



Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 14»

650024, г. Кемерово, ул. Дружбы, 7.

Е-mail: kemnov-school@yandex.ru

тел./факс: 8384-2 38-58-25

Рассмотрено

на Педагогическом Совете
протокол № 6 от 30.05.2019 г.

Утверждаю

Директор МАОУ «Средняя
общеобразовательная школа № 14»

И.Е. Косарева
Приказ № 239 от 17.06.2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу внеурочной деятельности
«Жизненные навыки»

5 -6 классы

Составитель:

Карташова Анна Викторовна
педагог-психолог

- I. Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Жизненные навыки»
- II. Содержание курса внеурочной деятельности «Жизненные навыки», с указанием форм организации учебных занятий, основных видов учебной деятельности.
- III. Тематическое планирование

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Жизненные навыки» составлена на основе:

Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утверждённого приказом министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373.

Основная образовательная программа основного общего образования МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 14» города Кемерово.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Жизненные навыки»

В результате изучения представленной программы на ступени основного общего образования у учащихся будут сформированы личностные, познавательные и коммуникативные универсальные учебные действия.

В сфере личностных универсальных учебных действий будут сформированы адекватная мотивация учебной деятельности, включая учебные и познавательные мотивы, ориентация на моральные нормы и их выполнение, способность к моральной децентрации.

В сфере познавательных универсальных учебных действий учащиеся научатся воспринимать и анализировать сообщения, тексты, овладеют действием моделирования, а также широким спектром логических действий и операций.

В сфере коммуникативных универсальных учебных действий учащиеся приобретут умения учитывать позицию собеседника (партнёра), организовывать и осуществлять сотрудничество и кооперацию с учителем и сверстниками, адекватно воспринимать и передавать информацию, отображать предметное содержание и условия деятельности в сообщениях, важнейшими компонентами которых являются тексты.

Личностные универсальные учебные действия

У учащегося будут сформированы:

- способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение, дифференциация моральных и конвенциональных норм;
- развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;
- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им;
- установка на здоровый образ жизни;

Познавательные универсальные учебные действия

Учащиеся научатся:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета;
- строить сообщения в устной и письменной форме;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;
- обобщать, т. е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов на основе выделения сущностной связи.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Учащиеся научатся:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнёра.

Содержание курса внеурочной деятельности «Жизненные навыки», с указанием форм организации учебных занятий, основных видов учебной деятельности.

Раздел 1. Новичок в средней школе (8 часов)

Цель: содействие учащимся в адаптации к средней ступени обучения. Знакомство. Принятие правил поведения на занятиях. Профилактика проблем адаптации: мобилизация внутренних ресурсов. Формирование мотивации на самопознание; содействие развитию рефлексии у учащихся. Знакомство с миром эмоций. Тренировка умения владеть своими эмоциями. Содействие в формировании новой социальной позиции по отношению к педагогам. Помощь учащимся в самораскрытии; в преодолении барьеров в общении; совершенствование навыков общения. Снижение тревожности, достижение внутригруппового сплочения, осмысление своего персонального «Я» как части общего «Мы».

Раздел 2. Самопознание (8 часов)

Цель: оказание учащимся помощи в самопознании и развитии рефлексии. Роль общения в жизни человека. Формирование мотивации на самопознание. Формирование способности к самоанализу. Развитие способности принимать друг друга. Понятие самооценки человеческого «Я». Закрепление навыков групповой работы. Формирование умения определять эмоциональное состояние других людей. Тренировка умения владеть своими эмоциями. Развитие уверенности в себе.

Раздел 3. Учимся общаться (9 часов)

Цель: содействие развитию коммуникативных навыков учащихся, навыков работы в команде. Формирование у учащихся группового доверия. Отработка и закрепление навыков взаимодействия. Развитие эмпатии. Вербальное и невербальное общение. Формирование и развитие навыков невербального взаимодействия. Введение понятия «психологическая граница». Отработка навыка отстаивания своей позиции.

Раздел 4. Конкуренция или сотрудничество? (4 часа)

Цель: обучение учащихся конструктивным способам разрешения конфликтов. Понятие «конфликт». Положительные и отрицательные стороны конфликта. Причины конфликтов. Стратегии поведения в конфликте. Обучению взаимодействию в конфликтной ситуации, отработка навыков конструктивного разрешения конфликтных ситуаций.

Раздел 5. Другие. Подростковая толерантность (4 часа)

Цель: развитие толерантности учащихся.

Как принять другого человека, непохожего на меня? Что делать, если я не похож на других? Как найти понимание с «не нашей» компанией? Взаимодействие со старшими – родителями, учителями и младшими – братьями и сестрами.

Тематическое планирование

№	Название занятия	Кол-во часов	Формы организации учебной деятельности
Раздел 1. «Новичок в средней школе»			
1	Знакомство. Установление правил работы в группе.	1	Фронтальная работа, упражнения на знакомство и установление контакта
2	Что такое 5 класс?	1	Групповая работа, развивающие упражнения
3	Познай себя	1	Индивидуальная работа, развивающие упражнения
4	Понимаем ли мы друг друга	1	Работа в парах, развивающие упражнения
5	Мир эмоций	1	Групповая работа, развивающие упражнения
6	Наши учителя	1	Фронтальная и групповая работа
7	Ищу друга	1	Индивидуальная работа, дискуссия, развивающие упражнения
8	Мы и наш класс	1	Изготовление коллажа «Наш класс»
Раздел 2. «Самопознание»			
9	Общение в жизни человека	1	Индивидуальная работа, беседа, выполнение теста
10	Зачем нужно знать себя	1	Индивидуальная работа, развивающие упражнения
11	Я глазами других	1	Индивидуальная и групповая работа
12-13	Самооценка	2	Индивидуальная работа, дискуссия
14	Мои внутренние друзья и мои внутренние враги	1	Обсуждение, развивающие упражнения
15-16	Ярмарка достоинств	2	Развивающие упражнения, релаксация
Раздел 3. «Учимся общаться»			
17	Начинаем общаться	1	Групповая работа, обсуждение, развивающие упражнения
18	Я и Ты – действуем вместе	1	Групповая работа, обсуждение, упражнения на отработку навыков взаимодействия
19-20	Общаемся без слов	2	Развивающие упражнения, обсуждение
21-22	Доверие и взаимодействие в группе	2	Работа в парах, развивающие упражнения
23	Просто скажи «Нет!»	1	Индивидуальная и групповая работа
24-25	Мы - команда	2	Фронтальная работа
Раздел 4. «Конкуренция или сотрудничество»			

26	Что такое конфликт?	1	Индивидуальная работа, работа в парах, развивающие упражнения
27	Причины конфликтов	1	Групповая работа, работа в парах, обсуждение
28	Тренируем конструктивное поведение в конфликте	1	Групповая работа, развивающие упражнения
29	Конфликты проходят, отношения остаются	1	Работа в парах, развивающие упражнения, обсуждение
Раздел 5. «Другие. Подростковая толерантность»			
30	Уникальность и различия	1	Индивидуальная и групповая работа, развивающие упражнения
31	Разные нормы и правила	1	Фронтальная работа, обсуждение, работа с притчей.
32	Ярлыки и стереотипы	1	Развивающие упражнения, обсуждение
33	Как жить в мире различий	1	Групповая и индивидуальная работа, анализ ситуаций.
Всего:		33 часа	