

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Сосновская средняя общеобразовательная школа №2**

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол № 1
от «29» августа 2022 г

Утверждаю
Приказ №369
от «31» августа 2022 г.
_____ Платицына Л.В.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
для учащихся 5-6 классов
«Жизненные навыки»

Форма организации: внеурочная
Направление: социально- психологическое
Срок реализации: 2 года
Составитель: Ожогина Е.В.,
педагог- психолог

Актуальность программы

Введение нового стандарта общего образования существенно изменяет всю образовательную ситуацию в школе, определяя точное место формам и видам приложения психологических знаний в содержании и организации образовательной среды школы. Изменение парадигмы педагогического образования означает необходимость изменения подходов к психолого-педагогическому сопровождению участников образовательного процесса, а именно вариативность в профилактике, диагностике, консультировании, коррекционной, развивающей работе, просвещению, экспертизе. Дифференциацию и индивидуализацию обучения, мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержку одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья, учет их особенностей и всестороннее раскрытие их интеллектуального и личностного потенциала.

Курс актуален для адаптации учащихся 11-13 лет к средней школе, повышения самооценки личности, разрешения конфликтных ситуаций, проблем взросления, толерантности.

Отличительными особенностями программы «Жизненные навыки» является то, что она посвящена не столько навыкам, сколько тому, как устроена жизнь. Проблема формирования психологически здоровой личности в условиях обучения в общеобразовательной школе в настоящее время является очень актуальной. Необходимо:

- создать возможность получения детьми нетравматического опыта самопознания и познакомить их с некоторыми законами логики чувств и навыками, развивающими эмоциональный интеллект;
- дать возможность детям пережить опыт безусловного принятия со стороны взрослого и научить детей позитивно воспринимать сверстников и самих себя;
- создать условия для развития навыков разрешения конфликтов;
- передать ценности уважительного и серьезного отношения к своим и чужим чувствам.

Пояснительная записка

Важнейшей задачей современной системы образования является формирование универсальных учебных действий, обеспечивающих школьникам умение учиться, способность к саморазвитию и самосовершенствованию. Стандарт ориентирован на становление личностных характеристик выпускника («портрет выпускника основной школы»). Первостепенную роль играют:

1. Личностные результаты, включающие готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества; сформированность основ гражданской идентичности;

2. Метапредметные результаты, включающие освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, и межпредметными понятиями; регулятивные действия, обеспечивающие организацию учащихся своей учебной деятельности. Познавательные универсальные действия включают общеучебные, логические, действия постановки и решения проблем; коммуникативные действия обеспечивают социальную компетентность и учет позиции других людей, партнера по общению или деятельности, умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

Таким образом, мы видим, что новые образовательные результаты психологичны и требуют от команды школы не только владение способами организации процесса усвоения ребенком предметных (ЗУН), но и способами формирования универсальных учебных

действий и личностных результатов. Именно поэтому так важно включение психолога в процесс проектирования и реализации мероприятий, связанных с переходом на новые стандарты.

Важное место в образовательном процессе занимают психическое здоровье учащихся, индивидуализация образовательных маршрутов, создание психологически безопасной и комфортной образовательной среды.

Работа психолога, таким образом, становится необходимым элементом системы управления образовательным процессом школы, поскольку результаты его деятельности предполагают оценку качества обучения в школе по ряду обязательных критериев. Введение указанных критериев определяет весь процесс модернизации психолого-педагогической подготовки участников образовательного процесса.

Психологическое сопровождение реализации ФГОС обладает мощным потенциалом, является одним из средств повышения интереса к инновационной деятельности. Способствует анализу школьной среды с точки зрения тех возможностей, которые она предоставляет для обучения и развития школьника, и тех требований, которые она предъявляет к его психологическим возможностям и уровню развития; определению психологических критериев эффективного обучения и развития школьников, разработке и внедрению определенных мероприятий, форм и методов работы, которые рассматриваются как условия успешного обучения и развития школьников.

Цель курса внеурочной деятельности «Жизненные навыки»: решение жизненных проблем младших подростков: адаптация к средней школе, общение, разрешение конфликтных ситуаций, обхождение с чувствами, проблемы взросления, самопознания, толерантности и т.п. Консультационная поддержка и помощь детям, обеспечение эмоционально-психологического комфорта, создание ситуации успеха.

Задачи тем:

Программа курса в пятом классе состоит из 5 тем:

Тема 1. Я – ты – группа. (7 занятий) В рамках этой темы ставится несколько задач: создание атмосферы психологической безопасности. Именно в этой теме собраны те идеи, умения, благодаря которым можно обращаться к остальным темам программы.

