

НЕГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЛИЦЕЙ № 36 ОАО «РОССИЙСКИЕ ЖЕЛЕЗНЫЕ ДОРОГИ»

ПРИНЯТО  
педагогическим советом  
Протокол № 1  
от « 31 » 08 2015 г.

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора  
№ 281  
от « 31 » 08 2015 г.

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Я и другие» для 5 классов

Составитель: М.В. Селиверстова,  
педагог-психолог  
квалификационная категория - первая

г. Иркутск  
2015-2016 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена на основе учебно-методического комплекса «Все цвета, кроме черного», рассчитана на учащихся 5-8 классов, М.М. Безруких, А.Г. Макеева М. - Просвещение, Вентана- Граф, 2006.-64с

Нормативную базу для разработки рабочей программы представляют документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства образования Российской Федерации от 05.03.2004 г. № 1089 «Федеральный компонент государственных образовательных стандартов общего образования»;
- Приказ Министерства образования Российской Федерации от 09.03.2004 г. №1312 «Федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 08.06.2015 г. № 576 "О внесении изменений в ФП учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014 года № 253"
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 г. № 189 (ред. От 25.12.2013) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;

Главная цель программы — формирование позитивного мироощущения, выработка у учащихся навыков эффективной социальной адаптации, позволяющей находить удовольствие от жизни как таковой и в дальнейшем предупредить вредные привычки: курение, употребление алкоголя и наркотиков.

Программа базируется на данных исследований в области возрастной психологии, физиологии, педагогики с учетом динамического развития и системности. Содержание, цели и задачи обучения на каждом из последующих этапов определяются теми сведениями, оценочными суждениями и поведенческими навыками, которые уже были сформированы у учащихся в ходе реализации предыдущего этапа.

Разнообразные методические приёмы позволяют максимально активизировать всех участников программы, так как от этого во многом зависит её эффективность.

Реализация программы предполагает решение следующих образовательных, воспитательных и организационных задач:

- развитие у учащихся умения оценивать свои действия и поступки, прогнозировать их возможные результаты, формирование представления о личной ответственности за своё поведение;
- развитие ценностного отношения к своему здоровью, готовности заботиться и укреплять здоровье;
- развитие навыков эффективной социальной адаптации у детей и подростков;
- развитие сферы интересов и увлечений у учащихся;

Изучение курса внеурочной деятельности «Я и другие» в рамках основного общего образования направлено на формирование следующих УУД:

Личностные: **положительное отношение к учению**, к познавательной деятельности, желание приобретать новые знания, умения, совершенствовать имеющиеся, осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению, осваивать новые виды деятельности, участвовать в творческом, созидательном процессе;

**осознание себя как индивидуальности** и одновременно как члена общества, признание для себя общепринятых морально-этических норм, способность к самооценке своих действий, поступков;

Метапредметные: адекватно оценивать свои достижения; осознавать трудности, стремиться их преодолевать, пользоваться различными видами помощи.

Предметные:

знать/понимать

- ♦ почему нужно заботиться о своем здоровье, соблюдать правила здорового образа жизни

уметь

- ♦ оценивать свой режим с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и корректировать несоответствия

использовать

- ♦ приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.

Место курса в учебном плане лица: общее кол-во часов в год – 12 , недельная нагрузка на учителя – 1 час.

#### УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Тема	Кол-во часов	Содержание	Деятельность обучающихся (знания и умения) при изучении темы
Введение	1	Разработать правила поведения в группе	<u>Учащиеся должны знать:</u> правила работы в группе <u>Учащиеся должны уметь:</u> договори-

