

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Красноярский край

Козульский район

МБОУ "Чернореченская СОШ №1"

УТВЕРЖДЕНО

директор школы

Пр.№225

от «20» 08 2024 г.

И.Е. Лейниш



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Шаг к успеху»

для обучающихся 5 класса

Новочернореченский 2024

I. Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Шаг к успеху» разработана для 5-х классов в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Данная программа внеурочной деятельности реализует социальное направление во внеурочной деятельности в 5 классах. Главное назначение данного курса: формирование навыков общения и культуры поведения обучающихся, развитие и совершенствование их нравственных качеств, ориентация на общечеловеческие ценности, развитие самосознания учащихся, личностное развитие каждого, сплочение совершенствование классного коллектива как значимой социально – психологической группы.

I. Общая характеристика курса внеурочной деятельности «Шаг к успеху»

В настоящее время к числу наиболее актуальных вопросов образования относится воспитание свободной, творческой, инициативной, ответственной и саморазвивающейся личности. Без такой личности невозможно успешное общественное развитие.

Внеурочная деятельность является составной частью учебно-воспитательного процесса и одной из форм организации свободного времени учащихся. Внеурочная деятельность понимается сегодня преимущественно как деятельность, организуемая во внеурочное время для удовлетворения потребностей учащихся в содержательном досуге, их участии в самоуправлении и общественно полезной деятельности.

Для большинства учащихся, испытывающих трудности в обучении и поведении, характерны частые конфликты с окружающими и агрессивность. Такие обучающиеся не желают и не умеют признавать свою вину, у них доминируют защитные формы поведения, они не способны конструктивно разрешать конфликты.

На занятиях по программе «Шаг к успеху» проводится коррекция эмоционально-личностной сферы учащихся, развиваются навыки адекватного общения со сверстниками и взрослыми.

Программа призвана способствовать гармонизации отношений детей с окружающей средой, их социализации.

В работе по данной программе отдается предпочтение групповой форме проведения занятий. Данный возраст является очень благоприятным временем для начала проведения подобной работы.

На занятиях учащиеся не только получают знания о том, как общаться, но и упражняются в применении различных способов поведения, овладевают навыками эффективного общения.

Большое внимание на занятиях уделяется обсуждению различных ситуаций, групповым дискуссиям, ролевому проигрыванию, творческому самовыражению, самопроверке и групповому тестированию.

Программа предполагает активное включение в творческий процесс учащихся, родителей, учителей, воспитателей.

Смыслообразующие идеи программы:

- наиболее продуктивные и достойные человека способы взаимодействия людей друг с другом: сотрудничество, компромисс, взаимные уступки, что невозможно без умения общаться, договариваться, преодолевать себя;
- умение жить в коллективе, если учащиеся заняты общей, увлекательной для них деятельностью, если в классе доброжелательная атмосфера, если каждый стремится понять себя и другого и в то же время умеет принимать достойное индивидуальное решение и следовать ему;

- умение принимать достойное решение: самостоятельный и ответственный выбор, осуществляемый конкретной личностью, исходя из её индивидуальных интересов и возможностей и из интересов и возможностей окружающих;
- осуществлять самостоятельный выбор, требуемый от человека определённой личностной зрелости, оно невозможно без осмысленной инициативы и определённой компетентности;
- умение быть самостоятельным: целостное проявление человека. В нём проявляется индивидуальность, отражается прошлое, проецируется будущее школьника.

Цель программы:

- воспитание социально - активной личности путем включения ее в социально-значимую деятельность.

Задачи программы:

- обучать навыкам общения и сотрудничества;
- формировать у школьников навыки речевого этикета и культуры поведения;
- развивать коммуникативные умения в процессе общения;
- способствовать введению учащихся в мир человеческих отношений, нравственных ценностей;
- формировать устойчивую положительную самооценку школьников.

