

Специализированное структурное подразделение
основная общеобразовательная школа при Посольстве России в Норвегии

«Рассмотрена» Педагогическим советом Протокол № от « 30 » августа 2019 г.	«Согласована» Зам. директора по УВР Иванова О.В. _____ « 30 » августа 2019 года	«Утверждена» Распоряжением по школе от 30 августа 2019 года № 19 Директор школы Ахметова И. Ф. _____
--	--	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ИСКУССТВО БЫТЬ СОБОЙ»
(ТРЕНИНГ)

СОЦИАЛЬНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ
1-9 классы

Количество часов в неделю: 1 час

Количество часов в год: 34 часа

Учитель: Корнеева Л.П.

Осло
2019

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности «Искусство быть собой» (социальное направление, 1-9 классы) построена на основе базовых ценностей (социальная солидарность, семья, здоровье, наука, природа, человечество), и направлена на развитие и воспитание гражданина России, осознающего ответственность за настоящее и будущее своей страны.

Программа направлена на:

освоение обучающимися социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности данного возраста, норм и правил общественного поведения;

формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни с целью сохранения и укрепления физического, психологического и социального здоровья обучающихся как одной из ценностных составляющих личности обучающегося и ориентированной на достижение планируемых результатов освоения программы.

Программа способствует:

формированию уклада школьной жизни, обеспечивающего создание социальной среды развития обучающихся, включающего урочную, внеурочную и общественно значимую деятельность, систему воспитательных мероприятий, культурных и социальных практик;

усвоение обучающимися нравственных ценностей, приобретение начального опыта нравственной, общественно значимой деятельности, конструктивного социального поведения, мотивации и способности к духовно-нравственному развитию;

социальную самоидентификацию обучающихся посредством личностно значимой и общественно приемлемой деятельности;

формирование у обучающихся личностных качеств, необходимых для конструктивного, успешного и ответственного поведения в обществе;

приобретение знаний о нормах и правилах поведения в обществе, социальных ролях человека; формирование позитивной самооценки, самоуважения, конструктивных способов самореализации;

формирование способности противостоять негативным воздействиям социальной среды, факторам микросоциальной среды.

Цели и задачи тренинга «Искусство быть собой»:

- Готовить учеников к осознанной социально-коммуникативной деятельности.

- Оказывать помощь в реализации установки на социально-коммуникативный успех, на защищенность и комфортность личности в постоянно меняющемся мире, на становление адекватной Я-концепции.
- Способствовать возникновению у учащихся способности и потребности в совершенствовании коммуникативных компетенций на русском и английском языках (lingua franca).

Место тренинга «Искусство быть собой» в структуре ФГОС ООО:

Тренинг «Искусство быть собой» относится к социальному направлению внеурочной деятельности.

Для тренинга во внеурочной деятельности обучающиеся используют знания, умения и навыки, полученные и получаемые в процессе изучения дисциплин: «Обществознание», «Иностранный язык», «Русский язык», «Литература», «Основы духовно-нравственной культуры народов России», «Основы безопасности жизнедеятельности».

Освоение курса «Искусство быть собой»:

- является необходимой основой для успешности обучающегося в будущей активной социально-коммуникативной деятельности,
- формирует необходимые умения для сдачи ОГЭ в устной и письменной формах.

Планируемые результаты

Личностные результаты освоения курса:

1) воспитание российской гражданской идентичности; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

2) формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования;

3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и

способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;

9) формирование основ экологической культуры соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты освоения курса:

1) умение самостоятельно определять цели своего развития, ставить и формулировать для себя новые задачи в познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения познавательных задач;

3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

4) умение оценивать правильность выполнения задачи, собственные возможности её решения;

5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в познавательной деятельности;

6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения познавательных задач;

8) смысловое чтение;

9) умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность со взрослыми и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;

11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

Предметные результаты освоения курса

Требования к результатам освоения курса:

По завершении тренинга «Искусство быть собой» предполагается, что ученик обладает следующими компетенциями:

- владеет культурой мышления, способен к восприятию, анализу, сравнению и обобщению информации, постановке цели общения и выбору путей её достижения;
- готов к взаимодействию с одноклассниками, к работе в коллективе;
- готов к толерантному восприятию социальных и культурных различий, уважительному и бережному отношению к историческому наследию и культурным традициям разных стран;

- способен использовать начальные навыки публичной речи, ведения дискуссии и полемики;
- осознает социальную значимость своей будущей гражданской деятельности, обладает мотивацией к осуществлению внеурочной и учебной деятельности;
- готов включаться во взаимодействие с родителями, учителями, администрацией и другими социальными партнерами, заинтересованными в обеспечении качества учебно-воспитательного процесса;
- способен осуществлять сотрудничество с обучающимися и обучающими.

