

Утверждена приказом директора по МБОУ
«Лицей №1» № 345 от 02 сентября 2019 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности
«Bullet Journal»
для **6** класса
на **2019-2020** учебный год

Составитель:

Вараксина Елена Вячеславовна,
педагог-психолог высшей
квалификационной категории

город Усолье-Сибирское
2020 год

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, разработанной на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010г. № 1897) и внесенным изменениям (приказ Минобрнауки России от 31 декабря 2015 года №1577, пункт 18.2.2)

Реализация рабочей программы поддерживается примерной, авторской программой: Т.В. Меркулова, Т.В. Беглова «Тайм-менеджмент для детей, или Как научить школьников организовывать свое время». – Педагогический университет «Первое сентября» 2011. — 40 с. Учебно-методическое пособие.

Цель программы курса внеурочная деятельности «Bullet Journal»:

Сформировать основы саморазвития, самовоспитания и личностного самоопределения у обучающихся 6 класса.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества;
- готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- готовность и способность к саморазвитию и личностному самоопределению;
- выявление и мотивация к раскрытию лидерских и предпринимательских качеств;
- готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни;
- сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни;
- мотивация к труду, умение оценивать и аргументировать собственную точку зрения по финансовым проблемам, стремление строить свое будущее на основе целеполагания и планирования;
- осознание ответственности за настоящее и будущее собственное финансовое благополучие, благополучие своей семьи и государства.

Метапредметные результаты:

Регулятивные универсальные учебные действия:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение самостоятельно планировать пути достижения личных и целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения различных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- формирование навыков принятия решений на основе сравнительного анализа альтернатив, планирования и прогнозирования будущего, навыков самоанализа и тайм-менеджмента.

Познавательные универсальные учебные действия:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы на примере материалов данного курса;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения задач данного курса;
- находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого;
- спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- осуществлять эффективную коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для учебной коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (ИКТ-компетенции), навыков работы со статистической, фактической и аналитической информацией;
- формирование навыков пользования электронной почтой;
- умение проводить переговоры по телефону с деловыми целями;

Курс внеурочной деятельности «Bullet Journal» предусматривает изучение курса внеурочной деятельности в 6 классе в количестве 1 часа в неделю, 34 часов в год.

Программа курса «Bullet Journal» состоит из четырех модулей:

1. Модуль «Мотивация»

- цель — помочь детям осознать то, зачем им нужно осваивать приемы саморазвития

2. Модуль «Bullet Journal»

- цель — познакомить обучающихся с современным инструментарием самоорганизации и эффективного планирования личного времени, а также с эффективным способом хранения информации по текущим делам и быстрого доступа к ней.

3. Модуль «Целеполагание и выбор»

• цель — создать условия для осознания своих целей и осуществления выбора на основании своих ценностей.

4. Модуль «Приемы планирования»

• цель — познакомить с правилами планирования; создать условия для освоения приемов планирования и формирования индивидуального стиля самоорганизации.

5. Модуль «Осмысление понятия “Время”»

• цель — познакомить учащихся с различными аспектами категории времени: время физическое, психологическое, историческое.

Тематическое планирование

№ урока	Тема урока	Количество часов
1	Введение: «Цель. Время. Управление»	1
2	Мотивационная игра «Что в твоём сундучке?»	1
3	Создаём коллаж «Расписание»	2
4	Колесо баланса – эффективный инструмент рефлексии	1
5	Буллет журнал – эффективная система самоорганизации своей жизни	1
6	Четыре модуля «Bullet Journal»	1
7	Трекер и челлендж привычек	2
8	Коллекции в «Bullet Journal»	1
9	Дневник благодарности	1
10	Итоги недели, месяца и года в «Bullet Journal»	1
11	Письмо из будущего	2
12	Как правильно поставить цель?	2
13	Упражнение «Ловушки-капканчики» наших целей	2
14	Упражнение «Мост в будущее»	1
15	Социологический опрос «5 минут в моей жизни»	1
16	Похитители времени: хронофаги и прокрастинация	2
17	Хронометраж – что это?	1
18	Матрица Эйзенхауэра: «Важно и срочно»	1
19	Способы борьбы с ленью	3
20	Интеллект-карты как инструмент планирования	1
21	Исследование времени	1
22	Единицы времени	1
23	Интеллект-карта «Я – лидер»	2
24	Презентация «Мой «Bullet Journal»	2