			ваться и принимать точку зрения другого
Режим дня	1	Роль режима дня в жизни человека	<u>Учащиеся должны знать:</u> влияние на здоровье режима дня <u>Учащиеся должны уметь:</u> составить оптимальный для себя режим дня
Внимание	2	Особенности развития внимания	<u>Учащиеся должны знать:</u> особенности развития своего внимания <u>Учащиеся должны уметь:</u> владеть навыками развития внимания
Секреты нашей памяти	1	Особенности развития памяти	<u>Учащиеся должны знать:</u> особенности развития своей памяти <u>Учащиеся должны уметь:</u> владеть навыками развития памяти
Человек разумный	1	Представление о роли мышления в развитии человека	<u>Учащиеся должны знать:</u> роль мышления в жизни <u>Учащиеся должны уметь:</u> развивать навыки эффективной организации мыслительной деятельности
Характер	2	Особенности формирования характера человека	<u>Учащиеся должны знать:</u> особенности формирования характера <u>Учащиеся должны уметь:</u> корректировать недостатки своего характера
Самооценка	3	Формирование адекватной самооценки	<u>Учащиеся должны знать:</u> понятие «самооценка человека» <u>Учащиеся должны уметь:</u> раскрыть собственные особенности, достоинства
Подведение итогов	1	Закрепление полученных знаний о себе	<u>Учащиеся должны знать:</u> свои индивидуальные особенности <u>Учащиеся должны уметь:</u> составить свой психологический портрет

## КРИТЕРИИ И НОРМЫ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И НАВЫКОВ ПРИМЕНИТЕЛЬНО К РАЗЛИЧНЫМ ФОРМАМ КОНТРОЛЯ

Достижение образовательных результатов при изучении курса «Я и другие» осуществляется по системе «зачтено»/ «не зачтено».

### ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

1. Рабочие тетради М.М. Безруких А.Г. Макеева Т.А. Филиппова Познаю свои способности: Рабочая тетрадь для учащихся 5 класса общеобразовательных учреждений. — М.: Вентана-Граф, Просвещение, 2007. — 56 с: ил. — (Все цвета, кроме чёрного).
2. Методические пособия для учителя УМК «Все цвета кроме черного» - М.: Просвещение, 2006г

### КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Содержание урока	Тип урока*	Ожидаемый результат (должны уметь, знать)	Дата урока по плану неделя	Дата фактического проведения урока
1	Вводное занятие	1	Обсудить правила работы на уроках. Цели курса. Знакомство.	Вводный урок	Активность учащихся Разработать правила работы в группах	1	
2	«Кто жить умеет по часам»	1	Развивать представления подростков о роли режима дня в жизни человека (его влиянии на здоровье, возможности реализовывать намеченное).	Урок практической работы	Активность учащихся	2	
3	«Внимание: внимание!»	1	Работа с тестовыми материалами	Урок практической работы	Узнать особенности своего внимания	3	
4	«Внимание: внимание!»	1	расширить представления подростков о роли внимания для успешной учебы	Урок практической работы	Узнать особенности своего внимания	4	

5	Секреты нашей памяти	1	развить представления подростков о роли памяти для успешной деятельности человека.	Урок практической работы	Узнать особенности своей памяти	5	
6	Homo sapiense - человек разумный».	1	развить представления подростков о роли мышления, познавательной деятельности в жизни человека.	Урок - практической работы	формирование навыков эффективной организации учебной деятельности	6	
7	Какой ты человек	1	развить представления подростков о том, как формируется характер, об особенностях своего характера.	Урок - практической работы	Узнать особенности формирования характера	7	
8	Как воспитать свой характер	1	развить представления подростков о том, как формируется характер, об особенностях своего характера	Урок - практической работы	Узнать особенности формирования характера	8	
9	Что я знаю о себе	1	сформировать у подростков адекватную самооценку	Урок практической работы	развить стремление к самосовершенствованию	9	
10	Что я знаю о себе	1	сформировать у подростков адекватную самооценку-	Проектная деятельность	развить стремление к самосовершенствованию	10	
11	Что я знаю о себе	1	сформировать у подростков адекватную самооценку	Проектная деятельность	развить стремление к самосовершенствованию	11	
12	Итоговое занятие	1	Подведение итогов курса	Итоговое занятие	Активность учащихся	12	