Процесс тренинга «Искусство быть собой» направлен на формирование следующих универсальных умений:

В результате прохождения курса ученик должен:

Знать:

функции и этапы общения,
стили и модели общения,
технологические приемы предъявления требований,
способы осуществления межличностных коммуникаций.

Уметь:

управлять своими эмоциями,
управлять своей мимикой и пантомимикой,
управлять общением,
взаимодействовать с окружающими.

Владеть:

техникой речи,
социально-перцептивными способностями,
организаторскими умениями,
методами рефлексии во внеурочной и учебной деятельности.

Объем курса и виды внеурочной работы

Вид внеурочной работы	Всего часов	Триместры			
Аудиторные занятия (всего)	34	1	2	3	
В том числе:					
Практические занятия (ПЗ)	34	10	12	12	

Содержание курса

Содержание разделов курса

№ п/п	Наименование раздела курса	Содержание раздела
1.	Модуль 1. Умения управлять собой	<p>Аутогенная тренировка (2 часа).</p> <p>Мимика и пантомимика (2 часа).</p> <p>Техника речи (2 часа).</p> <p>Упражнения для голоса (2 часа).</p> <p>Упражнения для тела (2 часа).</p> <p>Развитие социально-перцептивных способностей (2 часа).</p> <p>Развитие эмпатии (2 часа).</p> <p>Развитие интуиции (1 час).</p> <p>Внешний вид (2 часа).</p>
2.	Модуль 2. Умения взаимодействовать с окружающими	<p>Понятие техники межличностных коммуникаций (2 часа).</p> <p>Ведущие способности личности к коммуникативной деятельности (2 часа).</p> <p>Функции общения (2 часа).</p> <p>Этапы общения (2 часа).</p> <p>Стили и модели общения (2 часа).</p> <p>Умения взаимодействовать с окружающими (2 часа).</p> <p>Управление общением (2 часа).</p> <p>Технологические приемы предъявления требований (2 часа).</p> <p>Организаторские умения (1 час).</p>

Разделы курса и виды занятий

№ п/п	Наименование раздела курса	Практические занятия	ВСЕГО
1.	Модуль 1. Умения управлять собой	17	17
2.	Модуль 2. Умения взаимодействовать с окружающими	17	17

Методические рекомендации по организации изучения курса:

Модуль 1. Умения управлять собой.

Практические занятия проводятся в виде тренинга, так как межличностные коммуникации - деятельность поведенческая, исполнительская. На каждом занятии ученику необходимо иметь зеркальце.

На каждом занятии проводятся:

Аутотренинг под музыку.

Упражнения по выходу из аутотренинга.

«Манки».

Упражнения для лица (мимика).

Упражнения для тела (пантомимика).

Упражнения для голоса и интонации.

Упражнения на развитие социально-перцептивных способностей.

Промежуточные итоги - решение задач на умения управлять собой.

Модуль 2. Умения взаимодействовать с окружающими.

На занятиях используется технология критического мышления:

Шляпы мышления.

Мозговой штурм.

Структурные дебаты.

Квизы.

Толстые и тонкие вопросы.

Кластеры.

Денотатные графы.

Промежуточные итоги - решение кейсов на умения взаимодействовать с другими.

Итоги: осознание себя как уникальной личности, умеющей владеть собой и взаимодействовать с окружающими.

Оценочные и методические материалы, обеспечивающие реализацию курса:

а) основная литература:

1. Леви В.Л. Искусство быть собой. М.: Дрофа, 2016.
2. Леви В.Л. Искусство быть другим. М.: Дрофа, 2017.
3. Леви В.Л. Музыкальная аптека. М.: Дрофа, 2017.
4. Нителина А. В. Межличностные коммуникации как средство личностного успеха. М.: ЭКСМО, 2015.
5. Паршин Е. С. Опыт межкультурного взаимодействия. М.: Амфора, 2016.
6. Яранцев А. Г. Невербальное общение. Новосибирск, 2019.

б) дополнительная литература:

1. Меркель А. Политика мультикультурализма. М.: АСТО - ПРЕСС, 2018.
2. Секвер У. Я говорю. СПб, 2016.
3. Розгин Р. Ю. По Станиславскому. Петрозаводск, 2016.

в) программное обеспечение:

Интерактивные тесты.

г) базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

www.elitarium.ru, shley.ru, www.ucheba.ru

Материально-техническое обеспечение курса:

Аудиозаписи. Видеозаписи. Раздаточный материал.