

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Тверской области
Управление образования администрации Вышневолоцкого
муниципального округа
МБОУ «Красномайская СОШ имени С.Ф. Ушакова»

РАССМОТРЕНО
на заседании
Педагогического
совета
Протокол № 1
от «28» августа
2025 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
УВР

Миклюкова Л. А.
Протокол № 1
от «28» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор

Виноградова О. К.
Приказ № 132-ОД
от «29» августа 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программы социально - гуманитарной направленности
«Умей вести за собой»

Направленность: социально-гуманитарная

Общий объем программы в часах: 68 часов

Возраст обучающихся: 12-14 лет

Срок реализации программы: 2 года

Уровень: базовый

Автор: педагог дополнительного образования Лебедева В.А.

пгт Красномайский, 2025 г.

Информационная карта программы

Наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Умей вести за собой»
Направленность	социально-гуманитарная
Разработчик программы	Лебедева В.А.
Общий объем часов по программе	68 часов
Форма реализации	очная
Целевая категория обучающихся	обучающиеся в возрасте 12-14 лет
Аннотация программы	Данная программа направлена на развитие эмоционального и социального интеллекта через создание в группе детей дружеской атмосферы взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом и с педагогом. Дети приобретают социальный опыт и учатся общаться с чуткостью и уважением. Кроме того, программа направлена на формирование навыков конструктивного общения. В процессе участия в данной программе подростки смогут увидеть себя со стороны собеседника, это научит лучше разбираться в себе и в окружающих людях. В ходе занятий формируется умение общаться, сохраняя хорошие отношения, навыки уверенного поведения, способность работать в команде и совместно принимать решения, которая становится все более важной и актуальной в этом возрасте. Методика программы предполагает такие формы проведения занятий как беседы, обсуждения, дискуссии, мозговые штурмы, упражнения на отработку организаторских навыков, деловые игры, самостоятельная работа школьников, индивидуальные консультации педагога. Кроме того, формы занятий предполагают сочетание индивидуальной и групповой работы школьников

Планируемый результат реализации программы	По итогам обучающиеся получают: Знания: - представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах отношений в обществе; - понятия поведения, мыслей, эмоций и различий в их выражении - средства самопознания Навыки: - учиться в коллективе - осознавать в совместной деятельности новые знания, навыки из опыта других - оценивать свои поступки, действия с учетом влияния на окружающих людей - развивать навыки управления эмоциями, самооценки, взаимодействия - самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи - формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения; выражать себя, свою точку зрения - вести переговоры; понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к окружающим

Пояснительная записка

Рабочая программа дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы социально - гуманитарной направленности **«Умей вести за собой»** разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования программой «Умей вести за собой», разработанной Институтом стратегии развития образования, 2022 года, ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения программы основного общего образования с учетом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всем пространстве школьного образования не только на уроке, но за его пределами.

Занятия по программе “Умей вести за собой” дают возможность саморазвития как непрерывного процесса, в рамках которого учащиеся приобретают способность управлять текущими событиями, формировать хорошие и открытые отношения с другими людьми, последовательно защищать свои взгляды, излагать свою точку зрения и вести дискуссию.

В ходе занятий по программе “Умей вести за собой” дети смогут выявить свои сильные и слабые стороны, склонности и возможности, которые помогут им стать грамотными специалистами достойными членами общества, определить природу лидерства, изучить стратегии и методы управления.

Каждый раздел состоит из теоретической и практической части, что позволяет развить в обучающихся:

- готовность и способность выражать и отстаивать свою общественную позицию, критически оценивать собственные намерения, мысли и поступки;
- способность к самостоятельным поступкам и действиям, совершаемым на основе морального выбора, принятию ответственности за их результат, целеустремленности и настойчивости в достижении результата;

формированию мотивации к активному и ответственному участию в общественной жизни.

Направленность программы – социально-гуманитарная. Данная программа направлена на обучение детей 12-13 лет с целью пробудить у них интерес к самопознанию. Программа направлена на формирование социально компетентного поведения у детей и подростков, которое обеспечивает ребенку адекватное отношение к позитивным и проблемным ситуациям,

навыков доброжелательного общения со сверстниками, которые можно использовать в совместной деятельности при получении новых знаний. Обучение по данной программе создает благоприятные условия для развития личностных качеств.