Принципы построения программы:

- *лично - ориентированные* принципы (принцип адаптивности, принцип развития, принцип психологической комфортности);
- *культурно - ориентированные* принципы (принцип смыслового отношения к миру, принцип ориентировочной функции знаний, принцип овладения культурой);
- *деятельностно-ориентированные* принципы (принцип опоры на предшествующее развитие, принцип обучения деятельности, принцип управляемого перехода от деятельности в учебной ситуации к деятельности в жизненной ситуации, принцип управляемого перехода от совместной учебно-познавательной деятельности к самостоятельной деятельности).

Формы работы:

- Беседы
- Игры (сюжетно - ролевые, словесные, игры - драматизации)
- Рассказы педагога и детей
- Чтение художественных произведений
- Упражнения подражательно - исполнительского и творческого характера
- Сочинение историй
- Наблюдения
- Рассматривание рисунков и фотографий моделирование и анализ заданных ситуаций импровизации • Дискуссии
- Исследования
- Коллективно творческие дела;
- Смотры-конкурсы, выставки
- Тренинги общения
- Наблюдение учащихся за событиями в городе, стране
- Обсуждение, обыгрывание проблемных ситуаций
- Просмотр и обсуждение кинофильмов, мультфильмов

II. Место курса внеурочной деятельности в учебном плане

Программа реализуется в объеме 34 часа (1 час в неделю) в 5-х классах.

III. Планируемые результаты освоения обучающимися программы курса внеурочной деятельности

Личностными результатами изучения курса являются:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению;
- освоенность социальных норм, правил поведения.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий:

Регулятивные УУД:

- уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им;
- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;
- самостоятельное планирование решения учебной задачи;
- самостоятельно анализировать условия достижения цели на основе учёта выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале; • определять степень успешности своей работы.

Познавательные УУД:

- осуществлять поиск нужной информации;
- проводить наблюдение под руководством учителя; • выстраивать последовательность описываемых событий;
- строить логическое рассуждение.

Коммуникативные УУД:

- формулировать собственное мнение и позицию;
- задавать вопросы;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;
- работать в группе — устанавливать рабочие отношения.

Формы учета оценки планируемых результатов:

1. Опрос
 2. Наблюдение 3. Диагностика:
- нравственной самооценки;
 - этики поведения;
 - отношения к жизненным ценностям;
 - нравственной мотивации.
4. Анкетирование учащихся и родителей

IV. Содержание программы

5 класс

Занятия построены с элементами тренинга, так и в тренинговой форме.

Сначала учащимся предоставляется психологическая информация, которая «отыгрывается» в течение 1-2 занятий.

Для решения поставленных задач в программе используются следующие методы и техники психолого-педагогического воздействия: • элементы сказкотерапии (анализ сказок, притч);

- визуализация;
- психогимнастика (этюды на выражение различных эмоций);
- телесно-ориентированные техники (психомышечная релаксация);
- игровые методы;
- арт-терапия (свободное и тематическое рисование);
- моделирование и анализ проблемных ситуаций;
- групповая дискуссия;
- ассоциативный метод;
- мозговой штурм;
- песочная терапия;
- проективные методы вербального и рисуночного типа;
- ролевая игра.

Сказки являются непосредственным отображением психических процессов бессознательного. По своей ценности они превосходят любую другую форму донесения информации до человека. В этом возрасте ребята еще сохраняют непосредственность восприятия сказок, с удовольствием слушают и обсуждают их. Благодаря метафоричности изложения сказки и притчи помогают им глубже понять свои сложности и проблемы и не вызывают у них сопротивления.

Арт-терапия является средством свободного самовыражения и самоосознания. Помимо этого, проективные рисунки служат для диагностики внутренних проблем.

Элементы аутотренинга используются на занятиях для снятия нервно-психического напряжения.

В групповой дискуссии ребята учатся находить компромисс и отстаивать свои взгляды и жизненные позиции. Обсуждение помогает проанализировать те чувства, которые они испытали, осознать их, сформулировать, чему они научились в результате работы, и определить, как они могут в дальнейшем применить полученные знания и навыки.

Различного вида *игры* необходимы для эмоционального развития, повышения уровня активности и улучшения межличностного взаимодействия.

