

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «НОВОАЗОВСКАЯ ШКОЛА №3
НОВОАЗОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА»
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ**

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО
классных руководителей

Протокол от «20»
августа 2024 г. № 1

Руководитель ШМО
Мелу Е.Е.Котлярова

СОГЛАСОВАНО

зам.директора по ВР
Мелу Е.Е.Котлярова

«20» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ
«Новоазовская школа №3
Новоазовского м.о.»

А.П.Павлюк

«20» августа 2024 г.



КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

курса внеурочной деятельности «Умей вести за собой»

для 5 класса

Разработано учителем:
Ноздренко Александра Сергеевна

2024-2025 учебный год

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Дата изучения		Электронные цифровые образовательные ресурсы	Форма проведения занятий	Примечание
			план	факт			
Раздел 1 Введение в курс и знакомство (4 ч)							
1	Знакомство	1	04.09		https://easyen.ru/load/klassnye_chasy_obshhenie_zdravstvuj_5_yj_klass/162-1-0-55818	Беседа, выполнение упражнений: «Приветствие», «Правила группы» «Окраска настроения»	
2	Типы приветствий. Варианты рукопожатий.	1	11.09				
3	Моя группа	1	18.09			Беседа, выполнение упражнений: «Что я люблю делать», «Мы чем-то похожи», «Распускающийся бутон»	
4	Правило уважения друг к другу. Традиции группы.	1	25.09				
Раздел 2 Я и мои эмоции (10 ч)							
5	Что такое эмоции?	1	02.10		https://www.uchportal.ru/load/17-1-0-23033	Беседа, выполнение упражнений: «Скульптор», «Многоликость чувств», «Создание альбома», «Закончи предложение»	

6	Радость	1	09.10		https://uchitelya.com/pedagogika/183503-prezentaciya-emociya-radost.html	Беседа, выполнение упражнений: «Передай маску», «Рисунок радости», «Как доставить чувство радости другому», «Собираем добрые слова»	
7	Как победить страх	1	16.10		https://journal.tinkoff.ru/guide/detskie-strahi/	Коммуникативная игра, выполнение упражнений: «Конкурс пугалок», «Чужие рисунки», «Закончи предложение», «Что делать со страхами»	
8	Что делать с гневом?	1	23.10		https://infourok.ru/prezentaciya-uchebnogo-proekta-kak-ya-spravlyayus-so-svoim-gnevom-klass-1023726.html	Коммуникативная игра, выполнение упражнений: «Ворвись в круг», «Работа с картинками гнева», «На берегу моря», «Шутливое письмо»	
9	Обида	1	06.11		https://videouroki.net/video/26-obshchenie-i-istochniki-preodoleniya-obid.html	Беседа, выполнение упражнений: «Закончи предложение», «Что делать с чувством обиды», «Что сказать обидчику», «Как справиться с обидой»	
10	Грусть	1	13.11			Коммуникативная игра, выполнение упражнений: «Волны»,	

						«Котёнок», «Рисунок грусти», «Царевна Несмеяна»	
11	Сочувствие	1	20.11		https://rutube.ru/video/4ba0a9f8334519d657a808cf562cbdf9/	Беседа, выполнение упражнений: «Кубик чувств», «Присоединение», «Я тебя понимаю и чувствую»	
12	Мое настроение	1	27.11		https://uchitelya.com/nachalnaya-shkola/10235-scenariy-treningovogo-zanyatiya-dlya-obuchayuschih-sya-5-klassov-moe-nastroenie.html	Беседа, выполнение упражнений: «Шурумбурум», «Барометр чувств», «Разные рамки»	
13	Стресс	1	04.12		https://znanio.ru/media/5-klass-ya-upravlyayu-stressom-klassnyj-chas-2800032	Коммуникативная игра, выполнение упражнений: «Покажи дневник», «Копилка трудностей», «Путешествие на облаке», «Дрожащее желе»	
14	Мои желания	1	11.12		https://na5.club/literatura/sochineniya/na-temu-moya-mechta.html	Деловая игра, выполнение упражнений: «Цветиктрехцветик», «Граффити», «Найди пару»	
Раздел 3 Я и другие (10 ч)							

15	Какой Я?	1	18.12		https://vk.com/wall-174750399_1849	Коммуникативная игра, выполнение упражнений: «Кто я?», «Угадайка», «Снежная королева», «Ладощка»	
16	Мои друзья	1	25.12		https://ppt-online.org/702659	Беседа, выполнение упражнений: «Ветер дует на тех, кто любит...», «Рецепт хорошего друга», «Подарок», «Кенгуру»	
17	Умение ладить с людьми	1	08.01		https://talovka-school.ru/info-4-users/uchit/75-2012-01-10-09-55-28	Беседа, выполнение упражнений: «Коллективный счет», «Один и вместе», «Комплимент», «Пчелы и змеи»	
18	Решаем проблемы	1	15.01		https://infourok.ru/prezentaciya-psihologicheskie-problemi-obuchayuschih-sya-klassov-2593411.html	Обсуждение, выполнение упражнений: «Пересеки круг», «Сладкая проблема», «Ожившие картины», «Аист и пингвин»	
19	Все вместе	1	22.01		https://uchitelya.com/obschestvo-znanie/18412-prezentaciya-semya-i-semeynye-cennosti-5-klass.html	Коммуникативная игра, выполнение упражнений: «Все вместе»,	

						«Ревущий мотор», «Корабли среди скал», «Равновесие», «Единство»	
20	Секреты общения	1	29.01		https://urok.pf/library/vneklassnoe_meropriyatie_sekreti_obshe niya_191648.html	Беседа, выполнение упражнений: «Поменяйтесь местами те, кто...», «Паутина», «Трудности в общении», «Слушаем молча»	
21	Мысли, чувства, поведение	1	05.02		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7586/conspect/256246/	Беседа, выполнение упражнений: «Пластилиновый зоопарк», «Мысли, чувства, поведение», «Пантомима»	
22	Зачем нужны эмоции	1	12.02		https://dzen.ru/list/questions/chtotakoe-emocii-obscestvoznanie-5-klass	Дискуссия, выполнение упражнений: «Словарь эмоций», «Пантомима», «Нарисуй чувства», «Вред и польза моих чувств»	
23	Как справляться с эмоциями?	1	19.02		https://dzen.ru/list/questions/chtotakoe-emocii-obscestvoznanie-5-klass	Беседа, выполнение упражнений: «Угадай эмоцию», «Мой гнев», «Антистрессовая	

						релаксация», «Ресурсное состояние»	
24	Индивидуальные консультации	1	26.02		https://dzen.ru/list/questions/chto-takoe-emocii-obschestvoznanie-5-klass	Беседа, консультации, выполнение	
Раздел 4 Наши взаимоотношения (11 ч)							
25	Уверенное поведение	1	05.03		https://urok.pф/library/metodicheskaya_razrabotka_zanyatiya_i_gri_zanyatie__igr_124344.html	упражнений: «Уверенное, неуверенное и агрессивное поведение», «Уверенная поза», «Репетиция уверенного поведения»	
26	Критика	1	12.03		https://ppt-online.org/930176	Беседа, выполнение упражнений: «Обзывалки», «Короткий ответ», «Частичное согласие»	
27	Просьба и требование	1	19.03		https://multiurok.ru/index.php/files/uroki-ritoriki-5-klass.html	Беседа, выполнение упражнений: «Пирог с начинкой», «Ассоциации», «Вежливый отказ»	
28	Благодарность	1	02.04		https://urok.1sept.ru/articles/564981	Коммуникативная игра, выполнение упражнений: «Особые дары»,	

						«Благодарность», «Благодарность без слов»	
29	Поведение в конфликтных ситуациях	1	09.04		https://урок.рф/library/konflikt_i_puti_ego_razresheniya_120336.html	Беседа, выполнение упражнений: «Связующая нить», «Ассоциации», «Назови эмоцию», «Ковер мира»	
30	Моя индивидуальность	1	16.04		https://infourok.ru/statya-moya-individualnost-5-klass-5849399.html	Деловая игра, выполнение упражнений: «Визитная карточка», «Мой герб», «Мой дракон», «Мне в тебе нравится»	
31	Моя ответственность	1	23.04		https://urok.1sept.ru/articles/564194	Беседа, выполнение упражнения «Диаграмма ответственности»	
32	Как изменить привычки	1	30.04		https://ppt-online.org/1260401	Дискуссия, выполнение упражнения «Мне мешает... Я хочу...»	
33	Принятие решения	1	07.05		https://ppt-online.org/1090113	Беседа, выполнение упражнений: «Принятие решения», «Хорошо, но»	

34	Как понять Другого	1	14.05		https://videouroki.net/razrabotki/biesieda-uchimsia-ponimat-drugh-drugha.html	Беседа, выполнение упражнений: «Две группы», «Кубик чувств», «Я тебя понимаю, я тебя чувствую», «Мы похожи – мы отличаемся»	
35	Общение в группе	1	21.05		https://kladraz.ru/scenari/dlja-shkoly/klasnye-chasy/klasnyi-chas-igra-pravila-zhizni-v-kolektive-5-klas.html	Беседа, выполнение упражнения «Метафора группы»	