Актуальность программы

В рамках изучаемого курса подростки получают навыки эффективного взаимодействия в команде, построения отношений с другими на основе взаимного уважения и сотрудничества, проявляют себя в решении групповых задач, делают осознанный выбор, способны понять свою роль и место в обществе. К тому же реалии современного общества таковы, что в настоящее время созрела проблема агрессивности детской среды, когда у подрастающего поколения нет навыков сотрудничества и конструктивного поведения в конфликтах.

Сегодня умение общаться, сохраняя хорошие отношения с другими людьми, становится все более важным. К сожалению, многие дети в семье так и не приобретают этого важнейшего социального навыка, но педагоги могут научить детей решать конфликты, слушать и понимать других, уважать чужое мнение и не в последнюю очередь – следовать социальным нормам и правилам.

Цель реализации программы:
формирование всесторонне развитой личности, способной постигнуть и реализовать потенциал своих знаний и возможностей и адаптироваться к окружающей среде.

Задачи программы:

Обучающие:

-обеспечение индивидуальных потребностей школьников

-обеспечение школьника средствами самопознания

- овладение социальными компетенциями

Развивающие:

- формирование мотивации к самовоспитанию и саморазвитию;

- развитие навыков и умений, необходимых для уверенного поведения

-развить навыки организаторской деятельности, координации и стимулирования действий другого человека

- развитие эмоционального и социального интеллекта через создание в группе детей дружеской атмосферы взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом и с педагогом
- развитие личностных компетенций, таких как организованность, обучаемость, ответственность, самоконтроль, реализация личностного потенциала.

Воспитательные:

- сформировать организаторские умения подростков посредством системы занятий и тренингов по коллективной творческой деятельности
- воспитывать дисциплинированность, ответственность, самоорганизацию, трудолюбие;
- обеспечивать формирование чувства коллективизма и взаимопомощи.

Новизна программы обеспечивается тем, что дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Умей вести за собой», реализуемая на базе МБОУ «Красномайская СОШ имени С. Ф. Ушакова», предоставляет возможность организовать образовательный процесс на основе установленных требований, сохраняя основные подходы и технологии в организации образовательного процесса. В тоже время, педагог-наставник может наполнять программу дополнительным материалом.

Отличительной особенностью данной программы является то, что она дает ребятам знания и умения, необходимые для достижения контактности, решение конфликтов и проблемных ситуаций. Обучение по данной программе представляет собой систему взаимосвязанных творческих заданий, деловых игр и тренингов, проводятся обсуждения и дискуссии на волнующие и интересные темы, в процессе которых отрабатываются навыки руководства малым коллективом или группой, техника ведения разговора, спора, умение упорядочить точки зрения, достигать согласия и находить решения в группе. Ребенок получает поддержку и уважение сверстников, имеет возможность приобрести новых друзей, расширить свой кругозор, иметь практику общественной жизни, он чувствует себя нужным и способным помочь множеству людей, оказавшихся в трудной ситуации.

Функции программы

Образовательная функция заключается в организации обучения учащихся системой новых знаний, умений, навыков с целью дальнейшего применения.

Компенсаторная функция программы реализуется посредством чередования различных видов деятельности обучающихся, характера нагрузок, темпов осуществления деятельности.

Социально–адаптивная функция программы состоит в том, что каждый обучающийся отрабатывает навыки взаимодействия с другими участниками программы, преодолевая проблемно-конфликтные ситуации, переживая успехи и неудачи, вырабатывая индивидуальный способ самореализации.

Адресат программы. Программа предназначена для обучающихся в возрасте 12-14 лет, без ограничений возможностей здоровья, проявляющих интерес к самопознанию.

Количество обучающихся в группе – до 25 человек.

Форма обучения: очная

Уровень программы: базовый

Форма реализации образовательной программы: занятия

Организационная форма обучения: групповая.

Режим занятий: занятия с обучающимися проводятся 1 раз в неделю по 45 минут.

При организации учебных занятий используются следующие **методы обучения:**

По внешним признакам деятельности педагога и обучающихся:

- *словесный* – беседа, лекция, обсуждение, рассказ, анализ;
- *наглядный* – показ, просмотр видеофильмов и презентаций;
- *практический* – самостоятельное выполнение заданий.

