

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Комитет по образованию правительства Санкт-Петербурга  
Администрация Пушкинского района  
ГБОУ школа № 335 Пушкинского района Санкт-Петербурга

РАССМОТРЕНА И ПРИНЯТА  
Протокол заседания методического  
объединения педагогов № 5 от 30.05.2024г

Руководитель МО  
\_\_\_\_\_ Л.В. Шарандо

УТВЕРЖДЕНА  
Директор ГБОУ школы № 335  
\_\_\_\_\_ И.П. Чулицкая

Приказ № 48 от 04.06. 2024г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по внеурочной деятельности  
**«Мир добрых отношений»**  
*(название курса, количество часов)*

для 5-6, 7 г классов основного общего образования

на 2024-2025 учебный год

2024 год

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА «Мир добрых отношений»**

Программа разработана в соответствии с требованиями Федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования, ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения программы основного общего образования. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всём пространстве школьного образования: не только на уроке, но и за его пределами.

Программа курса внеурочной деятельности направлена на организацию педагогической поддержки обучающихся, осуществляемую посредством индивидуальных и групповых занятий учащихся с педагогом-психологом. Идея программы соответствует требованиям современного общества. Программа призвана учить детей не проходить мимо тех, кому трудно, делиться своим теплом с теми, кому его не хватает.

### **АКТУАЛЬНОСТЬ И НАЗНАЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

**АКТУАЛЬНОСТЬ** реализации данной программы заключается в том, что в процессе ее реализации создаются условия для понимания ребенком того, что жизнь человека, его добрые дела - это ценность на земле, и, что счастье его самого, родных, близких и окружающих людей в первую очередь зависит от желания постоянно работать над собой, стать образованным, воспитанным, трудолюбивым, готовым нести людям добро.

#### **ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА**

Создание комфортной воспитательной среды, обеспечивающей оптимальные психолого-педагогические условия для всестороннего развития личности ребенка на основе общечеловеческих нравственных ценностей.

#### **Задачи:**

- учить детей быть милосердными, сострадать и ценить такие человеческие качества, как доброта, дружба, человечность;
- развивать организационные и коммуникативные компетенции;
- прививать навыки общественной работы;
- развивать личностные качества на основе общечеловеческих нравственных ценностей: гуманизма, любви к окружающим, толерантности;
- развивать творческое мышление, необходимое для практической деятельности в окружающем мире.

#### **МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ.**

Учебный план включает изучение курса «Мир добрых отношений» в 5-6, 7 г классах отводит по 1 учебному часу в неделю, всего по 34 учебных часов в каждом классе параллели.

Занятия по программе проводятся в формах, позволяющих обучающемуся вырабатывать собственную мировоззренческую позицию по обсуждаемым темам, в которых ребенок занимает активную позицию, таких как:

- обсуждения
- дискуссии
- мозговые штурмы
- решения кейсов

- коммуникативные, деловые, интеллектуальные игры
- тестирование
- театрализация
- подвижные игры
- творческие акции, трудовые дела

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

### **5 класс**

#### **Я-пятиклассник!**

Знакомство с участниками группы.

Правила занятий.

Краткое содержание курса.

Что я знаю о себе? Какой Я? Какими я обладаю качествами, способностями, возможностями.

Понятие «Чувства», «Эмоции», «Мимика». Способы адекватного самовыражения чувств.

Управление своими эмоциями.

Психологические примеры. Мысленная картинка. Я внутри и снаружи

Ответственность подростка за свои чувства, мысли и поступки.

Понятие «Друг». Знаки «Я», «Мы». Противопоставление себя другим. Проблемы подростковой дружбы.

Осознание изменений, которые происходят с пятиклассниками. Мои важные изменения.

### **6 класс**

Знакомство с участниками группы.

Правила занятий.

Краткое содержание курса.

Агрессия и развитие. Различия между агрессией и агрессивностью. Как научиться контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других.

Как обрести уверенность в себе и понять, что вера в себя необходима для развития человека, для достижения успеха в различных делах

Роль конфликта в жизни человека. Как научиться конструктивно разрешать конфликты.

### **7 класс**

Знакомство с участниками группы.

Правила занятий.

Краткое содержание курса. Основы медиации.

Принципы и процедура.

Структура конфликта. Участники, предмет конфликта. Источники конфликта.

