Комитет администрации г. Славгорода Алтайского края по образованию

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 13»

города Славгорода Алтайского края

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрено на заседании  ШУМО классных руководителей  МБОУ «СОШ №13»  протокол № 4 от  «31» мая 2022 г. | Согласовано на заседании  методического совета  МБОУ «СОШ №13», протокол  от «10» июня 2022 г. № 6 | Утверждено приказом  МБОУ «СОШ №13»  протокол от 14 июня 2022 г.  № 220 |

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

основного общего образования

гражданско-нравственного направления

«Давайте понимать друг друга»

для учащихся 8 классов

на 2022-2023 учебный год

Рабочая программа составлена на основе программы «Все, что тебя касается», разработанной коллективом авторов Фонда «Здоровье и развитие» (Бернова Ю.Е., Дмитриева Е.В.,Рюмина И.И.,Фомина Е.В.,Фролов С.А.)

Составитель:

Балакина Н.Е. ,

педагог-психолог ,

высшей квалификационной категории

**Славгород, 2022**

**Пояснительная записка**

Программа «Давайте понимать друг друга» является комплексной программой по формированию здорового образа жизни среди подростков. Она основана на принципе интерактивности и ценностях актуальных для подростка 11-16 лет.

Программа разработана Российской некоммерческой организацией «Фонд Здоровье и Развитие», авторы (Бернова Ю.Е., Дмитриева Е.В.,Рюмина И.И.,Фомина Е.В.,Фролов С.А.) . Все программные материалы проходили тестирование в целевой группе на различных этапах разработки, получили высокую оценку специалистов, работающих с молодежью.

Программа «Давайте понимать друг друга» поддержана Министерством образования и науки РФ и Министерством спорта, туризма и молодежной политики РФ. Программа поддержана ведущими профильными ведомствами – региональными Департаментами образования, здравоохранения, социальной защиты, молодежной политики, комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав, ГУФСИН.

**Цель программы:** способствовать формированию уверенной в себе личности,уважающей себя и других, умеющей анализировать и контролировать ситуацию и своёповедение, осознающий ответственность за своё здоровье.

**Задачи:**

1. Сообщение информации по теме репродуктивного здоровья, безопасного

сексуального поведения, поведение в кризисных ситуациях, ВИЧ/СПИД и т.д.

2. Формирование заинтересованного отношения к теме здоровья.

3. Формирование поведенческих навыков ответственного отношения к своему здоровью.

**Планируемые результаты курса «Давайте понимать друг друга»**

**Личностными результатами** изучения курса в классе является формирование следующих умений:

-готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов.

-развивать моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам.

-сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.

**Метапредметными результа**тами изучения курса являются формирование следующих универсальных учебных действий:

***Регулятивных УУД***

Умение индивидуально при сопровождении учителя оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.

Обучающийся сможет:

* определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;
* анализировать и обосновывать применение соответствующего инструментария для выполнения учебной задачи;
* свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;
* оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;
* обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов;
* фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

Умение самостоятельно оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.

Обучающийся сможет:

* определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;
* анализировать и обосновывать применение соответствующего инструментария для выполнения учебной задачи;
* свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;
* оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;
* обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов;
* фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

Владение основами осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной. Обучающийся сможет:

* наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки.
* соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы;

принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;

самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;

* ретроспективно определять, какие действия по решению учебной задачи или параметры этих действий привели к получению имеющегося продукта учебной деятельности.

Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной. Обучающийся сможет:

* наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки.
* соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы;
* принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;

самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;

ретроспективно определять, какие действия по решению учебной задачи или параметры этих действий привели к получению имеющегося продукта учебной деятельности.

* демонстрировать приемы регуляции психофизиологических/ эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).

***Коммуникативных УУД***

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.

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.

Умение индивидуально осознанно при сопровождении учителя использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью. Обучающийся сможет:

* 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.

Умение самостоятельно осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью. Обучающийся сможет:

* 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.

Умение индивидуально при сопровождении учителем формировать и развивать компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ). Обучающийся сможет:

* целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;
* использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программно-аппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: вычисление, написание писем, сочинений, докладов,рефератов, создание презентаций;
* выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;
* выделять информационный аспект задачи, оперировать данными, использовать модель решения задачи;
* использовать информацию с учетом этических и правовых норм.

Умение самостоятельно формировать и развивать компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ). Обучающийся сможет:

* целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;
* использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программно-аппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: вычисление, написание писем, сочинений, докладов, рефератов, создание презентаций;
* выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;
* выделять информационный аспект задачи, оперировать данными, использовать модель решения задачи;

использовать информацию с учетом этических и правовых норм;

* создавать информационные ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.
* **Предметные УУД**
* 1.Приобретение школьниками знаний:
* - о нормах коллективной жизни;
* -об основных формах и правилах общения;
* -о способах и приёмах управления своими эмоциями.
* 2. Развитие ценностных отношений школьника к родной школе, своему классу, к своему собственному здоровью и внутреннему миру.
* 3. Приобретение школьником опыта:
* ***-*** опыт публичного выступления по проблемным вопросам;
* -опыт заботы о малышах и организации их досуга;
* -опыт самостоятельной организации праздников и поздравлений для других людей;
* -опыт самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими детьми;
* -опыт управления другими людьми и взятия на себя ответственности за других людей.

