

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа имени генерал-майора Владимира Вениаминовича
Еремеевас.Нижнеаверкино муниципального района Похвистневский Самарской области

Проверено
Ответственный за ведение и
контроль ВР
_____ Е.А.Арланова
«18» августа 2022 г.

Утверждено
приказом № 92/1 - од
от «22» августа 2022 г.
Директор _____ Л.Ю.Арланова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА **внеурочного курса** **«Мой выбор»** **для 5 класса**

Программу реализует Степанова Л.В., учитель
географии

Срок реализации программы: 1 год

Рассмотрена на заседании МО _____ учителей основной школы _____
(название методического объединения)

Протокол № 1 от « 16 » августа 2022 г.

Руководитель МО _____ Н.В.Малышева

I. Пояснительная записка.

Рабочая программа внеурочного курса «**Мой выбор**» для обучающихся 5 класса составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральным законом «Об образовании в РФ» № 273-ФЗ от 29.12.12 г.;
- ФГОС основного общего образования, утвержденным Минпросвещения РФ от 31.05.2021 № 287
- Примерной основной образовательной программой основного общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 18 марта 2022 г. № 1/22, входит в специальный государственный реестр примерных основных образовательных программ);
- Основной образовательной программой основного общего образования ГБОУ СОШ им.В.В.Еремеева с.Нижнеаверкино;
- Положением о рабочей программе внеурочной деятельности ГБОУ СОШ им.В.В.Еремеева с.Нижнеаверкино;

Цель: формирование и развитие у подростков социально значимого комплекса жизненно важных навыков, способствующих успешной адаптации в обществе.

Задачи:

- развитие у подростков навыков общения;
- осознания и выражения своих чувств;
- понимания и принятия чувств окружающих людей;
- активация механизмов самопознания и самовыражения;
- формирование адекватной самооценки;
- повышение ответственности подростков за свои поступки;
- выработка позитивных жизненных целей и развитие мотивации к их достижению;
- формирование бережного отношения к своему физическому и психическому здоровью.

Рабочая программа внеурочного курса «Мой выбор» составлена с учетом целевых ориентиров Рабочей программы воспитания ГБОУ СОШ им.В.В.Еремеева с.Нижнеаверкино подросткового возраста

Целевые ориентиры результатов воспитания на уровне ООО Рабочей программы воспитания ГБОУ СОШ им.В.В.Еремеева с.Нижнеаверкино	Порядковый номер целевого ориентира в тематическом планировании, на воспитание которого направлено содержание курса
Гражданское воспитание Знающий и принимающий свою российскую гражданскую принадлежность (идентичность) в поликультурном, многонациональном и многоконфессиональном российском обществе, в мировом сообществе. Понимающий сопричастность к прошлому, настоящему и будущему народа России, тысячелетней истории российской государственности на основе исторического просвещения, российского национального исторического сознания.	1

<p>Проявляющий уважение к государственным символам России, праздникам.</p> <p>Проявляющий готовность к выполнению обязанностей гражданина России, реализации своих гражданских прав и свобод при уважении прав и свобод, законных интересов других людей.</p> <p>Выражающий неприятие любой дискриминации граждан, проявлений экстремизма, терроризма, коррупции в обществе.</p> <p>Принимающий участие в жизни класса, общеобразовательной организации, в том числе самоуправления, ориентированный на участие в социально значимой деятельности, в том числе гуманитарной</p>	
<p>Патриотическое воспитание</p> <p>Сознающий свою национальную, этническую принадлежность, любящий свой народ, его традиции, культуру.</p> <p>Проявляющий уважение к историческому и культурному наследию своего и других народов России, символам, праздникам, памятникам, традициям народов, проживающих в родной стране.</p> <p>Проявляющий интерес к познанию родного языка, истории и культуры своего края, своего народа, других народов России.</p> <p>Знающий и уважающий достижения нашей Родины — России в науке, искусстве, спорте, технологиях, боевые подвиги и трудовые достижения, героев и защитников Отечества в прошлом и современности.</p> <p>Принимающий участие в мероприятиях патриотической направленности.</p>	2
<p>Духовно-нравственное воспитание</p> <p>Знающий и уважающий духовно-нравственную культуру своего народа, ориентированный на духовные ценности и нравственные нормы народов России, российского общества в ситуациях нравственного выбора (с учётом национальной, религиозной принадлежности).</p> <p>Выражающий готовность оценивать своё поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных ценностей и норм с учётом осознания последствий поступков.</p> <p>Выражающий неприятие антигуманных и асоциальных поступков, поведения, противоречащих традиционным в России духовно-нравственным нормам и ценностям.</p> <p>Сознающий соотношение свободы и ответственности личности в условиях индивидуального и общественного пространства, значение и ценность межнационального, межрелигиозного согласия людей, народов в России, умеющий</p>	3
<p>Эстетическое воспитание</p> <p>Выражающий понимание ценности отечественного и мирового искусства, народных традиций и народного творчества в искусстве.</p> <p>Проявляющий эмоционально-чувственную восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание их влияния на поведение людей.</p> <p>Сознающий роль художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения в современном обществе, значение нравственных норм, ценностей, традиций в искусстве.</p> <p>Ориентированный на самовыражение в разных видах искусства, в художественном творчестве</p>	4

