

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Приморского края**

**Спасский муниципальный район**

**МБОУ «СОШ № 2» села Буссевка**

РАССМОТРЕНО

на педагогическом сообществе  
Протокол №1  
от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Н.В. Неделко

Приказ №53/1  
от 31.08.2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Обучение жизненно важным навыкам»**

**Тип программы:** образовательная программа по конкретным видам внеурочной деятельности.

**Направление:** общеинтеллектуальное.

**Вид деятельности:** проблемно-ценностное общение, игровая.

**Возраст школьников:** 5класс.

Составитель программы:  
Беленова Татьяна Петровна  
педагог - библиотекарь

## Раздел I. Пояснительная записка

Программа предназначена для организации внеурочной деятельности, ориентирована на формирование у ребенка комплекса поведенческих навыков в социуме.

Нормативной базой разработки и реализации программы являются ФГОС ООО, Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, основная образовательная программа школы, программа духовно-нравственного развития и воспитания обучающихся, план внеурочной деятельности образовательного учреждения.

Данная рабочая программа основана на программе Майоровой Н.П., Чепурных Е.Е., Шурухт С.Ч. «Обучение жизненно важным навыкам» /под ред. Н.П. Майоровой, - СПб: изд-во «Образование-Культура», 2002.

**Актуальность.** Идея обучения важнейшим социальным навыкам в школе в последнее время привлекает внимание все большего числа российских специалистов — ученых и практиков. Однако ее реализация связана с рядом проблем, а именно: обучение жизненно важным навыкам не включено непосредственно в содержание образования. В связи с этим нет официальных, апробированных программ обучения.

Таким образом, необходимость ведения данного курса достаточно очевидна. Помимо этого, существуют и другие причины, по которым обучение жизненно важным навыкам необходимо в школе.

Во-первых, это причины, связанные с серьезно усугубившейся социальной ситуацией: разрушением семейных устоев, снижением жизненного уровня подавляющего большинства семей, ростом преступности, возросшим риском попадания подростков в наркотическую зависимость и прочее. Обучение подростков жизненно важным навыкам может помочь им справиться с подобными проблемами.

Во-вторых, такое обучение должно проводиться как можно раньше, еще до того, как подростком приняты установки асоциального поведения. Обучение жизненно важным навыкам способствует овладению и развитию способностей, которые могут привести к здоровому образу жизни, более положительным межличностным отношениям и умению нести ответственность за свои действия.

В-третьих, комплекс жизненно важных навыков является серьезной базой, необходимой для освоения многих современных профессий, где требуются умение общаться, решать проблемы, творческое мышление, умение справляться со стрессом.

**Новизна.** Жизненно важные навыки — комплекс поведенческих навыков, обеспечивающий способность к социально адекватному поведению, позволяющий человеку продуктивно взаимодействовать с окружающими и успешно справляться с требованиями и изменениями в повседневной жизни.

Обучение жизненно важным навыкам как специальная дидактическая задача — тема достаточно новая, не включенная непосредственно в содержание образования, тем не менее, интерес к ней достаточно велик. Потребность учителя в освоении современных воспитательных технологий связана, прежде всего, с тем, что в условиях невероятно быстро меняющейся социальной действительности меняется и сам ученик, его возможности, потребности, интересы, склонности. Следовательно, должны меняться и стиль взаимодействия “учитель — ученик”, способы, формы и цели воспитательных воздействий.

Существенный интерес это направление работы вызывает и у родителей. Современные родители прекрасно понимают, что даже самое высококачественное научно

– предметное образование не может быть в наше время достаточным без хорошо развитых у ребенка коммуникативных навыков, навыков работы с информацией, принятия решений и др.

**Практическая значимость.** Жизненно важные навыки — основа психосоциальной компетентности. Психосоциальная компетентность— это способность человека эффективно действовать в повседневной жизни, это способность быть адекватным при взаимодействии с другими людьми в различных ситуациях. Она играет важную роль в охране здоровья — это основа физического, умственного, социального благополучия.

В частности, проблемы со здоровьем могут возникнуть на фоне неадекватного поведения, причиной которого часто служит отсутствие знаний о нормах и правилах, а также навыков социального поведения. Следовательно, развитие психосоциальной компетентности может считаться одной из важнейших педагогических задач. Эту задачу можно решить путем обучения жизненно важным навыкам детей и подростков в школах.