Тема 2. Мы – пятиклассники! (4 занятия) В процессе занятий ребятам предлагается честно взглянуть на изменившуюся ситуацию и самим определить отношение к ней. Какие-то изменения им нравятся, какие-то не очень, и чтобы двигаться дальше, важно определить свое отношение к происходящему, понять, что им хотелось бы изменить и какие ресурсы они могут использовать. Вся работа по этой теме направлена на поиск таких ресурсов. В процессе работы у ребят есть возможность найти безопасное место в школе, чтобы в изменившемся мире, полном забот и тревог, было на что опереться, куда прийти или хотя бы обратиться мысленным взором. Также обращаем внимание ребят на ценность их собственного опыта обучения в этой школе.

Тема 3. Учимся общаться. (8 занятий). В эту тему включены развивающие игры и упражнения, которые позволяют сформировать навыки эффективного общения и совместной деятельности. Задача этой темы – дать ребятам возможность на своем опыте испытать, как возникает непонимание между партнерами по общению, увидеть своими глазами, как искажается информация. Подростки учатся понимать, какие барьеры в общении возникают, как можно с ними справиться и кто может быть ответственным за непонимание, возникающее между участниками общения. Ребята учатся прислушиваться к себе, к другому и получают опыт невербального взаимодействия. От общения с партнером переходим к общению в группе.

Тема 4. Конкуренция или сотрудничество? (8 занятий). На этом этапе начинаем формировать и развивать навыки разрешения конфликтов у подростков. Задача в том, чтобы научить ребят более осознанно воспринимать конфликтные ситуации. В безопасной ситуации тренинга дается возможность опробовать различные роли и стратегии поведения в конфликте. Подростки могут применять как уже известные, так и новые стратегии поведения,

например, сотрудничество – когда в выигрыше остаются две стороны, а проигравших нет. Здесь разбираются возможные конфликтные ситуации, которые могут быть актуальны в жизни участников группы. Вместе ищем стратегии поведения, нужные слова, способы существования в конфликте, закрепляя и отрабатывая необходимые навыки.

Тема 5. «Другие». Проблемы подростковой толерантности. (7 занятий). Это одна из ключевых тем программы. Основная цель этой темы – дать подросткам возможность получить опыт принятия другого человека, непохожего на него. Сначала обращаем внимание на то, что чем-то все мы похожи, но многое отличает нас друг от друга. Затем исследуем опыт подростков, касающийся столкновению с инаковостью других людей, с тем, что сложно принять в других. Для этого мы обращаемся к чувствам, которые возникают у ребят при встрече с людьми, отличающимися от них, исследуем эти чувства. Работаем со стереотипами, возникающими при столкновении с другим образом жизни, другими ценностями.

Программа курса в **шестом классе** состоит из четырех тем:

Тема 1. Мои друзья. (8 занятий). В рамках этой темы ставятся задачи создание атмосферы психологической безопасности, получение нового эмоционального опыта, связанного с переживанием отношений, т.к. дружба, друзья, играют в жизни 12 - летнего подростка огромную роль. Именно в этом возрасте появляется «лучший друг» («лучшая подруга»), появляется первый опыт близких отношений со сверстниками, который может быть очень разным: от доверия, чувства защищенности до ревности, обиды, одиночества.

Тема 2. Я – взрослый? (9 занятий). Эта тема весьма актуальна для подростков. Цель занятий – актуализировать представления подростков о мире взрослых, дать возможность попробовать себя в роли взрослого, актуализировать образ желаемого будущего, познакомить с понятием «ответственность». Важно научиться анализировать собственный стиль принятия решения и нести ответственность за него.

Тема 3. Наши сильные чувства. (8 занятий). Подростковый возраст отличается особой чувствительностью, когда эмоции буквально «хлещут через край», родители и педагоги вздыхают: «Этот подростковый кризис!». За этим «кризисным» поведением стоят эмоции и чувства, которые подростку не удастся ни сдержать, ни выразить не обидным для других способом. Цель: создать условия для обращения подростков к собственному миру чувств, осознание важности всех чувств без исключения, обучить способам их безопасного выражения.

Тема 4. Кто я? (9 занятий) Важной стороной личности подростка в этот период является стремление к самопознанию. В теме много уделяется работе с метафорами образа Я, вооружаем их инструментарием для самопознания своего уникального внутреннего мира. Цель: дать возможность почувствовать особенности своей личности, получить новый эмоциональный опыт обращения к своему внутреннему миру.

Занятия проводятся в форме групповой работы с элементами тренинга. Количество – 10-15 человек. При проведении занятий курса используются следующие формы и методы работы:

- игровые упражнения;
- самоописание;
- групповая дискуссия;
- использование конструктивной обратной связи.

В основе программы курса внеурочной деятельности «Жизненные навыки» лежат ценностные ориентиры, достижение которых определяется воспитательными результатами.

2. Место курса в учебном плане:

На изучение курса по внеурочной деятельности «Жизненные навыки» в 5-6-х классах отводится:

- количество часов в год – 34 ч.;
- количество часов в неделю – 1 ч.

