МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

УПРАВЛЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ТУТАЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА ЯРОСЛАВСКОЙ ОБЛАСТИ

Местная религиозная организация православный Приход Воскресенского собора, г.Тутаева , Рыбинской Епархии, Русской Православной Церкви.

Православная школа имени св. прав. Иоанна Кронштадтского

УТВЕРЖДЕНО

Директор

_____

Макарова Е.Н.

Приказ № 81-02

от 02.09.2026 г.

Рабочая программа

внеурочной деятельности

«Развитие конструктивного взаимодействия и социализация»

для обучающихся 6 класса

Тутаев, 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности для шестого класса «Развитие конструктивного взаимодействия и социализация» разработана в соответствии с:

- требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования,
- требованиями к основной образовательной программе основного общего образования.

Программа «Развитие конструктивного взаимодействия и социализация» учитывает возрастные, общеучебные и психологические особенности школьника 6 класса.

Цель программы: создание условий для формирования в ученическом коллективе безопасной социально-психологической среды.

Целью изучения блока «Я и другие: особенности взаимодействия» является:

1. Формирование представлений об индивидуальных различиях между людьми и развитие уважительного отношения к особенностям, взглядам и интересам одноклассников.
2. Расширение знаний о различных формах межличностного взаимодействия: сотрудничестве, взаимопомощи, соперничестве, компромиссе и конфронтации.
3. Развитие способности выстраивать приемлемые отношения с людьми, которые не вызывают симпатии, без унижения, агрессии и социальной изоляции.

Целью изучения блока «Конфликт: понять и предупредить» является:

1. Формирование представлений о конфликте, его причинах, этапах развития и возможных последствиях.
2. Развитие навыков распознавания конфликтных ситуаций и управления собственными эмоциональными реакциями.
3. Формирование умений конструктивно выражать несогласие, вести диалог и находить мирные способы разрешения спорных ситуаций.

Целью изучения блока «Личные границы и безопасное общение» является:

1. Формирование представлений о личных границах, праве на уважительное обращение, личное пространство и отказ от нежелательного взаимодействия.
2. Развитие навыков уверенного поведения, конструктивного выражения просьб и отказов без агрессии и угроз.
3. Формирование готовности распознавать ситуации нарушения границ, защищать себя безопасным способом и своевременно обращаться за помощью.

Целью изучения блока «Класс как сообщество: против буллинга и девиантного поведения» является:

1. Формирование представлений о буллинге, его признаках, формах и отличиях от обычного конфликта или единичной ссоры.
2. Развитие ответственного отношения к собственным поступкам и формирование готовности отказаться от участия в травле, унижении и других социально нежелательных формах поведения.
3. Формирование навыков безопасного реагирования на ситуации буллинга, поддержки пострадавшего и обращения за помощью к взрослым.

Основные виды деятельности во время занятий: игровая, творческая.

Программа курса внеурочной деятельности «Развитие конструктивного взаимодействия и социализация» предназначена для реализации в 6 классе и рассчитана на 17 часов (1 час в 2 недели).

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Блок 1. «Я и другие: особенности взаимодействия» (занятия 1-4)

Содержание блока направлено на развитие культуры общения и формирование уважительного отношения к индивидуальным особенностям учащихся.

В ходе занятий дети узнают, что люди могут различаться интересами, взглядами, характером, эмоциональными реакциями, способностями и особенностями поведения. Обсуждается, что различия являются естественной частью человеческого взаимодействия и не могут быть основанием для насмешек, унижения или исключения человека из коллектива.

Учащиеся знакомятся с различными формами взаимодействия: сотрудничеством, взаимопомощью, соперничеством, конкуренцией, компромиссом, избеганием и конфронтацией. Дети учатся понимать, в каких ситуациях каждая форма может быть уместна, а какие способы поведения способны привести к напряжению, конфликту или нарушению отношений.

Особое внимание уделяется взаимодействию с людьми, которые не вызывают симпатии. Учащиеся узнают, что не обязательно дружить со всеми, однако необходимо соблюдать нормы уважительного и безопасного общения.

В процессе занятий формируются следующие навыки:

- понимание индивидуальных различий между людьми;

- уважительное отношение к чужому мнению и особенностям;

- установление и поддержание контакта;

- выбор приемлемой формы взаимодействия;

- сотрудничество с разными людьми;

- выражение своего отношения без оскорблений и унижения;

- принятие права другого человека на собственное мнение;

- общение без обязательного наличия взаимной симпатии;

- предупреждение социальной изоляции и отвержения.

Освоение блока способствует развитию культуры общения, снижению напряженности во взаимоотношениях и формированию способности строить приемлемые отношения с разными участниками коллектива.