По степени активности познавательной деятельности обучающихся:

- объяснительно-иллюстративные* – обучающиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный* – обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;

исследовательский – овладение обучающимися методами научного познания, самостоятельной творческой работы.

По логичности подхода:

аналитический – анализ этапов выполнения заданий.

По критерию степени самостоятельности и творчества в деятельности обучающихся:

частично-поисковый – обучающиеся участвуют в коллективном поиске в процессе решения поставленных задач, выполнении заданий досуговой части программы;

-метод проблемного обучения;

-метод дизайн-мышления;

-метод проектной деятельности.

Возможные формы проведения занятий:

- лекция, объяснение, на этапе изучения нового материала

-беседа, дискуссия, практическая работа на этапе практической деятельности, деловые и ролевые игры

-на этапе освоения навыков – творческое задание, упражнения на взаимодействия в группе, тренинги

-на этапе проверки полученных знаний – дидактическая игра

Ожидаемые результаты:

Личностные результаты:

- осмысление мотивов своих действий при выполнении заданий;

-развитие внимательности, настойчивости, целеустремленности, умения преодолевать трудности;

-развитие самостоятельности суждений, независимости и нестандартности мышления;

-формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре;

Метапредметные результаты:

-Регулятивные универсальные учебные действия:

- самостоятельно формулировать тему и цели урока;

- составлять план решения учебной проблемы совместно с учителем;

- работать по плану, сверяя свои действия с целью, корректировать свою деятельность;

- в диалоге с учителем вырабатывать критерии оценки и определять степень успешности своей работы и работы других в соответствии с этими критериями.

Познавательные универсальные учебные действия

- перерабатывать и преобразовывать информацию из одной формы в другую (составлять план, таблицу, схему);
- пользоваться словарями, справочниками;
- осуществлять анализ и синтез;
- устанавливать причинно-следственные связи;
- строить рассуждения.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач;
- владеть монологической и диалогической формами речи;
- высказывать и обосновывать свою точку зрения;
- слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- задавать вопросы.

Компетентностный подход реализации программы позволяет осуществить формирование у обучающегося как личностных, так и профессионально-ориентированных компетенций через используемые формы и методы обучения, нацеленность на практические результаты.

В процессе обучения по программе у обучающегося формируются:

универсальные компетенции:

- умение ставить вопросы, выбирать наиболее эффективные решения задач в зависимости от конкретных условий;
- способность творчески решать задачи;
- способность правильно организовывать рабочее место и время для достижения поставленных целей.

предметные результаты: Предметные результаты освоения программы основного общего образования представлены с учетом специфики содержания гуманитарных предметных областей.

Русский язык: извлечение информации из различных источников, ее осмысление и оперирование ею, свободное пользование лингвистическими словарями, справочной литературой, осуществление выбора языковых средств для создания устного или письменного высказывания в соответствии с коммуникативным замыслом; обогащение словарного запаса, расширение объема используемых в речи грамматических языковых средств для свободного выражения мыслей и чувств в соответствии с ситуацией и сферой

общения: осознанное расширение своей речевой практики; овладение основными нормами современного русского литературного языка.

Обществознание: освоение и применение системы знаний о социальных свойствах человека, особенностях его взаимодействия с другими людьми; характерных чертах общества; содержании и значении социальных норм, регулирующих общественные отношения, включая правовые нормы.

В результате освоения программы, обучающиеся должны **знать**:

- основные права, свободы и обязанности гражданина, социальные нормы и правила отношений в обществе;
- понятия поведения, мыслей, эмоций и различий в их выражении
- средства самопознания

В результате освоения программы, обучающиеся должны **уметь**:

- осознавать в совместной деятельности новые знания, навыки из опыта других- оценивать свои поступки, действия с учетом влияния на окружающих людей- развивать навыки управления эмоциями, самооценки, взаимодействия
- самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи- формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения; выражать себя, свою точку зрения
- вести переговоры; понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к окружающим

Мониторинг образовательных результатов

Система отслеживания, контроля и оценки результатов обучения по данной программе имеет три основных критерия:

1. Надежность знаний и умений – предполагает усвоение терминологии, способов и типовых решений коммуникативных ситуаций проблемного общения
2. Сформированность личностных качеств – определяется как совокупность ценностных ориентаций в сфере общения.
3. Готовность к продолжению обучения в сфере самопознания— определяется как потребность в коммуникации, готовность к коллективной деятельности.