**Цель программы:** развитие у подростков социально значимого комплекса жизненно важных навыков в условиях школы.

**Задачи программы:**

- Организация занятий, дающих ученикам возможность систематической и последовательной тренировки жизненно важных навыков, что обеспечивает их формирование и развитие.
- Обеспечение взаимодействия педагога и подростков для создания оптимальных условий развития и формирования комплекса важнейших социальных навыков.

**Принципы программы:**

1. Принцип освоения навыков в условиях специально организованной социальной деятельности. Все участники занятий вовлекаются в специально разработанные действия: выполнение упражнений, наблюдение за поведением других, анализ собственных ощущений. Именно социальный опыт ребенка, преобразуемый им в процессе осмысления собственной деятельности в достоверные знания, становится базой для формирования жизненно важных навыков.

2. Принцип максимальной активности в процессе обучения. Этот принцип обеспечивается тем, что все занятия предусматривают максимальный уровень включенности в деятельность каждого участника. Упражнения и задания, включенные в занятия, сконструированы таким образом, что позволяют активно участвовать в их выполнении всем участникам одновременно.

3. Принцип максимальной достоверности информации. Этот принцип обеспечивается тем, что средством “извлечения” знаний является собственная деятельность участников группы. Предметом изучения, анализа, осмысления становятся чувства, эмоции, состояния, спровоцированные теми или иными специально организованными действиями участников, “здесь и сейчас”.

4. Принцип активной исследовательской позиции каждого участника. Здесь педагог должен занять позицию равенства собственного мнения и мнений участников, предоставляя каждому возможность высказываться, рассуждать, анализировать. Предлагаемые занятия предполагают активное участие каждого в “создании заново” правил, норм, истин.

5. Принцип партнерского общения. Этот принцип тесно связан с принципом активной исследовательской позиции участников. Партнерское общение – это общение, при

котором каждый участник группы учитывает интересы, эмоции, чувства, переживания тех, с кем общается. Реализация принципа партнерского общения создает атмосферу открытости, доверия, которая позволяет, не стесняясь экспериментировать, открыто высказать свое мнение.

6. Принцип взаимодействия семьи и школы в процессе формирования жизненно важных навыков. Формирование жизненно важных навыков невозможно без участия семьи каждого ребенка. Ряд базисных навыков изначально формируется в семье и поддерживается ею на протяжении всего детства и юности. В процессе занятий педагог и родители имеют возможность сблизить свои воспитательные позиции, выявить и обсудить волнующие их проблемы.

#### **Основные возрастные особенности.**

Младшие подростки (11 – 13 лет).

#### **Виды деятельности.**

Игровая деятельность, познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение, художественное творчество, социальное творчество (социально преобразующая добровольческая деятельность).

**Формы организации деятельности** детей разнообразны: индивидуальная, групповая, фронтальная.

Содержание программы реализуется через создание на занятиях проблемных ситуаций, ситуации оценки и прогнозирования последствий поведения человека, ситуации свободного выбора поступка. Практическая направленность курса осуществляется через игровые задания, практикумы.

#### **Ожидаемые результаты и способы определения их результативности**

Планируемые результаты освоения программы «Обучение жизненно важным навыкам» отслеживаются по двум компонентам: личностный, метапредметный, что позволяет определить картину формирования духовно-нравственных качеств, развития жизненно важных навыков обучающегося, его способности эмоционального оценивания жизненных ситуаций.

#### **Личностные результаты:**

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;
- формировать мотивацию к целенаправленной познавательной деятельности;
- формировать систему значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности;
- способность ставить цели и строить жизненные планы;
- принятие обучающимися правил здорового образа жизни;
- развитие морально-этического сознания.

#### **Метапредметные результаты:**

- опыт ролевого взаимодействия и реализации гражданской, патриотической позиции;
- опыт социальной и межкультурной коммуникации;
- формирование коммуникативных навыков.

#### **Предполагаемые результаты реализации программы:**

**1. Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни):** приобретение школьниками знаний о принятых в обществе нормах отношения к природе, к памятникам истории и культуры, к людям других поколений и социальных групп; о традициях памяти событий Великой Отечественной войны; о правилах конструктивной групповой работы; о

способах самостоятельного поиска и нахождения информации в справочной литературе.

**2. Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом):** развитие ценностных отношений школьника к родному Отечеству, родной природе и культуре, к труду, к другим людям, к своему здоровью и внутреннему миру.

