

«Рассмотрено»  
на заседании МО кл. рук.  
Рук. \_\_\_\_\_ Башкаева М.Р.  
Протокол № 1  
от «28» августа 2023г.

«Согласовано»  
Заместитель директора по  
ВР  
\_\_\_\_\_ Киикова  
Л.М.  
«28» августа 2023г.

«Утверждено»  
Директор \_\_\_\_\_  
Кумукова И.Х.  
Приказ № 61 от  
28.08.2023г.



**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Карачаевского городского округа  
«Гимназия №4 имени М.А. Хабичева»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«ЖИЗНЕННЫЕ НАВЫКИ»  
В 7 КЛАССЕ  
на 2023-2024 учебный год**

**ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ: \_\_\_\_\_ МУССАЕВА К.Р**

## Пояснительная записка

Профессиональное воспитание будущего учителя — это длительный процесс, который начинается задолго до поступления молодого человека в профессиональное учебное заведение и начала работы. Многолетний опыт педагогического образования в нашей стране говорит о том, что большое значение имеет предпрофессиональная подготовка. Одной из самых проверенных и эффективных форм являются педагогические классы. В связи с изменениями, происходящими в стране, происходили существенные изменения с одной стороны в запросах на предпрофессиональное педагогическое образование, с другой в целях, организационных формах, методах работы.

Открытие психолого-педагогического класса было не случайным выбором. Актуальность и востребованность данной профессии очевидна. Профессиональное самоопределение - это процесс формирования отношения личности к себе как субъекту будущей профессиональной деятельности, что в перспективе поможет человеку адаптироваться к жизни.

Обучение в психолого-педагогических классах в МБОУ КГО «Гимназия №4 им.М.А Хабичева» имеет определенный опыт работы с учащимися, ориентированными на выбор профессии учителя.

**Актуальность:** Спектр педагогической деятельности сегодня очень широк — это и учитель, как в общеобразовательной школе, так и педагог в системе дополнительного образования, и управленец-менеджер, и педагог-воспитатель, и психолог, и преподаватель техникума или вуза. И выбор в пользу педагогической деятельности должен быть не просто не случайным, а высоко мотивирован. Но ещё более острой проблемой становится обучение будущего педагога в соответствии с новой парадигмой образования — которая, требует нового учителя, творческая индивидуальность которого должна проявиться не только в стремлении создавать нечто новое, но прежде всего способного к изменению самого себя, готового к совместному поиску, к сотрудничеству. А для этого учащиеся объединения должны представить себе, что это за профессия и какие требования предъявляются к современному педагогу обществом.

**Новизна.** В современном образовательном комплексе ощущается острая нехватка молодых квалифицированных педагогических специалистов. Это создает необходимость популяризации педагогической профессии, в том числе через дополнительное образование. Данная программа призвана создать условия для эффективной профессиональной ориентации по педагогической направленности и направлена на подготовку учащихся к поступлению в педагогические вузы и колледжи.

**Педагогическая целесообразность** Программа способствует развитию общего мышления, развитию кругозора в частности, тем самым выполняет первоначальную миссию - ориентирует школьников на педагогические профессии, здесь для учащихся создаются благоприятные условия

для общения, самовыражения, самореализации, самосовершенствования, приобщение к педагогической культуре. Это характеризует педагогический класс как феномен. При этом накапливается практический опыт, который уменьшает вероятность выбора ошибочного пути при выборе будущей профессии.

**Направленность** Образовательная программа «Жизненные навыки» относится к «психолого-педагогической направленности»

Знания о себе учащиеся психолого-педагогического класса получают на занятиях по психологии, где наряду с теоретическим материалом обязательно будет проводиться работа, направленная на самопознание, повышение уровня психологической компетентности учащихся; получение теоретических и прикладных знаний современной психологии. Использование тестов, опросных методик позволит ребятам соотнести самонаблюдение с данными исследований и наметить пути развития необходимых психологических качеств.

