

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С.ЯГОДНОЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
СТАВРОПОЛЬСКИЙ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ

«Рассмотрено»
руководитель методического
объединения учителей
естественно-математического
цикла
_____ Н.А.Щердакова
протокол № 1
от «31» 08.2021г

«Согласовано»
заместитель директора по
УВР
_____ Максимова И.А.
от «31» 08.2021г

«Утверждено»
директор школы
_____ Ф.А.Дашкевич
приказ №225/1
от «31» 08.2021г

Рабочая программа внеурочной деятельности
«Жизненные навыки»
(общекультурное направление развития личности школьника)
5-9 класс

Составитель:
учитель
Поваляева А.С.

2021/2022 учебный год

Пояснительная записка

1.1 Рабочая программа по внеурочной деятельности является составной частью основной общеобразовательной программы ГБОУ СОШ с. Ягодное. Настоящая программа составлена на основе следующих нормативных документов и методических рекомендаций:

Настоящее Положение о рабочей программе по внеурочной деятельности, реализующей ФГОС НОО, ФГОС ООО и ФГОС СОО (далее - Рабочая программа), разработано на основе следующих нормативных документов:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009 года № 373;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897;
- Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 N 413;
- Приказа Министерства образования и науки РФ от 31.12.2015 года № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897;
- Письма Министерства образования и науки РФ от 14.12.2015г. № 093564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»;
- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» ст.2, п.9,
- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденным Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации в 2014 году,
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации №1576 от 31.12.2015 г.,
- Устава государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы с. Ягодное муниципального района Ставропольский Самарской области (далее – ОО) и регламентирует порядок разработки и реализации рабочих программ внеурочной деятельности.

1.2 Цели программы:

- Создание условий для развития личности и творческого потенциала обучающихся;
- Сформировать осознанное отношение школьника к себе и окружающим;
- Развивать готовность самостоятельно поддерживать себя и помогать окружающим;

- Сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
- Формирование осознанного здорового поведения, способствующего успешной социальной адаптации и противостоянию вредным привычкам;
- Формирование личной стратегии жизни подростка.

1.3. Задачи программы:

- Создание атмосферы психологической безопасности.
- формирование коммуникативной компетентности в сотрудничестве:
- умение вести диалог, координировать свои действия с действиями партнеров по совместной деятельности;
- способности доброжелательно и чутко относиться к людям, сопереживать;
- формирование социально адекватных способов поведения.
- формирование способности к организации деятельности и управлению ею:
- воспитание целеустремленности и настойчивости;
- формирование навыков организации рабочего пространства и рационального использования рабочего времени;
- формирование умения самостоятельно и совместно планировать деятельность и сотрудничество;
- формирование умения самостоятельно и совместно принимать решения.
- формирование умения решать творческие задачи.
- формирование умения работать с информацией (сбор, систематизация, хранение, использование).

II. Планируемые предметные результаты изучения курса

Личностные результаты

- Умение выражать симпатию.
- Умение взять на себя ответственность.
- Умение следовать правилам.
- Умение принимать комплименты.
- Умение говорить о себе перед группой людей.
- Умение осознавать, что мне нравится, а что – не нравится.
- Умение распознать собственные чувства.
- Умение выражать чувства.
- Умение распознавать чувства другого.
- Умение сказать о своих чувствах другому.
- Умение осознавать свое тело.
- Умение осознавать границы своего пространства.
- Умение защищать свое пространство.
- Умение уважительно относиться к границам другого.
- Умение следовать полученной инструкции.

- Умение доводить работу до конца.
- Умение вступать в обсуждение.
- Умение задавать вопросы.
- Умение презентовать свою работу в группе.
- Умение осознавать свои предпочтения.
- Умение проявлять инициативу.
- Умение отстаивать свои интересы мирным путем.
- Умение слушать.
- Умение справляться со смущением.
- Умение принимать на себя ответственность.