<p>Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия</p> <p>Понимающий ценность жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении здоровья, знающий и соблюдающий правила безопасности, безопасного поведения, в том числе в информационной среде.</p> <p>Выражающий установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность).</p> <p>Проявляющий неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, игровой и иных форм зависимостей), понимание их последствий, вреда для физического и психического здоровья.</p> <p>Умеющий осознавать физическое и эмоциональное состояние (своё и других людей), стремящийся управлять собственным эмоциональным состоянием.</p> <p>Способный адаптироваться к меняющимся социальным, информационным и природным условиям, стрессовым ситуациям.</p>	5
<p>Трудовое воспитание</p> <p>Уважающий труд, результаты своего труда, труда других людей. Проявляющий интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения предметных знаний.</p> <p>Сознающий важность трудолюбия, обучения труду, накопления навыков трудовой деятельности на протяжении жизни для успешной профессиональной самореализации в российском обществе.</p> <p>Участвующий в решении практических трудовых дел, задач (в семье, общеобразовательной организации, своей местности) технологической и социальной направленности, способный инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность.</p> <p>Выражающий готовность к осознанному выбору и построению индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов, потребностей.</p>	6
<p>Экологическое воспитание</p> <p>Понимающий значение и глобальный характер экологических проблем, путей их решения, значение экологической культуры человека, общества.</p> <p>Сознающий свою ответственность как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред.</p> <p>Выражающий активное неприятие действий, приносящих вред природе.</p> <p>Ориентированный на применение знаний естественных и социальных наук для решения задач в области охраны природы, планирования своих поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды.</p> <p>Участвующий в практической деятельности экологической, природоохранной направленности.</p>	7
<p>Ценности научного познания</p> <p>Выражающий познавательные интересы в разных предметных областях с учётом индивидуальных интересов, способностей, достижений.</p>	8

<p>Ориентированный в деятельности на систему научных представлений о закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой.</p> <p>Развивающий навыки использования различных средств познания, накопления знаний о мире (языковая, читательская культура, деятельность в информационной, цифровой среде).</p> <p>Демонстрирующий навыки наблюдений, накопления фактов, осмысления опыта в естественнонаучной и гуманитарной областях познания, исследовательской деятельности</p>	
---	--

Место внеурочного курса «Мой выбор» в плане внеурочной деятельности

В соответствии с планом внеурочной деятельности ГБОУ СОШ им.В.В.Еремеева с.Нижнеаверкино курс «**Мой выбор**» реализуется 1 год для обучающихся 5 класса в объеме 34 часа.

Формы текущего контроля и промежуточной аттестации

Для оценки планируемых результатов освоения программы используются следующие формы текущего контроля: устный опрос; наблюдение за самостоятельной работой обучающегося, за его умением работать в группе сверстников; практическая работа; рефлексия в форме вербального проговаривания или письменного выражения своего отношения к теме, собственному участию в совместной работе.

Форма годовой промежуточной аттестации: тестирование.