**3. Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия):** школьник может приобрести опыт самообслуживающей деятельности; опыт природосберегающей и природоохранной деятельности; опыт охраны памятников истории и культуры; опыт интервьюирования и проведения опросов общественного мнения; опыт общения с представителями других социальных групп, других поколений, с участниками и очевидцами Великой Отечественной войны; опыт благотворительной деятельности; опыт самоорганизации, организации совместной деятельности с другими детьми и работы в команде; опыт управления другими людьми и взятия на себя ответственности за других людей.

### **Часть 1. Развитие навыков общения и взаимодействия.**

Цель	Результат
Установление и поддержание контакта	Достижение состояния обоюдной готовности, взаимоориентированности
Обмен информацией	Передача сведений, в том числе мнений, суждений, решений, в ответ на запрос
Поддерживание активности и заинтересованности партнера	Побуждение к выполнению в процессе общения тех или иных действий
Координирование	Согласование действий при совместной деятельности
Понимание	Адекватное восприятие не только смысла сообщений партнера, но и его установок, переживаний, состояния, чувств, настроения
Эмоциональная стимуляция. Побуждение к переживанию определенных эмоциональных состояний	Изменение эмоционального состояния партнера
Установление отношений	Определение своего статуса в системе взаимоотношений с партнером
Влияние	Изменение состояния, поведения, самочувствия, мнения, решений, представлений, установок партнера

### **Часть 2. Развитие навыков самооценки и понимания партнера**

В результате работы по данному разделу учащиеся закрепляют ранее полученные умения, учатся слушать себя и видеть других. Они усваивают, что продуктивное партнерское общение и взаимодействие возможно только тогда, когда мы умеем видеть в другом человеке партнера, личность, обладающую своими чертами, особенностями, жизненным опытом.

### **Часть 3. Развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными состояниями, а также адекватного поведения в стрессовых ситуациях**

Необходимо помочь ребенку освоить те практические умения, которые помогут ему спокойно и уверенно чувствовать себя в любой ситуации общения и взаимодействия: осознавать и анализировать собственные эмоции и эмоциональные состояния; видеть и понимать эмоции и чувства других людей; соотносить свои эмоции с эмоциями других, видеть сходство и различие эмоциональной реакции различных людей в одной и той же ситуации; произвольно регулировать собственные эмоциональные состояния.

### **Часть 4. Развитие навыков принятия и исполнения решений**

Обучение решению проблем на первом этапе сводится к необходимости научить участников группы:

1. Вычленять и точно формулировать проблему;
2. Прогнозировать ресурсы, которые необходимо привлечь для решения проблемы;
3. Осознавать, анализировать и оценивать свои реальные возможности в связи с решаемой проблемой;
4. Видеть и планировать действия по привлечению недостающих компонентов ресурсов для решения проблемы;
5. Планировать и осуществлять действия, направленные на решение проблемы;
6. Анализировать промежуточный результат в процессе осуществления решения проблемы.

### **Часть 5. Развитие навыков работы с информацией**

Участники занятий в процессе работы учатся: воспринимать и анализировать информацию; вырабатывать собственное мнение и обосновывать его; строить доказательство и умозаключение; ясно и конкретно выражать свои мысли; слушать, воспринимать и обдумывать мысли, доказательства, умозаключения партнера.

### **Режим проведения занятий.**

Представленная программа, разработанная для учащихся 5 класса, состоит из пяти разделов, каждый из которых содержит занятия, развивающие определенные группы навыков у детей. Разделы органически связаны друг с другом. Содержание программы выстроено в рамках единой логики, рассчитано на 34 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю по одному академическому часу.

Занятия проводятся в обычной классной комнате. Часть парт рекомендуется сдвинуть к стенам, чтобы образовалось место для посадки «в круг», 4 парты сдвинуть по две так, чтобы образовалось место для работы групп. Для выполнения индивидуальных заданий участники могут выбрать любое удобное им место, в том числе и за партами, сдвинутыми к стенам. Такое расположение мебели дает возможность продуктивно использовать все помещение в процессе занятия. По мере необходимости участники могут свободно перемещаться (со своими стульями), включаясь в различные виды работы.

