

приложение № П.2.
к основной образовательной
основного общего образования

ПРИНЯТО
на заседании
педагогического совета
протокол №1 от 30.08.2021

«УТВЕРЖДАЮ»
директор МОБУ
«Средняя общеобразовательная
школа №8 г. Волхова»
приказ №360-ОД от 02.09.2021г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«ЖИЗНЕННЫЕ НАВЫКИ»
5-6 класс**

г. Волхов
Ленинградская область

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ЖИЗНЕННЫЕ НАВЫКИ».....	3
2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ЖИЗНЕННЫЕ НАВЫКИ»	5
3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПРЕДМЕТА «ЖИЗНЕННЫЕ НАВЫКИ»... ..	8

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ЖИЗНЕННЫЕ НАВЫКИ»

Личностные и метапредметные результаты освоения конкретного учебного курса:

- реалистично оценивать себя, адекватно оценивать ситуацию;
- слушать и слышать собеседника;
- понимать сверстников, взрослых и оказывать им поддержку;
- понимать собственные чувства, выражать их адекватным образом;
- отстаивать собственные права, свою точку зрения;
- преодолевать трудности, решать проблемные ситуации, оказывать помощь другим и принимать помощь самому;
- брать на себя ответственность;
- навыки сотрудничества;
- навыки саморегуляции;

Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение. Обучающийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;
- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в

дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);

- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;
- выделять общую точку зрения в дискуссии;
- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);
- устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.
 - определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;
 - отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);
 - представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;
 - соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей;
 - высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
 - принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
 - создавать письменные «клишированные» и оригинальные тексты с использованием необходимых речевых средств;
 - использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;

- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

Выпускник научится:

- вести диалог (диалог этикетного характера, диалог-расспрос, диалог побуждение к действию; комбинированный диалог) в стандартных ситуациях неофициального общения в рамках освоенной тематики, соблюдая нормы речевого этикета.

Выпускник получит возможность научиться:

- *вести диалог-обмен мнениями;*
- *брать и давать интервью;*
- *вести диалог-расспрос.*

2.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ЖИЗНЕННЫЕ НАВЫКИ»

На протяжении двух лет изучаются следующие темы:

5 класс

- *«Я – ты – группа».* Создание атмосферы психологической безопасности, работа над созданием группы. Повторение базовых тем, пройденных в начальной школе. Обращение к *«Я-высказываниям»* как к форме, в которой можно сказать о своих чувствах, и схеме, которая в силу возраста уже понятна ребятам.
- *«Мы – пятиклассники!»* Ребятам предлагается честно взглянуть на изменившуюся ситуацию и самим определить отношение к ней. Какие-то изменения нравятся, какие-то не очень, и чтобы двигаться дальше, важно определить своё отношение к происходящему, понять, что им хотелось бы изменить и какие ресурсы они могут использовать.

- *Учимся общаться»* . месте с нами подросток учиться понимать, какие в общении возникают, как можно с ними справляться и кто может быть ответственным за непонимание между участниками общения. От барьеров в общении переходим к общению в паре, учимся доверять партнёру, понимать его чувства и потребности, говорить о своих чувствах. Использование вербального и невербального способа общения.

«Конкуренция или сотрудничество?». Конфликты можно рассматривать как ситуацию возможного развития, так называемую точку роста. Точку, в которой, возможно, начнутся положительные изменения, прояснятся границы и правила взаимодействия, разрешится сложная ситуация. В подростковом возрасте чувствительность ко всякого рода несправедливости очень высока, чувств возникает много, и подросткам не всегда понятно, что в таких ситуациях делать. На этом этапе мы занимаемся формированием и развитием навыков разрешения конфликтов у подростков.

- *«Другие»*. Проблемы подростковой толерантности. Быть толерантным – значит, уметь принимать других, отличающихся от меня, людей. Уметь принимать – значит, давать им быть. Быть толерантным, не означает «терпеть». В толерантности очень важно умение понимать и ценить себя, отстаивать свои границы. Если я умею отстоять себя, если я понимаю, что имею право быть собой, то мне не надо бояться вторжения «других», непохожих на меня. Если другие не опасны, то возникает интерес к их непохожести, появляются возможности взаимодействия с другими людьми, возможности отношений с ними без ущерба для обеих сторон.

6 класс

- *«Мои друзья»*. Опираясь на опыт подростка, мы говорим о ценности отношений, учимся «взвешивать» отношения – то есть сравнивать, какова величина их вклада и что они действительно получают в этих отношениях, рассмотрим проблему одиночества, отношения в паре.

- *«Я – взрослый?»* Работая в этой теме, мы предлагаем подросткам вместе порассуждать о понятии «взрослость» - что это такое для каждого из них, что они вкладывают в это понятие. На занятиях есть возможность получить новый опыт, новые знания о мире взрослых и о себе, поделиться своими переживаниями.
- *«Наши сильные чувства»*. Подростки в этом возрасте очень чувствительны, вспыльчивы, обидчивы. Эмоции буквально «хлещут через край», не замечать их просто невозможно. Важно увидеть, что за «кризисным» поведением стоят эмоции и чувства человека, которые ему не удаётся ни сдержать, ни выразить необидным для других людей способом. Уметь понимать собственные эмоциональные состояния и состояния другого человека необходимо. Чтобы чувства не мешали, а помогали строить отношения с другими людьми и с самим собой.
- *«Кто я?»*. Подросток в возрасте 10-12 лет стремительно меняется. Меняется его тело, его чувства, его интересы и представления о мире, меняется его характер. Стремление к самопознанию в этом возрасте может быть очень активным. Поэтому мы предлагаем подростку качественные инструменты самопознания, которые помогут сформироваться картине его внутреннего мира. Только зная, какой я, я могу ценить себя.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПРЕДМЕТА «ЖИЗНЕННЫЕ НАВЫКИ»

5 класс

Тема	Количество часов
2	
Правила и безопасность	3
Наши чувства	3
Личное пространство	3
Начинаем общаться	4
Как жить в мире различий	4
	17

6 класс

Тема урока	Количество часов
2	
Мои друзья	5
Мир взрослых.	5
Зачем нам чувства	4
Моё имя и мой характер	3
	17

Рабочая программа «Жизненные навыки» (уроки психологии) составлена на основании учебно-методического пособия, предназначенного для психологов, работающих с подростками в школе, «Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками. 5-6

классы» / под ред. С. В. Кривцовой, 2012 г., Генезис, Москва. Одобрено ФГУ «Федеральный институт развития образования» в качестве учебно-методического пособия для педагогов и психологов учреждений основного и дополнительного образования системы общего образования РФ. Эта программа является логическим продолжением программы «Жизненные навыки. Уроки психологии в начальной школе».