II. Содержание внеурочного курса «Мой выбор»

О себе. Формирование благоприятной и доверительной атмосферы. Принятие правил групповой работы, выработка ритуала начала и окончания занятий. Упражнения «Представление по имени», «Презентация индивидуальности», «Цветик-семицветик». Формирование стремления развивать эстетический вкус, представления о комфорте как единстве здоровья, душевной чистоты и эстетики. Упражнения «Ассоциация», «Зеркало». Формирование представления о себе, своем внутреннем мире для того, чтобы обрести уверенность, реализовать свои способности, достичь своих целей в жизни. Упражнения «Моя карточка», «Кто Я?».

Я и другие люди. Формирование представлений о правилах общения. Обсуждение понятия «общение». Обобщение, что без умения жить в согласии с другими людьми, не обойтись, а для этого необходимо учиться общению. Проведение методики «Оцените свою общительность». Упражнения «Ступени общения», «Люблю – не люблю». Формирование стремления понимать индивидуальные различия окружающих, привычки искать способы сотрудничества с людьми в различных ситуациях. Показать различия между критикой и оскорблением. Проведение методики «Каким ты выглядишь в глазах других?». Упражнения «Печатная машинка», «Я реальный, я глазами других, я идеальный». Формирование умения извлекать пользу из критических замечаний в свой адрес и корректно критиковать других. Упражнения «Печатная машинка», «Посидите так, как сидит ...» Показать различия между критикой и оскорблением. Формирование умения извлекать пользу из критических замечаний в свой адрес и корректно критиковать других. Формирование представление о критическом отношении к себе, показать пользу критического мышления. Проведение методики «Насколько вы уверены в себе?». Упражнение «15 слов». Обсуждение понятий «толерантность», «инакость», лежащих в

основе многих правовых актов. Как мы судим о людях, что является главным в их оценке, как мы относимся к непривычной внешности, непонятным для нас взглядам, к другой традиции, культуре и т.п. Упражнение «Диалектика», «...быть хорошо (плохо), потому что...» Формирование представлений о дружбе как важнейшей нравственной ценности. Выяснение представлений ребят о дружбе. Дать определение понятию «дружба». Упражнение «Скажи мне ласковое слово». Формирование стремления к совместной деятельности, представления о правилах конструктивного взаимодействия с членами группы. Проведение методики «Ваша уличная компания». Упражнение «Закончи предложение». Формирование стремления оказывать помощь и быть готовым ее принимать, терпимо относиться к различиям в поведении людей. Формирование доброжелательного отношения друг к другу, умения найти положительные качества в окружающих и высказать их. Упражнение «Кто тормоз». Укрепление привязанности к членам своей семьи, обучение испытывать гордость за их достижения, быть терпимыми к их недостаткам. Формирование представления о важности семьи в жизни человека. Упражнения «Я и взрослые», «Я хочу попросить ...». Обсуждение понятий «семья», «родительский дом – место, где нас ждут, помнят, простят». Оформление памяток. Конкурс «Генеалогическое дерево моей семьи».

«Мир эмоций» Формирование представлений о позах и жестах, как выразительных средствах, несущих важную информацию. Упражнения «Чувства без слов», «Проявление эмоций», «Картина эмоций». Формирование представления о том, что настроение человека – не только результат внешних обстоятельств, но и его собственных усилий. Формирование привычки справляться с раздражением и плохим настроением. Оптимизация своего отношения к экстремальным ситуациям как преодолеваемым, при наличии не только физической, но и психологической готовности. Оформление памяток. Формирование убеждения о способности человека к адаптации в сложных жизненных ситуациях. Формирование представления о воздействии стресса на организм; обучение эффективно противостоять стрессу. Игра-активатор «Море волнуется». Продолжение обучению способам борьбы со стрессом. Закрепление представлений о состоянии стресса и способах совладения с ним, закрепление навыка конструктивного поведения в ситуации переживания стресса. Проведение методики «Умеете ли вы справляться со стрессом?» Дискуссия «Как справиться со стрессом?» Оформление памяток. Формирование убеждения, что активная практическая деятельность помогает пережить ситуацию печали и горя; выработка навыка оказания помощи человеку в ситуации печали и горя. Оформление памяток.

