
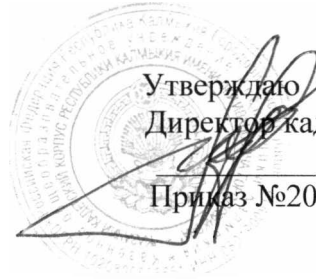


Казенное общеобразовательное учреждение Республики Калмыкия
«Казачий кадетский корпус Республики Калмыкия им. О.И. Городовикова»

Рассмотрено
На педагогическом совете
Протокол № 7 от 31.08.2023г.

Согласовано
Зам. директора по ВР
 С.В. Сокиркин


Утверждаю
Директор кадетского корпуса
В.И. Абушинов
Приказ №203 от 31.08.2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Жизненно важные навыки»

Направление: удовлетворение социальных интересов и потребностей обучающихся
Учебный год, срок реализации программы: 2023-2024 учебный год
Класс, срок усвоения: 8 классы, 1 год
Учитель: Филиппова Людмила Эдуардовна

Городовиковск 2023

«Жизненные навыки»

для обучающихся 6, 8 классов
на 2023 – 20234 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности «Жизненные навыки» для обучающихся 6,8-х классов КОУ РК «ККК РК им. О.И.Городовикова» разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Минобрнауки от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении ФГОС основного общего образования»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2;
- Плана внеурочной деятельности основного общего образования, утвержденного приказом от 31.08.2021 № 175 «О внесении изменений в основную образовательную программу основного общего образования».

Программа данного курса внеурочной деятельности реализуется в рамках инвариантного модуля рабочей программы воспитания «Курсы внеурочной деятельности» и направлена на личностное развитие обучающихся.

В содержании современного образования до сих пор существует определенный дисбаланс между развитием рационального и эмоционального интеллекта, последнему уделяется недостаточно внимания. По сути, эмоциональный интеллект детей, их социальная компетентность не являются объектами направленного развития в рамках школьного обучения, так как традиционно считается, что место этим проблемам — в семейном воспитании. В стабильном обществе социальные и жизненные навыки естественным образом транслируются ребенку семьей или формируются в процессе наблюдения за поведением взрослых. В эпоху социальных перемен, когда традиционные формы социальной интеграции более не являются успешными, а ценности «родительского» поколения подвергаются ревизии самими взрослыми, родители и педагоги сталкиваются с трудностями в стандартных воспитательных ситуациях.

Одной из причин осторожного отношения к самой идее систематических курсов воспитания является признание того очевидного факта, что такие критерии развития личности, как социальная интегрированность, самостоятельность и достоинство, нельзя направленно формировать. Эти человеческие качества появляются сами собой вследствие успешного решения личностью определенных жизненных задач. Программа «Жизненные навыки» интересна уже тем, что формулирует жизненные задачи возраста, знакомит с ними детей и родителей, предлагает обсудить ценности и принципы, лежащие в основе выбора «правильного» способа решения той или иной задачи, и, наконец, предполагает наиболее адекватные способы решения.

Для того чтобы обучающиеся нашего корпуса имели возможность выбирать пути решения разных проблем мы предлагаем им программу «Жизненные навыки».

Цель программы — развитие эмоционального интеллекта детей. Это означает, что под руководством ведущего – педагога обучающиеся в течение всего года, опираясь на собственный опыт переживаний и размышлений, постигают логику человеческих чувств и учатся жизненным навыкам.

Задачи:

- создать в рамках образовательного учреждения психологически безопасное место, где чувства и потребности ребенка будут иметь первостепенное значение;
- 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;
- передать ценности уважительного и серьезного отношения к своим и чужим чувствам.

Актуальность программы. Дети агрессивные, неуверенные в себе, напуганные, дети разводящихся родителей и больные, не похожие на других по комплекции или манере вести себя, наконец, дети других национальностей, — все они имеют множество проблем. К сожалению, даже у самого лучшего учителя руки доходят только до того, что, как говорится, «горит». Пока чего-то экстраординарного не замечено, дети остаются наедине со своими проблемами, которые часто непосильны для их душ.

Новизной данной работы является не только систематическое следование логике эмоций в содержании занятий, но также использование этой логики как основы для выбора тем и навыков.

Содержанием программы стали не высшие психические функции и не учебные умения, а чувства, потребности, переживания и пристрастия, — то есть субъективный мир человеческой души. Программа рассчитана на один год.

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

1. «Жизненные навыки» Тренинговые занятия с младшими подростками 5-6 классы. Под ред. С.В.Кривцовой, Д.В.Рязановой. Еронова О.И. Пояркова Е.А. Изд. «Гегезис» Москва, 2012.
2. «Жизненные навыки» Тренинговые занятия с младшими подростками 7-8 классы. Под ред. С.В.Кривцовой, Д.В.Рязановой. Изд. «Гегезис» Москва, 2016.

Реализация данной программы позволяет формировать у обучающихся следующие УУД:

Метапредметные УУД:

Познавательные УУД: анализ объектов с целью выделения признаков, выбор оснований для сравнения и классификации объектов, установление причинно-следственных связей, построение логической цепи рассуждений, рефлексия способов и условий действий, контроль и оценка процесса и результатов деятельности.