Блок 2. «Конфликт: понять и предупредить» (занятия 5-8).

Содержание блока направлено на формирование представлений о конфликтах, их причинах, динамике и способах конструктивного разрешения.

Учащиеся узнают, что конфликт возникает в ситуации столкновения интересов, целей, мнений, потребностей или способов поведения. Рассматриваются типичные причины конфликтов между сверстниками: недопонимание, обида, борьба за лидерство, нарушение

договоренностей, стремление отстоять собственную позицию и неумение учитывать мнение другого человека.

Дети знакомятся с возможными этапами развития конфликтной ситуации и учатся замечать первые признаки напряжения. Обсуждается влияние эмоций на поведение участников, а также различия между конфликтом, ссорой, единичной агрессией и систематической травлей.

На занятиях рассматриваются способы предупреждения и разрешения конфликтов: спокойное обсуждение проблемы, активное слушание, выражение чувств и потребностей, использование «я-сообщений», поиск компромисса и обращение за помощью к взрослому.

В процессе занятий формируются следующие навыки:

- распознавание конфликтных ситуаций;

- определение причин и участников конфликта;

- понимание собственных эмоций и потребностей;

- контроль импульсивных реакций;

- выражение несогласия в приемлемой форме;

- использование «я-сообщений»;

- активное слушание;

- учет позиции другого человека;

- поиск компромиссных решений;

- предупреждение эскалации конфликта;

- обращение за помощью в сложной ситуации.

Освоение блока способствует снижению конфликтности, развитию самоконтроля и формированию у учащихся готовности разрешать спорные ситуации мирным и конструктивным способом.

Блок 3. «Личные границы и безопасное общение» (занятия 9-12).

Содержание блока направлено на формирование представлений о личных границах, развитие уверенного поведения и освоение безопасных способов взаимодействия.

В ходе занятий учащиеся узнают, что личные границы включают физическое пространство, личные вещи, чувства, мнение, время, информацию о себе и право самостоятельно определять приемлемость общения. Дети знакомятся с правом каждого человека на уважительное обращение, личное пространство, собственное мнение и отказ от нежелательного взаимодействия.

Обсуждаются признаки соблюдения и нарушения личных границ. Учащиеся учатся отличать уверенное поведение от пассивного и агрессивного, а также понимать, что защита собственных границ не должна сопровождаться угрозами, оскорблениями или причинением вреда другому человеку.

Особое внимание уделяется умению говорить «нет», выражать просьбы, прекращать неприятное взаимодействие и обращаться за помощью к взрослым. Рассматриваются ситуации

давления со стороны сверстников, нежелательных прикосновений, насмешек, вмешательства в личную жизнь и распространения личной информации.

В процессе занятий формируются следующие навыки:

- осознание собственных личных границ;

- уважение границ других людей;

- уверенное выражение просьб, чувств и потребностей;

- безопасный отказ от нежелательного взаимодействия;

- использование спокойного и четкого тона;

- различение уверенного, пассивного и агрессивного поведения;

- прекращение неприятного общения;

- защита себя без ответной агрессии;

- обращение за помощью к взрослым;

- соблюдение правил безопасного общения в интернете и в реальной жизни.

Освоение блока способствует повышению уверенности учащихся, снижению риска вовлечения в небезопасные ситуации и формированию способности защищать себя, не нарушая права других людей.

Блок 4. «Класс как сообщество: против буллинга и девиантного поведения» (занятия 13-17).

Содержание блока направлено на профилактику буллинга, агрессивного и девиантного поведения, а также на формирование психологически безопасной образовательной среды.

Учащиеся узнают, что буллинг представляет собой систематическое агрессивное воздействие, направленное на одного человека или группу, при котором участники обладают неравными возможностями защищать себя. Дети учатся отличать буллинг от обычного конфликта, единичной ссоры или случайного необдуманного поступка.

Рассматриваются основные формы буллинга: физическая, словесная, социальная и цифровая. Обсуждаются роли участников травли: инициатора, пострадавшего и наблюдателей. Учащиеся понимают, что смех, поддержка агрессора, распространение слухов или молчаливое одобрение могут усиливать небезопасную ситуацию.

Особое внимание уделяется формированию общих принципов коллектива: уважению достоинства каждого человека, недопустимости насилия и унижения, ответственности за слова и поступки, готовности оказать поддержку и обратиться за помощью.

Также рассматриваются социально нежелательные формы поведения: угрозы, оскорбления, распространение унижающей информации, порча имущества, агрессивное давление, участие в травле и нарушение правил безопасности. Учащиеся учатся оценивать последствия собственных поступков и выбирать социально приемлемые способы выражения злости, недовольства и несогласия.