Граница полномочий ровесников в самостоятельном урегулировании конфликта.

Техника установления контакта и вызывание доверия.

Вербальная и невербальная коммуникация.

Передача информации без обратной связи.

Проблемы коммуникации в конфликте.

Навык распознавания эмоций, определения причин их возникновения.

Виды эмоций.

Эмоции в конфликте.

Гнев, злость, раздражение.

Создание банка школьных конфликтных ситуаций. Обсуждение вариантов их урегулирования.

Учебные медиации. Анализ поведения в конфликтных ситуациях.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### ВЗАИМОСВЯЗЬ С ПРОГРАММОЙ ВОСПИТАНИЯ

#### ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы учебного курса «Мир добрых отношений» характеризуются:

**В сфере гражданского воспитания:** готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении;

**В сфере патриотического воспитания:** осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к исследованию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России, к истории и современному состоянию российских гуманитарных наук;

**В сфере духовно-нравственного воспитания:** ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора, возникающих в процессе реализации проектов или исследований, осознание важности морально-этических принципов в деятельности исследователя; готовность в процессе работы над проектом или исследованием оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков; свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства;

**В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:** осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья, способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели; умение принимать себя и других, не осуждая; умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием; сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

**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 знаний из гуманитарных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды.

### **В сфере адаптации к изменяющимся условиям социальной и природной 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; навык выявления и связывания образов, способность формирования новых знаний, в том числе способность формулировать свои идеи, понятия, гипотезы об объектах и явлениях, в том числе ранее не известных, осознавать дефициты собственных знаний и компетентностей, планировать свое развитие; умение оценивать свои действия с учетом влияния на окружающую среду, достижений целей и преодоления вызовов, возможных глобальных последствий.

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

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

формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, самостоятельно устанавливать искомое и данное; формировать гипотезу об истинности собственных суждений и суждений других, аргументировать свою позицию, мнение; прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах; применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учетом задачи; 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.

#### **В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными 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; принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее 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 учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнений, «мозговые штурмы» и иные); выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды; оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия; сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчета перед группой.

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

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; составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учетом получения новых знаний об изучаемом объекте; 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; 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; оценивать соответствие результата цели и условиям; 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; осознанно относиться к другому человеку, его мнению; признавать свое право на ошибку и такое же право другого; принимать себя и других, не осуждая;

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **5 класс**

По окончании курса «Мир добрых отношений» обучающиеся должны:

- осознавать свои личные качества, способности и возможности;
- учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе;
- учиться строить взаимоотношения с окружающими.

### **6 класс**

По окончании курса «Мир добрых отношений» обучающиеся должны:

- осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции;
- овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями;
- планировать свою учебную деятельность с учетом индивидуального стиля учебной деятельности;
- адекватно воспринимать оценки учителей;
- уметь распознавать чувства других людей;
- учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации;
- учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других;
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями;
- формулировать свое собственное мнение и позицию.

### **7 г класс**

По окончании курса «Мир добрых отношений» обучающиеся должны:

- уметь использовать медиативный подход и создавать условия для выбора ненасильственных стратегий поведения в ситуациях напряжения и стресса;

- уметь развивать переговорные компетентности, умение применять на практике коммуникативные инструменты медиатора.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 КЛАСС

<b>Тематический раздел</b>	<b>Содержание</b>	<b>Виды деятельности школьников</b>
Знакомство (1 час)	Я-пятиклассник! Знакомство с участниками группы. Правила занятий. Краткое содержание курса.	Коммуникативная разминка.
Я – это я. (10 часов)	Что я знаю о себе? Какой Я? Какими я обладаю качествами, способностями, возможностями.	Коммуникативная разминка.
Я имею право чувствовать и выражать свои чувства. (5 часов)	Понятие «Чувства», «Эмоции», «Мимика». Способы адекватного самовыражения чувств. Управление своими эмоциями.	Коммуникативная разминка.
Я и мой внутренний мир (3 часа)	Психологические примеры. Мысленная картинка. Я внутри и снаружи	Коммуникативная разминка.
Кто в ответе за мой внутренний мир. (3 часа)	Ответственность подростка за свои чувства, мысли и поступки.	Коммуникативная разминка.
Я и ты. (8 часов)	Понятие «Друг». Знаки «Я», «Мы». Противопоставление себя другим. Проблемы подростковой дружбы.	Коммуникативная разминка.
Мы начинаем меняться. (4 часа)	Осознание изменений, которые происходят с пятиклассниками. Мои важные изменения.	Коммуникативная разминка.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 КЛАСС

