

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа №17 города Сызрани городского округа Сызрань  
Самарской области

РАССМОТРЕНА  
на заседании МО учителей  
естественно-научного  
цикла  
Протокол № \_\_\_\_\_1\_\_\_\_\_  
«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_2021 г.

ПРОВЕРЕНА  
Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_  
А.Ш. Буланкина  
«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_2021 г.

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом № 625/од  
от 30.08.2021 г.  
Директор ГБОУ СОШ № 17  
\_\_\_\_\_ Т.В. Фомина

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по внеурочной деятельности**  
**«Путь к успеху»**  
**7 классы**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа предусматривает дальнейшее совершенствование, расширение знаний, полученных ранее, совершенствование знаний и умений, необходимых каждому человеку. Практические занятия «Учусь понимать других» направлены на развитие у детей интереса и уважения к чувствам, поступкам, эмоциям других людей. Важно, чтобы дети умели не только позитивно относиться к себе, но и строить конструктивные отношения со сверстниками и взрослыми. Деятельность направлена на укрепление здоровья и профилактика его нарушения.

Программа рассчитана на 34 часов в год – 7 классы, с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 40 минут. Содержание программы отвечает требованию к организации внеурочной деятельности.

### Содержание программы

№ п/п	Название раздела	Количество часов	Форма организации учебных занятий	Виды учебной деятельности
1.	Введение. Знакомство с группой. Что вы знаете друг о друге.	2	Знакомство. Анкетирование «Насколько хорошо ты себя знаешь» правила группы» Словесный практико - ориентированный	Развитие познавательных способностей. Сплочение группы, создание положительного эмоционального настроения на дальнейшую работу. Выработать правила работы в группе.
2.	Секреты общения.	9	Понятие общения. Средства общения: речь, мимика, жесты. Выполнение упражнений. Этикет, правила поведения. Тренировка восприятия	Выявление наиболее эффективных способов начала общения. Развитие умения слушать других людей. Развитие уверенности в поведении и взаимодействии с

			<p>партнера в общении.          Развитие внимания к окружающим.          Беседа о причинах конфликтов, агрессии.          Практическая деятельность по подготовке мероприятия.</p>	<p>окружающими.          Способствовать сплочению коллектива, раскрытию индивидуальных особенностей его членов.          Формировать умение осуществлять деятельность в коллективе, раскрытие индивидуальных способностей.          Развитие творческих способностей.</p>
3.	Тайна моего «Я» (формирование своего «Я»).	7	<p>Выполнение упражнений.          Беседа о чувствах. Мини-лекция.          Релаксационное упражнение.          Практико – ориентированная деятельность.          Теория потребностей Маслоу.          Выполнение упражнения «Каким я хочу быть».</p>	<p>Обучение способам внутреннего самоконтроля.          Определение типа темперамента учащихся, научить использовать положительные характеристики своего темперамента.          Дать знания о различии физического и психологического здоровья, научить методам выхода из стрессовой ситуации, сформировать навыки уверенного поведения в момент стресса.</p>

4.	Как мы видим друг друга (формирование потребности общения со сверстниками).	6	Выполнение упражнений. Беседы. Шуточный тест. Практико - ориентированная деятельность	Помочь участникам видеть, чувствовать, адекватно воспринимать других людей, формировать чувствительность к невербальным средствам общения. Развитие социально-коммуникативных навыков. Формирование у подростка умения увидеть в другом человеке его достоинства. Выработка правил поведения в конфликтных ситуациях.
5.	Выбор и жизненные ценности.	6	Интерактивное обучение, практико-ориентированная деятельность. Игра. Опросник.	Формирование ответственного отношения к выбору профессионального пути через расширение границ самопознания и получение информации о мире профессий. Активизация личностных

				<p>качеств. Развитие активности во всех сферах жизни.</p> <p>Развитие ценностно-смысловой сферы.</p> <p>Развитие творческих способностей.</p>
б.	Здоровый образ жизни.	4	Практико-ориентированная деятельность	<p>Профилактика и коррекция социально – психологической дезадаптации.</p> <p>Воспитание способностей человека строить свою жизнь в обществе.</p> <p>Установка на здоровый образ жизни.</p> <p>Формирование нравственных качеств. Здоровый образ жизни.</p> <p>Формирование потребности в здоровом образе жизни. Осознание ценности собственного здоровья и ответственности.</p>
	Итого:	34		

## Личностные, метапредметные и результаты

### Личностные результаты:

- установка на здоровый образ жизни
- формирование толерантности как нормы осознанного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции;
- формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование установки к работе на результат.