Визуализация дает возможность с помощью самовнушения и саморегуляции создавать в воображении яркие образы, которые могут как отражать стремления самих детей, так и создаваться в соответствии с описанием ведущего.

Мозговой штурм предлагается для создания новых идей, направленных на решение проблемы. Принимая в нем участие, ребята учатся высказывать свои предложения, которые совместно обсуждаются, с тем чтобы потом выбрать самые лучшие.

Ролевая игра создает возможности для получения опыта другого поведения. Она является очень эффективным средством обучения, так как позволяет ребятам поупражняться в различных типах поведения, посмотреть на свое поведение и действия других со стороны. Участвуя в ролевой игре, школьники используют новые для них способы поведения в ситуациях, приближенных к реальным, а также учатся по-новому смотреть на происходящее с ними.

В структуре каждого занятия выделяются следующие смысловые блоки:

1. *Приветствие.* Его ритуал придумывают сами ребята на первом занятии. Он служит для создания положительного настроения на работу и сплочения учащихся.
2. *Объявление ведущим темы занятий.* Может сопровождаться обозначением в понятной для ребят форме цели конкретного занятия. (Например: «Сегодня мы будем учиться отвечать на агрессию» или «Сегодня мы постараемся понять, как наше поведение

влияет на отношение к нам других людей».) Иногда в этой части занятия проводится рефлексия предыдущего занятия.

3. *Основная работа по теме у занятия.* Она включает в себя совокупность психологических упражнений и теоретического материала, подобранных в соответствии с задачами занятия, и анализ выполнения этих заданий.

4. *Завершение занятия и подведение итогов.* Предполагает формулирование основных результатов, достигнутых на уроке. Ученики высказывают свое мнение, удалось ли достичь цели занятия.

Вся программа состоит из 3-х модулей: «Формула успеха», «Законы коллектива», «Мы – вместе!».

Главная задача первого блока - облегчение процесса адаптации. Так как 5-й класс – это сложный этап, связанный с переходом учащихся из начальной школы в среднее звено. На занятиях ребята знакомятся с правилами и особенностями обучения в среднем звене, в игровой форме моделируют свой школьный путь, знакомятся с именами педагогов, учатся взаимодействовать с новыми одноклассниками, снимать нервно-психическое напряжение. Знакомятся с менеджментом учения. Обучаются эффективным навыкам умения учиться.

Главная задача второго блока – развитие представление о себе, формирование интереса к другому человеку как личности.

На занятиях второго блока ребята размышляют о настоящей дружбе, о том, как стать настоящим другом.

Учатся понимать свои чувства и чувства других людей. Обучаются способам эмоционально-волевой регуляции.

Размышляют о ценности самого себя и других людей. Учатся формированию положительного образа своего «Я».

Знакомятся со способами решения конфликтных и критических ситуаций.

Главная задача третьего блока – развитие навыков межличностного общения.

На занятиях последнего блока подростки обучаются навыкам межличностного общения, толерантности, умению ориентироваться в мире социальных и нравственных ценностей.

№ занятия	Содержание занятия	Форма проведения занятия
1	Знакомство с помощью игры «мяч». Задание «Принятие правил». Упражнение «Те, кто». Упражнение «Продолжи фразу». Релаксационные упражнения на руки. Упражнение «Школьный путь». Упражнение «Поменяться местами».	Практическое занятие
2	Упражнение «Давайте поздороваемся». Упражнение "Что я люблю". Упражнение «Гипотетическая ситуация». Упражнение	Практическое занятие

	"Сегодня утром...". Релаксационное упражнение. Упражнение "Что я хорошо умею...".	
3	Упражнение «Поменяться местами». Упражнение "Отгадай по ладоням..". Упражнение «Что нового узнал о друге?». Упражнение «Что важно для меня?». Совместный рисунок.	Практическое занятие

