

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
НОВОСЕЛОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №5
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА В.И. РУСИНОВА**

Утверждаю:

Директор

МБОУ НСОШ №5 имени

Героя Советского Союза

В.И. Русинова

_____ С.В. Целитан

от 21.08.2024 г. №208

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курса внеурочной деятельности

«Жизненные навыки» 5 класс

на 2024-2025 учебный год

Составитель:

Целитан С.В.

Рабочая программа внеурочной деятельности для обучающихся 5-6 классов «Жизненные навыки» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, положениями Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ Новоселовской СОШ №5

Рабочая программа «Жизненные навыки» составлена на основе учебно-методического пособия, предназначенного для психологов, работающих с подростками в школе, «Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками. 5-6 классы» / под ред. С. В. Кривцовой. – Москва: Генезис, 2012г. Данное пособие одобрено ФГУ «Федеральный институт развития образования» в качестве учебно-методического пособия для педагогов и психологов учреждений основного и дополнительного образования системы общего образования РФ.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Все мы знаем, что в определённом возрасте ребёнок должен научиться ходить, говорить, плавать, кататься на велосипеде. Это необходимые физические навыки. Не менее значимыми являются психологические умения, которые необходимы ребёнку в жизни. Ведь многие проблемы взрослых людей имеют свои корни в детстве, когда такие умения не были приобретены.

В каждом возрасте свои психологические умения. Многие дети самостоятельно осваивают эти умения. Тем не менее, нет людей, у которых не было бы никаких проблем. Одному ребёнку сложно справиться с чувствами, другому – наладить контакт со сверстниками. Если эти умения не освоены в нужном возрасте, дальше их приобрести будет уже сложнее. Темы занятий и форма их организации соответствует возрастным задачам детей и подростков.

Известно, что такие критерии развития личности, как социальная интегрированность, самостоятельность и достоинство, сложно направленно формировать. Эти человеческие качества появляются сами собой вследствие успешного решения личностью определенных жизненных задач.

Программа «Жизненные навыки» акцентирует жизненные задачи возраста, знакомит с ними детей и родителей, предлагает обсудить ценности и принципы, лежащие в основе выбора «правильного» способа решения той или иной задачи, и, наконец, предполагает наиболее адекватные способы решения. Содержанием программы стали не высшие психические функции, а чувства, потребности, переживания и пристрастия, — то есть субъективный мир человеческой души. В основе программы лежит уважение к субъективному миру чувств и потребностей ребенка. Курс учит серьезно относиться к своим и чужим чувствам, понимать этот особый мир.

Данная программа нацелена на социально-личностное развитие ребенка, предусматривает переход от формирования у детей представления о мире человеческих эмоций и своих личностных особенностях к развитию социальных и межличностных отношений, нравственно-этических норм. А для этого необходимо:

- создать в рамках образовательного учреждения психологически безопасное место, где чувства и потребности ребенка будут иметь первостепенное значение;
- дать возможность детям пережить опыт безусловного принятия со стороны взрослого ведущего и научить детей позитивно воспринимать сверстников и самих себя;

- создать возможность получения детьми нетравматического опыта самопознания и познакомить их с некоторыми законами логики чувств и навыками, развивающими эмоциональный интеллект;
- передать ценности уважительного и серьезного отношения к своим и чужим чувствам.

Цель программы: развитие личности ребенка, его самосознания и рефлексивных способностей.

Задачи:

- помочь детям быстрее и по возможности безболезненно адаптироваться к новым школьным условиям;
- дать возможность детям пережить опыт безусловного принятия со стороны взрослого-ведущего и научить детей позитивно воспринимать сверстников и самих себя;
- создать возможность получения детьми нетравматического опыта самопознания и познакомить их с некоторыми законами логики чувств и навыками, развивающими эмоциональный интеллект;
- передать ценности уважительного и серьезного отношения к своим и чужим чувствам;
- формирование и развитие навыков разрешения конфликтов.

Принципы реализации программы:

- 1) Принцип индивидуализации предполагает учёт возраста, уровня общего состояния ребёнка.
- 2) Принцип наглядности - демонстрация упражнений, этюдов, моделирование ситуаций, игр подтверждает объяснение и помогает ребёнку их правильно выполнять.
- 3) Принцип систематичности и последовательности заключается в непрерывности, регулярности, планомерности процесса, в котором реализуются задачи коррекционно-развивающей работы.
- 4) Принцип научности лежит в основе всех технологий, способствующих коммуникативным способностям детей младшего подросткового возраста.
- 5) Принцип оздоровительной направленности обеспечивает оптимизацию двигательной активности детей, укрепление психологического здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.