Регулятивные УУД: волевая саморегуляция, контроль в форме сравнения способа действия и его результата с заданным эталоном; умение самостоятельно давать эмоциональную оценку своей деятельности на занятии.

Коммуникативные УУД: потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог со сверстниками и взрослыми людьми; умение работать в группе.

Личностные УУД:

Формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению. Формирование внутренней уверенности. Умение брать ответственность и снимать ее, если невозможно нести.

Предметные УУД:

Формирование понятия чувства. Осознание ценности дружбы и друзей, проблемы толерантности. Поддержание ЗОЖ.

Содержание программы

Темы, предлагаемые для **шестого** класса (35 часов):

«*Мои друзья*» (13 часов). Доверие – не доверие в дружбе. Ревность, зависть. «Треугольники» - появление третьего в парных отношениях. Умение прекратить унижающие отношения. Умение сказать «нет».

«*Я взрослый?*» (8 часов). Ценности и трудности мира взрослых. В чем я уже взрослый, а в чем – еще нет? Умение брать ответственность и снимать ее, если невозможно нести. Умение поставить цели и довести до конца задуманное дело.

«*Наши сильные чувства*» (7 часов). Умение опираться на свои чувства: осознавать, что чувствуешь, принимать свои чувства, выражать их, не причиняя вреда себе и окружающим. Умение справляться со страхом и гневом. Умение разбираться в своих чувствах. Умение сказать о них.

«*Кто я?*» (7 часов). Мои особенности, сильные и слабые стороны, достоинства и недостатки. Мои способности и склонности. Я глазами других людей. Умение опираться на себя. Нахождение собственных ресурсов.

Темы, предлагаемые для **восьмого** класса (35 часов):

«*Один на один с миром*» (7 часов). Как вести себя в обществе, в котором оказался впервые, какие стратегии поведения успешны в социуме, как принимать решения, к чему быть готовым. Научить ребят избегать опасных ситуаций, которые могут произойти в социуме, не провоцировать их, не бояться обращаться за помощью.

«*Отношения с ровесниками*» (9 часов). Обсуждение проблемы лидеров и аутсайдеров и причин по которым люди оказываются на этих позициях. Рассказ о том, что такое иерархия и для чего она нужна и людям и животным.

«*Профориентация*» (9 часов). Выбор профессии это не точка, а путь. Важно понимать, какая часть пути профессионального поиска уже пройдена, а что еще только предстоит сделать. А также помочь обучающимся осознать свои сильные и слабые стороны с точки зрения возможных профессий.

«*Отношения со взрослыми*» (10 часов). Ребята постепенно открывают для себя мир других людей; стараются понять в чем состоят законы общения и каковы правила взаимодействия во взрослом мире; учатся строить отношения; пытаются отделиться от родителей. А то подразумевает способность опираться на себя, принимать собственные решения и нести за них ответственность.

Занятия программы проводятся 1 раз в неделю в 6,8-х классах, в малых группах, во внеурочное время. По существу это психологическая программа, в ее содержании и технологии ведения занятий много психотерапевтических приемов и терминов. Сами принципы ведения заимствованы из групповых тренинговых занятий, основывающихся на гуманистической психологической парадигме.

Метод, применяемый для получения знаний в этой области, — это самопознание, проживание изучаемых феноменов душевной жизни. Знакомство с их определениями и обучение тому, что делать со всем этим, происходит после. Так знания учитывают жизненный опыт ребенка.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Календарно-тематический план шестого класса

№	Тема занятия	Количество часов	Дата по плану	Дата по факту
1	Говорить о друзьях	1	06.09	
2	Отношение в паре	1	13.09	
3	Понимаем друг друга	1	20.09	
4	Третий – лишний?	1	27.09	
5	Обида	1	04.10	
6	Я один, но я не одинок. Ресурс одиночества	1	11.10	
7	Здорово быть друзьями	1	18.10	
8	Мир взрослых	1	25.10	
9	Ярмарка	1	01.11	
10	Мой взрослый мир	1	15.11	
11	Моё место в разных мирах: детей, подростков, взрослых	1	22.11	
12	Я в ответе за свое будущее.	1	29.11	
13	Ответственность и принятие решений.	1	06.12	
14	Ответственность и принятие решений командой.	1	13.12	
15-16	Большая игра	2	20.12 27.12	
17	Зачем нужны чувства	1	17.01	
18	Как я выражаю свои чувства.	1	24.01	
19-20	Способы выражения чувств.	2	31.01 07.02	
21	Ресурсы тревоги	1	14.02	
22	Наши страхи.	1	21.02	
23	Печаль.	1	28.02	
24	Радость.	1	07.03	
25-26	Какой бывает характер?	2	14.03 21.03	
27	Какой я?	1	04.04	
28	Я настоящий, Я идеальный, я глазами других.	1	11.04	
29	Мое имя и мой характер.	1	18.04	
30	Я глазами других. Мои ресурсы.	1	25.04	
31-32	Метафора моего характера.	2	02.05 16.05	
33	Учимся ценить себя.	1	23.05	
34	Заключительное	1	30.05	
	Итого	34		