## Раздел II. Учебно - тематический план

№ зан.	Тема занятия	Кол-во часов	Уровень Ожидаемый воспитательный результат
	<b>1. Навыки общения и взаимодействия</b>	<b>6</b>	<p><i>I уровень (беседа, игровая форма)</i> Взаимодействие ученика с учителем. Приобретение учеником социальных знаний, первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.</p>
1	Упр. «Карлсон сказал», литературный пересказ рассказа «Галка и голуби»	1	
2	Упр. «Комплемент», «Компот», «Зеркало и обезьяна», «Конституция». Литературный пересказ рассказа «Старый дед и внучек».	1	
3	Упр. «Комплимент», «Путаница», «Корабль», «Взаимодействие», задание «Сад камней»	1	
4	Упр. «Путаница», «Взаимодействие», «Пилка дров». Литературный пересказ рассказа «Косточка».	1	
5	Упр. «Комплимент», «Карлсон сказал», «Корабль», задание «Взаимодействие». Литературный пересказ рассказа «Два товарища», «Сад камней».	1	
6	Задание «Умение сказать «НЕТ», «Карлсон сказал», задание «Взаимодействие». Литературный пересказ «Лгун».	1	
	<b>2. Навыки самооценки и понимания партнера</b>	<b>6</b>	<p><i>I уровень (беседы, игровые формы)</i> Взаимодействие ученика с учителем. Приобретение учеником социальных знаний, первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.</p> <p><i>II уровень (игровая форма, КТД (коллективно-творческое дело))</i> Взаимодействие учеников между собой на уровне класса. Получение опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям, ценностного отношения к социальной реальности в целом.</p>
7	Упр. «Комплемент», «Зеркало», «Коршун и бабочка». Задание «Что я знаю о себе», «Перевоплощение»	1	
8	Упр. «Комплимент-сюрприз», «Я такой же, как ты», «ХА и АХ», «Я не люблю», «Похвала», «На что похоже ваше настроение». Задание «Психологический портрет».	1	
9	Задание «Руки», «Телепатия», «Если бы я был такой». Упр. «Комплимент», «Пальцы», «Стражники».	1	
10	Упр. «Комплимент-пожелание», «Построение вслепую», «Вороны». Задание «Я», «Пересказ по кругу» (отрывок из повести «Принц и нищий»), «Запрещенные вопросы».	1	
11	Упр. «Комплимент». Зад. «Домино», «Я тебя знаю», «Знакомые незнакомцы». Чтение отрывка «Изобретательный	1	

	патриот», игра.		
12	Упр.«Комплимент», «Фокусировка», «Живая картина». Задание «Открытый выбор», «Прохожий».	1	
	<b>3. Навыки управления эмоциями и эмоциональными состояниями, а также адекватного поведения в стрессовых ситуациях</b>	<b>6</b>	<i>I уровень (беседа, игровая форма)</i> Взаимодействие ученика с учителем. Приобретение учеником социальных знаний, первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.
13	Упр. «Комплемент», «Раскрась свои чувства», «Пульс», «Пиктограммы», «Радость», «Ярость», «Самопохвала», задание «Пиктограммы», «Хоровод», «Пиктограммы»	1	<i>II уровень (игровая форма, КТД (коллективно-творческое дело))</i> Взаимодействие учеников между собой на уровне класса. Получение опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям, ценностного отношения к социальной реальности в целом.
14	Упр. «Комплимент», «Внутренняя бесконечность», «Гнев», «Грусть», «Куда уходит злость», «Самопохвала». Задание «Лесенка». Литературный пересказ «Животные-герои».	1	
15	Упр. «Комплимент», «Игры с внутренней бесконечностью», «Удивление», «Самопохвала». Задание «Лесенка». Литературная пересказ «Улыбка» В. Голявкина.	1	
16	Упр. «Комплимент», «Аплодисменты», «Печаль», «Игры с внутренней бесконечностью», «Самопохвала». Литературный пересказ «Есть на Волге утес».	1	
17	Упр. «Комплимент», «Игры с внутренней бесконечностью», «Самопохвала». Задание «Цветоскоп», «Угадай эмоцию». Литературный пересказ «Хорошо и плохо» В. Голявкина.	1	
18	Упр. «Комплимент», «Испорченный телефон», «Игры с внутренней бесконечностью», «Самопохвала». Задание «Сюжеты-загадки». Литературный пересказ «Тито» Э. Сетон-Томпсона.	1	
	<b>4. Развитие навыков принятия и исполнения решений</b>	<b>4</b>	<i>I уровень (беседа, игровая форма)</i> Взаимодействие ученика с учителем.
19	Упр. «Комплимент», «Сорви шапку». Задание «Закончи предложение», «Угадай, о ком говорим», «Программа самовоспитания». Литературный пересказ «Забраться на дерево» В. Голявкина.	1	Приобретение учеником социальных знаний, первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. <i>II уровень (игровая форма, КТД (коллективно-творческое дело))</i> Взаимодействие учеников между собой