«Конфликты и компромиссы» Показать неизбежность возникновения конфликтов в жизни людей. Формирование способности предвидеть приближение конфликта; выработка навыка решения конфликтных ситуаций путем принятия коллективного решения. Упражнение «Испорченный телефон». Ролевая игра «Конфликт». Изучение и обсуждение правил выхода из конфликтных ситуаций. Оформление памятки «Учимся жить без конфликтов». Групповая дискуссия «Ответственность за исход конфликта». Упражнение «Выход из конфликта». Показать возможность преодоления большинства повседневных конфликтов с родителями, формирование навыка поведения в конфликте, формирование возможности договариваться в ситуации конфликта. Упражнение «Прости меня». Ролевая игра «Конфликт с родителями». Оформление памятки.

«Мои права и обязанности» Выяснение знаний подростков о правах ребенка. Обсуждение текста Конвенции. Групповая дискуссия «На что я имею право». Упражнение «Я хочу – я могу». Формирование представления об ответственности за свои поступки; формирование убеждения, что умеющий нести ответственность за свои поступки, достоин уважения; развитие умения прогнозировать последствия своих поступков, умения анализировать. Групповая дискуссия «Может ли несовершеннолетний - привлекаться к правовой ответственности». Упражнение «Три криминалиста». Обсуждение текста

Конституции Российской Федерации. Работа в группах, игровые ситуации. Игра «Поругай Золушку». Оформление памяток по правам ребенка, обязанностям и ответственности несовершеннолетних.

«Я и мои риски» Показать, что принятие оптимального решения возможно лишь после критического осмысления ситуации; особенности принятия персонального и коллективного решения; формирование представления о том, как отстаивать свою точку зрения при принятии коллективного решения. Игра «Воздушный шар». Упражнения «Мои поступки», «Мой выбор», «Кино». Формирование стремления избегать ситуаций, связанных с риском стать жертвой насилия; формирование сочувствия к жертвам насилия. Дать четкие представления о многообразии проявлений насилия. Выработка защитных навыков, которые делают подростков менее уязвимыми в опасных ситуациях, умения обращаться за помощью в случаях насилия. Упражнение «Телефон доверия». Формирование позитивного отношения к человеку, избегающему неоправданного риска как не трусливому, а разумному. Воспитание негативного отношения к неоправданному риску. Привитие способности при решении жизненных ситуаций избегать путь, связанный с мини-мальным риском. Тест «Склонность к риску». Обсуждение понятия «привычка». Обращение к объяснению понятия в толковом словаре. Упражнения «Сорняки и розы», «Вам барышня прислала сто рублей». Формирование представления о силе группового давления на личность, способности делать самостоятельный выбор и умения поступать в соответствии с собственными решениями. Упражнение «Попробуй отказаться». Оформление памяток по отказу от вредных привычек и здоровому образу жизни. Информирование об опасности курения. Обмен мнениями о пагубном влиянии курения на организм подростка. Тренинговое упражнение «Убеди друга». Формирование убеждения, что отказ от ПАВ является признаком зрелого поведения, представления о механизмах возникновения зависимости от ПАВ и возможности противостоять этому, стойкого навыка отказа от ПАВ. Групповая дискуссия «Употребление ПАВ – дело личное». Упражнение: «Мой щит».

III. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Мой выбор»

Личностные результаты: будут достигнуты в рамках когнитивного, ценностного и эмоционального, деятельностного (поведенческого) компонентов.

- знание основ здорового образа жизни,
- ориентация в системе моральных норм и ценностей;
- осознанный выбор правил поведения в ситуациях социального риска;
- готовность к равноправному сотрудничеству;
- уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим;
- ценностное отношение к семье и природе;
- позитивная моральная самооценка и моральные чувства- чувство гордости при следовании моральным нормам, переживание стыда и вины при их нарушении;
- готовность вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия;
- конструктивно разрешать конфликты;

Метапредметные результаты:

Регулятивные универсальные учебные действия

- осуществлять целеполагание в сфере проектирования планов жизнедеятельности;
- самостоятельно контролировать свое время;- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров, противостоять давлению группы;
- самостоятельно ставить перспективные жизненные цели и задачи;

Коммуникативные универсальные учебные действия

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве со сверстниками;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- работать в группе -устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации;- владеть основами коммуникативной рефлексии.

