

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 39» города Смоленска

РАССМОТРЕНО на заседании ШМО <i>Л.А.</i> Полозова Л.А.	УТВЕРЖДЕНО Директор МБОУ «СШ № 39» <i>Максакова Т.А.</i> Максакова Т.А.
Протокол № <u>1</u> от « 20 » сентября 2023 г.	Приказ № <u>142</u> от « <u>31</u> » <u>08</u> 2023 г.

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности «Умей вести за собой»
7 класс

Составитель: Рябков П.А., педагог-психолог
советник директора по воспитанию

Смоленск
2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Умей вести за собой» для 7 класса составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (далее – ФГОС ООО).

Цель программы внеурочной деятельности: развитие у обучающихся познавательных интересов, интеллектуальных и творческих способностей в процессе решения практических задач, воспитание социально-активной личности путем включения ее в социально-значимую деятельность.

Изучение данного курса способствует решению следующих **задач**:

- знакомства обучающихся с возможностями самостоятельного определения целей своего обучения, постановкой и формировкой для себя новых задач в учебе и познавательной деятельности, развитии мотивов и интересов в своей познавательной деятельности;

- формирования лидерских качеств, навыков руководства и умений руководитель, психологической и коммуникативной культуры, способности к рефлексии;

- способствование развитию аналитического и критического мышления, самооценки, навыков работы в группе, в команде, творческих и интеллектуальных способностей, эмоциональной устойчивости в сложных жизненных ситуациях, воли и настойчивости; умения самокритичного отношения к себе;

- приобретение учениками знаний об организаторских умениях подростков посредством системы тренингов по коллективной творческой деятельности;

- создания условий для нравственного становления учащихся, мотивации к социально значимой деятельности, активизации ученического самоуправления, создания благоприятного психологического климата снижения уровня тревожности в детском коллективе;

- овладения навыки организаторской деятельности, координации и стимулирования действий другого человека.

Формы организации учебной деятельности:

- лекционное изложение материала;
- эвристические беседы;
- групповые игры и методики;
- практический тренинг;
- анкетирование;
- тестирование.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ТЕМА 1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ. ЗНАКОМСТВО И ИГРЫ НА СПЛОЧЕНИЕ

Знакомство с членами группы. Психологические игры и тренинги. Установление первичного контакта и оценка коммуникативных, организаторских и личностных способностей детей. Оценка социально-психологического климата коллектива, эмоционального состояния участников на процесс работы.

Практические работы:

1. «Лидерство – я управляю собой и будущим» ч.1;
2. «Лидерств – я управляю собой и будущим» ч.2;
3. Анкетирование «Я – ученик»;
4. Анкетирование и беседа «Каков я в школе?». Игра «Знакомство»;
5. «Основы самоуправления»;
6. Игра на знакомство: «Снежный ком»;
7. Игра на знакомство: «Хвастовство»;
8. Тренинг «Мои ресурсы»;
9. Психологический тренинг с использованием МАК;
- 10.Итоговая рефлексия.

ТЕМА 2. ЛИДЕР. ПОНЯТИЕ «ЛИДЕР». ЧЕРТЫ ХАРАКТЕРА ЛИДЕРА.

Как развить в себе стрессоустойчивость, силу воли и решительность. Основные качества и способности лидера. Какими качествами должен обладать лидер? Лидер - созидатель, лидер – разрушитель. Лидер – организатор, лидер – генератор Лидер – инициатор, лидер – эрудит.

Практические работы:

1. Лекция «Психология лидера»;
2. Лекция «Мой уровень самооценки»;
3. Тест «Лидер ли я?»;
4. Мои лидерские качества. Проработка лидерских качеств;
5. Практикум “В копилку лидера”;
6. Комплекс ролевых упражнений по развитию мимики, жестов, речи, памяти.

ТЕМА 3. САМОПРЕЗЕНТАЦИЯ. ОСНОВЫ САМОПРЕЗЕНТАЦИИ.

Основные навыки выступления. Что влияет на восприятие человека. Разговор и практические упражнения на дикцию, тренировки скороговорок.

Практические работы:

1. Тренинг «Как вести себя на сцене»;
2. Понятие и особенности самопрезентации;
3. Тренинг «Успешная самопрезентация»;
4. Тренинг «Дебаты»;
5. Игра «Киностудия».

ТЕМА 4. ОБЩЕНИЕ. ПОНЯТИЕ «ДЕЛОВОЕ ОБЩЕНИЕ». НАВЫКИ ДЕЛОВОГО ОБЩЕНИЯ.

Отличия делового общения. Барьеры в общении. Отличия делового стиля и его значение. Правила и принципы ведения деловых переговоров.

