

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Гуманитарно-эстетическая гимназия №11 г. Дубна Московской области»**

«Утверждаю»
Директор гимназии №11
Приказ № _____ от _____
Подпись _____ / А.А. Лихачева

Рабочая программа
внеурочной деятельности
по курсу «**Жизненные навыки**»
6А, 6Б, 6В классы
Педагог: Е.И. Волкова

2016-2017 учебный год

Планируемые результаты освоения обучающимися программы «Жизненные навыки»

В результате освоения программы у выпускников **будут сформированы** следующие универсальные учебные действия:

выпускник научится:

познавательные

- делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- строить сообщения в устной и письменной форме;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях

у выпускников будут сформированы:

личностные

- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им;
- развитие эстетических чувств - стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;
- установка на здоровый образ жизни

выпускник научится:

регулятивные

- уметь планировать, прогнозировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей;
- уметь оценивать, контролировать и корректировать свои действия;

выпускник научится:

коммуникативные

адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологические высказывания;

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве с учителем и сверстниками, уметь разрешать конфликты;

- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности

В результате освоения программы :

выпускник получит возможность научиться:

- иметь представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- уметь делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;

выпускник получит возможность для формирования:

- эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия;
- осознанных устойчивых эстетических предпочтений и ориентации на искусство как значимую сферу человеческой жизни;
- установки на здоровый образ жизни и реализации ее в реальном поведении и поступках;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия

выпускник получит возможность научиться:

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
- учитывать разные мнения и интересы обосновывать свою позицию;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учета интересов и позиций всех участников

Качества личности, которые будут развиты у обучающихся в результате освоения программы:

- целеустремлённость и настойчивость в достижении целей, готовность к преодолению трудностей;
- готовность к самостоятельным поступкам и действиям, ответственности за их результаты;
- уважение к окружающим — умение слушать и слышать партнёра, признавать право каждого на собственное мнение;
- доброжелательность, доверие и внимание к людям, готовность к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается.

Форма учёта умений и навыков – анкетирование, тестирование.

Диагностические и контролирующие материалы для оценки планируемых результатов освоения программы:

Методика «Моя семья»- оценка взаимоотношений в семье.

Методика «Цветовых выборов» - оценка актуального эмоционального состояния.

Методика «Что мне нравится в школе»- оценка сформированности мотивации.

Методика обратной связи В.А. Корневской «Сказка»- оценка комфортности обучения в школе.

Методики на оценку познавательных способностей.

Методика «Социометрия»- оценка взаимоотношений в коллективе

Форма подведения итогов

-открытые занятия;

-итоговое тестирование, позволяющее определить уровень развития коммуникативных навыков, эмоциональное состояние, уровень адаптированности к школьному обучению.

Учебно-тематический план 6 А класс

<i>Наименование разделов и тем</i>	<i>Дата план</i>	<i>Дата факт</i>
<p>Раздел 1. «Мои друзья»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Начинаем говорить о друзьях Знакомство. 2. Отношения в паре. 3. Понимаем друг друга. 4. Третий – лишний? 5. Обида. 6. Я один, но я не одинок. 7. Ресурс одиночества. 8. Здорово быть друзьями! <p style="text-align: center;">Итого по разделу: 8 ч.</p>		
<p>Раздел 2 «Я – взрослый?»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Мир взрослых. 2. Ярмарка 3. Мой взрослый мир. 4. Мое место в разных мирах: детей, подростков, взрослых. 5. Я в ответе за свое будущее. 6. Ответственность и принятие решения. 7. Завершение. 8. Деньги во взрослом мире. 9. Взрослые роли. <p style="text-align: center;">Итого по разделу: 9 ч.</p>		
<p>Раздел 3. «Наши сильные чувства»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Зачем нам чувства. 2. Как я выражаю свои чувства. 3. Способы выражения чувств. 4. Ресурсы тревоги. 5. Наши страхи. 6. Печаль. 7. Радость. 8. Наши сильные чувства. <p>Итого по разделу: 8 ч.</p>		
<p>Раздел 3. «Кто я?»</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Какой бывает характер? 2. Какой я? 3. Я настоящий, Я идеальный, я глазами других. 4. Мое имя и мой характер. 5. Я глазами других 6. Мои ресурсы. 7. Метафоры моего характера. 8. Учимся ценить себя. 9. Подведение итогов. <p>Итого по разделу: 9 ч.</p>		
Всего: 34 часа		

Учебно-тематический план 6 Б класс

<i>Наименование разделов и тем</i>	<i>Дата план</i>	<i>Дата факт</i>
<p>Раздел 1. «Мои друзья»</p> <p>9. Начинаем говорить о друзьях Знакомство. 10. Отношения в паре. 11. Понимаем друг друга. 12. Третий – лишний? 13. Обида. 14. Я один, но я не одинок. 15. Ресурс одиночества. 16. Здорово быть друзьями!</p> <p style="text-align: center;">Итого по разделу: 8 ч.</p>		
<p>Раздел 2 «Я – взрослый?»</p> <p>10. Мир взрослых. 11. Ярмарка 12. Мой взрослый мир. 13. Мое место в разных мирах: детей, подростков, взрослых. 14. Я в ответе за свое будущее. 15. Ответственность и принятие решения. 16. Завершение. 17. Деньги во взрослом мире. 18. Взрослые роли.</p> <p style="text-align: center;">Итого по разделу: 9 ч.</p>		
<p>Раздел 3. «Наши сильные чувства»</p> <p>9. Зачем нам чувства. 10. Как я выражаю свои чувства. 11. Способы выражения чувств. 12. Ресурсы тревоги. 13. Наши страхи. 14. Печаль. 15. Радость. 16. Наши сильные чувства.</p> <p>Итого по разделу: 8 ч.</p>		
<p>Раздел 3. «Кто я?»</p> <p>1. Какой бывает характер? 2. Какой я? 3. Я настоящий, Я идеальный, я глазами других. 4. Мое имя и мой характер. 5. Я глазами других 6. Мои ресурсы. 7. Метафоры моего характера. 8. Учимся ценить себя. 9. Подведение итогов.</p> <p>Итого по разделу: 9 ч.</p>		
Всего: 34 часа		