Познавательные универсальные учебные действия

- осуществлять поиск информации по тематике ЗОЖ и предупреждения употребления ПАВ с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- устанавливать причинно- следственные связи в сфере социальных рисков, асоциального поведения, связанные с употреблением ПАВ;
- строить логические рассуждения, включающие установление причинно- следственных связей, направленные на выработку отрицательного отношения к употреблению ПАВ.

IV. Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Кол-во часов	Дата проведения	Форма проведения занятия	Характеристика основных видов деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Реализация воспитательного потенциала занятия с учетом направлений рабочей программы воспитания
Раздел I «О себе»							
1.	Как тебя зовут?	1	1 неделя	Беседа	-участвуют в беседе; -работают в группах; -анализируют ситуации; -делятся впечатлениями;	Упражнения для знакомства участников тренинга https://www.kem.by/teachers/uprajnenia-znakomstva-uchastnikov/	3
2.	«В человеке все должно быть прекрасно»	1	2 неделя	Беседа с элементами тренинга	- участвуют в беседе; -анализируют ситуации; - работают в группах; - делятся впечатлениями; -высказывают свою точку зрения;	Коммуникативные тренинги для подростков http://priyt23.ru/DswMedia/-kommunikativnyietreningidlyapodrostkov-.pdf	3
3	«Что такое мое «Я»? Знаю ли я себя?»	1	3 неделя	Рефлексивное общение Практические занятия с элементами тренинга	- участвуют в беседе; -анализируют ситуации; - работают в группах; - работают в парах; -высказывают свою точку зрения; - представляют творческие работы;	Занятие «Мой характер» https://videouroki.net/razrabotki/zaniatiie-dlia-podrostkov-moi-kharakter.html	3,1,,8

Раздел II «Я и другие люди»

4	«Люди существуют друг для друга»	1	4 неделя	Беседа	<ul style="list-style-type: none"> - участвуют в беседе; - анализируют ситуации; - участвуют в игровых упражнениях; - работают в группах; - делятся впечатлениями; - высказывают свою точку зрения; 	Час общения с элементом тренинга https://www.maam.ru/detskijasad/chas-obschenija-s-yelementami-treninga-lyudi-suschestvuyut-drug-dlja-druga.html	3
5	Каким ты выглядишь в глазах других?	1	5 неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	<ul style="list-style-type: none"> - участвуют в беседе; - анализируют ситуации; - участвуют в игровых упражнениях; - работают в парах; - делятся впечатлениями; - высказывают свою точку зрения; 	Тренинг социальных навыков https://gcvr.edu.yar.ru/dokumenty/metodisti/trening_sotsialnih_navikov.pdf	3
6	С точки зрения других.	1	6 неделя	Беседа Тренинг	<ul style="list-style-type: none"> - участвуют в беседе; - анализируют ситуации; - высказывают свою точку зрения; - делятся впечатлениями; - работают в парах; - работают в группах; 	Тренинговое упражнение https://infourok.ru/zanyatie-s-elementami-treninga-dlya-podrostkov-obraz-moego-ya-1927151.html	3
7	О пользе критики.	1	7 неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	<ul style="list-style-type: none"> - участвуют в беседе; - анализируют ситуации; - участвуют в игровых упражнениях; - работают в парах; - делятся впечатлениями; 	Тренинговое упражнение https://infourok.ru/trening-socialnih-navikov-polza-kritiki-i-umenie-prinimat-reshenie-3809598.html	3,5

					-высказывают свою точку зрения;		
8	«Хорошо, что мы такие разные».	1	8 неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	- участвуют в беседе; - анализируют ситуации; - участвуют в игровых упражнениях; - работают в группах; - делятся впечатлениями; - высказывают свою точку зрения;	Статья «В поисках толерантности» https://cyberleninka.ru/article/n/v-poiskah-tolerantnosti-trening-dlya-podrostkov	3,6
9	«Дружба – это...»	1	9 неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	- участвуют в беседе; - анализируют ситуации; - участвуют в игровых упражнениях; - работают в парах; - делятся впечатлениями; - высказывают свою точку зрения;	Тренинг https://infourok.ru/trening-nravstvennih-cennostey-dlya-podrostkov-niti-druzhbi-2662429.html	1,3,5
10	Я и мои друзья.	1	10 неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	- участвуют в беседе; - анализируют ситуации; - участвуют в игровых упражнениях; - работают в парах; - делятся впечатлениями; - высказывают свою точку зрения;	Тренинг https://sobes.tatarstan.ru/psihologicheskiy-trening-ya-i-moi-druzya.htm	3,5
11	Мои одноклассники одноклассницы.	1	11 неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	- участвуют в беседе; - анализируют ситуации; - участвуют в игровых упражнениях; - работают в парах; - делятся впечатлениями; - высказывают свою точку зрения;	Игры на командообразование https://orlenokvolga.ru/news/osti/dlya-budushhih-vozhatyh-chast-2-2-igry-na-kom/	3,5

12	Я и моя семья	1	12 неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	- участвуют в беседе; - анализируют ситуации; - участвуют в игровых упражнениях; - делятся впечатлениями; - высказывают свою точку зрения;	Тренинг https://infourok.ru/trening-moya-semya-moyo-budushee-moe-nastoyashee-2552079.html	1,3,5
13	«Неразлучные друзья взрослые и дети»	1	13 неделя	Рефлексивное общение Игровые и тренинговые упражнения	- участвуют в беседе; - анализируют ситуации; - участвуют в игровых упражнениях; - работают в группах; - делятся впечатлениями; - высказывают свою точку зрения; - представляют творческие работы.	Тренинг https://znanio.ru/media/trening_vstrecha_nerazluchnye_druzya_vzroslye_i_deti-143432	3,5
Раздел № 3 «Мир эмоций»							
14	Мир эмоций. Мои эмоции	1	14 неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	- участвуют в беседе; - анализируют ситуации; - высказывают свою точку зрения; - делятся впечатлениями; - работают в парах;	Тренинг «Властилин эмоций» https://yrok.pf/library/plan_konspekt_treninga_vlastelin_emotcij_170334.html Видео «Управление эмоциями» https://www.youtube.com/watch?v=ZPKAvTijV9Y	3,5
15	Как справиться с плохим настроением	1	15 неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	- участвуют в беседе; - анализируют ситуации; - участвуют в игровых упражнениях; - работают в парах;	Упражнения для поднятия настроения http://skshi8v11.org.ru/wp-content/uploads/2014/05/Упражнения-для-поднятия-	3,5

					- делятся впечатлениями; -высказывают свою точку зрения;	настроения.pdf	
16	«Спокойствие, только спокойствие!»	1	16неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	-участвуют в беседе; -анализируют ситуации; -высказывают свою точку зрения; -делятся впечатлениями; -работают в парах;	Тренинг релаксации https://infourok.ru/trening-relaksacii-dlya-podrostkov-2415460.html	3,5
17	«Стресс в жизни человека»	1	17неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	- участвуют в беседе; -анализируют ситуации; - участвуют в игровых упражнениях; - работают в парах; - делятся впечатлениями; -высказывают свою точку зрения;	Тренинг https://infourok.ru/trening-stressoustoychivosti-dlya-podrostkov-2415526.html	3,5
18	Способы борьбы со стрессом	1	18неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	-участвуют в беседе; -анализируют ситуации; -высказывают свою точку зрения; -делятся впечатлениями; -работают в парах;	Тренинг http://social-orthodox.info/pages/5_4_treningi_dlya_podrostkov.htm	3,5
19	Как помочь человеку справиться с горем	1	19 неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	-участвуют в беседе; -анализируют ситуации; -высказывают свою точку зрения; -делятся впечатлениями; -представляют творческие работы;	Тренинг https://psy.wikireading.ru/71724	3,5
Раздел № 4 «Конфликты и компромиссы»							

