

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа-интернат среднего общего образования села Уэлен»

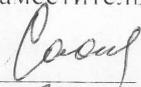
«Рассмотрено»

Руководитель МО

/_____
Протокол № 3
от 30.12.2021

«Согласовано»

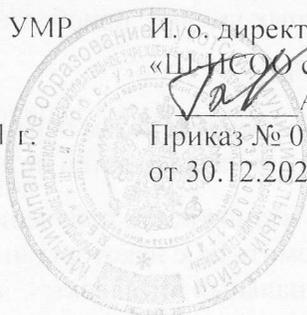
Заместитель директора по УМР


Э.В.Саая
« 30 » 12 2021 г.

«Утверждено»

И. о. директора МБОУ
«ШКОО с.Уэлен»


А.А.Бобякова
Приказ № 01-05/360
от 30.12.2021



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

факультативного курса «Жизненные навыки»

для 7 «А» и 7 «Б» классов на 2 полугодие 2021-2022 учебного года

педагога-психолога Тищенко Т.М.

Рабочая программа факультативного курса по внеурочной деятельности для 7 класса составлена в соответствии с авторской программой «Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками в 7-8 классе» под редакцией С.В. Кривцовой, Д.В. Рязановой, издательство: «М: ГЕНЕЗИС», 2016.

Всего часов в полугодие - **18 ч.**

Всего часов в неделю- **1 ч.**

с. Уэлен, 2021

В центре внимания программы находятся основные жизненные проблемы подростков возраста 13-14 лет: сложности при установлении контактов. Неуверенность в себе, страхи; преодоление трудностей профессионального выбора; виртуальный мир с его возможностями и опасностями; основы безопасности жизнедеятельности; проблемы лидерства и изгойства; налаживание отношений с ровесниками и взрослыми и т.п.

Цель программы: создание среды психологической безопасности, развитие умения выстроить доверительные отношения с людьми, закрепление и развитие основных жизненных умений, приобретенные в начальной школе.

Задачи:

дать возможность детям пережить опыт безусловного принятия со стороны взрослого-ведущего и научить детей позитивно воспринимать сверстников и самих себя;

создать возможность получения детьми нетравматического опыта самопознания и познакомить их с некоторыми законами логики чувств и навыками, развивающими эмоциональный интеллект;

создать условия для развитие навыков разрешения конфликтов;

передать ценности уважительного и серьезного отношения к своим и чужим чувствам.

1. Планируемые результаты освоения внеурочной деятельности по факультативному курсу «Жизненные навыки» в 7 классе.

Личностные результаты	<p>В результате изучения курса «Жизненные навыки» в 7 классе обучающиеся научатся:</p> <p>Осознать свои чувства Выражать свои чувства другому. Определять, что мне нравится, и что не нравится. Извиняться. Благодарить. Проявить заботу о другом. Умение обратиться за помощью Предложить кому-либо помощь.</p>
Метапредметные результаты	<p>Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД):</p> <p><i>Регулятивные УУД:</i> Слушать. Задавать вопросы. Следовать инструкциям. Доводить задание до конца. Строить речевое высказывание в устной форме.</p> <p><i>Познавательные УУД:</i> Уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя. Учиться исследовать свои качества и свои особенности. Умение замечать состояние других участников.</p> <p><i>Коммуникативные УУД:</i> Говорить и принимать комплименты. Не отвлекаться. Закончить и начать разговор. Делиться. Доверительно и открыто говорить о своих чувствах.</p>

	<p>Учиться работать в паре и в группе. Умение говорить о себе перед группой людей Слушать и понимать речь других ребят. Осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.</p>
Предметные результаты	<p>В результате изучения курса «Жизненные навыки» в 7 классе обучающиеся научатся: проявлять доброжелательность; эмпатии; способам снятия агрессии; осознавать социальные стереотипы; умению распределения ролей в семье; способам выхода из конфликта; адекватно оценивать себя; говорить «нет»; нести ответственность за себя; обращаться за помощью.</p>

2. Содержание факультативного курса

Тема 1 «Я в группе» 6 часов.

Данная тема помогает учащимся: осознать себя и свои чувства, замечать другого участника и слушать его, соотносить свои потребности и задачи с потребностями и задачами других людей и группы в целом.

Темы занятий: Самые важные вещи в жизни. Попробуем договориться? «Горячий стул». Работать в команде – весело. Взрослый разговор. Действуем как один. Движение по одному.