Способы определения результативности реализации программы и формы подведения итогов реализации программы

В процессе обучения проводятся разные виды контроля результативности усвоения программного материала.

Текущий контроль проводится на занятиях в виде наблюдения за успехами каждого обучающегося, процессом формирования компетенций. Текущий контроль успеваемости носит безотметочный характер и служит для определения педагогических приемов и методов для индивидуального подхода к каждому обучающемуся, корректировки плана работы с группой.

Периодический контроль проводится по окончании изучения каждой темы в виде творческих заданий, мини проектов, представления практических результатов выполнения заданий. Периодический контроль проводится в виде семинаров.

Промежуточный контроль – оценка уровня и качества освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по итогам изучения раздела, темы или в конце определенного периода обучения.

Формами контроля могут быть: педагогическое наблюдение за ходом выполнения практических заданий педагога, анализ на каждом занятии качества выполнения работ и приобретенных навыков общения, устный и письменный опрос, выполнение тестовых заданий, выступление на конференции, конкурс, презентация проектов, анализ участия, обучающегося в мероприятиях.

Итоговая аттестация – проводится в конце обучения с целью оценки качества освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы после завершения ее изучения.

В процессе проведения итоговой аттестации оценивается результативность освоения программы.

Критерии оценивания приведены в таблицах 1 и 2..

Таблица 1

Критерии оценивания сформированности компетенций

Уровень	Описание поведенческих проявлений
1 уровень - недостаточный	Обучающийся не владеет навыком, не понимает его важности, не пытается его применять и развивать.

2 уровень – развивающийся	Обучающийся находится в процессе освоения данного навыка. Обучающийся понимает важность освоения навыков, однако не всегда эффективно применяет его в практике.
3 уровень – опытный пользователь	Обучающийся полностью освоил данный навык. Обучающийся эффективно применяет навык во всех стандартных, типовых ситуациях.
4 уровень – продвинутый пользователь	Особо высокая степень развития навыка. Обучающийся способен применять навык в нестандартных ситуациях или ситуациях повышенной сложности.
5 уровень – мастерство	Уровень развития навыка, при котором обучающийся становится авторитетом и экспертом в среде сверстников. Обучающийся способен передавать остальным необходимые знания и навыки для освоения и развития данного навыка.

Таблица 2

Критерии оценивания уровня освоения программы

Уровни освоения программы	Результат
Высокий уровень освоения программы	Обучающиеся демонстрируют высокую заинтересованность в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают отличное знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в качественный продукт
Средний уровень освоения программы	Обучающиеся демонстрируют достаточную заинтересованность в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают хорошее знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в продукт, требующий незначительной доработки

Низкий уровень освоения программы	Обучающиеся демонстрируют низкий уровень заинтересованности в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают недостаточное знание теоретического материала, практическая работа не соответствует требованиям
-----------------------------------	---

2. Содержание программы

2.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Умей вести за собой»
6 класс

№ п/п	Название раздела, модуля, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Введение в курс	2		2
2	Эмоции	6	3	3
3	Стресс	7	4	3
4.	Факторы, разрушающие здоровье	14	7	7
5	Друзья	5	2	3
	Итого	34		

2.2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Умей вести за собой»
1 год обучения

№ п/п	Наименование раздела, модуля, темы	Кол- во часов , всего	в том числе		Форма аттестации/ контроля
			теория	прак тика	
1	Введение в курс	2			

1.1	Знакомство	1		1	Упражнения Ответы обучающихся в процессе диалога
1.2	Моя группа			1	Ответы обучающихся в процессе диалога
2	Эмоции	6			
2.1	Эмоции	1	1		
2.2	Эмоции правят мной или я ими?	1		1	Упражнения
2.3 2.4	Как управлять своими эмоциями?	2	1	1	Упражнения Ответы обучающихся в процессе диалога
2.5 2.6	В поисках достойных путей выражения чувств.	2	1	1	Упражнения
3	Стресс	7			
3.1 3.2	Стресс. Как с ним справиться?	2	2		Упражнения
3.3 3.4	Уверенность в себе - залог успеха в жизни.	2	1	1	Упражнения Ответы обучающихся в процессе диалога
3.5 3.6	Типичные проблемы	2	1	1	Индивидуальное задание
3.7	Решаем проблемы	1		1	Упражнения
4	Факторы, разрушающие здоровье.	14			
4.1 4.2	Жизненные ценности.	2	2		Ответы обучающихся в процессе диалога