			на уровне класса. Получение опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям, ценностного отношения к социальной реальности в целом.
20	Упр. «Комплимент», «Пальцы», «Рука к руке». Задание «Проверка домашнего задания», «Программа самовоспитания». Литературный пересказ «Стыдно» В. Голявкина.	1	
21	Упр. «Комплимент», «Броуновское движение». Задание «Проверка домашнего задания», «Ищем секрет», «Программа самовоспитания». Литературный пересказ отрывок из книги «Волшебник Изумрудного города» А. Волкова.	1	
22	Упр. «Комплимент», «Хромая обезьяна», «Карлсон сказал», «Рассмешить партнера». Задание «Проверка домашнего задания», «Закончи предложение», «Подарок другу», «Связующая нить», «Самопохвала».	1	
	<b>5. Развитие навыков работы с информацией</b>		
23	Задание «Живая скульптура», «Подобрать синонимы», «Верись – не верись».	1	<p><i>I уровень (беседа, игровая форма)</i>          Взаимодействие ученика с учителем. Приобретение учеником социальных знаний, первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.</p> <p><i>II уровень (игровая форма, КТД (коллективно-творческое дело))</i>          Взаимодействие учеников между собой на уровне класса. Получение опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям, ценностного отношения к социальной реальности в целом.</p>
24	Упр. «Пожелание», «Инициатор движения». Задание «Рефлексия», «Пять строчек по правилам».	1	
25	Упр. «Пожелание». Задание «Проверка домашнего задания», «Инструкция».	1	
26	Упр. «Передай предмет». Задание «Дискуссия с вопросами», «Приемы эффективного чтения».	1	
27	Упр. «Пожелание». Задание «Проверка домашнего задания», «Двухчастный дневник».	1	
28	Упр. «Комплимент». Задание «Кустики идей».	1	
29	Упр. «Стражники», «Пишущая машинка», «Инициатор движения». Задание «Инсерт», «Кустики идей»,	1	

	«Пересказ по плану».		
30	Упр. «Пожелание», «Инициатор движения». Задание «Таблица ПМИ», «Таблица Что, кто, где, когда, как», «Рассказ по опорным таблицам».	1	
31	Упр. «Комплимент». Задание «Задай вопрос», «Профессиональные вопросы», «Толстые и тонкие вопросы», «Банк вопросов».	1	
32	Упр. «Приветствие», «Пишущая машинка». Задание «Проверка домашнего задания», «Интервью с инопланетянином», «Случайное интервью», «План статьи».	1	
33	Упр. «Приветствие». Задание «Идеал».	1	
34	Задание «Проверка домашнего задания», «Ярмарка воспоминаний», «Статья о моем партнере», «Подарки».	1	

## Поурочное планирование 5 класс

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изуче ния	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Все го	Контроль ные работы	Практиче ские работы		
1	Упр. «Карлсон сказал», литературный пересказ рассказа «Галка и голуби»	1			07.09	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863ec1f8">https://m.edsoo.ru/863ec1f8</a>
2	Упр. «Комплемент», «Компот», Зеркало и обезьяна», «Конституция». Литературный пересказ рассказа «Старый дед и внучек».	1			14.09	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863ec324">https://m.edsoo.ru/863ec324</a>
3	Упр. «Комплимент», «Путаница», «Корабль», «Взаимодействие»,	1			21.09	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863ec78e">https://m.edsoo.ru/863ec78e</a>

