

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Ясиновская средняя общеобразовательная школа

Рассмотрена и принята  
педагогическим советом  
(протокол №1 от 30.08.2019)

Утверждена приказом по школе  
от 30.08.2019 №149-ОД

Директор школы  
 Максимова О.Н.



Рабочая программа  
внеурочной деятельности в рамках ФГОС  
«Радуга общения»

**Направление:** социальное

Возраст обучающихся 10-12 лет

Срок реализации - 1 год.

Разработчик:

Пищальникова Марина Викторовна

х. Новая Надежда

2019 г.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Радуга общения» разработана на основе:

- требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06 октября 2009г. №373 Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. N 1897(с последующими изменениями);
- программы «Формирование эффективных стратегий поведения в трудных ситуациях общения» автора-составителя Л.А. Гейденрих. Под общей редакцией С.Ф. Хлебуновой, ректора РО ИПК и ПРО.

Данная программа составлена на 34 часа (из расчёта 1 час в неделю).

### **Планируемые результаты внеурочной деятельности**

#### **Личностные результаты:**

- обогащение личного опыта общения детей;
- определение под руководством педагога общих этических норм;
- формирование мотивации к творческому труду, к работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, при поддержке других участников группы и педагога, делать выбор, как поступить, опираясь на этические нормы.

#### **Метапредметные результаты:**

##### **Регулятивные УУД:**

- определять и формулировать цель деятельности с помощью педагога;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации,
- проговаривать последовательность действий;
- принимают и сохраняют учебные задачи;
- планируют действия согласно поставленным задачам,
- осуществляют контроль деятельности.
- высказывать свое предположение;
- работать по предложенному педагогом плану;
- отличать верно, выполненное задание от неверного;
- совместно с педагогом и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.

##### **Познавательные УУД:**

- находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт, информацию, полученную от педагога;
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- внимательно слушают, строят речевые высказывания в устной форме, совершенствуют мыслительные операции;
- строить сообщения в устной и письменной форме;

##### **Коммуникативные УУД:**

- выражать свои мысли;

- объяснять свое несогласие и пытаться договориться;
- считаются с мнением одноклассников, тактично, корректно и аргументировано высказывают свою точку зрения
- выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- овладевать навыками сотрудничества в группе в совместном решении учебной задачи.

### **Предметные результаты**

#### **Ученик научится:**

- оценить различные ситуации с точки зрения соответствия положениям;
- оценивать своё поведение и поведение в окружении себя;
- использовать в речи слова вежливости;
- различать реальность от действительности;
- отстаивать свое мнение в любой сложившейся ситуации;
- строить общение, учитывая нормы поведения, с взрослыми, сверстниками, с ребятами младшего возраста, в коллективе;
- учиться контролировать свою речь и поступки;
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении;
- осознавать необходимость признания и уважения прав других людей;
- формулировать своё собственное мнение и позицию;
- учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге.

#### **Ученик получит возможность научиться:**

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей;
- наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять;
- обогатить представление о собственных возможностях и способностях;
- учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения;
- оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости;
- учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта;
- находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию;
- адекватно воспринимать оценку учителя;

### **Содержание внеурочной деятельности**

#### **Раздел 1 «Можно ли учиться с удовольствием» Здесь и сейчас мы собрались. (8 часов)**

«Здравствуй, 5 класс!». Я и мой класс. Я и моя школа. Принятие правил. Что поможет мне учиться. Легко ли быть учеником. Оценка и отметка. Портрет идеального учителя.

#### **Раздел 2 «Искусство общения». (7 часов)**

Средства общения. Какой я собеседник? Умение слушать и слышать. Правила честного спора. Общение без слов. Поговорим рисунками. Портрет нашего класса.

#### **Раздел 3 «Мы - команда». (5 часов)**

Наши сходства и различия. Как избежать конфликтов. Сплочённость и доверие. Взаимопонимание и взаимопомощь. Командный дух.

**Раздел 4 «Учимся управлять эмоциями». (5 часов)**

Наши эмоции и чувства. Проявление эмоций и чувств. Как преодолеть негативные эмоции. Наши страхи. Приёмы создания позитивного настроения.

**Раздел 5 «Цель и пути её достижения». (6 часов)**

Значение планов и целей. Какие цели бывают. Как правильно поставить цель. Ложные и истинные цели. Почему мы не всегда достигаем цели. Учимся ставить цели.

**Раздел 6 «Наука отдыхать». (2 часа)**

Правила здорового питания. Правила здорового отдыха.

<b>Формы организации</b>	<b>Виды деятельности</b>
Круглый стол. Игровые моменты. Постановка и решение проблемных вопросов. Самоанализ и самооценка, наблюдения. Постановка и решение проблемных вопросов.	Беседа. Инструктаж по технике безопасности. Коллективный рисунок. Беседа. Практическая работа Творческая работа. Тестирование. Беседа. Практическая работа.

