Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ржевская средняя общеобразовательная школа
Шебекинского района Белгородской области»

Рассмотрено	Согласовано	Утверждаю
на методическом совете	Заместитель директора	Директор школы
Протокол № 6 от	_____Кириевская Г.Л..	_____Тарасова М.В..
« 30 »июня 2018 г.	« 31 » августа 2018 г.	Приказ № 386 от
		« 31 » августа 2018 г.

Рабочая программа
объединения внеурочной деятельности
социального направления
«Жизненные навыки»
34 часа

2018

Планируемые образовательные результаты изучения содержания курса.

Итогом работы является приобретение подростком чувства уверенности в себе, стремление создавать комфортную благоприятную среду общения в школе; приобретение навыков успешного взаимодействия с одноклассниками. Обучающиеся должны достичь трёх уровней результатов.

Результаты первого уровня (получение школьниками социально значимых знаний):
- иметь представления о медиации;
- понимать значение терминов, используемых при изучении каждой темы;
- знать стратегии поведения в конфликте;
- знать способы саморегуляции, доступные возрасту.

Результаты второго уровня (развитие социально значимых умений, личностных качеств):
- уметь свободно участвовать в дискуссии;
- уметь сотрудничать со сверстниками и взрослыми;
- иметь навыки самопознания, доступные возрасту;
- иметь навыки саморегуляции, соответствующие возрасту;
- владеть навыками конструктивного общения.

Результаты третьего уровня (зрелый уровень самосовершенствования):
- понимать необходимость и пользу посредничества;
- осознавать ценность каждого человека и ценность общения;
-проявлять активность в деятельности;
- ставить цели и задачи.

Содержание курса внеурочной деятельности «Жизненные навыки».

Раздел I. Я в группе (7 ч)

На основе общих ценностей, таких как общение, стремление к тому, чтоб все ребята в школе меньше ссорились и умели подружиться, развиваем навыки совместной деятельности. Как условие успешной коммуникации формируем позитивную доверительную атмосферу в группе; отрабатываем навыки командного взаимодействия, готовности работать вместе.

Раздел II. Психология конфликта (6 ч)

Развитие навыков разрешения конфликтов у подростков. 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.

Раздел III. Медиация (посредничество) (5 ч)

В эту тему включены кейсы и упражнения, которые позволяют сформировать навыки эффективного посредничества. Задача этой темы – дать ребятам возможность на своем опыте испытать, как проходят этапы медиации, какие трудности возникают и как с ними справляться. Подростки учатся понимать, кто может быть ответственным за непонимание, возникающее между участниками общения.

Раздел IV. Такая разная уверенность (5 ч)

В этот раздел включены темы, которые помогут подростку более углубленно понять себя, разобраться в самооценке и выработать адекватную самооценку. Подростки научатся управлять своими эмоциями, приобретут навыки самоконтроля, узнают способы снятия нервного напряжения.

Раздел V. Комфортное общение (11 ч)

Ребята получают опыт вербального и невербального взаимодействия, умения активно слушать и слышать собеседника. Развивают лидерские качества, учатся давать толерантную обратную связь. Знакомятся с различными играми и развивают организаторские навыки.

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности с определением основных видов деятельности обучающихся

№ раздела	Тема	Основные виды деятельности обучающихся.
1	Я в группе	Игровой практикум, беседа, презентационный материал
2	Психология конфликта	Практикумы, просмотр мультфильма, моделирование ситуации, обсуждение проблемных ситуаций
3	Медиация	Практикум, разбор кейсов, тренинг, беседа, обсуждение проблемных ситуаций.
4	Такая разная уверенность	Тренинг, тестирование, практикум
5	Комфортное общение	Игровой практикум, тренинг, беседа, обсуждение проблемных ситуаций, театрализация с обсуждением, рефлексия .

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение курса внеурочной деятельности «Жизненные навыки».

Учебно-методическое обеспечение:

1. Кривцова С.В.,Д.В. Рязанова «Жизненные навыки». Тренинговые занятия с подростками (7-8 классы) / С.В. Кривцова, Д.В. Рязанова, Е.А. Пояркова, О.И. Байдакова, Ю.А. Зеликман, С.С. Крыжановская, В.В. Лунин; под ред. С.В. Кривцовой, Д.В. Рязановой. - М.: «Генезис», 2016 г., 224 с.
2. Петровский А.В. Что мы знаем и чего не знаем о себе? М., 1988г.
3. Рогов Е.И. Психология познания. М., 1998г.
4. Селевко Г.К.:учебное пособие «Познай себя». – Изд. 2-е. – М.: Народное образование, 2005г. – Серия «Самосовершенствование личности.
5. Соина О.С. Этика самосовершенствования. М., 1990г.
6. Фридман Л.М., Кулагина Н.Ю. Психологический справочник учителя. М., 1991г.
7. Хухлаева О.В. Тропинка к своему «Я»: уроки психологии в средней школе (5-6). - М.: «Генезис», 2005г.
8. Микляева А.В. Я – подросток. Мир эмоций. Программа уроков психологии. – СПб.: Речь, 2003г.
9. Микляева А.В. Я – подросток. Встречи с самим собой. Программа уроков психологии. – СПб.: Речь, 2003г.

Электронные образовательные ресурсы:

1. Электронная библиотека Российской государственной библиотеки, режим доступа: http://elibrary.rsl.ru/
2. «Психея», режим доступа: http://www.psycheya.ru
3. Библиотека сайта «Psychology.ru: Психология на русском языке», режим доступа: http://www.psychology.ru/Library
4. Виртуальная библиотека по психологии, режим доступа: http:// scitylibrary.h11.ru/Library.htm
5. «Каталог психологической литературы», режим доступа: http: //www.psycatalog. ru
6. «Популярная психология», режим доступа: http://karpowww.narod.ru/
7. «Антистресс», режим доступа: http://marks.on.ufanet.ru

8. hpsy.ru, режим доступа: http://hpsy.ru/about.htm
9. Журнал «Психология», режим доступа: http://www.psychology.su/
10. «Мир позитива Ру», режим доступа: http://www.mirpozitiva.ru/
11. Журнал «Школьный психолог» выпускаемый издательским домом «Первое сентября», режим доступа: http://psy.1september.ru/

Материально-техническое обеспечение: кабинет для индивидуальной и групповой работы; мультимедийные (цифровые) средства (компьютер, проектор, экран).