<b>Тематический раздел</b>	<b>Содержание</b>	<b>Виды деятельности школьников</b>
Знакомство (1 час)	Знакомство с участниками группы. Правила занятий. Краткое содержание курса.	Коммуникативная разминка.
Агрессия и ее роль в развитии человека. (10 часов)	Агрессия и развитие. Различия между агрессией и агрессивностью. Как научиться контролировать собственной агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других.	Коммуникативная разминка.
Уверенность в себе и ее роль в развитии человека (11 часов)	Как обрести уверенность в себе и понять, что вера в себя необходима для развития человека, для достижения успеха в различных делах	Коммуникативная разминка.
Конфликты и их роль в усилении Я.	Роль конфликта в жизни человека. Как научиться конструктивно разрешать конфликты.	Коммуникативная разминка.
Ценности и их роль в жизни человека. (3 часа)	Каждый человек движется по жизни, опираясь на свои ценности. Основные ценности взрослых. Я в будущем.	Коммуникативная разминка.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. 7 Г КЛАСС

Тематический раздел	Содержание	Виды деятельности школьников
Знакомство (1 час)	Знакомство с участниками группы. Правила занятий. Краткое содержание курса. Основы медиации. Принципы и процедура.	Коммуникативная разминка.
Конфликты вокруг нас (3 часа)	Структура конфликта. Участники, предмет конфликта. Источники конфликта. Граница полномочий ровесников в самостоятельном урегулировании конфликта.	Конфликтные ситуации в художественных произведениях.
Контакт (5 часов)	Техника установления контакта и вызывание доверия.	Коммуникативная разминка.
Обмен информацией в конфликте (6 часов)	Вербальная и невербальная коммуникация. Передача информации без обратной связи. Проблемы коммуникации в конфликте.	Создание банка школьных конфликтных ситуаций. Обсуждение вариантов их урегулирования.
Эмоции в конфликте (5 часов)	Навык распознавания эмоций, определения причин их возникновения. Виды эмоций. Эмоции в конфликте. Гнев, злость, раздражение.	Способы саморегуляции.
Школьные конфликты (5 часов)	Создание банка школьных конфликтных ситуаций. Обсуждение вариантов их урегулирования.	Создание банка школьных конфликтных ситуаций. Обсуждение вариантов их урегулирования.
Практикум медиатора – ровесника (4 часа)	Учебные медиации. Анализ поведения в конфликтных ситуациях.	Создание банка школьных конфликтных ситуаций. Обсуждение вариантов их урегулирования.
Создание учебных кейсов (4 часа)		Создание банка школьных конфликтных ситуаций. Обсуждение вариантов их урегулирования.
Резерв (1 час)		

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. 5 КЛАСС

№п/п	Тема занятия	Количество часов	
		аудиторные	внеаудиторные
1	Знакомство с участниками группы. Правила	1	
2	Кто я, какой я?	1	
3	Кто я, какой я?	1	
4	Я – могу.	1	
5	Я – могу.	1	
6	Я нужен!	1	
7	Я мечтаю.	1	
8	Я – это мои цели.	1	
9	Я – это мое детство.	1	
10	Я – это мое детство.	1	
11	Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее.	1	
12	Чувства бывают разные.	1	
13	Чувства бывают разные.	1	
14	Стыдно ли бояться?	1	
15	Стыдно ли бояться?	1	
16	Имею ли я право сердиться и обижаться?	1	
17	Каждый видит мир и чувствует по-своему.	1	
18	Каждый видит мир и чувствует по-своему.	1	
19	Любой внутренний мир ценен и уникален.	1	
20	Трудные ситуации могут научить меня.	1	
21	Трудные ситуации могут научить меня.	1	
22	В трудной ситуации я ищу силу внутри себя.	1	
23	Я и мои друзья.	1	
24	У меня есть друг.	1	
25	У меня есть друг.	1	
26	Я и мои «колючки».	1	
27	Я и мои «колючки».	1	
28	Что такое одиночество?	1	
29	Я не одинок в этом мире.	1	
30	Я не одинок в этом мире.	1	
31	Нужно ли человеку меняться?	1	
32	Нужно ли человеку меняться?	1	
33	Самое важное – захотеть меняться.	1	
34	Письмо будущему пятикласснику.	1	
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>34</b>	