Метапредметные результаты:

1. Познавательные УУД

- самостоятельно принимать и сохранять творческую задачу;
- самостоятельно находить варианты решения творческой задачи;
- создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта;
- осознание роли жизни;
- использовать знания в быту;
- овладение составляющими исследовательской и проектной деятельности включая умения видеть проблему, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, давать определения понятиям, классифицировать, наблюдать, проводить эксперименты, делать выводы и заключения, структурировать материал, объяснять, доказывать, защищать свои идеи;
- умение работать с разными источниками информации: находить информацию в различных источниках (тексте учебника, научно-популярной литературе, медицинских словарях и справочниках), анализировать и оценивать информацию, преобразовывать информацию из одной формы в другую;

2. Регулятивные УУД:

- самостоятельно обнаруживать проблему, определять цель творческой деятельности;
- способность выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к здоровью своему и окружающих;
- умение адекватно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции, сравнивать разные точки зрения, аргументировать свою точку зрения, отстаивать свою позицию.
- выдвигать версии решения творческой проблемы, осознавать конечный результат; составлять (индивидуально или в группе) план решения проблемы (выполнения проекта);
- работать по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно;
- различать способ и результат действия;

- самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в незнакомом материале;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;
- в диалоге с учителем вырабатывать критерии оценки и определять степень успешности своей работы и работы других в соответствии с этими критериями.

3. Коммуникативные УУД:

- формулировать собственное мнение и позицию;
- вносить коррективы в действия на основе их оценки и учёта сделанных ошибок;
- самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.);
- задавать вопросы;
- работать в малых группах;
- взаимодействовать со сверстниками;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать партнёрам в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.

Предметные результаты:

Обучающиеся:

- Смогут распознавать и озвучивать свои чувства;
- Основные принципы общения между людьми;
- Использовать приёмы конструктивного общения;
- Смогут прогнозировать последствия своих поступков;
- Смогут аргументировать свое мнение в отношении поступков других людей.
- Смогут взаимодействовать в группе (распределение обязанностей);
- Смогут находить необходимую информацию на различных видах носителей;
- Смогут презентовать результаты собственной деятельности.

III. Содержание курса

Я – ты - группа.

Формирование групповой сплоченности, нахождение для каждого в группе, его собственной неповторимой роли. Внимание к себе и к своим чувствам: что происходит с тобой, как ты это понимаешь? Умение сказать о своих чувствах другому. Умение обратиться с просьбой к другому.

Групповые правила. Формирование адекватной самооценки.

Учимся общаться.

Общение «снизу», «сверху», «на равных». Доверие. Взаимодействие. Умение слушать и слышать другого, делать так, чтобы слышали тебя.

Конфликты: конкуренция или сотрудничество.

Понимание интересов разных сторон в конфликте. Наши чувства в конфликте. Стратегии поведения в конфликтных ситуациях. Причины конфликтов. Конструктивное поведение в конфликте.

«Другие» Подростковая толерантность.

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 с младшими – братьями, сестрами.

Уверенность.

Увидеть себя реального, найти свои ресурсы, в которых можно быть уверенным и научиться отстаивать себя.

Профориентация.

Исследуются индивидуальные предпочтения, ресурсы, возможности, и ограничения, сильные и слабые стороны участников с точки зрения возможных профессий.

Виртуальный мир: возможности и опасности.

Умение осознавать и исследовать различные возможности и опасности, которые таит интернет, распознавать их и справляться с ними. Возвращение ценности мира реального - реальных отношений, реальных достижений, реальных переживаний.

Один на один с городом и миром.

Законы и правила социального мира, успешные стратегии поведения в социуме, его возможности, трудности и опасности.

Отношения с ровесниками.

Найти свое место в группе, учитывая свои индивидуальные особенности, возможности и предпочтения. Увидеть и осознать, что мнение другого человека – это всего лишь его субъективная оценка на данный момент. Другой человек может видеть ситуацию противоположным образом. Мнение – это не приговор, оно может меняться.

Отношения со взрослыми.

Учиться находить новые способы поведения в контактах со взрослыми людьми, а также разделять ответственность и осознавать собственную часть ответственности в отношениях

Срок реализации программы: 5 лет

Форма организации – кружок.

Количество часов-1 учебный час в неделю (40 минут).