4	Игра: «Море волнуется раз...». Упражнение «Задай вопрос другу». Упражнение "«Кто я? Какой я?»». Упражнение «Три предложения». Игра "Ошибки Мишани". Релаксационное упражнение. Игра "Я — настоящий. Я — супер".	Практическое занятие
5	Упражнение «Добрый-злой мяч». Упражнение «Самое смешное правило» Беседа «Здравствуй, новичок, будем учиться на отлично!». Релаксационное упражнение. Игра "Наши учителя". Упражнение «Вот я какой! Угадали?».	Практическое занятие
6	Упражнение «От всей души...». Методика «Незаконченные предложения».	Практическое занятие
7	Мини-лекция «Как организовать свои занятия».	Практическое занятие
8	Игра «Выпутываемся из проблем». Релаксационное упражнение.	Практическое занятие
9	Дискуссия «Школьная оценка». Рисунок «Мое настроение».	Практическое занятие
10	Упражнение «Ассоциации на слово дружба». Упражнение «Кто больше». Упражнение «Ладонка». Мозговой штурм: «Портрет друга». Упражнение «Монолог о дружбе». Упражнение «Законы дружбы». Упражнение «Здравствуй, друг».	Практическое занятие
11	Упражнение «Снежный ком». Упражнение «А я еду». Упражнение «Домики». Упражнение «Орехи». Упражнение «Сердце класса».	Практическое занятие
12	Упражнение «Большие и маленькие». Упражнение «Называем чувства и эмоции». Упражнение «Снежки».	Практическое занятие
13	Упражнение «Рассерженные шарики». Упражнение «Покажи без слов». Упражнение «Разбей тарелку».	Практическое занятие
14	Беседа «Ты-высказывание». Беседа «Формула Я-высказывания». Ролевая игра «Скажи правильно». Упражнение «превращение злости». Упражнение «Тигр, мышь и слон».	Практическое занятие
15	Упражнение «Имя, мое настроение похоже». Мозговой штурм «Полезные и вредные чувства». Упражнение «Польза и вред эмоций». Обсуждение сказки «Волшебная	Практическое занятие
	страна чувств».	
16	Упражнение «Имя - Я хочу стать». Упражнение «Неоконченное предложение». Упражнение «Страхни».	Практическое занятие

17	Упражнение «Дракон моих недостатков». Сочини сказку «Как победить своего дракона».	Практическое занятие
18	Упражнение «Имя–комплимент». Упражнение «Мой портрет в лучах солнца». Медитация «Моя уникальность». Проективный рисунок «Я такой, какой я есть».	Практическое занятие
19	Упражнение «Комплимент другу». Упражнение–ромашка «Я хочу». Упражнение «Лесенка». Чтение и анализ сказки «О славном учмаге».	Практическое занятие
20	Упражнение «Давайте поздороваемся». Упражнение «Воробышки». Мозговой штурм «Тревожность». Упражнение «Найди героя своей сказки». Беседа «Физическое проявление тревожности». Упражнение «Тревожные ситуации».	Практическое занятие
21	Упражнение «путаница». Мозговой штурм «Как справиться с тревожностью». Упражнение «Мышеловка». Упражнение «Рука к руке». Упражнение «Влияние музыки». Техника самомассаж.	Практическое занятие
22	Упражнение «Здравствуйте». Мозговой штурм «Общение–это». Упражнение «Испорченный телефон». Беседа вербальные и невербальные средства общения». Упражнение «Позы тела». Упражнение «Общение в паре». Упражнение «Ромашка общения». Ролевая сценка «Разговор с учителем». Упражнение «белки, орешки, шишки». Упражнение «Найди стаю».	Практическое занятие
23	Упражнение «Спина к спине». Беседа «Правила общения». Упражнение «Мне нравится, когда меня называют». Упражнение «Улыбка в подарок». Упражнение «Карусель общения». Упражнение «Встаньте те, кто».	Практическое занятие
24	Упражнение «Подними палец вверх». Беседа Что такое конфликты». Упражнение «Леди и джентельмены». Упражнение «Неуверенный-уверенный-агрессивный». Упражнение-дискуссия «Холодный суп».	Практическое занятие
25	Ролевое моделирование стилей общения. Упражнение «Домино». Упражнение «Броуновское движение». Ролевая игра «Конфликтные ситуации». Упражнение «Детство».	Практическое занятие
26	Упражнение «Давайте поздороваемся».	Практическое занятие
	Упражнение «Мы с тобой одной крови». Упражнение «Построение по признаку».	