Тема 2 «Уверенность» 6 часов.

В ходе работы по этой теме подросток начинает чувствовать себя более уверенно. Мы помогаем обратиться им к полутонам, к реальности, увидеть себя реального, найти свои ресурсы, в которых можно быть уверенным и научиться отстаивать себя.

Темы занятий: Какие они, уверенные люди? Что делает меня уверенным? Образ неуверенного человека. Мои кумиры. Люди, которым мы подражаем. Учимся отстаивать себя. Учимся отстаивать свои права. Мои качества, мои таланты.

Тема 3 «Профориентация» 5 часов.

В ходе работы над этой темой мы обращаем внимание подростков не вовне, а к внутренней реальности, к себе. Исследуем внутренние предпочтения, ресурсы, возможности и ограничения, сильные и слабые стороны участников с точки зрения возможных профессий.

Темы занятий: Я и выбор профессии. Мои ресурсы. Что я умел и умею. Я начинаю работать. Моя профессия.

3. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

7А класс

2021-2022 учебный год

№ урока	Темы урока	Кол-во часов	Сроки изучения	
			План	факт
	Тема 1 «Я в группе»	6	===	
1.	Самые важные вещи в жизни.	1	10.01.	
2.	Попробуем договориться? «Горячий стул».	1	17.01	
3.	Работать в команде – весело. Игра «Активити».	1	24.01	
4.	Взрослый разговор.	1	31.01	
5.	Действуем как один.	1	07.02	
6.	Движение по одному.	1	14.02	
	Тема 2 «Уверенность»	6	===	
7.	Какие они, уверенные люди? Что делает меня уверенным?	1	21.02	
8.	Образ неуверенного человека.	1	28.02	
9.	Мои кумиры. Люди, которым мы подражаем.	1	14.03	
10.	Учимся отстаивать себя.	1	21.03	
11.	Учимся отстаивать свои права.	1	04.04	
12.	Мои качества, мои таланты.	1	11.04	
	Тема 3 «Профориентация» 5 часов	5	===	
13.	Я и выбор профессии.	1	18.04	
14.	Мои ресурсы.	1	25.04	
15.	Что я умел и умею.	1	02.05	
16.	Я начинаю работать.	1	16.05	
17.	Моя профессия.	1	23.05	
	ВСЕГО	17 часов		

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

7 Б класс

2021-2022 учебный год

№ урока	Темы урока	Кол-во часов	Сроки изучения	
			План	факт
	Тема 1 «Я в группе»	6	===	
1.	Самые важные вещи в жизни.	1	11.01.	
2.	Попробуем договориться? «Горячий стул».	1	18.01	
3.	Работать в команде – весело. Игра «Активити».	1	25.01	
4.	Взрослый разговор.	1	01.02	
5.	Действуем как один.	1	08.02	
6.	Движение по одному.	1	15.02	
	Тема 2 «Уверенность»	6	===	
7.	Какие они, уверенные люди? Что делает меня уверенным?	1	22.02	
8.	Образ неуверенного человека.	1	01.03	
9.	Мои кумиры. Люди, которым мы подражаем.	1	15.03	
10.	Учимся отстаивать себя.	1	22.03	
11.	Учимся отстаивать свои права.	1	05.04	
12.	Мои качества, мои таланты.	1	12.04	
	Тема 3 «Профорентация» 6 часов	5	===	
13.	Я и выбор профессии.	1	19.04	
14.	Мои ресурсы. Что я умел и умею.	1	26.04	
15.	Я начинаю работать.	1	03.05	
16.	Экспедиция	1	10.05	
17.	Хочу и умею	1	17.05	
18	Моя профессия.		24.05	
	ВСЕГО	18 часов		

4. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса

Жизненные навыки. Тренинговые занятия с подростками (7-8 классы) / С. В. Кривцова, Д.В. Рязанова, О.И. Еронова, Е.А. Поярков; Под ред. С.В. Кривцовой. – М.: Генезис, 2016.

Майорова Н.П., Чепурных Е.Е., Шурухт С.М. Обучение жизненно важным навыкам в школе: Пособие для классных руководителей/ Под ред. М.П. Майоровой. – СПб.: Издательство ОБРАЗОВАНИЕ-КУЛЬТУРА», 2002.

Прихожанин А.М. Проблемы подросткового кризиса// Психологическая наука и образование. 1997. № 1.

Эльконин Д.Б. Детская психология.-М.: Академия, 2007.