В процессе занятий формируются следующие навыки:

- распознавание признаков и форм буллинга;

- различение конфликта, агрессии и травли;

- отказ от участия в насмешках, унижении и преследовании;

- безопасное реагирование на ситуацию буллинга;

- поддержка сверстника, оказавшегося в трудной ситуации;

- обращение за помощью к взрослым;

- соблюдение правил безопасного коллектива;

- оценка последствий собственных поступков;

- контроль агрессивных и импульсивных реакций;

- выбор социально приемлемого поведения;

- ответственное участие в жизни классного коллектива.

Освоение блока способствует формированию у учащихся ответственного отношения к собственному поведению, готовности противостоять травле и способности участвовать в создании безопасной, уважительной и психологически благоприятной атмосферы в классе.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

В результате освоения программы учащиеся получают представления об особенностях межличностного взаимодействия, причинах и способах разрешения конфликтов, личных границах, формах буллинга и принципах безопасного поведения в коллективе.

У детей развиваются навыки уважительного общения, сотрудничества, эмоциональной саморегуляции, конструктивного выражения несогласия, защиты личных границ, поддержки сверстников и обращения за помощью.

Программа способствует:

- снижению конфликтности в классе;

- предупреждению буллинга и социально нежелательного поведения;

- формированию психологически безопасной образовательной среды;

- развитию ответственного отношения к собственным поступкам;

- повышению коммуникативной компетентности;

- укреплению позитивных отношений между учащимися;

- повышению готовности к сотрудничеству;

- развитию социальной ответственности и навыков конструктивной социализации.

ОЦЕНКА ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Обучение ведется на безотметочной основе.

Для оценки эффективности занятий можно использовать следующие показатели:

1. Культура общения и взаимодействия.

Критерий: способность учащихся строить уважительные отношения с разными участниками коллектива.

Показатели достижения:

- учащийся понимает и принимает индивидуальные различия между людьми;

- уважительно относится к чужим взглядам, интересам и особенностям;

- соблюдает правила вежливого общения;

- умеет взаимодействовать с человеком, который ему не симпатичен;

- выражает свое отношение без оскорблений, насмешек и унижения;

- участвует в совместной деятельности;

- проявляет готовность к сотрудничеству и взаимопомощи;

- не использует социальную изоляцию как способ давления на сверстника.

2. Психологический климат и безопасность класса.

Критерий: степень сформированности благоприятной и психологически безопасной атмосферы в коллективе.

Показатели достижения:

- учащиеся знают и соблюдают общие правила взаимодействия;

- в классе преобладает уважительное обращение;

- дети чувствуют себя принятыми и защищенными;

- учащиеся могут свободно выражать мнение без страха насмешки или унижения;

- снижается количество негативных взаимодействий и конфликтов;

- уменьшается число случаев игнорирования, высмеивания и исключения из группы;

- учащиеся готовы помогать друг другу;

- дети понимают личную ответственность за атмосферу в классе;

- в коллективе сформировано представление о недопустимости насилия и травли.

3. Понимание конфликтов.

Критерий: способность учащихся распознавать конфликтные ситуации и понимать причины их возникновения.

Показатели достижения:

- учащийся может объяснить, что такое конфликт;

- называет основные причины конфликтов;

- замечает первые признаки напряжения;

- понимает возможные последствия конфликтной ситуации;

- различает конфликт, ссору, единичную агрессию и буллинг;

- способен определить собственные чувства и потребности в конфликте;

- понимает связь между эмоциями, словами и поступками;

- может описать ситуацию без оскорблений и необоснованных обвинений.

4. Навыки конструктивного разрешения конфликтов.

Критерий: способность учащихся предупреждать и разрешать конфликтные ситуации мирным способом.

Показатели достижения:

- учащийся умеет спокойно сообщить о проблеме;

- использует «я-сообщения»;

- умеет выслушать позицию другого человека;

- выражает несогласие без угроз и оскорблений;

- предлагает варианты решения проблемы;

- способен договариваться и искать компромисс;

- контролирует импульсивные реакции;

- прекращает спор при его эскалации;

- обращается к взрослому, если самостоятельно решить конфликт невозможно.

5. Соблюдение личных границ.

Критерий: способность учащихся осознавать, обозначать и уважать личные границы.