Практические работы:

1. Тест «Уверенный ли вы человек?»;
2. Лекционный материал: Методы развития уверенности в себе;
3. Приемы расположения к себе;
4. «Ученическое самоуправление в России и за рубежом»;
5. Тренинг «Моя самопрезентация»;
6. Способы уверенного отказа. Как преодолеть свою застенчивость?;
7. Ролевая игра: «Прием на работу»;
8. Ролевая игра: «Мои сильные и слабые стороны».

ТЕМА 5. КОМАНДА ЛИДЕРА. БЕСЕДА НА ТЕМУ ЧТО ЗНАЧИТ РАБОТАТЬ В КОМАНДЕ. ИТОГОВАЯ ИГРОВАЯ ДИАГНОСТИКА.

Алгоритм создания команды. Связь лидера и команды. Игры на выявление лидерской позиции, формирование команды.

Практические работы:

1. Тренинг «Создай команду»;
2. Проектная деятельность в работе лидера;
3. Проектная деятельность в работе лидера ч. 2;
4. Командная деловая игра «Лидер»;
5. Игра «Самоуправление успеху»;
6. Презентация «Я – лидер»;
7. Итоговая рефлексия.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижения школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

Личностные результаты:

В сфере *гражданского воспитания*: готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей, представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении;

В сфере *патриотического воспитания*: отношение к лидерским навыкам, как к важной составляющей культуры, гордость за вклад российских и советских учёных в развитие мировой социальной и психологической науки.

В сфере *духовно-нравственного воспитания*: готовность оценивать поведение и поступки с позиции нравственных норм.

В сфере *эстетического воспитания*: понимание роли лидерских качеств в формировании эстетической культуры личности.

В сфере *физического воспитания*, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия: ответственное отношение к своему психологическому здоровью и окружающих. Сформированность навыка рефлексии, управление собственным эмоциональным состоянием.

В сфере *трудового воспитания*: осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей.

В сфере *экологического воспитания*: ориентация на применение полученных знаний при решении задач в области взаимодействия со сверстниками; осознание собственных затруднений и путей их решения; готовность к участию в публичных и творческих мероприятиях.

В сфере *понимания ценности научного познания*: ориентация на современную систему научных представлений об основных психологических закономерностях, взаимосвязях человека с другими людьми и социумом; понимание роли психологической науки в формировании научного мировоззрения; развитие научной любознательности, интереса к психологической науке, освоению практической составляющей психологической науки.

В сфере *адаптации к изменяющимся условиям* освоение социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональной деятельности, а также в рамках социального взаимодействия с людьми из другой культурной среды; способность действовать в условиях неопределенности, повышать уровень своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, осознавать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других.

Метапредметные результаты:

В сфере овладения универсальными ***учебными познавательными действиями:***

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения;
- выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;
- распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;
- понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения; в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и

высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения

Базовые исследовательские действия:

- использовать вопросы как исследовательский инструмент познания;
- выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи; выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов;
- делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях; самостоятельно выбирать способ решения практической ситуации;
- выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления; находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках.

Работа с информацией:

- выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях; ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой)
- самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи с учетом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;

В сфере овладения универсальными **учебными коммуникативными действиями**

Общение:

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в процессе выполнения практических и тренинговых упражнений;
- понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;
- в ходе диалога и/или дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;
- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различия и сходство позиций.

Совместная деятельность (сотрудничество):

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретных практических ситуаций, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной учебной задачи;
- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;
- планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с

учётом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, мозговые штурмы и иные);

- выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды.

В сфере овладения **универсальными учебными регулятивными действиями:**

Самоорганизация:

- делать выбор и брать ответственность за решение; владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии; давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения; учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;

- ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);

- самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной физической задачи с учётом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;

- объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации, вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;

Самоконтроль (рефлексия):

- владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;

- давать адекватную оценку ситуации и предлагать план её изменения;

- учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении практических ситуаций, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;

- объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретённому опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации.

Эмоциональный интеллект:

- различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;

- выявлять и анализировать причины эмоций;

- ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого;

- регулировать способ выражения эмоций.

- принятие себя и других;

- осознанно относиться к другому человеку, его мнению;

- признавать своё право на ошибку и такое же право другого.

Предметные результаты освоения программы

- приобретение опыта использования коммуникативных навыков с целью

изучения поведения и мотивов людей, явлений и процессов, происходящих с людьми под воздействием различных эмоциональных состояний.