20	«Конфликты и компромиссы»	1	20неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	-участвуют в беседе; -анализируют ситуации; -высказывают свою точку зрения; -делятся впечатлениями; -работают в парах;	Тренинг «Конфликт и пути его разрешения» https://bashkola2.edu-penza.ru/sveden/Тренинг%20Конфликт%20и%20пути%20его%20разрешения.pdf	3,5
21	Учимся предотвращать и разрешать конфликты	1	21 неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	-участвуют в беседе; -анализируют ситуации; -высказывают свою точку зрения; -делятся впечатлениями; -работают в парах; -работают в группах .	Занятие «Учусь отстаивать свое мнение» https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2017/04/13/zanyatie-uchus-otstaiwat-sobstvennoe-mnenie	3,5
22	Способы решения конфликтов с родителями.	1	22неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	-участвуют в беседе; -анализируют ситуации; -высказывают свою точку зрения; -делятся впечатлениями; -работают в парах; -работают в группах ; -представляют творческие работы.	Тренинг https://infourok.ru/trening-dlya-podrostkov-stop-konflikt-2875134.html	3,5
Раздел №5 «Мои права и обязанности»							
23	«Право быть ребенком»	1	23неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	- участвуют в беседе; -анализируют ситуации; - участвуют в игровых упражнениях; - работают в парах; - делятся впечатлениями; -высказывают свою точку зрения;	Тренинг по праву https://infourok.ru/trening-po-pravu-u-detey-est-svoe-prava-i-obyazannosti-3722541.html	1,3,5

24	«Что такое ответственность?»	1	24 неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	- участвуют в беседе; - анализируют ситуации; - участвуют в игровых упражнениях; - работают в парах; - делятся впечатлениями; - высказывают свою точку зрения;	Тренинговое упражнение https://multiurok.ru/files/zanatie-s-elementami-treninga-otvetstvennost-samo.html	1,3,5
25	«Путешествие в страну «Законою»	1	25 неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	- участвуют в беседе; - анализируют ситуации; - участвуют в игровых упражнениях; - работают в парах; - делятся впечатлениями; - высказывают свою точку зрения;	Тренинговое упражнение https://kopilkaurokov.ru/vnurochka/presentacii/klassny-chas-ighra-putieshiestvie-v-stranu-zakoniuu	1,3,5
Раздел № 6 «Я и мои риски»							
26	«Умение принимать решение»	1	26 неделя	Беседа Практические упражнения	- участвуют в беседе; - анализируют ситуации; - участвуют в игровых упражнениях; - работают в группах; - делятся впечатлениями; - высказывают свою точку зрения;	Общение с элементами тренинга https://infourok.ru/psihologicheskiy-trening-s-podrostkami-na-temu-ya-uchus-prinimat-resheniya-4043214.html	3,5
27	Защита против жестокого обращения	1	27 неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	- участвуют в беседе; - анализируют ситуации; - участвуют в игровых упражнениях; - работают в парах; - делятся впечатлениями;	Тренинг «Поиск выхода» http://popkovapsiholog.myskimou7.edusite.ru/p79aa1.html	3,5

					-высказывают свою точку зрения;		
28	«Можно ли рисковать «по-умному»?»	1	28 неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	-участвуют в беседе; -анализируют ситуации; -высказывают свою точку зрения; -делятся впечатлениями; -работают в группах;	Информация по теме для беседы https://bstudy.net/866812/p/sihologiya/virtualnyy_vozmozhnosti_opasnosti	3,5
29	«Полезно или полезные привычки?»	1	29неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	-участвуют в беседе; -анализируют ситуации; -высказывают свою точку зрения; -делятся впечатлениями; -работают в группах;	Тренинг «Принимай правильные решения» https://pallzozh14.ucoz.ru/5/zanimatelnye_treningi_po_profilaktike_kurenija.doc 30 фактов о вреде алкоголя http://gorpol39.spb.ru/здоровый-образ-жизни/30-доказанных-фактов-о-вреде-употреблен/	3,5
30	«Умеешь ли ты сказать «Нет»?»	1	30неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	-участвуют в беседе; -анализируют ситуации; -высказывают свою точку зрения; -делятся впечатлениями; -работают в парах;	Занятие- тренинг «Сопротивление давлению» https://multiurok.ru/index.php/files/zaniatie-trening-soprotivlenie-davleniuu.html	3,5
31	«Курить или жить?»	1	31неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	-участвуют в беседе; -анализируют ситуации; -высказывают свою точку зрения;	Тренинги по профилактике курения https://pallzozh14.ucoz.ru/5/zanimatelnye_treningi_po_profilaktike_kurenija.doc	3,5,6