	задание «Сад камней»					
4	Упр. «Путаница», «Взаим одейст-вие», «Пилка дров». Литературный пересказ рассказа «Косточка».	1		1	28.09	
5	Упр. «Комплимент», «Карлсон ска-зал», «Корабль», задание «Взаи-модействие». Литера турный пе-ресказ рассказа «Два товарища», «Сад камней».	1			05.10	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863ed18e">https://m.edsoo.ru/863ed18e</a>
6	Задание «Умение сказать «НЕТ», «Карлсон сказал», задание «Взаимодействие». Литературный пересказ «Лгун».	1			12.10	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863ed602">https://m.edsoo.ru/863ed602</a>
7	Упр. «Комплемент», «Зеркало», «Коршун и бабочка». Задание «Что я знаю о себе», «Перевоплощение»	1		1	19.10	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863ed72e">https://m.edsoo.ru/863ed72e</a>
8	Упр. «Комплимент-сюрприз», «Я такой же, как ты», «ХА и АХ», «Я не люблю», «Похвала», «На что похоже ваше настроение». Задание «Психологический портрет».	1			26.10	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863ed846">https://m.edsoo.ru/863ed846</a>
9	Задание «Руки», «Телепатия», «Если бы я был такой». Упр. «Комплимент», «Пальцы», «Стражники».	1			09.11	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863ed846">https://m.edsoo.ru/863ed846</a>
10	Упр. «Комплимент-пожелание», «Построение вслепую», «Вороны». Задание «Я», «Пересказ по кругу» (отрывок из	1			16.11	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863edb3e">https://m.edsoo.ru/863edb3e</a>

	повести «Принц и нищий»), «Запрещенные вопросы».					
11	Упр. «Комплимент». Зад. «Домино», «Я тебя знаю», «Знакомые незнакомцы». Чтение отрывка «Изобретательный патриот», игра.	1			23.11	
12	Упр.«Комплимент», «Фокусиров-ка», «Живая картина». Задание «Открытый выбор», «Прохожий».	1		1	30.11	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863edc6a">https://m.edsoo.ru/863edc6a</a>
13	Упр. «Комплемент», «Раскрась свои чувства», «Пульс», «Пиктограммы», «Радость», «Ярость», «Самопохва-ла», задание «Пиктограммы», «Хоровод», «Пиктограммы»	1			07.12	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863ee07a">https://m.edsoo.ru/863ee07a</a>
14	Упр. «Комплимент», «Внутренняя бесконечность», «Гнев», «Грусть», «Куда уходит злость», «Самопох-вала». Задание «Лесенка». Литер-турный пересказ «Животные-герои».	1			14.12	
15	Упр. «Комплимент», «Игры с внутренней бесконечностью», «Удивление», «Самопохвала». Задание «Лесенка». Литературная пересказ «Улыбка» В. Голявкина.	1			21.12	
16	Упр. «Комплимент», «Аплодис-менты», «Печаль», «Игры с внутренней бесконечностью», «Самопохвала».	1	1		28.12	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863ee390">https://m.edsoo.ru/863ee390</a>

	Литературный пересказ «Есть на Волге утес».					
17	Упр. «Комплимент», «Игры с внутренней бесконечностью», «Самопохвала». Задание «Цветоскоп», «Угадай эмоцию». Литературный пересказ «Хоро-шо и плохо» В. Голявкина.	1			11.01	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863ee4bc">https://m.edsoo.ru/863ee4bc</a>
18	Упр. «Комплимент», «Испорченный телефон», «Игры с внутренней бесконечностью», «Самопохвала». Задание «Сюжеты-загадки». Литературный пересказ «Тито» Э. Сетон-Томпсона.	1			18.01	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863ee69c">https://m.edsoo.ru/863ee69c</a>
19	Упр. «Комплимент», «Сорви шапку». Задание «Закончи предложение», «Угадай, о ком говорим», «Программа самовоспитания». Литературный пересказ «Забраться на дерево» В. Голявкина.	1			25.01	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863ee9d0">https://m.edsoo.ru/863ee9d0</a>
20	Упр. «Комплимент», «Пальцы», «Рука к руке». Задание «Проверка домашнего задания», «Программа самовоспитания». Литературный пересказ «Стыдно» В. Голявкина.	1			01.02	
21	Упр. «Комплимент»,	1			08.02	Библиотека ЦОК

	«Броуновское движение». Задание «Проверка домашнего задания», «Ищем секрет», «Программа самовоспитания». Литературный пересказ отрывков из книги «Волшебник Изумрудного города» А. Волкова.					<a href="https://m.edsoo.ru/863eee1c">https://m.edsoo.ru/863eee1c</a>
22	Упр. «Комплимент», «Хромая обезьяна», «Карлсон сказал», «Рассмешить партнера». Задание «Проверка домашнего задания», «Закончи предложение», «Подарок другу», «Связующая нить», «Самопохвала».	1		1	15.02	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863eccc8">https://m.edsoo.ru/863eccc8</a>
23	Задание «Живая скульптура», «Подобрать синонимы», «Верись – не верись».	1			22.02	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863eef52">https://m.edsoo.ru/863eef52</a>
24	Упр. «Пожелание», «Инициатор движения». Задание «Рефлексия», «Пять строчек по правилам».	1			29.02	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863ef0ba">https://m.edsoo.ru/863ef0ba</a>
25	Упр. «Пожелание». Задание «Проверка домашнего задания», «Инструкция».	1			.07.03	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863ef236">https://m.edsoo.ru/863ef236</a>
26	Упр. «Передай предмет». Задание «Дискуссия с вопросами»,	1			14.03	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863ef3b2">https://m.edsoo.ru/863ef3b2</a>

