


Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
"Лапшихинская СШ"

СОГЛАСОВАНО

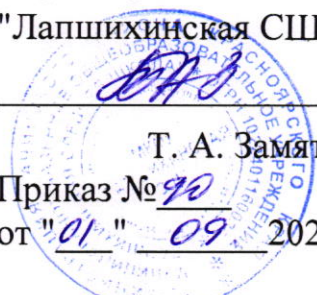
на заседании
методического
объединения классных
руководителей

Протокол № 1
от «24» 08 2023г.

Руководитель ШМО
 Русакова Г. Х.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МКОУ
"Лапшихинская СШ"


Т. А. Замятина
Приказ № 90
от «01» 09 2023г.

Рабочая программа
внеурочной деятельности
социальной направленности
«Жизненные навыки»
6 класс

Разработчик:
Григорьева В. В. учитель

с. Лапшиха 2023г.

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Жизненные навыки» для 6 класса составлена на основе:

- Федерального государственного стандарта основного общего образования, утвержден приказом

Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897) (с изменениями 31 декабря 2015 года);

- Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273;

- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.

Основная цель программы — развитие эмоционального интеллекта, формирование умения младших школьников адекватно взаимодействовать со сверстниками, учителями и родителями.

Для достижения цели в ходе реализации программы необходимо решить следующие задачи:

- познакомить младших школьников с миром человеческих эмоций;
- развивать эмпатию как понимание чувств других людей и сопереживание им;
- формировать навыки самоанализа, адекватной самооценки;
- формировать умение учитывать позицию другого человека, его точку зрения;
- формировать понимание ценности отношений в жизни человека;
- развивать навыки конструктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;
- формировать умение работать в коллективе;
- воспитывать доброжелательное отношение к окружающим.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты:

В результате изучения курса «Жизненные навыки» в 6 классе обучающиеся научатся:

- выражать симпатию;
- брать на себя ответственность;
- следовать правилам;
- принимать комплименты;
- говорить о себе перед группой;
- осознавать, что мне нравится, а что – не нравится;
- распознавать собственные чувства и чувства других;
- выражать чувства;
- сказать о своих чувствах другим;
- осознавать своё тело;
- осознавать границы своего и чужого пространства;
- доводить работу до конца;
- вступать в обсуждения;
- презентовать свою работу группе;
- осознавать свои предпочтения;
- проявлять инициативу;
- отстаивать свои интересы;
- слушать;
- присоединяться к группе;
- справляться со смущением;
- проигрывать;
- признавать свои ошибки;
- предлагать помощь;
- проявлять толерантность;
- находить в себе уникальные качества;
- распознавать стереотипы и предрассудки.

К концу обучения в 6 классе обучающиеся получают возможность научиться:

- самоанализу и самоконтролю на эмоциональном уровне;
- терпимо и адекватно относиться к чувствам других;
- взаимопомощи и взаимоподдержки;
- отстаивать свои границы и уважать чужие;
- групповой работе;
- выражать и отстаивать свою точку зрения;
- уметь преподнести себя обществу;
- уважению к другим, толерантности;
- удерживать противоречия.

Личностные:

- Выразить свои чувства другому.
- Осознать свои чувства.

- Поддерживать себя.
- Определять, что мне нравится, и что не нравится.
- Извиняться.
- Справляться со своими эмоциями.
- Благодарить.
- Занять свое свободное время.
- Проявить заботу о другом.
- Предложить кому-либо помощь.
- Умение обратиться за помощью.
- Адекватно оценивать себя.
- Эмпатии.
- Говорить о себе.

Метапредметные:

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД

- Слушать.
- Задавать вопросы.
- Следовать инструкциям.
- Доводить задание до конца.
- Дискутировать.
- Строить речевое высказывание в устной форме.

Познавательные УУД:

- Уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя.
- Учиться исследовать свои качества и свои особенности.
- Учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя.
- Учиться наблюдать.
- Моделировать ситуацию с помощью учителя.

Коммуникативные УУД:

- Говорить и принимать комплименты.
- Не отвлекаться.
- Закончить и начать разговор.
- Делиться.
- Доверительно и открыто говорить о своих чувствах.
- Учиться работать в паре и в группе.
- Выполнять различные роли.
- Слушать и понимать речь других ребят.
- Осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

- Конструктивно общаться.
- Договариваться
- Удерживать противоречия.

