

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Самарской области

Юго – Восточное управление

ГБОУ СОШ с. Зуевка

РАССМОТРЕНО

МС

Протокол № 1 от
29.08.2025

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по УР

Е.В. Гребенкина
Приказ № 51-од 29.08.2025

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Л.А. Воротынцева
Приказ № 51-од от
29.08.2025

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА по внеурочной деятельности

Направления: Деятельность ученических сообществ, объединений по интересам, клубов

Предмет (курс): «**Мир детства**»

Классы: 5 – 9

Возраст обучающихся: 11-15 лет (5-9 классы)

Срок реализации: 1 учебный год (34 часа)

1. Пояснительная записка

Актуальность: Подростковый возраст – ключевой этап перехода от детства к взрослой жизни. Это период активного поиска себя, своего места в обществе, формирования системы ценностей. Программа «Мир детства: Становление личности» призвана стать поддерживающей средой для подростка, помогая ему разбираться через сложные вопросы самоопределения, взаимоотношений со сверстниками и взрослыми, развития эмоционального интеллекта и осознанного выбора будущего.

Педагогическая идея: Создание условий для осознанного и ответственного вхождения во взрослую жизнь через самопознание, развитие социальных и коммуникативных компетенций и проектную деятельность.

Цель программы: Содействие успешной социально-психологической адаптации и личностному самоопределению подростков через освоение навыков эффективной коммуникации, самопознания и проектной деятельности.

Задачи:

- **Личностные:**

- Формирование адекватной самооценки и позитивного самоотношения.
- Развитие эмоционального интеллекта, эмпатии и толерантности.
- Воспитание ответственности за свои поступки и осознанного отношения к своему будущему.

- **Метапредметные:**

- Развитие навыков критического мышления, анализа информации и аргументации своей позиции.
- Формирование умения ставить цели, планировать и достигать их.

•

- Освоение технологий эффективной командной работы и проектной деятельности.

- **Предметные:**

- Освоение базовых знаний в области психологии общения, конфликтологии, профориентации.
- Формирование навыков публичного выступления, самопрезентации и ведения дискуссии.

Ожидаемые результаты:

Учащиеся будут знать:

- Основные психологические особенности подросткового возраста.
- Стили общения и стратегии поведения в конфликтных ситуациях.
- Основы тайм-менеджмента и постановки SMART-целей.

- Алгоритм создания и реализации социального проекта.

Учащиеся будут уметь:

- Рефлексировать, анализировать свои сильные и слабые стороны.
- Эффективно коммуницировать, работать в команде, разрешать конфликты.
- Публично представлять результаты своей деятельности.
- Создавать и реализовывать мини-проекты (социальные, исследовательские, творческие).

У учащихся будет сформировано:

- Уверенное и ответственное поведение.
- Готовность к осознанному выбору образовательной и профессиональной траектории.
- Активная гражданская и социальная позиция.

Формы подведения итогов: Защита индивидуальных или групповых проектов, портфолио личных достижений, итоговый круглый стол с презентацией результатов самоисследования.

2. Учебно-тематический план

№	Название раздела/темы	Количество часов	Формы работы	
			Всего	Теория
«Я в мире, и мир во мне» (Самопознание и саморазвитие)				
1.	Кто я? Мои сильные стороны и зоны роста. Психогеометрия личности.	10	2	8
1.1	Эмоциональный интеллект: учимся понимать и управлять эмоциями.	2	0.5	1.5
1.2	Целеполагание: от мечты к реальности. Техника SMART.	2	0.5	1.5
1.3	Тайм-менеджмент для подростков: как все успеть?	2	0.5	1.5
1.4		2	0.5	1.5

№	Название раздела/темы	Количество часов	Формы работы	
1.5	Итоговое занятие: создание «Карты моей личности».	2	-	2
2.	«Искусство общения» (Социальные навыки)	8	1	7
2.1	Вербальная и невербальная коммуникация. Активное слушание.	2	0.5	1.5
2.2	Конфликт: от столкновения к решению. Ролевые игры.	2	0.5	1.5
2.3	Работа в команде: от группы к сплоченному коллективу.	2	-	2
2.4	Публичное выступление: как справиться со страхом и донести мысль.	2	-	2
3.	«Мой взгляд на мир» (Социальное проектирование и критическое мышление)	10	2	8
3.1	Что такое социальный проект? Выбор и анализ проблемы.	2	1	1
3.2	Критическое мышление: как отличить факты от фейков?	2	1	1
3.3	Разработка и планирование собственного мини-проекта.	4	-	4
3.4	Презентация и защита проектов.	2	-	2
4.	«На пороге будущего» (Профориентация и	6	1	5