Формы достижения результатов: рассказ, практика, ролевая игра, тренинг, тестирование, анкетирование, познавательные беседы, инструктажи, социальные пробы, социально-значимые акции в классе, школе, исследовательские работы.

Формы контроля:

1. Рефлексия по каждому занятию в форме вербального проговаривания, письменного выражения своего отношения к теме.

2. В рамках курса предполагается организовать проектную деятельность учащихся.

Планируемые результаты освоения программы:

Личностные УУД:

- Определять и высказывать под руководством психолога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы).

- В предложенных психологом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, как поступить.

Метапредметные УУД:

- Учиться высказывать свое мнение;

- Учиться лучше и глубже понимать себя и свой внутренний мир;

- Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного;

- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную от психолога;

- Перерабатывать полученную информацию;

- Доносить свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).

- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

Предметные УУД

- Принимать самого себя и других людей;

- Развивать чувства переживания и сочувствия;

- Умения идти на компромисс;

- Навыки саморегуляции;

- Умения различать типы темперамента;

- Позитивного самоотношения при обогащении черт характера

Итоги учёта знаний, умений, овладения обучающимися универсальных учебных действий подводятся посредством листов педагогических наблюдений, опросников. Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем архивирования творческих работ обучающихся, накопления материалов по типу «портфолио». Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: викторины, творческие конкурсы, ролевые игры.

СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННО – РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

5 КЛАСС

№ урочка	Название раздела программы	Кол-во часов	Содержание	Характеристика видов деятельности учащихся
Я – ты – группа (7 ч.)				

1	Правила и безопасность.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Совместное обсуждение и введение правил. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Обсудить введение правил групповой работы. Участвовать в заключительном обсуждении.
2	Продолжаем знакомиться.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
3-4	Наши чувства.	2	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
5	Мое тело.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
6	Личное пространство.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
7	Коллаж.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
«Мы – пятиклассники!». Адаптация к средней школе (4 ч.)				
8	Нравится – не нравится в средней школе.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.

9	Мы – исследователь и!	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
10	День пятиклассника	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
11	Такие разные школы: начальная и средняя.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
Учимся общаться (8 ч.)				
12	Начинаем общаться.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
13	Я и Ты действуем вместе.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
14	Общаемся без слов.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
15	Доверие и взаимодействие в группе.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в

			3. Заключительное обсуждение.	заключительном обсуждении.
16	Мы – команда?	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
17	Даем место другому и отстаиваем свое место.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
18	Даем место другому и отстаиваем свое место.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
19	Просто скажи: «Нет!».	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
Конкуренция или сотрудничество (8 ч.)				
20	Что такое конфликт?	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
21	Причины конфликтов.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
22	Наши чувства в конфликте.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.

23-24	Стратегии поведения в конфликте Понятие сотрудничества.	2	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
25	Тренируем конструктивное поведение в конфликте.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
26	Конфликт? Отлично!	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
27	Конфликты проходят, отношения остаются.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
«Другие». Проблемы подростковой толерантности (7 ч.)				
28	Уникальность и различия.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
29	«Другие» в нашей жизни.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
30	«Странные» люди.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
31	Разные нормы и правила.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям.

			занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
32	Ярлыки и стереотипы.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
33	Стереотипы и предрассудки.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
34	Как жить в мире различий.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.

СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННО – РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ 6 КЛАСС

№ урока	Название раздела программы	Количество часов	Содержание	Характеристика видов деятельности учащихся
Мои друзья (8 ч.)				
1	Начинаем говорить о друзьях.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
2	Отношения в паре.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
3	Понимаем	1	1. Вступительная беседа. Рассказ	Слушать и выполнять

	друг друга.		педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
4	Третий – лишний?	1	1.Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
5	Обида.	1	1.Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
6	Я один, но я не одинок.	1	1.Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
7	Ресурс одиночества.	1	1.Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
8	Здорово быть друзьями!	1	1.Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
Я – взрослый? (9 ч.)				
9	Мир взрослых.	1	1.Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
10	Ярмарка.	1	1.Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией

			2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. Игра «Ярмарка». 3. Заключительное обсуждение.	педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
11	Мой взрослый мир.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
12	Мое место в разных мирах: детей, подростков, взрослых.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
13	Я в ответе за свое будущее.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
14	Ответственность и принятие решений.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
15	Коллаж «Взрослый мир».	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
16	«Деньги во взрослом мире».	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
17	«Взрослые роли».	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия.

			Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Участвовать в заключительном обсуждении.
Наши сильные чувства (8 ч.)				
18	Зачем нам чувства?	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
19	Как я выражаю свои чувства?	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
20	Способы выражения чувств.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
21	Ресурсы тревоги.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
22	Наши страхи.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
23	Наши страхи.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
24	Печаль.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.