### Метапредметные результаты:

- осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать причины успеха/неуспеха, осваивать с помощью учителя позитивные установки типа: «У меня всё получится», «Я ещё многое смогу».
- понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- проявлять индивидуальные творческие способности;
- включаться в диалог, в коллективное обсуждение, проявлять инициативу и активность
- работать в группе, учитывать мнения партнёров, отличные от собственных;
- предлагать помощь и сотрудничество;
- слушать собеседника;
- договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию.

**Формой подведения итогов** считать: выступление на школьных праздниках, торжественных и тематических линейках, участие в школьных мероприятиях, агитбригадах, классных часах, участие в мероприятиях класса, инсценирование сценок из жизни школы и постановка сказок и пьесок для свободного просмотра.

## **Планируемые результаты.**

В результате работы у учащихся происходит знакомство , сплочение группы, создание положительного эмоционального настроения на дальнейшую работу. Познакомиться с психологией сотрудничества и соперничества. Также учащиеся должны выработать правила работы в группе, соблюдение которых способствует эффективному сотрудничеству. Уметь исследовать процесс принятия решений группой, нарабатывать навыки эффективного поведения для достижения согласия при решении групповой задачи, уметь закреплять навыки определения основных стилей поведения в конфликте. Развивать уверенность в поведении и взаимодействии с окружающими. Формировать умение различать разные стили руководства. Участникам предлагаются ситуации. Уметь формировать осуществлять деятельность в коллективе, выявить и укрепить у учащихся склонность к организаторской деятельности, способствовать сплочению коллектива, раскрытию индивидуальных особенностей его членов развивать умения координировать совместные действия. Выявлять наиболее эффективных способов начала общения. Отработать способы, помогающие поддерживать общение; выяснить собственные возможности в увеличении продолжительности контакта. Развитие умения уверенного поведения в эмоционально напряженных, стрессогенных условиях, развитие умения леживать свое внутреннее психологическое состояние.

## Тематическое планирование

№	Тема урока	Характеристика основных видов деятельности обучающегося (на уровне учебных достижений)	Контроль	Сроки проведения урока				
				7А		7Б		7В
				ПЛАН	ФАКТ	ПЛАН	ФАКТ	
<b>Введение. Знакомство с группой. Что вы знаете друг о друге. (2 часа)</b>								
1.	Знакомство. Театр-экспромт «Необычное знакомство».	Знакомство. Анкетирование «Насколько хорошо ты себя знаешь» Правила группы	Знакомство, сплочение группы, создание положительного эмоционального настроения на дальнейшую работу	1				
2.	Тренинг конструктивного общения «Что мы знаем друг о друге».	Словесный практико-ориентированный	Выработать правила работы в группе, соблюдение которых способствует эффективному сотрудничеству	1				
<b>Секреты общения (9 ч.)</b>								
3.	Основные способы общения. Беседа об общении, видах общения.	Понятие общения. Средства общения: речь, мимика, жесты, поза. Упражнения: «Давайте познакомимся», «Узнай по голосу»	Выявление наиболее эффективных способов начала общения. Развитие умения слушать других людей.	1				

4.	Секреты общения. Внимание к окружающим людям.	Этикет, правила поведения. Тренировка восприятия партнера в общении. Упражнения: «Опиши партнера»	Развитие уверенности в поведении и взаимодействии с окружающими	1				
5.	Секреты общения. Умение слушать.	Развитие внимания к окружающим. Упражнения: «Назови по имени», «Прикосновение», «Слушаем тишину»	Способствовать сплочению коллектива, раскрытию индивидуальных особенностей	1				
6.	Секреты общения. Вежливое отношение к людям.	Развитие внимания к окружающим. Упражнения «Интонация», «Сочиняем сказку»	Формировать умение осуществлять деятельность в коллективе, способствовать сплочению коллектива, раскрытию индивидуальных особенностей его членов	1				
7.	Секреты общения. Взаимоуважение	Упражнения: «Если бы я был волшебником», «Подарок»	Способствовать сплочению коллектива, раскрытию индивидуальных особенностей его членов	1				
8.	Секреты общения. Умение учитывать позицию другого	Беседа о причинах конфликтов, агрессии. Упражнения: «Ссора», «Встреча», «Жмурки»,	Развитие внимания к окружающим. Причины психологического дискомфорта,	1				

