

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Умей вести за собой»

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Умей вести за собой»

Личностные результаты

У обучающегося будут сформированы	Обучающийся получит возможность для формирования
формирования ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики; развитие осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; формирование коммуникативной компетентности в процессе образовательной, учебноисследовательской, творческой и других видов деятельности.	внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебнопознавательных мотивов и предпочтений социального способа оценки знаний

Метапредметные результаты

Познавательные универсальные учебные действия

Ученик научится	Ученик получит возможность научиться
анализировать свое эмоциональное состояние	С помощью диагностических методик выявлять свое эмоциональное состояние
анализировать свои личностные особенности	С помощью диагностических методик выявлять свои личностные особенности
слушать и слышать собеседника учитывать мнение собеседника уметь вставать на сторону собеседника	Вести диалог и полилог
строить рассуждения, доказывать свою точку зрения	строить логические рассуждения, включающие установление причинноследственных связей
устанавливать последовательность событий	устанавливать последовательность событий, выявлять недостающие элементы

понимать информацию, представленную в неявном виде	Понимать скрытый подтекст высказывания
--	--

Регулятивные универсальные учебные действия

Ученик научится	Ученик получит возможность научиться
целеполаганию	постановке учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено и того, что еще неизвестно
планированию	определению последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата; составление плана и последовательности действий;
прогнозированию	предвосхищению результата и уровня усвоения, его временных характеристик;
контролю	контролю в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона
коррекции	вносить необходимые дополнения и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его продукта
оценке	выделению и осознанию того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения;
волевой саморегуляции	Развитию способности к волевому усилию - к выбору в ситуации мотивационного конфликта и к преодолению препятствий.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Ученик научится	Ученик получит возможность научиться
Строить понятные для партнера высказывания при объяснении своего выбора	Строить понятные для партнера высказывания при объяснении своего выбора и отвечать на поставленные вопросы
формулировать вопросы	формулировать вопросы, необходимые для организации

Предметные результаты

Предметными результатами освоения программы кружка «Умей вести за собой» являются следующие знания и умения: - знание индивидуальных и эмоциональных особенностей людей - знание правил работы в тренинговой группе - знание способов разрешения конфликтных ситуаций - умения вести конструктивный диалог - умение определять жизненные цели и задачи. Ребенок получит возможность научиться: понимать себя, свои желания, мечты.ценности; вести конструктивную беседу; учитывать мнение других людей при взаимодействии, вставать на сторону собеседника бесконфликтному поведению со сверстниками и взрослыми людьми Текущий контроль усвоения материала осуществляется во время наблюдения за работой детей во время урока (активность, заинтересованность). В конце учебного года проводится отчетное занятие, на котором учащиеся продемонстрируют полученные навыки и умения, а также пройдет выставка тетрадей по саморазвитию.

2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Содержание программы внеурочного курса предоставляет широкие возможности для изучения собственной личности, для развития творческих и интеллектуальных способностей, наблюдательности, для коррекции своих эмоциональных состояний.

6 класс (34 часа)

Блок I. Я – Личность. (10 часов)

Занятие 1. Введение. (1 час)

Зачем человеку заниматься психологией? Что такое психология. Чем отличаются понятия

человек-личность-индивид-индивидуальность.

Занятие 2. Кто Я, какой Я? (1 часа)

Дать определение понятию «качества личности», «темперамент», «характер». Рассмотреть взаимосвязь самооценки человека и особенностей его поведения. Ответить на вопрос «Кто Я». Написать сочинение на тему: «Какой я и чем отличаюсь от остальных».

Занятие 3. Я-могу (1 часа)

Научить умению понимать другого человека. Вербализовать свои умения и навыки. Работа со сказкой О. Горькова «Фламинго»

Занятие 4 . Я нужен (1 часа)

Определить список необходимых вещей в школе, дома, на улице, обсудить значимость вещей в жизни человека. Работа с рассказом Г. Аркадьева «Повесть о настоящем...цвете».

Занятие 5. Я мечтаю (1 часа)

Поговорить о чем мечтают шестиклассники, о чем мечтают взрослые люди. Обсудить тему «Зачем люди мечтают». Работа со сказкой В. Чувакова «сказка о мечте».

Занятие 6,7. Я-это мои цели (2 часа)

Научить пользоваться невербальной системой общения. Обсудить важность и

значимость вербальных и невербальных сигналов. Работа со сказкой О. Колосова «Сказка о славном учмаге, учителе его магуче и бедном, но вылеченном аэроплане».

Занятие 8. Я - это мое детство (1 час)

Детство - значительный отрезок жизни человека и важно не забывать его. Вспоминания о детстве, рисование своей любимой игрушки в детстве. Рассматривание детских фотографий.

Занятие 9, 10. Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее (2 часа)

Определить целей в настоящем и в будущем. Составить список ценностей разных возрастных групп с целью научиться понимать и учитывать интересы другого человека.

Блок II. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства (4 часов)

Цель: - способствует рефлексии эмоциональных состояний;

- способствовать адекватному самовыражению.

Занятие 11,12. Чувства бывают разные. (2 часа)

Научиться понимать собственные чувства. Разбираться в чувствах партнера. Работа со сказкой «Сказ о том, как Штирлец свой страх победил» (А.Вергазов).

Занятие13. Стыдно ли бояться. (1 часа)

Разобрать понятие страх. Мои страхи. Работа со сказкой «Сказка про Егора – мухомора, дочку Машу, серого волка, лосей и мимолетную бабушку» А. Никитина.

Занятие14. Имею ли я право сердиться и обижаться? (1 часа)

Работа с рисунком «подросток рассердился», «»Подросток обиделся».