**Тематическое планирование**

№	Наименование разделов	Всего часов
1	Можно ли учиться с удовольствием	8
2	Искусство общения	7
3	Мы - команда	5
4	Учимся управлять эмоциями	5
5	Наука отдыхать	6
6	Цель и пути ее достижения	2

**Календарно-тематическое планирование  
5 класса**

№	Дата	Тема раздела	Тема занятия	Деятельность учащихся
1	5.09	Раздел 1 «Можно ли учиться с удовольствием»	Здесь и сейчас мы собрались.	Формирование эмоционального отношения к занятиям. Адаптация детей к новому стилю общения взрослого.
2	12.09		«Здравствуй, 5 класс!».	Создание дружеской атмосферы взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом в классе.
3	19.09		Я и мой класс.	Изготовление портрета-коллажа; раскрытие различных сторон человека: предпочтение, способности, мечты и т.д.
4	26.09		Я и моя школа.	Знакомство с требованиями основной школы.
5	3.10		Принятие правил.	Принятие правил поведения в группе; принятие правила группового взаимодействия;
6	10.10		Что поможет мне учиться.	Формирование учебных умений, Обучение приемам организации учебной деятельности.
7	17.10		Легко ли быть учеником.	Знакомство с правилами обучения и поведения в основной школе.
8	24.10		Оценка и отметка.	Определение понятий оценка и отметка, что важнее.
9	07.11		Портрет идеального учителя.	Обучение правилам поведения и общения со взрослыми. Диагностика представлений детей об учителях.
10	14.11.	Раздел 2 «Искусство общение»	Средства общения.	Развитие представлений учащихся о понятии «общение». Знакомство с функциями и формами общения, оценка возросшей значимости роли общения.
11	21.11.		Какой я собеседник?	Изучение индивидуальных, особенностей личности ребёнка.
12	28.11.		Умение слушать и слышать.	Понятие активного слушания. Развитие у учащихся умения молчать, слушать, ставить

				себя на место другого человека.
13	05.12.		Правила честного спора.	Развитие у учащихся умения молчать, слушать, ставить себя на место другого человека.
14	12.12.		Общение без слов.	Изучение приемов невербальной коммуникации, развитие представлений учащихся об интерпретации невербальных сигналов в общении.
15	19.12.		Поговорим рисунками.	Передача информации с помощью рисунка.
16	26.12.		Портрет нашего класса.	Создание коллективного коллажа на тему «я-ты, он-она, вместе дружная семья»
17	16.01.	Раздел 3 «Мы - команда»	Наши сходства и различия.	Определение понятия «роль»; многообразие жизненных ролей; принятие роли в зависимости от ситуации; определение собственного Я.
18	23.01.		Как избежать конфликтов.	Актуализация опыта детей, связанного с ситуацией «когда меня дразнят», «когда я дразню кого-то», «когда при мне кого-то дразнят»; психологические средства избегания конфликта.
19	30.01.		Сплочённость и доверие.	Выяснение представлений детей о понятиях «командный дух», «единство», «ответственность за общее дело»; практические задания по осознанию данных понятий;
20	06.02.		Взаимопонимание и взаимопомощь.	Развитие умения вставать на позицию другого человека, проявлять эмпатию; обсуждение пережитых чувств.
21	13.02.		Командный дух.	Выяснение представлений детей о понятиях «командный дух», «единство», «ответственность за общее дело»; практические задания по осознанию данных понятий;
22	20.02.	Раздел 4 «Учимся управлять эмоциями»	Наши эмоции и чувства.	Знакомство учащихся с понятиями «эмоции», научить определять эмоциональное состояние других людей
23	27.02.		Проявление эмоций и чувств	Изготовление портрета-коллажа; раскрытие

				различных эмоций .
24	05.03.		Как преодолеть негативные эмоции.	Определение способов, помогающих справляться с негативные эмоции; практическое применение данных способов в конкретных ситуациях.
25	12.03.		Наши страхи.	Коллективное переживание и взаимная поддержка; виды страхов; наличие страхов у каждого человека.
26	19.03.		Приёмы создания позитивного настроения.	Разработка способов преодоления страха; отработка навыков преодоления страха.
27	02.04.	Раздел 5 «Цель и пути её достижения»	Значение планов и целей	Знакомство с критериями цели. Дискуссия совместное обсуждение. Навык формулирование цели поступка
28	09.04.		Какие цели бывают.	Анализ собственных ценностей и целей
29	16.04.		Как правильно поставить цель.	Развитие способности к самоопределению жизненных целей и определение необходимых качеств для их достижения.
30	23.04.		Ложные и истинные цели.	Осознание жизненных целей и способов их осуществления. Сказка ложь, да в ней намек.
31	30.04.		Почему мы не всегда достигаем цели.	Повышение уверенности в достижении жизненных целей.
32	07.05.		Учимся ставить цели.	Осмысление личных целей на период обучения в основной школе;
33	14.05.	Раздел 6 «Наука отдыхать»	Правила здорового питания.	Воспитание желание здорового образа жизни путем формирования понимания основного рационального сбалансированного питания учащимися.
34	21.05.		Правила здорового отдыха.	Знакомство с приемами релаксации.