Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Тацинская средняя общеобразовательная школа №3

«Утверждаю»

Директор МБОУ ТСОШ №3

Приказ от 29.08.2019 № 95

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.Н. Мирнов

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Внеурочных занятий «Познай себя»

(духовно-нравственное направление)

ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ В 6 КЛАССЕ

Количество часов в неделю-0,5, за год – 17

Педагог-психолог Омельченко А.Г.

2019-2020 учебный год

**Планируемые результаты.**

*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.

**Содержание предмета.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название темы, занятия** | **Кол-во часов** |
|
| **Тема 1. Агрессия и ее роль в развитии человека…….**  *Цель:* помочь подросткам осознать различия между агрессией и агрессивностью, научиться контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других. | **7** |
| **Занятие 1.** Я позрослел. | 1 |
| **Занятие 2.** У меня появилась агрессия. | 1 |
| **Занятие 3.** Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия? | 1 |
| **Занятие 4, 5.** Конструктивное реагирование на агрессию. | 2 |
| **Занятие 6,7.** Учимся договариваться. | 2 |
| **Тема 2. Уверенность в себе и ее роль в развитии человека.**  *Цель:* помочь обучающимся обрести уверенность в себе и понять, что вера в себя необходима для развития человека. | **5** |
| **Занятие 8.** Зачем человеку нужна уверенность в себе? | 1 |
| **Занятие 9.** Какого человека мы называем неуверенным в себе? | 1 |
| **Занятие 10.** Я становлюсь увереннее. | 1 |
| **Занятие 11.** Уверенность и самоуважение. | 1 |
| **Занятие 12.** Уверенность и уважение к другим. | 1 |
| **Тема 3. Конфликты и их роль в усилении Я.**  *Цель:* помочь подросткам осознать роль конфликтов в жизни человека, научиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации. | **5** |
| **Занятие 13.** Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице. | 1 |
| **Занятие 14.** Способы поведения в конфликте: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта. | 1 |
| **Занятие 15.** Конструктивное разрешение конфликтов. | 1 |
| **Занятие 16** Конфликт как возможность развития. | 1 |
| **Занятие 17.** Готовность к разрешению конфликта. | 1 |
| **Обобщение.** |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

1. **Календарно-тематическое планирование.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | | **Дата** | **Тема урока** | **Кол-во часов** | **Основные виды учебной деятельности.** | |
| 6А, 6Б |  |  |  | |
| **Тема 1. Агрессия и ее роль в развитии человека.** | | | | **7** |  | |
| 1, | | 3.09.-  10.09. | Я повзрослел. | 1 | Изменения во мне. Сказка «Лабиринт души». Символ моего Я. Игра «Спрячь игрушку». | |
| 2. | | 17.09-24.09 | У меня появилась агрессия. | 1 | Агрессия и развитие. Различия между агрессией и агрессивностью. Как научиться контролировать собственной агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других. Золотые мысли. Ассоциации. сказка про Рона. | |
| 3. | | 1.10-8.10. | Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия? | 1 | Как распознать агрессивного человека. Трудности агрессивного человека и причины агрессивного поведения. Игра «Покажи агрессию». Отбрось старое, чтобы измениться. Агрессивный …продавец». | |
| 4, 5 | | 15.10.-  22.10.  5.11-12.11 | Конструктивное реагирование на агрессию. | 2 | Упражнение «Моя реакция на агрессию». Если я сильный… Притча «Живот с пристежками». | |
| 6, 7 | | 19.11.-  26.11.  3.12-10.12 | Учимся договариваться. | 2 | Игра «На приеме у психолога». Мои маски. Притча «Дом масок». | |
| **Тема 2. Уверенность в себе и ее роль в развитии человека.** | | | | **5** |  | |
| 8. | 17.12-24.12 | | Зачем человеку нужна уверенность в себе? | 1 | | Упражнение «Портрет», «Ассоциации», работа со сказкой «Про мальчика Неудобу» |  | Как обрести уверенность в себе и понять, что вера в себя необходима для развития человека, для достижения успеха в различных делах и долгой жизни. Портрет. Моделирование ситуаций «В чем проблема?». Символ моей веры в себя. |
| 9. | | 14.01-21.01 | Какого человека мы называем неуверенным в себе? | 1 | Причины неуверенного поведения. Маски неуверенности: застенчивость и самоуверенность. Работа с рассказом. На приеме у психолога. Сказка «Маленькая волна». | |
| 10. | | 28.01-4.02. | Я становлюсь увереннее. | 1 | Поражение-прекрасная возможность научиться чему-то новому. Высказывания. Сказка «Молодое дерево». | |
| 11. | | 11.02-18.02 | Уверенность и самоуважение. | 1 | Понятие «Уважение», «самоуважение», «самопринятие». Уверенность связана с самоуважением и самопринятием. «Я горжусь». Звезда самоуважения. Игра «Волшебное зеркало». Сказка «На дне моря». | |
| 12. | | 25.02-3.03 | Уверенность и уважение к другим. | 1 | Действительно уверенный человек относится с уважением к другим. За что я уважаю… Качества в других людях, достойные уважения. Бывает ли так, что человека не за что уважать? | |
| **Тема 3. Конфликты и их роль в усилении Я.** | |  |  | **9** |  | |
| 13. | | 10.03-17.03 | Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице. | 1 | Роль конфликта в жизни человека. Как научиться конструктивно разрешать конфликты. Первый шаг разрешения конфликта – умение его предвидеть. Сигналы конфликта. Конфликт – это хорошо или плохо? Стиль входа в конфликт. Как выглядит человек в конфликте? | |
| 14. | | 31.03-7.04 | Способы поведения в конфликте: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта. | 1 | Разбор ситуации, работа в тетрадях, работа со сказкой «Цветной снег» | |
| 15. | 14.04-21.04 | | Конструктивное разрешение конфликтов |  | Работа в тетрадях, упражнение «Разыграем конфликт» | |  | Лучшее разрешение конфликта — то, при котором выигрывают оба участника.  Моделирование ситуации «Конфликт». Типичные конфликтные ситуации шестиклассников. Как выиграть обоим участникам конфликта. Как оставаться спокойным. |
| 16. | | 28.04-5.05 | Конфликт как возможность развития. | 2 | Творческий подход к конфликту позволяет превратить проблемы в возможности.  Конфликт как возможность. Пробуем договориться. | |
| 17. | | 12.05-19.05 | Готовность к разрешению конфликта. | 1 | Иногда конфликт может быть приятным и желательным. В чем выгода? Игра «В стране вещей». | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

Согласовано

Протокол заседания

Методического совета

МБОУ ТСОШ №3

Приказ №1 от 29.08.2019 г.

Зам. Директора по УВР

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.Ю. Сизова