Структура занятия: вступительная беседа, разминка, работа по теме, заключительное обсуждение.

Формы и методы работы

- Тренинг
- Техника коллажа
- Рисование
- Ролевые игры
- Дискуссии, обсуждение вопросов, связанных с темой занятия
- Моделирование образцов поведения
- Рассказывание и разыгрывание историй и сказочных сюжетов

Формы контроля: входная, итоговая диагностика (уровень тревожности), творческие работы.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

У обучающихся будут сформированы:

- способность определять и высказывать под руководством педагога самые простые, общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- умения в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, при поддержке других участников группы и педагога, делать выбор, как поступить, опираясь на этические нормы.

Обучающиеся получают возможность для формирования

- *внутренней позиции в отношении различных ситуаций общения и совместной деятельности,*
- *адекватной мотиваций учебной деятельности, включая учебные и познавательные мотивы,*
- *ориентации на моральные нормы и их выполнение.*

Метапредметные результаты

Регулятивные УДД:

- определять и формулировать цель деятельности с помощью педагога;
- высказывать свое предположение (версию);
- работать по предложенному педагогом плану;
- совместно с педагогом и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.

Познавательные УДД:

- ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью педагога;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт, информацию, полученную от педагога;
- распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя;
- исследовать свои качества и свои особенности.

Коммуникативные УДД:

- выражать свои мысли;
- объяснять свое несогласие и пытаться договориться;
- владение навыками сотрудничества в группе в совместном решении учебной задачи;
- осознание особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

Предметные результаты

Обучающийся научиться

- Определять и высказывать под руководством психолога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы).

- В предложенных психологом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и психолога, как поступить.
- Учиться высказывать свое мнение;
- Учиться лучше и глубже понимать себя и свой внутренний мир;
- Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного;
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную от психолога;
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса;
- Доносить свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста);
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

Обучающийся получит возможность научиться

- Принимать самого себя и других людей;
- Чувству сопереживания и сочувствия;
- Умению идти на компромисс;
- Навыкам саморегуляции;
- Умению различать типы темперамента;
- Позитивному самоотношению при обогащении черт характера

К **результатам обучения** относятся **психологические знания** (понятия, факты, идеи, законы науки психологии, способы психической деятельности), **психологические умения** (чем для самого человека становятся те знания и способы действия, которые он приобретает в процессе обучения), **навыки** (привычка мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой), **опыт творческой самостоятельности, овладение культурой психической деятельности, формирование эмоционально-целостного отношения** к психологической реальности и действительности в целом.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1 .Я – ты – группа.

Основные задачи работы на этом этапе – создание атмосферы психологической безопасности, работа над созданием группы. Работа с собственными чувствами, определение безопасного места и собственных границ.

Раздел 2. «Мы – пятиклассники!» Проблемы адаптации к средней школе.

Работа направлена на помощь детям при адаптации к средней школе. Ребята получают возможность по-новому взглянуть на свои возможности, обнаружить преимущества, которые дает переход в среднюю школу.

Раздел 3 Учимся общаться.

Будут рассмотрены разные позиции в общении, навыки взаимодействия, навыки общения с разными взрослыми: границы поведения, цензурность, лексики в разных группах (родители, учителя, друзья, одноклассники). После прохождения этой темы подросток будет знать, каким навыкам ему нужно обучиться и как, какими он уже владеет и может на них опираться.

Раздел 4. Конкуренция или сотрудничество?

Формирование и развитие навыков разрешения конфликтов. Показать разные стратегии поведения в конфликтах и выбрать для каждого свои. У подростков появляется новый опыт проживания конфликтных ситуаций.

Раздел 5. «Другие». Проблемы подростковой толерантности.

Основная цель – дать подросткам возможность получить опыт принятия другого человека, непохожего на него. Будут рассмотрены не только «другие» сверстники, но и другие, «не мои» группировки (например, эмо, готы и т.д.), «другие» взрослые, дети. Сравнение своей и другой группы, исследование, какие группы есть в классе, в школе. Что нужно сделать, чтобы дать другим быть рядом со мной?