- формирование умения интегрировать имеющиеся знания со знаниями из других учебных предметов (обществознания, химии, географии, истории, литературы, и т. д.);
- формирование умений решать практические ситуации, выявлять причинно-следственные связи, проводить анализ деятельности, делать выводы на основании полученных результатов;
- формирование умения планировать свою деятельность, подготовительную и интерпретационную работу с учетом поставленной цели: формулировать цели, задачи, методы достижения поставленных целей;
- владение навыками работы с информацией психолого-педагогического содержания, представленной в разной форме (в виде тестов, табличных данных, схем, графиков, моделей, изображений), критического анализа информации и её оценки;
- владение базовым понятийным аппаратом по основным разделам содержания.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

7 КЛАСС

№ п/п	Наименование тем программы	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Практические работы	
Тема 1. Вводное занятие. Знакомство и игры на сплочение				
1.1.	«Лидерство – я управляю собой и будущим» ч.1	1		
1.2	«Лидерств – я управляю собой и будущим» ч.2	1		
1.3	Анкетирование «Я – ученик»		1	
1.4.	Анкетирование и беседа «Каков я в школе?». Игра «Знакомство»		1	Учительский портал игр и методик для школьников https://kurl.ru/SUiqc
1.5	«Основы самоуправления»	1		
1.6	Игра на знакомство: «Снежный ком»		1	Учительский портал игр и методик для школьников https://kurl.ru/SUiqc
1.7	Игра на знакомство: «Хвастовство»		1	Учительский портал игр и методик для школьников https://kurl.ru/SUiqc
1.8	Тренинг «Мои ресурсы»	1		Психологические тесты онлайн https://kurl.ru/HiQfH
1.9	Психологический тренинг с использованием МАК		1	Библиотека тренингов https://kurl.ru/DnyzK
1.10.	Итоговая рефлексия.	1		
Итого по разделу		5	5	
Тема 2. Лидер. Понятие «лидер». Черты характера лидера				

2.1	Лекция «Психология лидера»	1		
2.2	Лекция «Мой уровень самооценки»	1		
2.3	Тест «Лидер ли я?»		1	Психологические тесты онлайн https://kurl.ru/HiQfH
2.4	Мои лидерские качества. Проработка лидерских качеств.	1		Психологические тесты онлайн https://kurl.ru/HiQfH
2.5	Практикум «В копилку лидера»		1	Библиотека тренингов https://kurl.ru/DnyzK
2.6	Комплекс ролевых упражнений по развитию мимики, жестов, речи, памяти.		1	
Итого по разделу		3	3	
Тема 3. Самопрезентация. Основы самопрезентации				
3.1	Тренинг «Как вести себя на сцене»	1		Библиотека тренингов https://kurl.ru/DnyzK
3.2	Понятие и особенности самопрезентации	1		
3.3	Тренинг «Успешная самопрезентация»		1	Библиотека тренингов https://kurl.ru/DnyzK
3.4	Тренинг «Дебаты».		1	Библиотека тренингов https://kurl.ru/DnyzK
3.5	Игра «Киностудия»		1	Учительский портал игр и методик для школьников https://kurl.ru/SUiqc
Итого по разделу		2	3	
Тема 4. Общение. Понятие «деловое общение». Навыки делового общения				
4.1.	Тест «Уверенный ли вы человек?»		1	Психологические тесты онлайн https://kurl.ru/HiQfH
4.2.	Лекционный материал: Методы развития уверенности в себе	1		
4.3	Приемы расположения к себе	1		

4.4	«Ученическое самоуправление в России и за рубежом»	1		Исторический аспект ученического самоуправления https://kurl.ru/sTNUO
4.5	Тренинг «Моя самопрезентация»		1	Библиотека тренингов https://kurl.ru/DnyzK
4.6	Способы уверенного отказа. Как преодолеть свою застенчивость?	1		
4.7	Ролевая игра: «Прием на работу»		1	
4.8	Ролевая игра: «Мои сильные и слабые стороны»		1	
Итого по разделу		4	4	
Тема 5. Команда лидера. Беседа на тему что значит работать в команде. Итоговая игровая диагностика.				
5.1	Проектная деятельность в работе лидера	1		Исторический аспект ученического самоуправления https://kurl.ru/sTNUO
5.2	Проектная деятельность в работе лидера ч. 2	1		Исторический аспект ученического самоуправления https://kurl.ru/sTNUO
5.3	Командная деловая игра «Лидер»		1	Библиотека тренингов https://kurl.ru/DnyzK
5.4	Игра « Самоуправление успеху»		1	Учительский портал игр и методик для школьников https://kurl.ru/SUiqc
5.5	Презентация “Я – лидер” Итоговая рефлексия	1		
Итого по разделу		3	2	