4-3 4.4	Опасные последствия.	2	1	1	Упражнения
4.5 4.6	Учимся говорить «нет»	2	1	1	Упражнения Индивидуальное задание
4.7	Индивидуальные консультации	1		1	
4.8 4.9	Сопротивление насилию	2	1	1	
4.10 4.11 4.12	Воздействие средств массовой информации	3	2	1	Индивидуальное задание
4.13 4.14	Разоблачение рекламы	2		2	
5	Друзья	5			
5.1	Друзья	1		1	Ответы обучающихся в процессе диалога
5.2	Как понять Другого	1	1		Ответы обучающихся в процессе диалога
5.3	Кто такой настоящий друг?	1	1		Упражнения
5.4	«Звездная карта жизни»	1		1	
5.5	Подведение итогов	1		1	Дидактическая игра
	ИТОГО:	34			

2.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программы «Умей вести за собой»
2 год обучения

	Название раздела, модуля, темы	Количество часов		
		Всего	Т е о р и я	Практика
	Введение в курс. Знакомство с группой. Формула успеха лидера	10	3	7
	Коллектив. Законы развития коллектива	6	2	4
	Искусство общения	5	2	3
	Конфликты и пути их решения	5	2	3
	Основы публичного выступления	5	2	3
	Игра	2		2
	Итоговое занятие. Мероприятие	1		1
	Итого:	34		

2.2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Умей вести за собой»
2 год обучения

№ п/п	Наименование раздела, модуля, темы	Кол-во часов , всего	в том числе		Форма аттестации/ контроля
			теория	практика	
1	Введение. Знакомство с группой. Формула успеха	10			

	лидера				
1.1	Знакомство. Трудно быть собой	1	1		
1.2	«Разборка имени». Знаете ли вы себя?	1		1	Упражнения
1.3	Тренинг конструктивного общения.	1		1	Упражнения
1.4	Диспут «Я – лидер»	1		1	Ответы обучающихся в процессе диалога
1.5	«Качества лидера» упражнение	1	1	1	Упражнения
1.6 1.7	Способности. Упражнение «Ты выбираешь»	2	1	1	Упражнения тест
1.8	Способности. Игра «Кораблекрушение»	1		1	Упражнения
1.9	Темперамент. Виды темперамента.	1		1	Упражнения
2	Коллектив. Законы развития коллектива	6			
2.1	Коллектив. Законы развития коллектива	1	1		Упражнения
2.2	Презентация «Этапы развития коллектива»	1	1		
2.3	Творческая мастерская «Стили лидерства»	1		1	Упражнения
2.4 2.5	Сюжетно-ролевая игра «Выбор организатора», упражнение «Ситуации», «Суета сует».	2		1	Упражнения
2.6	Дискуссия «Кто мы, какие мы»	1		1	Упражнения
3	Искусство общения	5			
3.1	Искусство общения. Сюжетно-ролевая игра «Давайте познакомимся».	1	1		Упражнения

3.2	Эффективные способы общения. Творческая мастерская «Давай дружить». «Наши достоинства»	1	1		Упражнения
3.3	Способы, помогающие поддерживать коммуникацию. Упражнение «Место встречи».	1		1	Индивидуальное задание
3.4 3.5	Игры «Найди по описанию», «Обратная связь», Тренинги «Найди по инструкции», «Горячий стул», «Три королевства».	2		1	Упражнения
4	Конфликты и пути их решения.	5			
4.1	Конфликты и пути их решения. Игра-конструктор «Ты меня не понимаешь».	1		1	
4.2	Человек в конфликте. Стратегия сотрудничества в конфликте	1		1	Упражнения
4.3 4.4	Виды поведения в конфликте.	1	1	1	Упражнения
4.5	Согласование интересов в конфликте.	1		1	Упражнения
5	Основы публичного выступления.	5			
5.1	Искусство ведения переговоров. Правила публичного выступления	1	1		
5.2	Искусство ведения переговоров. Виды вопросов	1	1		
5.3	Тренинг «Я говорю «нет»	1		1	
5.4	Логика и техника публичного выступления.	1		1	Ответы обучающихся в процессе диалога
5.5	Основные формы организации досуговой деятельности	1	1		Упражнения
6	Игра	2			
6.1	Общие сведения. Игры «Что нужно, чтобы игра получилась?»	1		1	
6.2	Подвижные игры	1		1	

7	Мероприятие. Упражнение «Выбор организатора»	1			
---	---	---	--	--	--

2.3 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программе «Умей вести за собой»
1 год обучения
Содержание программы

1 Введение в курс. Моя группа. Знакомство, сплочение группы, создание положительного эмоционального настроя на дальнейшую работу.

2 Эмоции. Понятие эмоций и различий в их выражении; выражение своих чувств и эмоций (вербально и невербально); распознавание чувств других людей. Чувства — это то, как мы переживаем разные события. Эмоции правят мной или я ими? В поисках достойных путей выражения чувств. Как управлять своими эмоциями? Обучение способам справиться с проявлениями гнева; формирование навыков конструктивного выражения своих эмоций. Способы саморегуляции. Релаксация. Антистресс. Ресурсное состояние.

3. Стресс. Знакомство с понятием стресса, его внешними проявлениями; введение приемов разрядки стресса. Что такое стресс. Стресс как реакция организма на внешние события. Причины стресса. Внешние проявления стресса. Стресс как телесное ощущение. Тревога, страх, паника, испуг. Способы справляться со стрессом. Стресс у другого. Как распознать стресс у товарища. Что можно сделать, чтобы помочь другому справиться со стрессом. Уверенность в себе - залог успеха в жизни. Типичные проблемы.

4. Факторы, разрушающие здоровье. Жизненные ценности. Опасные последствия. Учимся говорить «нет». Сопротивление насилию. Формирование у учащихся навыков противостояния давлению, «культуры отказа», развития умения принимать ответственность за собственную жизнь. Воздействие средств массовой информации. Разоблачение рекламы. Дальнейшее развитие у учащихся представлений об опасности на первый взгляд безопасных форм рекламной продукции. Упражнение «Рекламные ловушки» Формирование мотивации к сохранению здоровья, развитие представлений о коварстве одурманивающих веществ. Формирование у ребят психологических умений самопомощи и безопасного взаимодействия с другими. Упражнение «Ценности здорового образа жизни».

5. **Друзья.** Что такое дружба? Кто такой друг? Как быть хорошим другом? Зачем нужны друзья? Что мы получаем от дружбы? Забота о дружбе. Дружба вдвоем и втроём. Как стоит себя вести с друзьями. Как не надо себя вести с друзьями. Внимательное отношение к друзьям. Характеристики хороших друзей. Чем можно порадовать друзей. Что можно делать вместе с друзьями. Совместное времяпрепровождение. Прогулки. Игры. Подарки. Наши сходства и отличия. «Звездная карта жизни». Укрепление своего устойчивого «Я», дальнейшее самораскрытие, самопознание, развитие умения анализировать и определять психологические характеристики, свои и окружающих людей. Подведение итогов

2.3 СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Умей вести за собой» 2 год обучения

1. Введение. Знакомство с группой. Формула успеха лидера. *Практическая часть.* Игры «Разборка имени», «Я еду». Тестирование «Я – лидер». Игры на выявление лидера. «Кораблекрушение», «Необитаемый остров», «Поезд», «Возьмите меня». Исследование процесса принятия решений группой, выработка навыков эффективного поведения для достижения согласия при решении групповой задачи.

2. Коллектив. Этапы развития коллектива. Стиль руководства коллективом. Закономерности работы коллектива. Влияние на коллектив. *Практическая часть*
Упражнение «Выбор организатора», «Ситуации», «Суета сует».