№	Название раздела (темы) программы	Количество часов	Содержательные единицы программы	Планируемые результаты		
1	Я - ты – группа.	7	Правила и безопасность. Продолжаем знакомиться. Что я знаю о себе. Наши чувства. Говорим о своих чувствах. Мое тело Личное пространство Коллаж Диагностика адаптации к основной школе.	<u>Личностные УУД</u> Ученик научится: -взаимодействовать в группе с целью наиболее эффективного решения поставленных задач; -выражать вербально переживаемые чувства; -соблюдать совместно принятые правила занятий по данному курсу. -определять комфортные границы общения в разных ситуациях; -понимать важность развития эмпатии; -соблюдать совместно принятые правила занятий по данному курсу. Ученик получит возможность: -поделиться опытом переживания различных чувств в классе;	<u>Регулятивные УУД</u> Ученик научится: -принимать и сохранять учебную задачу; -учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом материале в сотрудничестве с учителем; - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане; Ученик получит возможность научиться: -адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей; - вносить необходимые коррективы в действие после его завершения	<u>Коммуникативные УУД</u> -осознавать качества необходимые для обучающегося основной школы; -оценивать некоторые высказывания людей с точки зрения их уместности, тактичности в данной ситуации; -объяснять значение эффективного общения, взаимопонимания в жизни человека, общества; -осознавать важность соблюдения правил речевого этикета как выражения доброго, уважительного отношения к другим людям; Ученик получит возможность научиться: -адаптироваться применительно к ситуации общения,

				-продолжить исследование своего тела; -анализировать внутреннее состояние в разных ситуациях, презентовать одноклассникам особенности своего внутреннего мира.	на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.	строить своё высказывание в зависимости от условий взаимодействия; -учитывать интересы других людей при общении, проявлять эмоциональную отзывчивость и доброжелательность в спорных ситуациях; -осознавать ответственность за своё речевое поведение; -анализировать свои речевые привычки, избавляться от плохих привычек; -осознавать значимость активной гражданской и социальной деятельности.
2	Мы – пятиклассники! Проблемы адаптации к средней школе	4	Нравится – не нравится в средней школе. Мы – исследователи! День пятиклассника. Такие разные школы: начальная и средняя	<u>Ученик научится:</u> -взаимодействовать в группе с целью наиболее эффективного решения поставленных задач; -выражать вербально переживаемые чувства; -соблюдать совместно	<u>Регулятивные УУД</u> Ученик <u>научится:</u> -принимать и сохранять учебную задачу; -учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом материале в сотрудничестве с учителем;	необходимые для обучающегося основной школы; -оценивать некоторые высказывания людей с точки зрения их уместности, тактичности в данной ситуации; -объяснять значение эффективного общения,

				принятые правила занятий по данному курсу. -определять комфортные границы общения в разных ситуациях; -понимать важность развития эмпатии; -соблюдать совместно принятые правила занятий по данному курсу. <u>Ученик получит возможность:</u> -сравнить опыт жизни в начальной школе и среднем звене; -стать исследователем новой обстановки, увидеть плюсы изменений; -получить опыт коллективного решения жизненных ситуаций, с которыми сталкивается в новой обстановке	- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане; <u>Ученик получит возможность научиться:</u> -адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей; - вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.	взаимопонимания в жизни человека, общества; -осознавать важность соблюдения правил речевого этикета как выражения доброго, уважительного отношения к другим людям; <u>Ученик получит возможность научиться:</u> -адаптироваться применительно к ситуации общения, строить своё высказывание в зависимости от условий взаимодействия; -учитывать интересы других людей при общении, проявлять эмоциональную отзывчивость и доброжелательность в спорных ситуациях; -осознавать ответственность за своё речевое поведение; -анализировать свои речевые привычки, избавляться от плохих
--	--	--	--	---	--	---