25	Радость.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
Кто Я? (9 ч.)				
26	Какой бывает характер?	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
27	Какой я?	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
28	Я настоящий, Я идеальный, я глазами других.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
29	Мое имя и мой характер.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
30	Я глазами других. Мои ресурсы.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
31	Я глазами других. Мои ресурсы.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
32	Метафоры моего	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах	Слушать и выполнять инструкции к заданиям.

	характера.		занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
33	Учимся ценить себя.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.
34	Заключительное занятие.	1	1. Вступительная беседа. Рассказ педагога-психолога о целях и задачах занятия. 2. Основная часть. Разминка. Работа по теме занятия. 3. Заключительное обсуждение.	Слушать и выполнять инструкции к заданиям. Наблюдать за демонстрацией педагога-психолога. Работать по теме занятия. Участвовать в заключительном обсуждении.

УЧЕБНО - МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками (5-6 класс)/
С. В. Кривцова, Д.В. Рязанова, О.И. Еронова, Е.А. Пояркова; Под ред. С.В. Кривцовой. – М.:
Генезис, 2012

**Календарно-тематическое планирование
курса внеурочной деятельности «Жизненные навыки»
Учитель: Ожогина Е.В.
5 класс**

№ уро ка	Наименование темы	Дата занятия		Примечание
		по плану	по факту	
Я – ты – группа (7 ч.)				
1	Правила и безопасность.			
2	Продолжаем знакомиться.			
3	Наши чувства.			
4	Наши чувства.			
5	Мое тело.			
6	Личное пространство.			
7	Коллаж.			
«Мы – пятиклассники». Адаптация к средней школе (4 ч.)				
8	Нравится – не нравится в средней школе.			
9	Мы – исследователи!			
10	День пятиклассника.			
11	Такие разные школы: начальная и средняя.			
Учимся общаться (8 ч.)				
12	Начинаем общаться.			
13	Я и Ты действуем вместе.			
14	Общаемся без слов.			
15	Доверие и взаимодействие в группе.			
16	Мы – команда?			
17	Даем место другому и отстаиваем свое место.			
18	Даем место другому и отстаиваем свое место.			
19	Просто скажи: «Нет!».			
Конкуренция или сотрудничество (8 ч.)				
20	Что такое конфликт?			
21	Причины конфликтов.			
22	Наши чувства в конфликте.			
23	Стратегии поведения в конфликте Понятие сотрудничества.			
24	Стратегии поведения в конфликте Понятие сотрудничества.			
25	Тренируем конструктивное поведение в конфликте.			
26	Конфликт? Отлично!			
27	Конфликты проходят, отношения остаются.			
«Другие». Проблемы подростковой толерантности (7 ч.)				
28	Уникальность и различия.			
29	«Другие» в нашей жизни.			
30	«Странные» люди.			
31	Разные нормы и правила.			
32	Ярлыки и стереотипы.			
33	Стереотипы и предрассудки.			
34	Как жить в мире различий.			

**Календарно-тематическое планирование
курса внеурочной деятельности «Жизненные навыки»
Учитель: Ожогина Е.В.
6 класс**

№ урока	Тема (раздел, количество часов)	Дата занятия		Примечание
		по плану	по факту	
Мои друзья (8 ч.)				
1	Начинаем говорить о друзьях.	1		
2	Отношения в паре.	1		
3	Понимаем друг друга.	1		
4	Третий – лишний?	1		
5	Обида.	1		
6	Я один, но я не одинок.	1		
7	Ресурс одиночества.	1		
8	Здорово быть друзьями!	1		
Я – взрослый? (9 ч.)				
9	Мир взрослых.	1		
10	Ярмарка.	1		
11	Мой взрослый мир.	1		
12	Мое место в разных мирах: детей, подростков, взрослых.	1		
13	Я в ответе за свое будущее.	1		
14	Ответственность и принятие решений.	1		
15	Коллаж «Взрослый мир».	1		
16	«Деньги во взрослом мире».	1		
17	«Взрослые роли».	1		
Наши сильные чувства (8 ч.)				
18	Зачем нам чувства?	1		
19	Как я выражаю свои чувства?	1		
20	Способы выражения чувств.	1		
21	Ресурсы тревоги.	1		
22	Наши страхи.	1		
23	Наши страхи.	1		
24	Печаль.	1		
25	Радость.	1		
Кто Я? (9 ч.)				
26	Какой бывает характер?	1		
27	Какой я?	1		
28	Я настоящий, Я идеальный, я глазами других.	1		
29	Мое имя и мой характер.	1		
30	Я глазами других. Мои ресурсы.	1		
31	Я глазами других. Мои ресурсы.	1		
32	Метафоры моего характера.	1		
33	Учимся ценить себя.	1		
34	Заключительное занятие.	1		