

**1.Результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

***Предметные результаты:***

По окончании курса дети должны **знать/понимать:**

*- нормы и правила, существующие в мире;*

*- начальные понятия социальной психологии;*

*- начальные понятия конфликтологии.*

- свои качества и повышать самооценку

- свое эмоциональное состояние, адекватно выражать свои эмоции

-ответственность человека за свои чувства и мысли

- свои возрастные изменения

- различия между агрессией и агрессивностью

-собственное агрессивное поведение

- роль конфликтов в жизни человека

- как конструктивно разрешать конфликтные ситуации

- собственные жизненные ценности

***Личностные УУД:***

* усваивать нравственно-этические нормы и школьные нормы поведения
* учиться контролировать свои эмоции, быть эмоционально благополучным
* повышать уровень мотивации к учебной деятельности, понимать личную ответственность за результат учебной деятельности
* формировать адекватную самооценку
* учить делать нравственный выбор и давать нравственную оценку
* развивать рефлексию

***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

***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.

***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.

**2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название раздела** | **Содержание учебного курса** | **Форма организации** | **Вид деятельности** | | |
| **1** | **Введение в мир психологии** | Зачем человеку занятия психологией? | **Фронтальная** | **Беседа** | | |
| **2** | **Я – это Я** | Кто я, какой я?  Я – могу.  Я нужен!  Я мечтаю.  Я – это мои цели.  Я – это мое детство.  Моя семья.  Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее. | **Фронтальная, групповая,**  **работа в парах** | | | **Беседа**  **Игра** |
| **3** | **Я имею право чувствовать и выражать свои чувства** | Чувства бывают разные.  Стыдно ли бояться?  Имею ли я право сердиться и обижаться?  Мои чувства. | **Фронтальная, групповая,**  **работа в парах** | | | **Беседа**  **Игра** |
| **4** | **Я и мой внутренний мир** | Каждый видит мир и чувствует по-своему.  Любой внутренний мир ценен и уникален.  Мой внутренний мир | **Фронтальная, групповая,**  **работа в парах** | | | **Беседа**  **Игра** |
| **5** | **Кто в ответе за мой внутренний мир?** | Трудные ситуации могут научить меня.  В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется. Личный опыт преодоления трудностей. | **Фронтальная, групповая,**  **работа в парах** | | | **Беседа**  **Игра** |
| **6** | **Я и Ты** | Я и мои друзья.  У меня есть друг.  Мои друзья.  Я и мои «колючки».  Что такое одиночество?  Я не одинок в этом мире.  Счастье. | **Фронтальная, групповая,**  **работа в парах** | | **Беседа**  **Игра** | |
| **7** | **Мы начинаем меняться** | Нужно ли человеку меняться?  Зачем человеку меняться?  Самое важное – захотеть меняться.  Цель самоизменения.  Ресурсы самоизменения.  План самоизменения.  Изменения в жизни человека.  Заключительное занятие. | **Фронтальная, групповая,**  **работа в парах** | | **Беседа**  **Игра** | |

**3. Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Тема** | Кол-во часов |
| **1** | Зачем человеку занятия психологией? | **1** |
| **2** | Кто я, какой я. | **1** |
| **3** | Я – могу. | **1** |
| **4** | Я нужен! | **1** |
| **5** | Я мечтаю. | **1** |
| **6** | Я – это мои цели | **1** |
| **7** | Я – это мое детство. | **1** |
| **8** | Моя семья | **1** |
| **9** | Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее. | **1** |
| **10** | Чувства бывают разные. | **1** |
| **11** | Стыдно ли бояться? | **1** |
| **12** | Имею ли я право сердиться и обижаться? | **1** |
| **13** | Мои чувства. | **1** |
| **14** | Каждый видит мир и чувствует по-своему | **1** |
| **15** | Любой внутренний мир ценен и уникален. | **1** |
| **16** | Мой внутренний мир | **1** |
| **17** | Трудные ситуации могут научить меня. | **1** |
| **18** | В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется. | **1** |
| **19** | Личный опыт преодоления трудностей. | **1** |
| **20** | Я и мои друзья. | **1** |
| **21** | У меня есть друг. | **1** |
| **22** | Мои друзья. | **1** |
| **23** | Я и мои «колючки». | **1** |
| **24** | Что такое одиночество? | **1** |
| **25** | Я не одинок в этом мире. | **1** |
| **26** | Счастье. | **1** |
| **27** | Нужно ли человеку меняться? | **1** |
| **28** | Зачем человеку меняться? | **1** |
| **29** | Самое важное – захотеть меняться. | **1** |
| **30** | Цель самоизменения. | **1** |
| **31** | Ресурсы самоизменения. | **1** |
| **32** | План самоизменения. | **1** |
| **33** | Изменения в жизни человека. | **1** |
| **34** | Заключительное занятие. | **1** |
| Итого: | | **34** |