Интерес учащихся поддерживается внесением творческого элемента в занятия: самостоятельное составление кроссвордов, шарад, ребусов, сочинение сказок, стихотворений, инсценирование ситуаций, иллюстрирование материала.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Тема «Мои друзья» 9 часов.

В этот возрастной период для детей тема первых дружеских отношений становится актуальна. В данной теме мы разбираемся с такими понятиями, как «лучший друг», «дружеские отношения», «треугольник», то есть рассматривает отношения со всех сторон. Также в данной теме касаемся одиночества и при этом находим ресурс одиночества. Отдельные занятия посвящены обиде, отношениям в «треугольнике».

Формы деятельности: игровая, групповая, дискуссия, общение, изобразительная, театральная.

Тема «Я - взрослый» 7 часов.

Целью данной темы является сопровождение психологического взросления подростка, возрастных изменений, происходящих с ним. Одна из задач – помочь ребятам осознать себя в мире взрослых. Какие-то подростки считают, что взрослый мир – это мир полной и безграничной свободы, другие думают, что это одни обязательства. Важно найти баланс между этими представлениями, помочь соотнести себя со своим возрастом, справиться со страхом будущего.

Формы деятельности: игровая, групповая, дискуссия, общение, изобразительная, театральная.

Тема «Наши сильные чувства» 7 часов.

В данной теме впервые сами подростки начинают осознавать необходимость умения обходиться со своими чувствами. Эта тема даёт возможность научиться осознавать свои чувства, выразить их безопасным для себя и окружающих способом, говорить о своих чувствах другому человеку.

Формы деятельности: игровая, групповая, дискуссия, общение, изобразительная, театральная.

Тема «Кто я?» 10 часов.

Данная тема позволяет детям найти ответ на вопросы, которые их очень волнует в этот возрастной период, также позволяет осознать себя и свои способности. То есть здесь ребёнок сможет получить качественные инструменты самопознания, которые позволят сформировать картину его внутреннего мира – абсолютно уникального, ценного, к которому можно обращаться в сложные моменты жизни, так как человек может ценить себя, только зная, какой он. Большое внимание уделяется обратной связи. С одной стороны, мы учимся давать обратную связь – точную и такую, чтобы не обижать другого человека. С другой – получаем опыт обхождения с обратной связью, которую слышим в свой адрес, понимаем, что не стоит все принимать на веру сразу, важно соотносить с собой. Со своими представлениями, искать в обратной связи ресурс.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 класс

№ урока	Тема урока	Кол- во часов	план
Тема «Мои друзья» 9 часов			
1	Начинаем говорить о друзьях. Знакомство.	1	
2	Отношения в паре.	1	
3	Понимаем друг друга.	1	
4	Третий – лишний?	1	
5	Дружить – это здорово!	1	
6	Обида.	1	
7	Я один, но я не одинок.	1	
8	Ресурс одиночества.	1	
9	Здорово быть друзьями	1	
Тема «Я – взрослый!» 7 часов			
10	Мир взрослых.	1	
11	Ярмарка.	1	
12	Мой взрослый мир.	1	
13	Моё место в разных мирах: детей, подростков, взрослых.	1	
14	Я в ответе за своё будущее.	1	
15	Ответственность и принятие решений.	1	
16	Обобщение по теме “Я – взрослый”.	1	
Тема «Наши сильнее чувства» 7 часов			
17	Зачем нам чувства.	1	
18	Как я выражаю свои чувства.	1	
19	Способы выражения своих чувств.	1	
20	Ресурсы тревоги.	1	
21	Наши страхи.	1	
22	Печаль.	1	
23	Радость.	1	
Тема «Кто я?» 10 часов			
24	Какой бывает характер? Какой я?	1	
25	Я настоящий, я идеальный, я глазами других.	1	
26	Моё имя и мой характер.	1	
27	Я глазами других.	1	
28	Мои ресурсы.	1	
29	Метафоры моего характера.	1	
30	Учимся ценить себя.	1	
31	Деньги во взрослом мире.	1	
32	«Взрослые роли».	1	

	Роли взрослого мира.		
33	Моё время.	1	
34	Резервное время	1	
	Итого	34 часа	