***Учет результатов*** внеурочной деятельности будет проходить в форме зачёта.

**Содержание курса**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № раздела | Название раздела | Всего часов |
| 1 | **Знакомство.**  Познакомить участников с процессом и техниками общения. Сформировать позитивный настрой на работу по данной проблематике. Способствовать формированию у участников ощущения единой группы.  **Упражнения:** «Те, кто», «Снежный ком», «Знакомствов парах» «Блюдо», «Исчезающие стулья».  Помочь подросткам овладеть навыками коммуникативной и социальной компетентности. Познакомить участников с понятием «ценность» и выявить специфику жизненных ценностей. | 3 |
| 2 | **Эмоции и чувства**  Объяснить, что такое эмоции, какими они бывают, прояснить позитивное и негативное  влияние эмоций на развитие жизненных ситуаций. Сформировать внимательное отношение к эмоциям как «предупредительным сигналам». Научить определять свое эмоциональное состояние.  **Упражнения:** «Пожарные», «Рассмеши», «Изобрази эмоцию». | 4 |
| 3 | **Полоролевое общение.**  Познакомить с правилами безопасного сексуального поведения и показать их связь с  сохранением репродуктивного здоровья. Научить осознавать свои потребности и ожидания по отношению к своему партнеру. Сформировать навыки общения с противоположным полом. Сформировать у подростков стремление к предупреждению конфликтов, позитивному выходу из конфликтных ситуаций.  **Упражнения:** «Что нам нравится?», «Звезда Голливуда», «Идеальное свидание», «Помоги принять решение», «Рисунок в парах», «Разрешаем конфликты».  Познакомить участников с понятием «критическое мышление», его аспектами и нюансами. Отработать навыки задавания вопросов и принятия критики, полезные для формирования критического мышления. Определить критерии доверия т недоверия к получаемой информации. Сформировать у подростков позитивное отношение к критике и мнение о том, что она порой помогает не попасть в беду. | 7 |
| 4 | **ЗОЖ.**  Показать причины и последствия курения. Выработать критическое отношение к  курению. Привить навык отказа от сигареты. Сформировать у подростков негативное  отношение к наркотикам. Выяснить первоначальный уровень информированности участников о проблеме и сообщить достоверную информацию о ВИЧ/СПИДе, путях  передачи и способах профилактики. Сформировать у участников навыки, помогающие  удержаться от алкоголя.  **Упражнения:** «ЗА и ПРОТИВ», «Купи мечту», «Банка с окурками», «Дерево проблем», «Письмо из больницы», «Разговор в ресторане». | **5** |
| 5 | **Будь собой.**  Познакомить участников с различными способами развития характера, с приемами и  техниками уверенного поведения, а также техниками воздействия на собеседника.  Познакомить участников с типами темперамента. Научить методикам самоконтроля и оценки собственного эмоционального состояния. Сформировать у подростков активную позицию по отношению к собственной жизни. Познакомить участников тренинга с понятием «толерантность», с разными видами поддержки и ситуациями, в которых они применяются.  **Упражнения:** «Уверенное и неуверенное поведение», «Тряпичная кукла», «Мешочки гнева», «Критика и поддержка». «Аутотренинг» | 16 |
|  | Всего: | 35 часа |

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Дата проведения | | Тема занятия | Количество часов | |
| План | Факт | Теория | Практика |
| Раздел «Знакомство» | | | | | |
|  |  |  | Давайте познакомимся! | 1 |  |
|  |  |  | Искусство общения. | 1 |  |
|  |  |  | Жизненные ценности. | 1 |  |
| Раздел «Эмоции и чувства» | | | | | |
|  |  |  | Эмоции. | 2 |  |
|  |  |  | Мир чувств. | 1 |  |
|  |  |  | Любовь. | 1 |  |
| Раздел «Полоролевое общение» | | | | | |
|  |  |  | Мужчина и женщина. | 1 |  |
|  |  |  | Разрешаем конфликты. |  | 2 |
|  |  |  | Критическое мышление. | 1 |  |
|  |  |  | Ты не один. | 1 |  |
|  |  |  | Сопротивление  давлению. | 1 |  |
| Раздел «ЗОЖ» | | | | | |
|  |  |  | Скажи курению «Нет»! | 1 |  |
|  |  |  | Наркотики: не влезай – убьет! |  | 2 |
|  |  |  | Алкоголь: мифы и реальность. | 1 |  |
|  |  |  | ВИЧ/СПИД: мы знаем как себя защитить. | 1 |  |
| Раздел «Будь собой» | | | | | |
|  |  |  | Развитие характера. |  | 2 |
|  |  |  | Я абсолютно спокоен. |  | 2 |
|  |  |  | Кризис: выход есть. | 1 |  |
|  |  |  | Жизнь и смерть. | 1 |  |
|  |  |  | Моё мнение. | 1 |  |
|  |  |  | Толерантность. | 1 |  |
|  |  |  | Толерантность. Жизнь с болезнью. | 1 |  |
|  |  |  | Моё будущее. Стратегии успеха. | 2 |  |
|  |  |  | Просмотр и обсуждение фильма «Есть тема». | 2 |  |
|  |  |  | Просмотр и обсуждение фильма «Дневник Насти». |  | 2 |
|  |  |  | «Симфония прощания». |  | 2 |
|  |  |  | Всего: | 23 | 12 |
|  |  |  | Всего: | 35 ч | |

**Лист внесения изменений**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата проведения урока планируемая** | **Дата проведения**  **урока**  **фактическая** | **Темы объединенных уроков** | **Основание для**  **внесения**  **изменений в**  **программу (номер,**  **дата приказа,**  **причина)** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |