

Министерство общего и профессионального образования Свердловской области  
Управление образования Администрации города Екатеринбурга

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №142**

620902, г. Екатеринбург, с. Горный Щит, ул. Ленина 15а

тел: (343)266-03-33

email: soch142@eduekb.ru

ПРИЛОЖЕНИЕ 1. К ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ (ФГОС ООО)

Утверждаю

Директор-МАОУ СОШ №142

 Обожина Н.С.

протокол педсовета №8

от 30.08.2020

приказ № 136-0/1

**ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*основного общего образования*

**«Жизненные навыки»**

**5 класс**

(ФГОС ООО)

## Планируемые результаты программы внеурочной деятельности

### Требования ФГОС ООО к личностным результатам:

- 1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 2) формирование ответственного отношения к учению, 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 учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- 3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- 5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- 6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- 7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- 8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- 9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

**Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования:**

1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;

5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

8) смысловое чтение;

9) 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 учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;

11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ– компетенции);

12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

### **Предметные результаты**

- понимание того, зачем нужны те или иные эмоции и как они устроены;
- умение определять свои эмоции и потребности и использовать это понимание для построения программы действий;
- навыки управления своими переживаниями;
- умение понимать эмоции окружающих и взаимодействовать с ними;
- правила конструирования определений, формулирования выводов;
- правила классификации и сравнения;
- получают возможность научиться высказывать свое мнение;
- получают возможность научиться ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

### **Содержание учебного курса**

#### **Эмоциональные витаминки (16часов)**

О том, какие бывают потребности, на каких уровнях их можно осознавать и почему важно находить пути их удовлетворения.

Как эмоции связаны с потребностями и поведением и почему их важно выражать.

Какие способы выражения эмоций существуют и как делать это эффективно для отношений (техника «Я-сообщение»).

Зачем нужен страх, как работают социальные страхи и как совладать со страхом (техника «Страхополагание»).

Что такое уверенность в себе, что помогает её развивать, а что уменьшает, как её повысить (техника «Вести себя, как будто...»).

Что предполагает ответственность и какие преимущества она даёт, как взять ответственность в ситуации на себя.

Чем различаются власть и влияние, на чем строится влияние и что такое личная сила (техника корректного ведения спора).

Что собой представляют границы и почему их важно уважать и уметь отстаивать (техника отказа).

Почему конфликты могут быть полезны, какие способы их решения существуют и как выбрать подходящий.

Зачем нужно одиночество, каким оно бывает, как его проживать и как с ним справляться.

Обида как сложная эмоция, почему важно не накапливать обиды и как их выражать (техника «Письмо обидчику»).

Почему возникает и как работает зависть, как уверенность и план достижения цели помогают справиться с завистью.

Чем отличаются стыд и вина, как относиться к своим ошибкам и как использовать эти эмоции (техника «Прожектор»).

Что на самом деле представляет собой эмоциональная поддержка и как оказывать её так, чтобы она помогала.

Зачем нам нужна радость, какие формы радости бывают и как находить больше поводов для радости.

### **Развитие интеллектуальных умений (19 часов)**

Что такое интеллект. Понятие интеллекта, творчества. Дар и талант. Труд. Значение развития интеллекта. Различные виды интеллекта. Диагностика интеллектуального развития. Понятие. Отношения между понятиями: род – вид.

Обобщение понятий. Более общее и более частное понятия. Составление логической цепочки: общее – менее общее – частное (в прямом и обратном направлении). Выбор более общего понятия к данному. Обобщение пары и группы понятий. Ограничение понятий. Развивающие игры. Выделение существенных признаков понятий. Обобщение понятий и формулирование определений. Правила составления определений: понятие: обобщающее слово (родовое понятие) + существенный признак (видовое отличие). Практические занятия и развивающие игры. Функциональные отношения между понятиями. Часть – целое, последовательности, рядоположности, причины и следствия. Установление причинно-следственных связей. Практические задания. Сравнение понятий. Выявление сходства и различий. Отношение противоположности. Понятия одного порядка, противоположные по смыслу (антонимы). Синонимы. Омонимы. Выявление сходства и различий по существенным признакам. Главные и второстепенные признаки явлений. Узнавание предметов по указанным признакам. Аналогия. Умение проводить аналогии. Развивающие игры. Классификация понятий. Правила классификации. Умение классифицировать понятия по двум и трем признакам. Обобщение понятий. Подбор определений к выделенным понятиям. Развивающие игры.

### **Тематическое планирование**

№	Тема	Количество часов
---	------	------------------

<b>1</b>	Диагностическое тестирование. Целеполагание	<b>1</b>
<b>2</b>	Потребности человека	<b>1</b>
<b>3</b>	Зачем нужны эмоции?	<b>1</b>
<b>4</b>	Как выражать эмоции?	<b>1</b>
<b>5</b>	Как справиться со страхом?	<b>1</b>
<b>6</b>	Уверенность в себе	<b>1</b>
<b>7</b>	Ответственность	<b>1</b>
<b>8</b>	Власть и влияние	<b>1</b>
<b>9</b>	Личные границы	<b>1</b>
<b>10</b>	Конфликты	<b>1</b>
<b>11</b>	Одиночество	<b>1</b>
<b>12</b>	Как справиться с обидой?	<b>1</b>
<b>13</b>	Зависть и восхищение	<b>1</b>
<b>14</b>	Стыд и вина	<b>1</b>
<b>15</b>	Как оказать поддержку?	<b>1</b>
<b>16</b>	Радость	<b>1</b>
<b>17-18</b>	Человек и его интеллект. Диагностическое тестирование	<b>2</b>
<b>19-20</b>	Обобщение и ограничение понятий. Род – вид	<b>2</b>
<b>21-22</b>	Обобщение и ограничение понятий. Обобщение	<b>2</b>

<b>23-24</b>	Тренинг внимания	<b>2</b>
<b>25-26</b>	Ограничение понятий	<b>2</b>
<b>27-28</b>	Что такое признак. Выделение существенных признаков Установление сходства и различия	<b>2</b>
<b>29-30</b>	Обобщение понятий при построении определений	<b>2</b>
<b>31-32</b>	Тренинг памяти. Сравнение понятий	<b>2</b>
<b>33-34</b>	Отношения между понятиями: рядоположности, часть - целое	<b>2</b>
<b>35</b>	Итоговое занятие	<b>1</b>