						привычек; -осознавать значимость активной гражданской и социальной деятельности.
3	Учимся общаться	8	Начинаем общаться Я и ты действуем вместе Общаемся без слов Доверие и взаимодействие в группе Мы – команда? Даем место другому и отстаиваем свое место. Просто скажи: «Нет!»	Ученик научится: -использовать невербальное общение в классе для достижения поставленных целей общения; -понимать значимость доверительных отношений; -определять границы в общении в паре, группе, классе. Ученик получит возможность: -поделиться опытом переживания различных чувств в классе; -отстаивать свое мнение в классе; -действовать в команде.	Регулятивные УУД Ученик <u>научится</u> : -принимать и сохранять учебную задачу; -учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом материале в сотрудничестве с учителем; - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане; Ученик <u>получит возможность научиться</u> : -адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей; - вносить необходимые коррективы в действие	-осознавать качества необходимые для обучающегося основной школы; -оценивать некоторые высказывания людей с точки зрения их уместности, тактичности в данной ситуации; -объяснять значение эффективного общения, взаимопонимания в жизни человека, общества; -осознавать важность соблюдения правил речевого этикета как выражения доброго, уважительного отношения к другим людям; Ученик <u>получит возможность научиться</u> : -адаптироваться применительно к ситуации общения,

					после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.	строить своё высказывание в зависимости от условий взаимодействия; -учитывать интересы других людей при общении, проявлять эмоциональную отзывчивость и доброжелательность в спорных ситуациях; -осознавать ответственность за своё речевое поведение; -анализировать свои речевые привычки, избавляться от плохих привычек; -осознавать значимость активной гражданской и социальной деятельности.
4	Конкуренция или сотрудничество?	7	Что такое конфликт? Причины конфликтов Наши чувства в конфликте. Стратегии поведения в конфликте. Тренируем конструктивное поведение в конфликте. Конфликт? Отлично! Конфликты проходят	<u>Ученик научится:</u> -определять конфликтные ситуации, их причину; -понимать чувства участников конфликта; -оценивать стили поведения в конфликте. <u>Ученик получить</u>	<u>Регулятивные УУД</u> Ученик <u>научится:</u> -принимать и сохранять учебную задачу; -учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом материале в сотрудничестве с учителем;	-осознавать качества необходимые для обучающегося основной школы; -оценивать некоторые высказывания людей с точки зрения их уместности, тактичности в данной ситуации; -объяснять значение

			отношения остаются.	<u>возможность:</u> -прогнозировать развитие конфликта, его последствий для участников; -видеть положительное в конфликтной ситуации; -анализировать внутреннее состояние участников конфликтной ситуации; -планировать состояние отношений в паре, группе, классе после конфликта.	- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане; Ученик <u>получит возможность научиться:</u> -адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей; - вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.	эффективного общения, взаимопонимания в жизни человека, общества; -осознавать важность соблюдения правил речевого этикета как выражения доброго, уважительного отношения к другим людям; Ученик <u>получит возможность научиться:</u> -адаптироваться применительно к ситуации общения, строить своё высказывание в зависимости от условий взаимодействия; -учитывать интересы других людей при общении, проявлять эмоциональную отзывчивость и доброжелательность в спорных ситуациях; -осознавать ответственность за своё речевое поведение; -анализировать свои речевые привычки,
--	--	--	---------------------	---	--	---

						избавляться от плохих привычек; -осознавать значимость активной гражданской и социальной деятельности.
5	«Другие». Проблемы подростковой толерантности.	8	Уникальность и различия. «Другие» в нашей жизни «Странные» люди Разные нормы и правила Ярлыки и стереотипы Как жить в мире различий Нужно ли человеку меняться? Итоговое занятие	<u>Ученик научится:</u> -определять стереотипы, ярлыки и предрассудки в обычной жизненной ситуации; -оценивать влияние предрассудков и стереотипов на отношения и общение; -видеть свою уникальность и неповторимость. _ <u>Ученик получить возможность:</u> -в упражнениях тренировать умения видеть ярлыки и подлинные черты личности; -оценить свое поведение в общении, основанное на роли предрассудков; -оценить изменения в себе, развитие	<u>Регулятивные УУД</u> <u>Ученик научится:</u> -принимать и сохранять учебную задачу; -учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом материале в сотрудничестве с учителем; - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане; <u>Ученик получит возможность научиться:</u> -адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;	-осознавать качества необходимые для обучающегося основной школы; -оценивать некоторые высказывания людей с точки зрения их уместности, тактичности в данной ситуации; -объяснять значение эффективного общения, взаимопонимания в жизни человека, общества; -осознавать важность соблюдения правил речевого этикета как выражения доброго, уважительного отношения к другим людям; <u>Ученик получит возможность научиться:</u> -адаптироваться применительно к