27	Ролевое моделирование «Как вы поступите». Игра «Лавата». Упражнение «А я считаю». Упражнение «Домино».	Практическое занятие
28	Упражнение «Стражники». Упражнение «Общая картина». Упражнение «Моя мишень». Упражнение «Представь собеседника».	Практическое занятие
29	Упражнение «Ушки, рожки, носик». Упражнение «Это здорово». Упражнение «Невидимая связь». Упражнение «Я рад, что ты учишься со мной».	Практическое занятие
30	Упражнение «Имя, мое настроение похоже». Упражнение «Комплимент другу». Упражнение «От чистого сердца». Упражнение «Броуновское движение». Упражнение «Найди стаю».	Практическое занятие
31	Упражнение «Имя - Я хочу стать». Упражнение «Общая картина». Упражнение «Невидимая связь».	Практическое занятие
32	Упражнение «Мы с тобой одной крови». Упражнение «Построение по признаку».	Практическое занятие
33	Упражнение «Комплимент другу». Упражнение-коллаж «Наш класс». Упражнение «Невидимая связь».	Практическое занятие
34	Упражнение «Давайте здороваемся». Упражнение «Спина к спине». Упражнение «Построение по признаку».	Практическое занятие

V. Тематическое планирование

№ занятия	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения
1	Мы - пятиклассники!	1	6.09
2	Какие мы разные.	1	13.09
3	Познаем себя.	1	20.09
4	У нас новенький!	1	27.09
5	Я и учеба.	1	3.10
6	Мы - пятиклассники!	1	10.10
7	Мы - пятиклассники!	1	17.10
8	Мы - пятиклассники!	1	24.10
9	Мы - пятиклассники!	1	
10	Я и мои друзья.	1	
11	Я в своих глазах и в глазах других людей	1	
12	Я и планета чувств.	1	
13	Я и планета чувств.	1	
14	Я и планета чувств.	1	
15	Чувства людей и их поведение	1	
16	Как победить своего дракона	1	
17	Как победить своего дракона	1	

18	Мои сильные стороны	1	
19	Как достичь цели?	1	
20	Я и мои способы преодоления тревожности.	1	
21	Я и мои способы преодоления тревожности.	1	
22	Я и мои социальные навыки.	1	
23	Я и мои одноклассники.	1	
24	Учимся решать конфликты вместе.	1	
25	Учимся решать конфликты вместе.	1	
26	Как научиться жить без драки?	1	
27	Как научиться жить без драки?	1	
28	Наш корабль успешного общения.	1	
29	Наш корабль успешного общения.	1	
30	Наш класс	1	
31	Мы - команда	1	
32	Мы - команда	1	
33	Наши достижения	1	
34	Зажги свою звезду (итоговое занятие)	1	

VI. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Список литературы

1. Аникеева Н.П. Учителю о психологическом климате в коллективе. -М., 1988.
2. Белопольская Н.Г. Психологические исследования мотивов учебной деятельности у детей. - М.,1999.
3. Васильева-Гангус Л. «Азбука вежливости», М., 1984;
4. Гин С. И. Прокопенко И. Е. «Первые дни ребёнка в школе» Москва, 2000.
5. Дереклеева Н. И. Справочник классного руководителя. Москва, 2008.
6. Клюева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: Академия развития, 1997. – 240с., ил.
7. Савова М.Р. Повышение культуры речи как фактор развития личности. //Начальная школа// № 6 - 2008.
8. Сорокоумова Е.А. Уроки общения в начальной школе. - М: АРКТИ, 2007.
9. Юдина Н.А. «Навстречу». Программа воспитания коммуникативной культуры школьников //Классный руководитель// № 3 - 2007.
10. Я в мире людей. /Под ред. Б.П. Битинаса. М., 1997.