	«Приемы эффективного чтения».					
27	Упр. «Пожелание». Задание «Проверка домашнего задания», «Двухчастный дневник».	1			21.03	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863ef4d4">https://m.edsoo.ru/863ef4d4</a>
28	Упр. «Комплимент». Задание «Кустики идей».	1			04.04	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863ef646">https://m.edsoo.ru/863ef646</a>
29	Упр. «Стражники», «Пишущая машинка», «Инициатор движения». Задание «Инсерт», «Кустики идей», «Пересказ по плану».	1			11.04	
30	Упр. «Пожелание», «Инициатор движения». Задание «Таблица ПМИ», «Таблица Что, кто, где, когда, как», «Рассказ по опорным таблицам».	1		1	18.04	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863ef8a8">https://m.edsoo.ru/863ef8a8</a>
31	Упр. «Комплимент». Задание «Задай вопрос», «Профессиональные вопросы», «Толстые и тонкие вопросы», «Банк вопросов».	1	1		18.04	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863f0186">https://m.edsoo.ru/863f0186</a>
32	Упр. «Приветствие», «Пишущая машинка». Задание «Проверка домашнего задания», «Интервью с инопланетянином».	1			25.04	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863efa24">https://m.edsoo.ru/863efa24</a>

	«Случайное интервью», «План статьи».					
33	Упр. «Приветствие». Задание «Идеал».	1			16.05	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863efbaa">https://m.edsoo.ru/863efbaa</a>
34	Задание «Проверка домашнего задания», «Ярмарка воспоминаний», «Статья о моем партнере», «Подарки».	1			23.05	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/863efec0">https://m.edsoo.ru/863efec0</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	2	5		

### **Раздел III. Содержание программы**

#### **Часть 1. Развитие навыков общения и взаимодействия.**

Навыки позитивного общения и продуктивного взаимодействия – способность познавать свой характер, свои достоинства, недостатки и желания, взаимодействовать с



окружающими. Эти навыки дают возможность адекватно оценивать себя, свои способности и возможности, помогают устанавливать и поддерживать дружеские взаимоотношения, цивилизованно выстраивать отношения с другими людьми.

### **Часть 2. Развитие навыков самооценки и понимания партнера**

Способность адекватно оценивать себя и воспринимать других, осознанная возможность принять людей такими, какие они есть. Эти навыки позволяют правильно вести себя в ситуациях общения и взаимодействия с различными людьми, в том числе и в тех случаях, когда людям необходима помощь и забота, например, с теми, кто зависит от поддержки и помощи других (инвалиды, больные СПИДом и т.д.)

Участники занятий в процессе работы учатся: - анализировать свои поступки, чувства, переживания; наблюдать и анализировать поступки, чувства, переживания других; ясно и конкретно выражать свои мысли; слушать, воспринимать и обдумывать высказывания партнера о его чувствах, эмоциях.

### **Часть 3. Развитие навыков управления эмоциями и эмоциональными состояниями, а также адекватного поведения в стрессовых ситуациях**

Навыки управления собственными эмоциями и эмоциональными состояниями, адекватного поведения в стрессовых ситуациях – осознание качества эмоций в нас самих и других, знание того, как эмоции влияют на поведение. Способность адекватно реагировать на собственные эмоции и эмоции других людей, адекватно вести себя в стрессовых ситуациях, знание об источниках стресса в нашей жизни, о его влиянии на нас. Эмоциональное развитие детей происходит спонтанно. Воздействие социума на эмоциональную сферу сводится чаще всего к ознакомлению ребенка с нормами и правилами общественно одобряемого поведения. Такая система не дает ему возможности самостоятельного проживания, осознания и преодоления эмоционально экстремальных ситуаций, а значит, не наполняет копилку его собственного эмоционального опыта.