		«Найди ведущего», «На узкой тропинке».	агрессии.					
9.	Секреты общения Как ты хочешь, чтобы поступали с тобой Обобщение	Упражнения: «Я и мое имя», «Опиши одноклассника», «Подарок», «Приглашение в гости».	Развитие навыков общения и взаимодействия.	1				
10.	Обобщение	Игра на сплочение группы «Островок».	Развитие навыков общения и взаимодействия.	1				
11.	Подготовка к выступлению для начальных классов «В дружбе – сила!»	Практическая деятельность по подготовке мероприятия	Развитие творческих способностей	1				
<b>Тайна моего «Я» (формирование своего «Я») (7 ч.)</b>								
12.	Кто я такой. Мини-лекция «Что такое самооценка».	Упражнение «Список черт»	Обучение способам внутреннего самоконтроля	1				
13.	Беседа «Мои эмоции»	Беседа «Что такое чувства». Упражнение «Эмоции в мимике». Игра «Угадай эмоцию» Игра «Изобрази эмоцию».	Выявить и дать знания о характере эмоций; основы эмоциональных ощущений. Учить выражать эмоции	1				
14.	Мой темперамент. Тест Г. Айзенка на определение типа темперамента	Мини-лекция: «Темперамент».	Определение тип темперамента учащихся, научить использовать положительные характеристики своего темперамента	1				

15.	Я и мое здоровье. Игра Здоровье и его признаки. Что такое стресс.	Релаксационное упражнение «Луг-лес-река-луг»	Дать знания о различии физического и психического здоровья, научить методам выхода из стрессовой ситуации, сформировать навыки уверенного поведения в момент стресса	1					
16.	Я и мое тело. Мозговой штурм «Что мы делаем со своим телом».	Причины стеснительности. Упражнение «Лепим фигуру»	Расширение опыта взаимодействия с телесным образом «Я», повысить уровень самооценки учащихся	1					
17.	Я и мои желания	Теория потребностей Маслоу. Упражнение «Каким я хочу быть» Упражнение «Коллаж».	Дать знания о теоретических основах мотивов и потребностей, повысить уровень самооценки учащихся	1					
18.	Сегодня, вчера, завтра	Практико-ориентированная деятельность.	Помочь осознать наиболее значимые жизненные события и достижения, повышение уверенности в собственных силах, снятие напряжения и снижение тревожности	1					
<b>Как мы видим друг друга (формирование потребности общения со сверстниками) (6ч.)</b>									
19.	Мир вокруг меня	Упражнения: «Печатная машинка», «Считалочка»,	Помочь участникам видеть, чувствовать,	1					

		«Спички», «Передача чувств прикосновением»	адекватно воспринимать других людей, формировать чувствительность к невербальным средствам общения					
20.	Что такое сотрудничество	Беседа	Тренировка умений, необходимых для конструктивного поведения.	1				
21.	Моё отношение к миру	Упражнения: «Я и мой мир», «20 желаний», «Пожелание», «Сад цветов», Коллаж «Формула любви» или «Формула успеха»	Развитие социально-коммуникативных навыков. Формирование у подростка умения увидеть в другом человеке его достоинства	1				
22.	Познай самого себя и других	Шуточный тест «Нарисуй свой характер». Тест «Какие у тебя друзья?». Упражнения: «Лесенка», «Мои качества», Игра «Я и ты»	Понимать причины поступков; Закрепить знания учащихся о положительных и отрицательных качествах характера человека	1				
23.	Взаимодействие в паре	Разминка, «Работа в группах», «Обучение хорошим манерам», «Хорошие слова и чувства»	Навыки сотрудничества и умение соревноваться со сверстниками, правильно воспринимать и сравнивать свои достижения с успехами других	1				