Учебно-тематический план 6 В класс

<i>Наименование разделов и тем</i>	<i>Дата план</i>	<i>Дата факт</i>
<p>Раздел 1. «Мои друзья»</p> <p>17.Начинаем говорить о друзьях Знакомство. 18.Отношения в паре. 19.Понимаем друг друга. 20.Третий – лишний? 21.Обида. 22.Я один, но я не одинок. 23.Ресурс одиночества. 24.Здорово быть друзьями!</p> <p style="text-align: center;">Итого по разделу: 8 ч.</p>		
<p>Раздел 2 «Я – взрослый?»</p> <p>19.Мир взрослых. 20.Ярмарка 21.Мой взрослый мир. 22.Мое место в разных мирах: детей, подростков, взрослых. 23.Я в ответе за свое будущее. 24.Ответственность и принятие решения. 25. Завершение. 26.Деньги во взрослом мире. 27.Взрослые роли.</p> <p style="text-align: center;">Итого по разделу: 9 ч.</p>		
<p>Раздел 3. «Наши сильные чувства»</p> <p>17.Зачем нам чувства. 18.Как я выражаю свои чувства. 19.Способы выражения чувств. 20.Ресурсы тревоги. 21.Наши страхи. 22.Печаль. 23.Радость. 24.Наши сильные чувства.</p> <p>Итого по разделу: 8 ч.</p>		
<p>Раздел 3. «Кто я?»</p> <p>1. Какой бывает характер? 2. Какой я? 3. Я настоящий, Я идеальный, я глазами других. 4. Мое имя и мой характер. 5. Я глазами других 6. Мои ресурсы. 7. Метафоры моего характера. 8. Учимся ценить себя. 9. Подведение итогов.</p> <p>Итого по разделу: 9 ч.</p>		
	Всего: 34 часа	

Список литературы:

1. Венгер, А.Л. Психологическое консультирование и диагностика 1-2 ч. / А.Л. Венгер. - М.: Генезис, 2001. – 128 с.
2. Гиппенрейтер, Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? / Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: ЧеРо, 2001. – 240 с.
3. Ключева, Н.В. Общение. Дети 5 – 7 лет / Н.В. Ключева. – Ярославль: Академия Холдинг, 2001. – 160 с.
4. Кривцова, С.В. Жизненные навыки. Уроки психологии в 1 классе / С.В. Кривцова. – М.: Генезис, 2002. – 208 с.
5. Кривцова, С.В. Жизненные навыки. Уроки психологии во 2 классе / С.В. Кривцова. – М.: Генезис, 2002. – 248 с.
6. Кривцова, С.В. Жизненные навыки. Уроки психологии в 3 классе / С.В. Кривцова. – М.: Генезис, 2004. – 176 с.
7. Кривцова, С.В. Жизненные навыки. Уроки психологии в 4 классе / С.В. Кривцова. – М.: Генезис, 2005. – 182 с.
8. Крюкова, С.В. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программа эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста / С.В. Крюкова. – М.: Генезис, 2000. – 208 с.
9. Лютова, Е.К. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми / Е.К. Лютова. – М.: Генезис, 2000. – 192 с.
10. Марковская, И.М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми / И.М. Марковская. - Санкт-Петербург: Речь, 2000. – 150 с.
11. Панфилова, М.А. Лесная школа. Коррекционные сказки и настольная игра для дошкольников и младших школьников / М.А. Панфилова. – М.: ТЦ Сфера, 2002. – 96 с.
12. Родионов, В.А. Я и другие. Тренинги и социальные навыки / В.А. Родионов. - Ярославль: Академия развития, 2001. – 224 с.
13. Солдатова, Г.У. Жить в мире с собой и другими. Тренинг толерантности для подростков. / Г.У. Солдатова. - М.: Генезис, 2000. – 112 с.
14. Сартан, Г.Н. Тренинг самостоятельности у детей / Г.Н. Сартан. – М.: ТЦ Сфера, 2002. – 128 с.

15. Смид, Р. Групповая работа с детьми и подростками / Р. Смид. - М.: Генезис, 2000. – 272 с.
16. Ускова, Г.А. Психолого-педагогическая диагностика младших школьников / Г.А. Ускова. – М.: Академический Проект, 2004. – 144 с.
17. Фопель, К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения / К. Фопель. - М.: Генезис, 2001. - 240 с.
18. Фопель, К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. 1,2,3,4ч. / К. Фопель. - М.: Генезис, 2001. – 160с.
19. Хухлаева, О.В. Тропинка к своему Я / О.В. Хухлаева. – М.: Генезис, 2001. – 280 с.

СОГЛАСОВАНО

Заседание ШМО

№ протокола

Дата

Подпись

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

О.Н. Прислонова

дата