Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Заполосная средняя общеобразовательная школа Зерноградского района

Утверждена

приказом от 29.08.2017г. №240

Директор МБОУ Заполосной СОШ

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Г.Н. Шевченко

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по внеурочной деятельности

«Тропинками к своему я»

Уровень: начальное общее образование, 5 класс

Количество часов: 35 часа

Учитель: Танчук Юлия Викторовна

**Раздел 1 «Планируемые результаты освоения учебного предмета»**

*Метапредметными результатами* изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

*Регулятивные УУД:*

* осознавать свои личные качества, способности и возможности;
* осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции;
* овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями;
* научиться контролировать собственное агрессивное поведение;
* осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки;
* учиться прогнозировать последствия собственных поступков.

*Познавательные УУД:*

* учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе;
* планировать свою учебную деятельность с учетом индивидуального стиля учебной деятельности;
* адекватно воспринимать оценки учителей;
* уметь распознавать чувства других людей;
* обогатить представления о собственных ценностях и их роли в жизни;
* уметь формулировать собственные проблемы.

*Коммуникативные УУД:*

* учиться строить взаимоотношения с окружающими;
* учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации;
* учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других;
* учиться самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями;
* формулировать свое собственное мнение и позицию;
* учиться толерантному отношению к другому человеку.

**Раздел 2 «Содержание учебного предмета»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тематическое планирование | Часы | Содержательные линии |
| 1 | Раздел 1. Введение в мир психологии | 3 часа | Зачем нужны занятия по психологии? Диагностика УУД. |
| 2 | Раздел 2. Я – это я | 9 часов | Кто я, какой я? Я – могу. Я – нужен! Я мечтаю. Я – это мои цели. Я – это мое детство. Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее. Определение самооценки |
| 3 | Раздел 3. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства | 6 часов | Чувства бывают разные. Стыдно ли бояться? Имею ли я право сердиться и обижаться? Определение уровня тревожности. Любой внутренний мир ценен и уникален. |
| 4 | Раздел 4. Я и мой внутренний мир | 2 часа | Каждый видит мир и чувствует по- своему. Любой внутренний мир ценен и уникален. |
| 5 | Раздел 5. Кто в ответе за мой внутренний мир? | 3 часа | Трудные ситуации могут научить меня. В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется. |
| 6 | Раздел 6. Я и ты. | 5 часов | Я и мои друзья. У меня есть друг. Я и мои «колючки». Что такое одиночество? Я не одинок в этом мире. |
| 7 | Раздел 7. Мы начинаем меняться | 7 часов | Нужно ли человеку меняться? Самое важное – захотеть меняться. Диагностика УУД. Итоговое. |

**Раздел 3 «Тематическое планирование»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов и тем | Кол-во часов | Дата | |
| План | Факт |
| **Раздел 1. Введение в мир психологии (3 часа)** | | | | |
| 1 | Зачем нужны занятия по психологии? | 1 | 06.09 |  |
| 2-3 | Диагностика УУД | 2 | 13.09  20.09 |  |
| **Раздел 2. Я – это я (9 часов)** | | | | |
| 4 | Кто я, какой я? | 1 | 27.09 |  |
| 5 | Я – могу | 1 | 04.10 |  |
| 6 | Я – нужен! | 1 | 11.10 |  |
| 7 | Я мечтаю | 1 | 18.10 |  |
| 8 | Я – это мои цели | 1 | 25.10 |  |
| 9 | Я – это мое детство | 1 | 08.11 |  |
| 10 | Я – это мое настоящее | 1 | 15.11 |  |
| 11 | Я – это мое будущее | 1 | 22.11 |  |
| 12 | Определение самооценки | 1 | 29.11 |  |
| **Раздел 3. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства (6 часов)** | | | | |
| 13-14 | Чувства бывают разные | 2 | 06.12  13.12 |  |
| 15 | Стыдно ли бояться? | 1 | 20.12 |  |
| 16 | Имею ли я право  сердиться и обижаться? | 1 | 27.12 |  |
| 17 | Определение уровня тревожности | 1 | 10.01 |  |
| 18 | Любой внутренний мир ценен и уникален | 1 | 17.01 |  |
| **Раздел 5. Кто в ответе за мой внутренний мир? (3 часа)** | | | | |
| 19 | Трудные ситуации могут научить меня | 1 | 24.01 |  |
| 20-21 | В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется | 2 | 31.01  07.02 |  |
| **Раздел 6. Я и ты (5 часов)** | | | | |
| 22-23 | Я и мои друзья | 1 | 14.02  21.02 |  |
| 24-25 | У меня есть друг | 1 | 28.02  07.03 |  |
| 26 | Я и мои «колючки» | 1 | 14.03 |  |
| 27 | Что такое одиночество? | 1 | 21.03 |  |
| 28 | Я не одинок в этом мире | 1 | 04.04 |  |
| **Раздел 7. Мы начинаем меняться (7 часов)** | | | | |
| 29-30 | Нужно ли человеку меняться? | 2 | 11.04  18.04 |  |
| 31-32 | Самое важное – захотеть меняться | 2 | 25.04  02.05 |  |
| 33-34 | Диагностика УУД | 2 | 16.05  23.05 |  |
| 35 | Итоговое занятие по теме «Мы начинаем меняться» | 1 | 30.05 |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Согласована  Протокол заседания  методического совета  МБОУ Заполосной СОШ  От 28.08.2017 года №1  Руководитель МС:  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.А.Крицкая | Согласована  Заместитель директора по УВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Крицкая А.А.  28.08.2017 года |