				личностных качеств в течение года; -анализировать результаты работы по курсу, подводить итоги изменений в отношениях с одноклассниками.	- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.	ситуации общения, строить своё высказывание в зависимости от условий взаимодействия; -учитывать интересы других людей при общении, проявлять эмоциональную отзывчивость и доброжелательность в спорных ситуациях; -осознавать ответственность за своё речевое поведение; -анализировать свои речевые привычки, избавляться от плохих привычек; -осознавать значимость активной гражданской и социальной деятельности.
	Итого:	34				

ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ

№ п/п	Тема занятий	Всего часов	
1	Правила и безопасность	1 час	Фронтальная работа, упражнения на знакомство и установление контакта
2	Продолжаем знакомиться	1 час	Фронтальная работа, упражнения на знакомство и установление контакта
3	Наши чувства	1 час	Групповая работа, развивающие упражнения. Моделирование образцов поведения
4	Говорим о своих чувствах	1 час	Дискуссия
5	Мое тело	1 час	Индивидуальная работа, развивающие упражнения
6	Личное пространство	1 час	Индивидуальная работа, развивающие упражнения
7	Коллаж	1 час	Коллаж «Наш класс»
8	Нравится – не нравится в средней школе	1 час	Групповая работа, дискуссия, развивающие упражнения
9	Мы – исследователи!	1 час	Групповая работа, развивающие упражнения
10	День пятиклассника	1 час	Групповая работа, развивающие упражнения. Ролевая игра
11	Такие разные школы: начальная и средняя	1 час	Индивидуальная работа, дискуссия, развивающие упражнения
12	Начинаем общаться	1 час	Групповая работа, дискуссия, развивающие упражнения
13 14	Я и ты действуем вместе	2 часа	Групповая работа, дискуссия, упражнения на отработку навыков взаимодействия Индивидуальная и групповая работа
15	Общаемся без слов	1 час	Работа в парах, ролевые игры, развивающие упражнения
16	Доверие и взаимодействие в группе	1 час	Работа в парах, развивающие упражнения
17	Мы – команда?	1 час	Фронтальная работа. Дискуссия
18	Даем место другому и отстаиваем свое место.	1 час	Групповая работа, обсуждение, упражнения на отработку навыков взаимодействия.
19	Просто скажи: «Нет!»	1 час	Индивидуальная и групповая работа. Тренинг. Моделирование образцов поведения
20	Что такое конфликт	1 час	Индивидуальная работа, работа в парах, развивающие

			упражнения
21	Причины конфликта	1 час	Дискуссия, развивающие упражнения. Ролевая игра
22	Наши чувства в конфликте	1 час	Обсуждение, развивающие упражнения. Моделирование образцов поведения.
23	Стратегии поведения в конфликте. Понятие сотрудничества.	1 час	Групповая работа, обсуждение, упражнения на отработку навыков взаимодействия. Моделирование образцов поведения
24 25 26	Тренируем конструктивное поведение в конфликте.	3 часа	Тренинг. Индивидуальная и групповая работа
			Индивидуальная и групповая работа
			Индивидуальная и групповая работа
27	Уникальность и различия.	1 час	Индивидуальная и групповая работа, развивающие упражнения
28	«Другие» в нашей жизни	1 час	Групповая работа, обсуждение
29	«Странные» люди	1 час	Групповая работа, обсуждение
30	Разные нормы и правила	1 час	Фронтальная работа, обсуждение, работа с притчей.
31 32	Ярлыки и стереотипы	2 часа	Дискуссия. Развивающие упражнения, обсуждение
			Развивающие упражнения, обсуждение
33	Как жить в мире различий	1 час	Групповая и индивидуальная работа, дискуссия, анализ ситуаций
34	Итоговое занятие	1 час	Фронтальная и групповая работа. Рефлексия

КАЛЕНДАРНО- ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 «А,Б» КЛАСС:

№ п/п	Тема занятий	Всего часов	Практи- ческие занятия	Дата	Дата по факту
<i>1. Я - ты - группа</i>					
1	Правила и безопасность	1 час		05.09	
2	Продолжаем знакомиться	1 час	1	12.09	
3	Наши чувства	1 час	1	19.09	
4	Говорим о своих чувствах	1 час	1	26.09	
5	Мое тело	1 час	1	03.10	
6	Личное пространство	1 час	1	10.10	
7	Коллаж	1 час	1	17.10	
8	Нравится – не нравится в средней школе	1 час	1	24.10	
9	Мы – исследователи!	1 час	1	31.10	
10	День пятиклассника	1 час	1	07.11	
11	Такие разные школы: начальная и средняя	1 час	1	14.11	
12	Начинаем общаться	1 час	1	21.11	
13	Я и ты действуем вместе	2 часа	1	28.11	
14			1		
15	Общаемся без слов	1 час	1	05.12	
16	Доверие и взаимодействие в группе	1 час	1	12.12	
17	Мы – команда?	1 час	1	19.12	
18	Даем место другому и отстаиваем свое место.	1 час	1	26.12	
19	Просто скажи: «Нет!»	1 час	1	14.01	
20	Что такое конфликт	1 час	1	21.01.	
21	Причины конфликта	1 час	1	28.01	
22	Наши чувства в конфликте	1 час	1	04.02	
23	Стратегии поведения в конфликте. Понятие сотрудничества.	1 час	1	11.02	
24	Тренируем конструктивное поведение в конфликте.	3 часа	1	18.02	
25			1	25.02	
26			1		
27	Уникальность и различия.	1 час	1	04.03	
28	«Другие» в нашей жизни	1 час	1	11.03	
29	«Странные» люди	1 час	1	18.03	
30	Разные нормы и правила	1 час	1	25.03	
31	Ярлыки и стереотипы	2 часа	1	01.04	
32			1	08.04	
33	Как жить в мире различий	1 час	1	15.04	
34	Итоговое занятие	1 час	1	22.04	

КАЛЕНДАРНО- ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 «В,Г» КЛАСС:

№ п/п	Тема занятий	Всего часов	Практи- ческие занятия	Дата	Дата по факту
1	Правила и безопасность	1 час		07.09	
2	Продолжаем знакомиться	1 час	1	14.09	
3	Наши чувства	1 час	1	21.09	
4	Говорим о своих чувствах	1 час	1	28.09	
5	Мое тело	1 час	1	05.10	
6	Личное пространство	1 час	1	12.10	
7	Коллаж	1 час	1	19.10	
8	Нравится – не нравится в средней школе	1 час	1	26.10	
9	Мы – исследователи!	1 час	1	07.11	
10	День пятиклассника	1 час	1	09.11	
11	Такие разные школы: начальная и средняя	1 час	1	16.11	
12	Начинаем общаться	1 час	1	23.11	
13	Я и ты действуем вместе	2 часа	1	30.11	
14			1		
15	Общаемся без слов	1 час	1	07.12	
16	Доверие и взаимодействие в группе	1 час	1	14.12	
17	Мы – команда?	1 час	1	21.12	
18	Даем место другому и отстаиваем свое место.	1 час	1	28.12	
19	Просто скажи: «Нет!»	1 час	1	16.01	
20	Что такое конфликт	1 час	1	23.01.	
21	Причины конфликта	1 час	1	30.01	
22	Наши чувства в конфликте	1 час	1	06.02	
23	Стратегии поведения в конфликте. Понятие сотрудничества.	1 час	1	13.02	
24	Тренируем конструктивное поведение в конфликте.	3 часа	1	20.02	
25			1	27.02	
26			1		
27	Уникальность и различия.	1 час	1	06.03	
28	«Другие» в нашей жизни	1 час	1	13.03	
29	«Странные» люди	1 час	1	20.03	
30	Разные нормы и правила	1 час	1	27.03	
31	Ярлыки и стереотипы	2 часа	1	03.04	
32			1	10.04	
33	Как жить в мире различий	1 час	1	17.04	
34	Итоговое занятие	1 час	1	24.04	

Литература для учителя

- 1) Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками 5-6 класс / Под ред. С. В. Кривцовой. 2012 г., «Генезис», Москва.
- 2) Первый раз в пятый класс. Коблик Е. Г. «Генезис» 2012г., Москва
- 3) <http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/psikhologiya/2013/09/23/rabochaya-programma-zhiznennye-navyki>