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. 6 КЛАСС

№п/п	Тема занятия	Количество часов	
		аудиторные	внеаудиторные
1	Знакомство с участниками группы. Правила	1	
2	Я повзрослел.	1	
3	У меня появилась агрессия.	1	
4	Как выглядит агрессивный человек?	1	
5	Как выглядит агрессивный человек?	1	
6	Конструктивное реагирование на агрессию.	1	
7	Конструктивное реагирование на агрессию.	1	
8	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми.	1	
9	Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми.	1	
10	Учимся договариваться.	1	
11	Учимся договариваться.	1	
12	Зачем человеку нужна уверенность в себе?	1	
13	Источники уверенности в себе.	1	
14	Источники уверенности в себе.	1	
15	Какого человека мы называем неуверенным в себе?	1	
16	Какого человека мы называем неуверенным в себе?	1	
17	Я становлюсь увереннее.	1	
18	Уверенность и самоуважение.	1	
19	Уверенность и самоуважение.	1	
20	Уверенность и уважение к другим.	1	
21	Уверенность в себе и милосердие.	1	
22	Уверенность в себе и непокорность.	1	
23	Что такое конфликт?	1	
24	Конфликты в школе, дома, на улице.	1	
25	Способы поведения в конфликте..	1	
26	Способы поведения в конфликте..	1	
27	Конструктивное разрешение конфликтов.	1	
28	Конструктивное разрешение конфликтов.	1	
29	Конфликт как возможность развития.	1	
30	Конфликт как возможность развития.	1	
31	Готовность к разрешению конфликта.	1	
32	Что такое ценности?	1	
33	Ценности и жизненный путь человека.	1	
34	Мои ценности.	1	
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>34</b>	

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. 7 Г КЛАСС**

№п/п	Тема занятия	Количество часов	
		аудиторные	внеаудиторные
1	Знакомство с участниками группы. Правила	1	
2	Конфликты вокруг нас	1	
3	Структура конфликта	1	
4	Участники, предмет конфликта	1	
5	Контакт	1	
6	Техника установления контакта	1	
7	Установление контакта и доверия	1	
8	Установление контакта и доверия	1	
9	Установление контакта и доверия	1	
10	Обмен информацией	1	
11	Обмен информацией в конфликте	1	
12	Вербальная коммуникация	1	
13	Невербальная коммуникация	1	
14	Проблемы коммуникации в конфликте	1	
15	Проблемы коммуникации в конфликте	1	
16	Виды эмоций	1	
17	Эмоции в конфликте	1	
18	Навык распознавания эмоций	1	
19	Способы саморегуляции	1	
20	Способы саморегуляции	1	
21	Школьные конфликты	1	
22	Обсуждение вариантов урегулирования	1	
23	Обсуждение вариантов урегулирования	1	
24	Обсуждение вариантов урегулирования	1	
25	Обсуждение вариантов урегулирования	1	
26	Практикум медиатора - ровесника	1	
27	Учебные медиации	1	
28	Анализ поведения в конфликтных ситуациях	1	
29	Анализ поведения в конфликтных ситуациях	1	
30	Создание учебных кейсов	1	
31	Создание учебных кейсов	1	
32	Создание учебных кейсов	1	
33	Создание учебных кейсов	1	
34	Резерв	1	
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>34</b>	

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

### **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА:**

1. Л.Г.Федоренко. Секреты общения. - СПб, 2003.
2. Организация внешкольного досуга. Сценарии, программы игр и представлений. -Ростов-на-Дону, 2002.

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ:**

1. Тесты
2. Пособия
3. Демонстративный материал

### **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

1. Единое окно доступа к образовательным ресурсам»- <http://windows.edu.ru/>
2. «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов» - <http://school-collection.edu.ru/>
3. «Федеральный центр информационных образовательных ресурсов» - <http://fcior.edu.ru/>  
<http://eor.edu.ru>