1 | 27.11. | |  |
| 13-14 | Психологические особенности человека и общение | 2 | 04.12  11.12. | |  |
| 15 | Стиль и манера общения | 1 | 18.12. | |  |
| 16-17 | Пространство и время общения | 2 | 25.12.  15.01. | |  |
| 18 | Слушать и слышать | 1 | 22.01. | |  |
| 19 | Проверка знаний | 1 | 29.01. | |  |
| **Виды общения. Общение и отношения.** | | | | | |
| 20 | Непосредственное общение | 1 | 02.02. | |  |
| 21 | Особые виды общения | 1 | 12.02. | |  |
| 22 | Уметь общаться | 1 | 19.02. | |  |
| 23 | Межличностные отношения | 1 | 26.02. | |  |
| 24 | Симпатия, антипатия | 1 | 04.03. | |  |
| 25 | Товарищество и дружба | 1 | 11.03. | |  |
| 26 | Любовь | 1 | 18.03. | |  |
| 27 | Проверка знаний | 1 | 01.04. | |  |
| **Общение и понимание людьми друг друга** | | | | |  |
| 28 | Психические процессы и понимание | 1 | 08.04. | |  |
| 29 | Стереотипы понимания | 1 | 15.04. | |  |
| 30 | Понимание другого человека | 1 | 22.04. | |  |
| **Я живу среди людей!** | | | | | |
| 31 | Что значит быть воспитанным и культурным | 1 | 29.04. |  | |
| 32-33 | Разные роли | 2 | 06.05.  13.05. |  | |
| 34 | Как мы выглядим | 1 | 20.05. |  | |
| 35 | Подведение итогов | 1 | 27.05. |  | |

**7 класс, 30 часов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название темы | Кол-во часов | Дата | | |
| **Агрессия и ее роль в развитии человека** | | | план | факт | |
| 1 | Я повзрослел | 1 | 02.09. |  | |
| 2-3 | Изменения во мне | 2 | 09.09.  16.09. |  | |
| 4 | У меня появилась агрессия. | 1 | 23.09. |  | |
| 5 | Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия? | 1 | 30.09. |  | |
| 6 | Трудности агрессивного человека и причины агрессивного поведения. | 1 | 07.10. |  | |
| 7 | Конструктивное реагирование на агрессию. | 1 | 14.10. |  | |
| 8 | Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми. | 1 | 21.10. |  | |
| 9 | Учимся договариваться. | 1 | 11.11. |  | |
| **Уверенность в себе и ее роль в развитии человека** | | | | | |
| 10 | Зачем человеку нужна уверенность в себе? | 1 | 18.11 |  | |
| 11 | Источники уверенности в себе. | 1 | 25.11. |  | |
| 12 | Копилка источников уверенности. Мои ресурсы. | 1 | 02.12. |  | |
| 13 | Какого человека мы называем неуверенным в себе? | 1 | 09.12. |  | |
| 14 | Маски неуверенности: застенчивость и самоуверенность. | 1 | 16.12. |  | |
| 15 | Я становлюсь увереннее. | 1 | 23.12. |  | |
| 16 | Уверенность и самоуважение. | 1 | 13.01. |  | |
| 17 | Уверенность и уважение к другим. | 1 | 20.01. |  | |
| 18 | Уверенность в себе и милосердие. | 1 | 27.01. |  | |
| **Конфликты и их роль в усилении Я** | | | | | |
| 19 | Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице. | 1 | 03.02. |  | |
| 20 | Как научиться конструктивно разрешать конфликты. | 1 | 10.02. |  | |
| 21 | Способы поведения в конфликте: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта. | 1 | 17.02. |  | |
| 22 | Конфликтные ситуации | 1 | 02.03. |  | |
| 23 | Конструктивное разрешение конфликтов. | 1 | 16.03. |  | |
| 24 | Моделирование ситуации «Конфликт». | 1 | 30.03. |  | |
| 25 | Конфликт как возможность развития. | 1 | 06.04. |  | |
| 26 | Конфликт как возможность развития. | 1 | 13.04. |  | |
| 27 | Готовность к разрешению конфликта. | 1 | 20.04. |  | |
| Ценности и их роль в жизни человека | | | | | |
| 28 | Что такое ценности | 1 | 27.04. | |  |
| 29 | Ценности и жизненный путь | 1 | 18.05. | |  |
| 30 | Мои ценности | 1 | 25.05. | |  |

Лист корректировки рабочей программы по внеурочной деятельности

«Познай себя»5 класс, учитель Иванова Л.А.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока | № урока по плану в разделе | Тема урока | Дата урока | | Причина (приказ) |
| по плану | факт |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |

Лист корректировки рабочей программы по внеурочной деятельности

«Познай себя» 6 класс, учитель Иванова Л.А.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока | № урока по плану в разделе | Тема урока | Дата урока | | Причина (приказ) |
| по плану | факт |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |

Лист корректировки рабочей программы по внеурочной деятельности

«Познай себя»7 класс, учитель Иванова Л.А.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока | № урока по плану в разделе | Тема урока | Дата урока | | Причина (приказ) |
| по плану | факт |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |  |

Рассмотрена и рекомендована к

утверждению педагогическим советом

от 29.08.2019 протокол №1

|  |  |
| --- | --- |
| Согласовано:  Протокол заседания методического объединения  учителей предметников  от 29.08.2019 № 1  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Сикоренко И.В. | Согласовано:  Заместитель директора по учебной работе  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Бойко Л.А.  29.08.2019 |