### Выбор и жизненные ценности. (6ч.)

24.	Мои представления о будущей профессии	Игра «Профессия на букву» Игра «Как здороваются представители разных профессий» Опросник «Как поживаешь?»	Формирование ответственности о отношении к выбору профессионального пути через расширение границ самопознания и получение информации о мире профессий	1				
25.	Ставим цели на будущее	Практико-ориентированная деятельность	Активизация личностных качеств. Развитие активности во всех сферах жизни.	1				
26.	Мой жизненный выбор	Игра	Развитие личности. Развитие ценностно-смысловой сферы. Развитие активности во всех сферах жизни.	1				
27.	Ответственность. Как сказать «нет» и отстаивать свое мнение	Словесный, интерактивное обучение	Профилактика и коррекция социально-психологической дезадаптации. Воспитание способностей строить свою жизнь в обществе	1				
28- 30.	Подготовка к мероприятию . Агитбригада «Мы такие разные, но мы вместе!»	Практическая деятельность по подготовке мероприятия	Развитие творческих способностей	3				

### Здоровый образ жизни. (4ч.)

31.	Здоровье – это здорово	Практико-ориентированная деятельность	Профилактика и коррекция социально-психологической дезадаптации. Воспитание способностей человека строить свою жизнь в обществе. Установка на здоровый образ жизни	1					
32.	От чего мы зависим	Практико-ориентированная деятельность	Формирование нравственных качеств, чувства эмпатии, представлений об общечеловеческих ценностях, ЗОЖ	1					
33.	Здоровый образ жизни – школа выживания	Практико-ориентированная деятельность	Формирование потребности в здоровом образе жизни, осознание ценности собственного здоровья и ответственности	1					
34.	Мой дом – наведу порядок в нём	Практико-ориентированная деятельность	Формирование нравственных качеств, чувства эмпатии, представлений об общечеловеческих ценностях, ЗОЖ	1					

## Список литературы

1. Базовый набор тематических тренингов для подростков: Сборник научно-методических материалов/Сост. Н.А.Бондаренко, И.Н. Рязанова; Под ред. С.В. Кривцовой. – М.: АСОУ, 2007.
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений — М.: Прамбер, 1992.
3. Вереникина И.М. Преодоление возможных конфликтных ситуаций между учителем и учениками на уроке // Вопросы психологии. - 1986.
4. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком.Как?/ Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.:АСТ: Астрель, 2008.
5. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя. М.: Просвещение, 2010.
6. Григорьев Д. В. Программы внеурочной деятельности. Художественное творчество. Социальное творчество: пособие для учителей общеобразовательных учреждений / Д. В. Григорьев, Б. В. Куприянов. – М.: Просвещение, 2011.
7. Криволапова Н. А. Внеурочная деятельность. Сборник заданий для развития познавательных способностей учащихся. 5-8 классы / Н. А. Криволапова. – М.: Просвещение, 2012.
8. Кулинич Г.Г. Школьный клуб: Сценарии мероприятий и праздников (5-11 классы). – М.:ВАКО, 2007.
9. Литвак М.Е. Психологический вампиризм: учебное пособие по конфликтологии / М.Е. Литвак. – Изд. 29-е. – Ростов н/Д: Феникс,2013.
10. Мир школьных праздников: 5-11 классы. Планирование воспитательной работы, сценарии мероприятия/ Сост. Е.В. Савченко, О.Е. Жиренко, 2-е изд. – М.:2006.
11. Орлов Ю.М. Предмет педагогики. Серия: Педагогика. - М.: "Импринт-Гольфстрим", 1998.
12. Программы внеурочной деятельности. Система Л.В. Занкова . Издательский дом Федоров, издательство «Учебная литература», 2011.
13. Рабочая программа дополнительного образования социально-педагогической направленности «Ведущие за собой» Н.А. Ращупкина, 2013.
14. Сборник программ. Исследовательская и проектная деятельность. Социальная деятельность. Профессиональная ориентация. Здоровый и безопасный образ жизни. Основная школа/С.В. Третьякова, А.В. Иванов, С. Н. Чистякова и др. – М.: Просвещение, 2014.