№	Название раздела/темы	Количество часов	Формы работы
	ценности)		
4.1	Мир профессий будущего. Мои интересы и склонности.	2	0.5 1.5
4.2	Личный бренд и самопрезентация: что о тебе говорят твои соцсети?	2	0.5 1.5
4.3	Итоговое занятие «Круглый стол: Каким я вижу свое будущее?».	2	- 2
Итого :	34	6	28

3. Содержание программы

Раздел 1. «Я в мире, и мир во мне»

Погружение в основы самопознания. Диагностика личностных особенностей, способностей и эмоциональной сферы. Освоение инструментов саморегуляции и управления временем. Формирование навыков рефлексии и осознанного отношения к своей жизни.

Раздел 2. «Искусство общения»

Практическое освоение эффективных коммуникативных техник. Развитие умения выстраивать отношения с разными людьми, конструктивно разрешать споры и работать в команде. Снятие барьеров перед публичными выступлениями.

Раздел 3. «Мой взгляд на мир»

Развитие критического мышления и медиаграмотности. Освоение азов социального проектирования: от идентификации проблемы в своем классе, школе или микрорайоне до разработки и реализации конкретных шагов по ее решению.

Раздел 4. «На пороге будущего»

Актуализация вопросов профессионального и личностного самоопределения. Знакомство с рынком труда и профессиями будущего. Формирование осознанного подхода к построению образовательной и карьерной траектории. Обсуждение личных ценностей и их влияния на жизненный выбор.

4. Методическое обеспечение

- **Материально-техническая база:** Просторный кабинет с возможностью **移動** стульев для групповой работы, мультимедийный проектор, флипчарт, маркеры, материалы для творчества (ватманы, цветная бумага, стикеры).
- **Дидактические материалы:** Презентации, раздаточный материал (бланки тестов, опросники, кейсы), видеоролики для обсуждения, шаблоны для проектной деятельности.
- **Технологии и методы:** Тренинговые упражнения, ролевые и деловые игры, мозговые штурмы, работа в малых группах, case-study, элементы арт-терапии, проектное обучение.

5. Список рекомендуемой литературы и ресурсов

1. Грецов А.Г. «Тренинги развития с подростками: творчество, общение, самопознание».
2. Самоукина Н.В. «Игры в школе и дома: психотехнические упражнения и коррекционные программы».
3. Резапкина Г.В. Учебно-методические пособия по профориентации («Я и моя профессия» и др.).
4. Проект «Твой курс» и другие онлайн-платформы по развитию навыков XXI века.
5. Ресурсы федерального проекта «Успех каждого ребенка».

Календарный план реализации программы «Мир детства: Становление личности»

Период	Содержание деятельности	Формы организации
Сентябрь-Октябрь	Модуль 1: «Я в мире, и мир во мне» <ul style="list-style-type: none">• Диагностика личностных особенностей.• Тренинги на самопознание и целеполагание.• Мастер-класс по тайм-менеджменту.	Групповые дискуссии, индивидуальные консультации, практикумы.
Ноябрь-Декабрь	Модуль 2: «Искусство общения» <ul style="list-style-type: none">• Коммуникативные тренинги.• Ролевые игры по разрешению конфликтов.• Практикумы по публичным выступлениям.	Тренинги, деловые игры, видеоанализ.
Январь-Март	Модуль 3: «Мой взгляд на мир» <ul style="list-style-type: none">• Изучение основ социального проектирования.• Разработка и реализация мини-проектов.• Подготовка к защите проектов.	Проектная деятельность, работа в малых группах, консультации.
Апрель	Модуль 4: «На пороге будущего» <ul style="list-style-type: none">• Профориентационные тесты и игры.• Создание карты профессионального будущего.	Профориентационное тестирование, круглые столы.
Май	Итоговый этап <ul style="list-style-type: none">• Защита проектов.• Круглый стол «Каким явижу свое будущее».• Рефлексия достижений за год.	Публичные защиты, творческие отчеты.