3. Искусство общения. Понятие общения. Стили общения. Эффективные способы начала общения. *Практическая часть.*
Упражнение «Давайте познакомимся». Способы, помогающие поддерживать коммуникацию.
Устойчивость контакта. Выход из общения. Упражнение «Место встречи». «Маски в общении». Игры «Найди по описанию», «Обратная связь», «Найди по инструкции», «Горячий стул»

4. Конфликты и пути их решения. Человек в конфликте. Диагностика конфликта. Виды поведения в конфликте. Стратегия сотрудничества в конфликте. Искусство ведения переговоров. Развитие умения уверенного поведения в эмоционально напряженных условиях, развитие умения отслеживать свое внутреннее психологическое состояние
Практическая часть. Упражнения «Искусство общаться».

5. Основы публичного выступления. Искусство полемики. Виды вопросов. Искусство отвечать. Тренировка умения проявлять уверенность в межличностных отношениях, умения пользоваться и применять в жизни разнообразные поведенческие стили. Правила поведения в дискуссии. *Практическая часть.* Игровые методики. «Публичная лекция», «Турнир ораторов», «Разброс мнений», «Сократовская беседа», «Диалог с веком». Формирование профессиональных качеств голоса

Основные формы организации досуговой деятельности. Общие сведения. Знакомство с формами организации досуговой деятельности *Практическая часть.* Тренинги «Или-или», «Это мой нос», «Я никогда...», «Это мой нос», «Я никогда...». Творческая мастерская «Игра, мероприятие, дело».

6. Игра. Общие сведения. Развитие творческого мировоззрения, активизация личностных качеств, способствующих творчеству *Практическая часть.* Тренинг «Ты выбираешь». Творческая мастерская «Что нужно, чтобы игра получилась». Подвижные игры «Американский треугольник», «Голова – хвост», «Моргалки». Игры с залом «Чайничек» «Часы», «Веселая грамматика», «Это я, это я, это все мои друзья», «Ежики » Игровые методики.

Творческие игры. Конкурсы актерского мастерства. «Ромашка». Спокойные игры.

7. Мероприятие. Упражнение «Выбор организатора» Формирование умения осуществлять деятельность в коллективе, выявлять и укреплять у учащихся склонность к организаторской деятельности. Формирование умения распределять роли среди участников мероприятия.

2.4. Календарный учебный график реализации программы

Год обучения	Название раздела, модуля, темы	Количество часов			Количество учебных		Даты начала и окончания
		все го	тео рия	прак тика	неде ль	дней	
1	Умей вести за собой	34	16	18	34	34	01.09.25 1.05.26
2	Умей вести за собой	34	11	23	34	34	01.09.26 31.05.27

3. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Культура речи»

3.1. Материально-техническое обеспечение

Программа реализуется на базе МБОУ «Красномайская СОШ имени С. Ф. Ушакова»

Для занятий необходимо помещение – учебный кабинет, оформленный в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованный в соответствии с санитарными нормами.

№ п/п	Наименование	Количество, шт.
1.	Профильное оборудование	
1.1	книги	
1.2		
2.	Компьютерное оборудование	
2.1	компьютер	1
2.2		
3.	Презентационное оборудование	
3.1	проектор	1
3.2		
4.	Программное обеспечение	
4.1		
4.2.	И другое оборудование в соответствии с вашей программой	

3.2 Информационное обеспечение Список рекомендованной литературы

Для педагога

1. Базовый набор тематических тренингов для подростков: Сборник научно-методических материалов / Сост. Н.А.Бондаренко, И.Н. Рязанова; Под ред. С.В. Кривцовой. – М.: АСОУ, 2007
2. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя - М.: Просвещение, 2010.
3. Кошелева Е.П. «Психосоциальное развитие детей и подростков», методическое пособие «Программы развития навыков социального взаимодействия - Москва, 2012

4. Криволапова Н. А. Внеурочная деятельность. Сборник заданий для развития познавательных способностей учащихся. 5-8 классы – М.: Просвещение, 2012.
5. Ожегов С.И. Толковый словарь русского языка – М., 1992
6. Система подготовки медиаторов. 5 – 9 классы : практические занятия, тренинговые задания / авт.-сост. О.А.Уварова. – Волгоград : Учитель, 2014.

Для обучающегося

1. Дополнительный материал.
2. Карточки
3. Художественная литература

Электронные образовательные ресурсы и интернет-ресурсы

1. Интернет-ресурсы

3.4 Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования Лебедева В.А., имеющий высшее образование по профилю педагогической деятельности, педагогическое образование и опыт работы с обучающимися и отвечающий квалификационным требованиям, указанным в профессиональном стандарте «Педагог дополнительного образования».

