

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МАОУ "Экспериментальный лицей имени Батербиева М.М."

УТВЕРЖДЕНО
Приказом директора
№ 172 от «27» августа 2024г.

**Рабочая программа по курсу
внеурочной деятельности
«Все цвета кроме черного»
«Учусь владеть собой и сотрудничать с людьми»**

для обучающихся 5-6 классов
Срок реализации программы 1 год (2024-2025 учебный год)

Составитель:

Почуева Оксана Викторовна
социальный педагог
Черных Татьяна Петровна
Педагог-психолог

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности «Все цвета, кроме черного» для обучающихся 5-6 классов составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования. Данный курс направлен на развитие у подростков познавательных интересов, способности эффективно строить взаимоотношения с окружающими (в том числе сопротивляться негативному давлению), умения анализировать свои чувства и переживания и т. д. Все эти свойства и качества обеспечивают подростку личностную устойчивость к любым внешним негативным влияниям. Программа рассчитана на 17 часов.

Рабочая программа включает в себя:

- планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности;
- содержание разделов программы;
- тематическое планирование.

Цель профилактической программы «Все цвета, кроме черного»-формирование у детей навыков эффективной адаптации в обществе, позволяющей в дальнейшем предупредить вредные привычки: курение, употребление алкоголя и наркотиков.

Для успешного достижения цели были поставлены следующие **задачи**:

- развитие представления подростков о ценности здоровья, важности и необходимости бережного отношения к нему;
- формирование умения оценивать себя (свое состояние, поступки, поведение), а также поступки и поведение других людей;
- формирование самооценки, развитие навыков регуляции своего поведения, эмоционального состояния;
- развитие коммуникативных навыков (умения строить свои отношения с окружающими в разных ситуациях, избегать конфликтов);
- формирование умения оценивать ситуацию и противостоять негативному давлению со стороны окружающих;
- включение подростков в социально значимую деятельность, позволяющую им реализовать потребность в признании окружающих, проявить свои лучшие качества и способности.

Планируемые результаты обучения

Личностные:

- самоопределение:

- мотивация учения;
- осознание себя частью семьи, страны;
- ведение здорового образа жизни и приобретение навыка самостоятельного физического совершенствования;

- смыслообразование:

- убежденность и активность в пропаганде ЗОЖ, как необходимого элемента сохранения своей жизни;

- самостоятельность в принятии правильного решения

- нравственно-этического оценивания:

- оценивание усваиваемого содержания, исходя из социальных и личностных ценностей, обеспечивающее личностный моральный выбор;
- внимательность и вежливость во взаимоотношениях с окружающими

Метапредметные:

- познавательные УУД:

- формулирование познавательной цели;
- поиск и выделение информации, моделирование;
- анализ с целью выделения признаков (существенных, несущественных);
- синтез как составление целого из частей, восполняя недостающие компоненты;
- выбор оснований и критериев для сравнения, сериации, классификации объектов;

- подведение под понятие, выведение следствий;
- установление причинно-следственных связей;
- построение логической цепи рассуждений;
- доказательство;
- выдвижение гипотез и их обоснование;
- формулирование проблемы;
- самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера

- коммуникативные УУД:

- планирование (определение цели, функций участников, способов взаимодействия);
- инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов;
- управление поведением партнёра точно выражать свои мысли

- регулятивные УУД:

- целеполагание (постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно);
- планирование (определение последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата; составление плана и последовательности действий);
- контроль (в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона)

Предметные:

- создание условий для успешной адаптации в школе, класса;
- создание у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
- знания и навыки, связанные с предупреждением возможного приобщения к одурманивающим веществам, умение отказываться от предложений, которые считают опасными;
- сформированность важнейших учебных умений и действий.

Работа по программе «Все цвета, кроме чёрного» направлена на достижение конкретных **результатов:**

- полученные знания позволят учащимся понять, почему им нужно заботиться о своем здоровье, соблюдать пра-вила здорового образа жизни;
- подростки научатся управлять своим поведением в раз-личных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими;
- учащиеся получат знания и навыки, связанные с предуп-реждением возможного приобщения к использованию одурманивающих веществ, научатся отказываться от предложений, которые считают опасными.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Вводное занятие: Вот и стали мы на год взрослей!(1час)

Ознакомление с содержанием и планом курса. Обсуждение форм и методов работы на занятиях.

Радуга эмоций и чувств. (2 часов)

Понятия «эмоции» и «чувства». Формы выражения эмоций, освоение навыков регуляции своего эмоционального состояния. Роль эмоций и чувств в жизни человека.

Как научиться понимать друг друга. (2часов)

Общение со сверстниками — важнейшая составляющая жизни подростков. Роль общения в жизни человека. Формы и методы эффективного общения со сверстниками и взрослыми. Освоение эффективных форм поведения в конфликтных ситуациях.

Секреты сотрудничества. (4 часов)

Совместная деятельность. Готовность к сотрудничеству как наиболее эффективный способ взаимодействия с людьми. Способы эффективного взаимодействия с окружающими. Нетерпимость – показатель низкой культуры. Негативное влияние вредных привычек на взаимодействие людей друг с другом. Проектная деятельность.

Как избежать конфликтов. (3 часов)

Понятие «конфликт». Виды конфликтов. Способы эффективного общения. Оценка своего поведения и поведения окружающих. Методы регуляции своего эмоционального состояния в конфликтной ситуации.

Твоя будущая профессия. (2 часов)

Роль профессии в жизни человека. Личностные качества, необходимые человеку для освоения желаемой профессии. «Калейдоскоп профессий».

«Каникулы с пользой для здоровья» (2 часов)

Проектная деятельность. Итоги работы в течение года. Правила безопасности в период летних каникул. Инструктаж.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

№ п/п	Тема раздела, урока	Кол-во часов	Примечание
	Вводное занятие.	1	
1.	Вот и стали мы на год взрослей!	1	
	Радуга эмоций и чувств.	2	
2.	Эмоции и чувства. Формы выражения эмоций.	1	
3.	Игра с элементами тренинга «Как справиться со своими эмоциями».	1	
	Как научиться понимать друг друга.	3	
4.	О роли общения в жизни человека	1	
5.	Игра «Слово не воробей, вылетит не поймаешь».	1	
6.	Поведение при встрече с незнакомыми людьми.	1	
	Секреты сотрудничества.	4	
7.	Игра с элементами тренинга «Расскажи о себе».	1	
8.	Восемь способов улучшить навыки общения.	1	
9.	Развитие коммуникативных навыков.	1	
10.	Анкетирование.	1	
	Как избежать конфликтов.	3	
11.	Конфликт и пути решения конфликтных ситуаций.	1	
12.	Примеры решения внутреннего конфликта.	1	
13.	Игра «Общение без конфликтов».	1	
	Твоя будущая профессия	2	
14.	Классификация профессий. Игра «Кем быть!»	1	
15.	Личностные качества, необходимые для освоения желаемой профессии.	1	
	Каникулы с пользой для здоровья	2	
16.	Каникулы с пользой для здоровья. Проектная деятельность.	1	
17.	Правила безопасности в период летних каникул.	1	

Учебно-методическое обеспечения программы

1. Безруких М.М. Все цвета, кроме черного: 5-6 классы: пособие для педагогов и родителей/ М.М. Безруких, А.Г. Макеева, Т.А. Филиппова. – М.: Вентана-Граф, 2016г.