					-делятся впечатлениями; -работают в парах;		
32	«Говоря наркотикам «нет», ты говоришь своему здоровью «да».	1	32 неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	-участвуют в беседе; -анализируют ситуации; -высказывают свою точку зрения; -делятся впечатлениями; -работают в группах;	Игры и упражнения по профилактике наркомании http://cdt-sormovo.ucoz.ru/_ld/3/372____.pdf	3,5
33	«Я выбираю здоровье».	1	33неделя	Беседа Игровые и тренинговые упражнения	-участвуют в беседе; -анализируют ситуации; -высказывают свою точку зрения; -делятся впечатлениями; -работают в парах;	Тренинг https://pedportal.net/starshie-klassy/psihologiya/trening-dlya-podrostkov-quot-ya-vybirayu-zdorove-quot-konspekt-prezentaciya-buklet-253315	3,5,6
34	Итоговое занятие. Годовая промежуточная аттестация.	1	34неделя	Рефлексия	-выполняют тесты		

Литература для учащихся

Административный кодекс Российской Федерации. Волков А. Волшебник Изумрудного города. – М.: Детская литература, 1985. Джерома Дж. Трое в лодке, не считая собаки. Как мы писали роман. Рассказы. Рига, 1987. Конвенция ООН о правах ребенка. Конституция Российской Федерации. Семейный кодекс Российской Федерации. Твен М. Принц и нищий. – СПб.: Милета, 1992. Толстой Л.Н. Рассказы и сказки. – Москва, 1991. Уголовный кодекс Российской Федерации. Федеральный Закон «Об основных гарантиях прав ребенка». Шарль Перро. Золушка. – Ленинград, 1982.

Литература для руководителя

Алоева М.А. Классные часы в 5-7 класса / Под ред. Г.Н. Сибирцовой. Изд. 4-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2005. Гусева Н.А. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей. Программа профилактики злоупотребления психоактивными веществами / под научн. ред. Л.М. Шипицыной. – СПб.: Речь, 2005. Майорова Н.П., Черурных Е.Е., Шурухт С.М. Обучение жизненно важным навыкам в школе: Пособие для классных руководителей / Под ред. Н.П. Майоровой. – СПб.: Образование - Культура, 2002. Макарычева Г.И. Тренинг для подростков: профилактика асоциального поведения. – СПб.: Речь, 2007. Имяю право... О ценности жизни. Методическое пособие для родителей, психологов, педагогов / Состав. Р.Б. Зайнашева. – Уфа, 2004. Педагогика временного детского коллектива. / Под ред. Э.В. Марзоевой, С.А. Горбачева. – Владивосток, 2002. Прихожан А.М. Психология неудачника: тренинг уверенности в себе. – М., 1997. Родионов В.А. и др. Я и другие. Тренинги социальных навыков. Для учащихся 1-11-х классов. – Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2003. Ромек В.Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. – СПб.: Речь, 2007. Савченко С.Ф., Ивановская О.Г., Гадасина Л.Я., Барабохина В.А., Гаврилова А.Н., Земляная Н.Н., Кудрявцева В.П. Профилактика аддиктивного поведения школьников: Учебно-методическое пособие. – СПб.: КАРО, 2006. Система работы администрации школы по профилактике наркомании: планирование, комплекс административных и внеклассных мероприятий, координация действий различных структур / авт.-сост. О.В. Галичкина. – Волгоград: Учитель, 2006. Система работы школы по защите прав и законных интересов ребенка / авт.-сост. Н.А. Маньшина. – Волгоград: Учитель, 2007. Сמיד Р. Групповая работа с детьми и подростками. – М., 2000. Твоя жизнь – твой выбор. Развитие ценностей здорового образа жизни школьников / Т.М. Жирова. – Волгоград: Панорама, 2006.