Неумение осознавать собственные эмоции и управлять ими делает ребенка беззащитным перед стрессами, страхами, чувством вины. Невозможность понимать и оценивать эмоции других людей создает серьезные сложности в общении и взаимопонимании, как со сверстниками, так и с родителями. Такая эмоциональная некомпетентность часто является причиной стрессов. Для того чтобы научить детей управлять собственными эмоциями и адекватно действовать в стрессовых ситуациях, необходимо создать специальные условия, в которых они смогут поупражняться в решении проблем, связанных с эмоциями. Для этого проводятся специальные игровые учебные задания в системе занятий данного раздела.

### **Часть 4. Развитие навыков принятия и исполнения решений**

Навык самостоятельного принятия решений – способность принимать конструктивные, взвешенные решения. Человек, обладающий этим навыком, умеет учитывать различные мнения и прогнозировать то, как его решения могут влиять на конкретных людей и ситуацию в целом.

Решение проблем, как и любая другая деятельность, требует организации и исполнения определенной цепочки действий. Условно говоря, человек, решающий проблему, последовательно отвечает себе на вопросы: “Чего я хочу?”, “Что я могу сделать для осуществления желаемого?”, “Что я не могу сам, но могут другие?”

### **Часть 5. Развитие навыков работы с информацией**

Развитие навыков работы с информацией - важнейший компонент программы. Занятия базируются на идеях технологии критического мышления при обучении чтению и письму. Навыки и умения, приобретенные учащимися в процессе работы над предыдущими

разделами, станут прочной базой для успешного освоения приемов работы с информацией. Задания, включенные в этот раздел не имеют определенного предметного содержания, их цель научить учащихся приемам и способам работы с информацией любого рода. Приобретенные на занятиях навыки помогут школьникам успешно работать с любой информацией, связанной с учебными дисциплинами.

Участники занятий в процессе работы учатся: воспринимать и анализировать информацию; вырабатывать собственное мнение и обосновывать его; строить доказательство и умозаключение; ясно и конкретно выражать свои мысли; слушать, воспринимать и обдумывать мысли, доказательства, умозаключения партнера.

## **Раздел IV. Обеспечение реализации программы.**

### **Материально-техническое обеспечение**

- компьютерная установка и проекционный экран для слайд - шоу презентаций;
- проигрыватель;
- оборудование для конкретных занятий.

## **Раздел V. Литература. Библиографический список**

1. Блейхер В. М., Крук И. В. Толковый словарь психиатрических терминов / Под ред. канд. мед. наук С. Н. Бокова: В 2 т. — Ростов н/Д.: «Феникс», 1996. Т. 2.
2. Игры: Сб. / Под ред. В. В. Петрусинского. — М.: Новая школа, 1994.
3. Крейли Э. Учимся владеть чувствами. — СПб.: Комплект, 1995.
4. *Майорова Н.П., Чепурных Е.Е., Шурухт СЧ. Обучение жизненно важным навыкам /под ред. Н.П. Майоровой, - СПб: изд-во «Образование-Культура», 2002.*
5. Психологический словарь / Под ред. В. П. Зинченко, Б. Г. Мещерякова. 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Педагогика-Пресс, 1996.
6. Рогов Е. Настольная книга школьного психолога. — М.: Владос, 1996.
7. Словарь практического психолога / Сост. С. Ю. Головин. — Минск: Харвест, 1997.
8. Фопель К. Психологические группы: Рабочие материалы для ведущего: Практическое пособие / Пер. с нем. 3-е изд., стер. — М.: Генезис, 2001.
9. Чистякова М. Психогимнастика. — М.: Просвещение, 1995.
10. Для упражнения «Литературный пересказ» использовались отрывки из следующих произведений:
11. Волков А. Волшебник Изумрудного города. — М.: Детская литература, 1985.
12. Голявкин В. Что на лице написано. — Л.: Детская литература, 1984.
13. Кассиль Л. Есть на Волге утес. — М.: Просвещение, 1958.
14. Ролинг Дж. К. Гарри Поттер и тайная комната. — М.: РОСМЕН, 2001.
15. Ролинг Дж. К. Гарри Поттер и узник Азбакана. — М.: РОСМЕН, 2001.
16. Сетон-Томпсон Э. Животные-герои: Сб. — М.: Московский рабочий, 1982.
17. Твен М. Принц и нищий. — СПб.: Милета, 1992.