Показатели достижения:

- ребенок понимает содержание понятия «личные границы»;

- различает физические, эмоциональные, информационные и социальные границы;

- умеет обозначить нежелательное действие или обращение;

- способен уверенно сказать «нет»;

- уважает личное пространство, вещи, мнение и чувства других;

- отличает уверенное поведение от пассивного и агрессивного;

- не использует угрозы и давление для достижения своего;

- умеет прекратить неприятное взаимодействие;

- обращается за помощью при нарушении собственных границ.

6. Профилактика буллинга.

Критерий: сформированность знаний и безопасных способов поведения в ситуации травли.

Показатели достижения:

- учащийся знает признаки буллинга;

- различает физическую, словесную, социальную и цифровую формы травли;

- понимает отличие буллинга от обычного конфликта;

- знает роли участников ситуации буллинга;

- не поддерживает агрессора смехом, одобрением или распространением информации;

- отказывается участвовать в унижении и преследовании сверстника;

- знает, к кому можно обратиться за помощью;

- готов сообщить взрослому о ситуации травли;

- способен оказать поддержку пострадавшему безопасным способом;

- понимает недопустимость молчаливого одобрения травли.

7. Ответственное и социально приемлемое поведение.

Критерий: способность учащихся оценивать последствия собственных поступков и выбирать конструктивные формы поведения.

Показатели достижения:

- ребенок понимает связь между поступком и его последствиями;

- контролирует агрессивные и импульсивные реакции;

- выражает злость, недовольство и несогласие приемлемым способом;

- отказывается от угроз, оскорблений и давления;

- не участвует в порче имущества и распространении унижающей информации;

- соблюдает нормы поведения в школе и интернете;

- способен признать ошибку и исправить последствия поступка;

- принимает ответственность за собственное поведение;

- выбирает социально приемлемые способы решения проблем.

8. Социальная компетентность и участие в коллективе.

Критерий: способность учащихся конструктивно включаться в жизнь класса и взаимодействовать с группой.

Показатели достижения:

- учащийся участвует в совместных делах класса;

- выполняет договоренности и общие правила;

- способен работать с разными одноклассниками;

- учитывает интересы и мнение группы;

- принимает ответственность за общий результат;

- умеет просить о помощи и оказывать поддержку;

- проявляет инициативу в создании благоприятной атмосферы;

- понимает значение общих норм и правил для безопасности коллектива.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема	Задачи занятия
1	Мы разные – мы вместе.	Осознание индивидуальных особенностей людей, развитие уважительного отношения к различиям, интересам и взглядам одноклассников.
2	Почему люди нравятся или не нравятся друг другу.	Обсуждение симпатий и антипатий, формирование понимания того, что отсутствие симпатии не является основанием для оскорблений или унижения.
3	Формы взаимодействия.	Знакомство с понятиями сотрудничества, взаимопомощи, соперничества, конкуренции, компромисса и конфронтации.
4	Как общаться с теми, кто мне не близок.	Формирование навыков уважительного общения и поддержания приемлемых отношений без обязательной дружбы.
5	Что такое конфликт.	Формирование представлений о конфликте, его причинах, участниках и возможных последствиях.
6	Как развивается конфликт.	Знакомство с основными этапами развития конфликтной ситуации и признаками нарастающего напряжения.
7	Эмоции в конфликте.	Осознание влияния эмоций на мысли, решения и поведение участников конфликтной ситуации.
8	Учимся решать споры мирно.	Развитие навыков активного слушания, использования «я-сообщений», поиска компромисса и конструктивного разрешения конфликтов.
9	Что такое личные границы.	Формирование представлений о физических, эмоциональных, информационных и социальных границах.
10	Мои границы и границы других людей.	Развитие умения замечать нарушение границ, уважать личное пространство, чувства, вещи и мнение другого человека.
11	Уверенно сказать “нет”.	Формирование навыков уверенного отказа, выражения просьб и защиты собственных интересов без агрессии.
12	Уверенное, пассивное и агрессивное поведение.	Различение основных моделей поведения и освоение способов безопасного реагирования на давление и провокации.
13	Буллинг: что это такое.	Формирование представлений о признаках, особенностях и отличиях буллинга от обычного конфликта.
14	Формы буллинга.	Знакомство с физической, словесной, социальной и цифровой формами травли, а также с их возможными последствиями.
15	Роли участников буллинга.	Обсуждение ролей инициатора, пострадавшего и наблюдателей; формирование понимания ответственности каждого участника ситуации.
16	Безопасное поведение и помощь в ситуации травли.	Освоение алгоритмов обращения за помощью, поддержки пострадавшего и безопасного реагирования на травлю.
17	Наш класс — безопасное сообщество.	Обобщение знаний программы, разработка общих принципов и правил взаимодействия, направленных на уважение, сотрудничество и профилактику конфликтов и буллинга.