3.5 Методическое обеспечение

Особенности организации образовательной деятельности

Работа с обучающимися построена следующим образом: на занятиях предусматривается деятельность, создающая условия для творческого развития воспитанников на различных возрастных этапах, учитывается дифференцированный подход, зависящий от степени одаренности и возраста воспитанников.

Практика показывает, что именно такая модель взаимодействия с детьми максимально эффективна, дети учатся овладеть основными способами творческого мышления.

После основного теоретического курса организуется обучения практической деятельности для развития творческих способностей учащихся.

Методы образовательной деятельности

В период обучения применяются такие методы обучения и воспитания, которые позволят установить взаимосвязь деятельности педагога и обучающегося, направленную на решение образовательно-воспитательных задач.

По уровню активности используются методы:

- объяснительно-иллюстративный;
- эвристический метод;
- метод устного изложения, позволяющий в доступной форме донести до обучающихся сложный материал;
- метод проверки, оценки знаний и навыков, позволяющий оценить переданные педагогом материалы и, по необходимости, вовремя внести необходимые корректировки по усвоению знаний на практических занятиях;
- исследовательский метод обучения, дающий обучающимся возможность проявить себя, показать свои возможности, добиться определенных результатов.
- проблемного изложения материала, когда перед обучающимся ставится некая задача, позволяющая решить определенный этап процесса обучения и перейти на новую ступень обучения;
- закрепления и самостоятельной работы по усвоению знаний и навыков;
- диалоговый и дискуссионный.

Приемы образовательной деятельности:

- наглядный (рисунки, плакаты, фотографии, схемы, модели, видеоматериалы, литература),
- создание творческих работ.

Каждое занятие строится в зависимости от темы и конкретных задач, которые предусмотрены программой, с учетом возрастных особенностей детей, их индивидуальной подготовленности.

Основные образовательные процессы: решение учебных задач на базе современного оборудования, формирующих способы продуктивного взаимодействия с действительностью и разрешения проблемных ситуаций; познавательные игры.

Основные формы деятельности:

- общение: умение строить продуктивное взаимодействие
- творчество: моделирование выходов из воображаемых ситуаций.
- игра: развитие и воспитание участников учебного процесса.

Форма организации учебных занятий:

- беседа;
- соревнование;
- игра
- экскурсия;
- индивидуальная защита проектов;
- творческая мастерская;

Типы учебных занятий:

- первичного ознакомления с материалом;
- усвоение новых знаний;
- комбинированный;
- практические занятия;
- закрепление, повторение;
- итоговое.

Диагностика эффективности образовательного процесса осуществляется в течение всего срока реализации программы. Это помогает своевременно выявлять пробелы в знаниях, умениях обучающихся, планировать коррекционную работу, отслеживать динамику развития детей.

Учебно-методические средства обучения:

- специализированная литература;
- плакаты, фото и видеоматериалы;
- информационный, справочный материалы на различных носителях, компьютерное и видео оборудование и другое.
- Применяемое на занятиях дидактическое и учебно-методическое обеспечение включает в себя электронные учебники, справочные материалы, Интернет.

Педагогические технологии

В процессе обучения по программе используются разнообразные педагогические технологии:

- технологии развивающего обучения, направленные на общее целостное развитие личности, на основе активно-деятельного способа обучения, учитывающие закономерности развития и особенности индивидуума;
- технологии личностно-ориентированного обучения, направленные на развитие индивидуальных познавательных способностей

каждого ребенка, максимальное выявление, раскрытие и использование его опыта;

- технологии дифференцированного обучения, обеспечивающие обучение каждого обучающегося на уровне его возможностей и способностей;

- технологии сотрудничества, реализующие демократизм, равенство, партнерство в отношениях педагога и обучающегося, совместно вырабатывают цели, содержание, дают оценки, находясь в состоянии сотрудничества, сотворчества.

- кейс-технологии, это интерактивные технологии, основанные на реальных или вымышленных ситуациях, направленные на формирование у обучающихся новых качеств и умений по решению проблемных ситуаций;

- компьютерные технологии, формирующие умение работать с информацией, исследовательские умения, коммуникативные способности.

В практике выступают различные комбинации этих технологий, их элементов.