IV. Тематический план.

5-6 классы

№ п/п	Тема учебного занятия	Всего часов	Формы деятельности
1	Правила и безопасность	1	Беседа
2	Знакомимся	1	Беседа
3	Наши чувства	2	Тренинговые занятия
4	Говорим о своих чувствах	2	Тренинговые занятия
5	Мое тело	2	Тренинговые занятия
6	Личное пространство	2	Тренинговые занятия
7	Групповая работа. Коллаж	2	Тренинговые занятия
8	Нравится - не нравится в средней школе	2	Тренинговые занятия
9	Мы - исследователи	2	Тренинговые занятия
10	День пятиклассника	2	Тренинговые занятия
11	Такие разные школы: начальная и средняя	2	Тренинговые занятия
12	Начинаем общаться	2	Тренинговые занятия
13	Я и Ты - действуем вместе	2	Тренинговые занятия
14	Общаемся без слов	2	Тренинговые занятия
15	Доверие и взаимодействие	2	Тренинговые занятия
16	Мы - команда?	2	Тренинговые занятия
17	Даем место другому и отстаиваем свое место?	2	Тренинговые занятия
18	Просто скажи "Нет!"	2	Тренинговые занятия

7-9 классы

№ п/п	Тема учебного занятия	Всего часов	Формы деятельности
1	Первая встреча	1	Беседа
2	Попробуем договориться	1	Тренинговые занятия
3	Работать в команде - весело	1	Тренинговые занятия
4	Взрослый разговор	2	Тренинговые занятия
5	Действуем как один	2	Тренинговые занятия
6	Какой я внутри	2	Тренинговые занятия
7	Уверенность: знакомство с темой	2	Тренинговые занятия
8	Какие они, уверенные люди?	2	Тренинговые занятия
9	Такая разная уверенность	2	Тренинговые занятия
10	Что делает меня уверенным?	2	Тренинговые занятия
11	Мои кумиры	2	Тренинговые занятия
12	Учимся отстаивать себя	2	Тренинговые занятия
13	Подведение итогов	1	Беседа
14	Я и выбор профессии	1	Тренинговые занятия
15	Мои ресурсы: что я умею и умею	2	Тренинговые занятия
16	Я начинаю работать	2	Тренинговые занятия
17	Экспедиция	2	Тренинговые занятия
18	Хочу и умею	2	Тренинговые занятия
19	Моя профессия	2	Тренинговые занятия
20	Самопрезентация	1	Тренинговые занятия
21	Что было до...	1	Тренинговые занятия

22	Информационный поток	1	Тренинговые занятия
23	Реалити – игра	1	Тренинговые занятия
24	Возможности и опасности	1	Тренинговые занятия
25	Мир вокруг меня	1	Тренинговые занятия
26	Ситуации неопределенности	1	Тренинговые занятия
27	Столкновение с препятствиями	1	Тренинговые занятия
28	Нестандартные ситуации	1	Тренинговые занятия
29	Подведение итогов	1	Беседа
30	Как мы общаемся?	1	Тренинговые занятия
31	Как я общаюсь?	1	Тренинговые занятия
32	Структура группы	2	Тренинговые занятия
33	Лидеры и аутсайдеры	2	Тренинговые занятия
34	Королевство	2	Тренинговые занятия
35	Как я себя оцениваю?	2	Тренинговые занятия
36	Как оценивают меня другие?	2	Тренинговые занятия
37	Подросток – инструкция по применению	2	Тренинговые занятия
38	Конструктивное общение	2	Тренинговые занятия
39	Учимся обозначать свои границы для взрослых	2	Тренинговые занятия
40	Расстаемся с негативом	2	Тренинговые занятия
41	Идеальный ребенок	2	Тренинговые занятия
42	Мой род - моя опора	2	Тренинговые занятия
43	Подведение итогов	1	Беседа
44	Толерантность: что это (часть 1)	2	Тренинговые занятия

45	Толерантность: что это (часть 2)	2	Тренинговые занятия
46	Толерантная личность	2	Тренинговые занятия
47	Я и группа: толерантность к себе	2	Тренинговые занятия
48	Чувство собственного достоинства	2	Тренинговые занятия
49	Я и группа: толерантность к себе и к другим	2	Тренинговые занятия
50	Самопознание	2	Тренинговые занятия
51	Толерантное общение	2	Тренинговые занятия
52	Толерантность к другим: разные миры (часть 1)	2	Тренинговые занятия
53	Толерантность к другим: разные миры (часть 2)	2	Тренинговые занятия
54	Границы толерантности	2	Тренинговые занятия
55	Итоговое занятие	1	Беседа