На занятиях по психологии рассматриваются требования, которые профессия учителя предъявляет к человеку осваивающему ее. Темы, посвященные познавательным способностям, особенностям темперамента, характера дают не только теоретический материал, но и позволяют глубже познать себя, сопоставить требования профессии со своими индивидуальными особенностями. Индивидуальная работа с учащимися позволяет намечать пути роста и развития личности, в том числе профессионального

Большую роль играют практикумы, где учащиеся получают базовые сведения о профессиональной деятельности, где моделируются элементы деятельности, отрабатываются конкретные умения, определяется готовность к выполнению проб. Игровой практикум, оформительство, практикум по методике воспитательной работы дают учащимся теоретические знания и конкретные умения, которые они могут применить в ходе проб.

**Цель:** Основной целью программы «Жизненные навыки» является актуализация процесса профессионального самоопределения учащихся за счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, т.е. своих способностях, умениях, интересах, ограничениях и преимуществах (самопознание), о профессии, в том числе требованиях, которые она предъявляет к человеку и их соотнесение в процессе профессиональных проб.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### Предметные результаты:

**В результате изучения курса «Жизненные навыки» в 7 классе обучающиеся научатся:**

- выражать симпатию;
- брать на себя ответственность;
- следовать правилам;
- принимать комплименты;
- говорить о себе перед группой;
- осознавать, что мне нравится, а что – не нравится;
- распознавать собственные чувства и чувства других;
- выражать чувства;
- сказать о своих чувствах другим;
- осознавать своё тело;
- осознавать границы своего и чужого пространства;
- доводить работу до конца;
- вступать в обсуждения;
- презентовать свою работу группе;
- осознавать свои предпочтения;
- проявлять инициативу;
- отстаивать свои интересы;
- слушать;
- присоединяться к группе;
- справляться со смущением;
- проигрывать;
- признавать свои ошибки;
- предлагать помощь;
- проявлять толерантность;
- находить в себе уникальные качества;
- распознавать стереотипы и предрассудки.

**К концу обучения в 7 классе обучающиеся получат возможность научиться:**

- самоанализу и самоконтролю на эмоциональном уровне;
- терпимо и адекватно относиться к чувствам других;
- взаимопомощи и взаимоподдержки;
- отстаивать свои границы и уважать чужие;
- групповой работе;
- выразить и отстаивать свою точку зрения;
- умению преподнести себя обществу;
- уважению к другим, толерантности;
- удерживать противоречия.

### **Личностные:**

- Выразить свои чувства другому.
- Осознать свои чувства.
- Поддерживать себя.
- Определять, что мне нравится, и что не нравится.
- Извиняться.
- Справляться со своими эмоциями.
- Благодарить.
- Занять свое свободное время.
- Проявить заботу о другом.
- Предложить кому-либо помощь.
- Умение обратиться за помощью.
- Адекватно оценивать себя.
- Эмпатии.
- Говорить о себе.

### **Метапредметные:**

*Метапредметными* результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

#### *Регулятивные УУД*

- Слушать.
- Задавать вопросы.
- Следовать инструкциям.
- Доводить задание до конца.
- Дискутировать.
- Строить речевое высказывание в устной форме.

#### *Познавательные УУД:*

- Уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя.
- Учиться исследовать свои качества и свои особенности.
- Учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя.
- Учиться наблюдать.
- Моделировать ситуацию с помощью учителя.

### *Коммуникативные УУД:*

- Говорить и принимать комплименты.
- Не отвлекаться.
- Закончить и начать разговор.
- Делиться.
- Доверительно и открыто говорить о своих чувствах.
- Учиться работать в паре и в группе.
- Выполнять различные роли.
- Слушать и понимать речь других ребят.
- Осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.
- Конструктивно общаться.
- Договариваться
- Удерживать противоречия.

### **Основные формы организации занятий:**

- Тренинговая форма
- Просмотр мультипликационных отрывков
- Техника коллажа
- Работа с текстами с элементами критического мышления
- Рисование
- Ролевые игры
- Дискуссии, обсуждение вопросов, связанных с темой занятия
- Моделирование образцов поведения
- Рассказывание и разыгрывание историй и сказочных сюжетов
- игра
- Групповые занятия под руководством педагога (обучение в сотрудничестве).
- Самостоятельная работа.
- Работа в парах.