Блок III Я и мой внутренний мир (6часов).

Занятие 15,16. Каждый видит мир и чувствует по – своему (2 часа)

Показать учащимся значимость мнения каждого. Научить слушать и слышать собеседника. Работа со сказкой О. Пасхина «Сказ про Вольняшку».

Занятие 17,18. Любой внутренний мир ценен и уникален (2 часа)

Обсудить тему уникальности каждого человека. Дать определение понятиям «Я – реальное» и «Я – идеальное». Предложить учащимся нарисовать свою планету, со своими законами и правилами.

Занятие 19. Трудные ситуации могут научить меня. (1 часа)

Подчеркнуть ответственность человека за свои чувства и мысли. «Плюсы и минусы». Работа со сказкой «Сказка о ДрюпеДрюпкине».

Занятие 20. В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется (1 часа)

Рассказать о качествах, которые составляют внутреннюю силу и помогают справиться со сложной ситуацией. Научить давать определения качествам характера. Работа со сказкой «Сказка о волчишке Джоне»

Блок III. Я и общество (14 часов) Занятие21. Я и мои друзья. (1 часа)

Упражнение «Красивые поступки». Рисуем, обсуждаем сказку «Светлячок» А. Безотосова. **Занятие 22. У меня есть друг. (1 часа)**

Научить понимать собеседника по невербальным сигналам. Работа со сказкой Н. Лумпова

«Волшебная роща». Выполнить упражнения: «Загадай друга» и «Качества моего друга».

Занятие 23. Я и мои «колючки» (1 часа)

Определить качеств, которые мешают общению. Определить качеств, которые способствуют общению. Работа со сказкой Е. Головановой «Шиповник».

Занятие 24. Что такое одиночество? (1 часа)

Упражнения «Одиночество в классе», «Если я окажусь одиноким...», «Закончи предложение» - «Для подростка одиночество – это...»,

- «Для мамы одиночество это...»,
- Для учителя одиночество – это...».

Работа со сказкой «Сказка о маленькой одинокой рыбке и огромном синем море» Д. Лаврова.

Занятие 25,26. Я не одинок в этом мире. (2 часа)

Работа с позитивными качествами. Работа со сказкой «И однажды утром...» И. Коротеева.

Занятие 27,28. Нужно ли человеку меняться? (2 часа)

Помочь подросткам осознать свои изменения. «Мои важные изменения». Работа со сказкой «Сказка про Тофа» Е. Яковлева.

Обсудить важность положительных и отрицательных качеств личности, составить их список. Составить список «Мои важные изменения». Работа со сказкой Г. Кононенко «Я иду к своей звезде».

Занятие 29, 30. Самое важное – захотеть меняться (2 часа)

Мотивировать подростков к позитивному самоизменению. Работа со сказкой «Желтый цветок». «Рюкзак пожеланий». «Пожелание взрослым»

Занятие 31,32. Учимся договариваться (2 часа)

Поговорить об умении доверять другим людям, о способах установления контакта с собеседником. Игра «Мои маски». Работа с притчами: «Дом масок» и «ГлиндумФря»

Занятие 33. Уверенность и уважение других (1 часа)

Дать определение понятиям «уверенность» и «уважение». Поговорить о том, за что учащиеся уважают себя и бывает ли так, что человека не за что уважать. Составить портрет человека, который достоин уважения. Работа со сказкой «Превращение»

Занятие 34. Подведение итогов. Повторение пройденного материала. (1 часа)

Рефлексия. Пожелания друг другу.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

<i>№ n/n</i>	<i>Тема</i>	<i>Теория</i>	<i>Практика</i>
6 класс			
Блок 1. Я-личность			
1.	Введение	0,5	0,5
2.	Кто Я? Какой Я?	0,5	0,5
3.	Я могу	0,5	0,5
4.	Я нужен	0,5	0,5
5.	Я мечтаю	0,5	0,5
6.	Я - это мои цели	1	
7.	Я - это мои цели		1
8.	Я - это мое детство		1
9.	Я – это мое настоящее, я это мое будущее	1	
10.	Я – это мое настоящее, я это мое будущее		1
Блок 2. Я имею право чувствовать и выражать чувства			
11.	Чувства бывают разные	1	
12.	Чувства бывают разные		1
13.	Стыдно ли бояться	0,5	0,5
14.	Имею ли я право сердиться и обижаться?	0,5	0,5
Блок 3. Я и мой внутренний мир			
15.	Каждый видит и чувствует мир по-своему	0,5	0,5
16.	Каждый видит и чувствует мир по-своему		1
17.	Любой внутренний мир ценен и уникален	0,5	0,5
18.	Любой внутренний мир ценен и уникален		1
19.	Трудные ситуации могут научить меня	0,5	0,5
20.	В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно находится	0,5	0,5
Блок 3. Я и общество			
21.	Я и мои друзья		1
22.	У меня есть друг		1
23.	Я и мои «колючки»		1
24.	Что такое одиночество?	1	
25.	Я не одинок в этом мире.	0,5	0,5

26.	Я не одинок в этом мире.		1
27.	Нужно ли человеку меняться?	1	
28.	Нужно ли человеку меняться?		1
29.	Самое важное захотеть меняться	1	
30.	Самое важное захотеть меняться		1
31.	Учимся договариваться	1	
32.	Учимся договариваться		1
33.	Уверенность и уважение	0,5	0,5
34.	Повторение пройденного материала. Подведение итогов.	0,5	0,5
	ВСЕГО: 34 ЧАСА		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 352191790442986473152692261956718905753445707975

Владелец Брагина Ксения Юрьевна

Действителен с 20.04.2026 по 20.04.2027