Интерес учащихся поддерживается внесением творческого элемента в занятия: самостоятельное составление кроссвордов, шарад, ребусов, сочинение сказок, стихотворений, инсценирование ситуаций, иллюстрирование материала.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### ***Тема «Мои друзья» 9 часов.***

В этот возрастной период для детей тема первых дружеских отношений становится актуальна. В данной теме мы разбираемся с такими понятиями, как «лучший друг», «дружеские отношения», «треугольник», то есть рассматривает отношения со всех сторон. Также в данной теме касаемся одиночества и при этом находим ресурс одиночества. Отдельные занятия посвящены обиде, отношениям в «треугольнике».

**Формы деятельности:** игровая, групповая, дискуссия, общение, изобразительная, театральная.

### ***Тема «Я - взрослый» 7 часов.***

Целью данной темы является сопровождение психологического взросления подростка, возрастных изменений, происходящих с ним. Одна из задач – помочь ребятам осознать себя в мире взрослых. Какие-то подростки считают, что взрослый мир – это мир полной и безграничной свободы, другие думаю, что это одни обязательства. Важно найти баланс между этими представлениями, помочь соотнести себя со своим возрастом, справиться со страхом будущего.

**Формы деятельности:** игровая, групповая, дискуссия, общение, изобразительная, театральная.

### ***Тема «Наши сильные чувства» 7 часов.***

В данной теме впервые сами подростки начинают осознавать необходимость умения обходиться со своими чувствами. Эта тема даёт возможность научиться осознавать свои чувства, выразить их безопасным для себя и окружающих способом, говорить о своих чувствах другому человеку.

**Формы деятельности:** игровая, групповая, дискуссия, общение, изобразительная, театральная.

### ***Тема «Кто я?» 11 часов.***

Данная тема позволяет детям найти ответ на вопросы, которые их очень волнует в этот возрастной период, также позволяет осознать себя и свои способности. То есть здесь ребёнок сможет получить качественные инструменты самопознания, которые позволят сформировать картину его внутреннего мира – абсолютно уникального, ценного, к которому можно обращаться в сложные моменты жизни, так как человек может ценить себя, только зная, какой он. Большое внимание уделяется обратной связи. С одной стороны, мы учимся давать обратную связь – точную и такую, чтобы не обижать другого человека. С другой – получаем опыт обхождения с обратной связью, которую слышим в свой адрес, понимаем, что не стоит все принимать на веру сразу, важно соотносить с собой. Со своими представлениями, искать в обратной связи ресурс.

**Формы деятельности:** игровая, групповая, дискуссия, общение, изобразительная, театральная.



## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Сроки изучения	
			По плану	По факту
<b>Тема «Мои друзья» 9 часов</b>				
1	Правила и безопасность. <i>Инструктаж по технике безопасности.</i> Начинаем говорить о друзьях. Знакомство.	1		
2	Отношения в паре.	1		
3	Понимаем друг друга.	1		
4	Третий – лишний?	1		
5	Дружить – это здорово!	1		
6	Обида.	1		
7	Я один, но я не одинок.	1		
8	Ресурс одиночества.	1		
9	Здорово быть друзьями	1		
<b>Тема «Я – взрослый!» 7 часов</b>				
10	Мир взрослых.	1		
11	Ярмарка.	1		
12	Мой взрослый мир.	1		
13	Моё место в разных мирах: детей, подростков, взрослых.	1		
14	Я в ответе за своё будущее.	1		
15	Ответственность и принятие решений.	1		
16	Обобщение по теме “Я – взрослый”.	1		
<b>Тема «Наши сильнее чувства» 7 часов</b>				
17	Зачем нам чувства.	1		
18	Как я выражаю свои чувства.	1		
19	Способы выражения своих чувств.	1		
20	Ресурсы тревоги.	1		
21	Наши страхи.	1		
22	Печаль.	1		
23	Радость.	1		
<b>Тема «Кто я?» 11 часов</b>				
24	Какой бывает характер?	1		
25	Какой я?	1		
26	Я настоящий, я идеальный, я глазами других.	1		
27	Моё имя и мой характер.	1		
28	Я глазами других.	1		
29	Мои ресурсы.	1		

30	Метафоры моего характера.	1		
31	Учимся ценить себя.	1		
32	Деньги во взрослом мире.	2		
33	«Взрослые роли». Роли взрослого мира. Моё время.	1		
		<b>34 часа</b>		