

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением
иностранных языков № 4» г. Курчатова

РАССМОТРЕНО

На МО классных руководителей

Протокол № 1

От «28» 08 2023 г.

Руководитель МО

_____ Г.В. Николенко

УТВЕРЖДАЮ

Директор Муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения «Средняя
общеобразовательная школа с углубленным
изучением иностранных языков № 4» г.Курчатова
Приказ № 258
от «29» 08 2023г.

_____ Т.М. Буровникова

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности «Психология успешного общения»

Уровень образования основное общее образование

Направление внеурочной деятельности социальное

**Рабочая программа разработана методическим объединением классных
руководителей**

г. Курчатов
2023г

1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с документами:

1. Федеральным законом №273 «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г.;
2. Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утв. приказом приказа Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 (далее – ФГОС ООО второго поколения);
3. Положением «О рабочих программах» (Приказ №262 от 29.08.2023г.);
5. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Актуальность и перспективность программы.

Общение подростка со сверстниками и взрослыми – главное условие личностного развития. Неудачи в общении ведут к дискомфорту и никакие другие факторы не могут это компенсировать.

Общение со сверстниками имеет особое значение в жизни подростка. Для него это является некой школой социальных отношений и способом познания себя.

Проблема общения рассматривалась в трудах таких выдающихся ученых как, В.М. Бехтерев, Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев и других отечественных психологов, которые рассматривали общение, как важное условие психического развития человека, его социализации и индивидуализации, формирования личности.

Подростковый возраст является тем периодом, когда происходит затруднение в общении между ребенком и взрослым. Это обуславливается тем, что ребенок считает, что родители его не поймут. Чтобы найти выход из сложившейся проблемной ситуации, взрослый должен трансформировать свою позицию в сторону позиции ребенка. Психологический барьер нередко преодолевается с помощью рассказа родителя о том, как он сам вел себя в детстве в подобных ситуациях. При этом взрослый со своей стороны и со стороны ребенка дает оценку своим поступкам. Если же подросток пренебрежительно относится к общению с взрослым, то последний должен проявить больше терпения и выдержки к интересам и склонностям своего ребенка. В подростковом возрасте мотив общения с взрослыми приобретает новый мотив: у большинства школьников 14-15 лет преобладает потребность в доверительном общении с взрослыми.

Характерной чертой подросткового возраста является чередование периодов «закрытости» и «открытости» в общении. «Закрытость» отмечается у обучающихся 6-8-х классов, а «открытость» у обучающихся 7-9-х классов. При «закрытости» подростки стремятся защититься от постороннего давления, оградить свой внутренний мир. В данный период неадекватную реакцию могут вызвать даже нейтральные вопросы.

«Открытые» периоды характеризуются тем, что у подростка возникает потребность в беседах о своих переживаниях и проблемах, о происходящих переменах в нем и его жизни. У семиклассников эта проблема удовлетворяется и сверстниками и взрослыми. У девятиклассников же преобладает острая необходимость общения именно со взрослыми, которым они доверяют. Такой выбор партнера по общению заключается в том, что перед этими детьми стоит задача жизненного самоопределения, выбора профессии, пути дальнейшего образования. Немалую поддержку в этом случае может оказать учитель, который пользуется большим авторитетом и уважением у обучающихся.

С одной стороны, у подростка очень ярко проявляется желание к общению и совместной деятельности с друзьями, сверстниками, желание жить общественной жизнью, иметь близких друзей, с другой - не менее сильная нужда стать признанным, уважаемым в своей группе сверстников. Решение этого вопроса становится важнейшей задачей. Из-за переживаний подростка в ходе решения данной проблемы, могут разрушиться выстроенные отношения с одноклассниками, дружба со школьными друзьями. Такие переживания расцениваются как личная драма. Тяжелой ситуацией для подростка является осуждение

окружающего коллектива, товарищей, а самым страшным наказанием – это нежелание окружающих сверстников общаться, бойкот. Для любого индивидуума переживание одиночества тяжело и невыносимо. Для подростка этот момент усугублен неоднократно. Вследствие всего неблагоприятно происходящего с одноклассниками, подросток ищет других знакомств за пределами школьных стен. С большой долей вероятности он их находит. К сожалению не всегда эти знакомства приводят к позитивным последствиям.

Возрастная группа, на которую ориентированы занятия: обучающиеся 8 – х классов.

Объем часов, отпущенных календарным учебным графиком: 68 часов (2 часа в неделю).

Цель программы: повышение уровня коммуникативных способностей и социально – психологической компетентности обучающихся в основах конструктивного общения.

Задачи программы:

- развить навыки общения и сотрудничества;
- формирование у них положительного самовосприятия и чувства своей изначальной ценности как индивидуальности, ценности своей жизни и других людей;
- развивать творческую активность обучающихся;
- развитие свойств и качеств личности, необходимых для полноценного межличностного взаимодействия;
- формирование навыков равноправного общения, культуры эмоциональной экспрессии, предотвращения и разрешения межличностных конфликтов, самовоспитания и саморазвития;
- укрепление адаптивности и стрессоустойчивости, оптимизма в отношении к реальности.

Это создает условия для развития коммуникативных способностей и формирования устойчивой положительной самооценки, которые составляют базу конструктивного общения и развития личности.

2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Данная программа рассчитана на достижение **2-х уровней результатов:**

- **первый уровень** - приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

- **второй уровень** – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Таким образом, внедрение новых стандартов дает большие возможности для развития творческих способностей обучающихся.

Личностные результаты:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию;
- сформированность мотивации к учению и познанию;
- ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции;
- социальные компетентности, личностные качества.

Применительно к данной программе:

- сформированность у обучающихся уважения и интереса к чувствам других людей;
- сформированность умения анализировать свое поведение на основе общих морально-нравственных понятий (о добре и зле, должном и недопустимом);
- сформированность уважительного отношения к отличительным особенностям чувств и эмоций других людей;
- сформированность у обучающихся мотивации к изучению психологии, с целью самосовершенствования и дальнейшей самореализации;

- сформированность у обучающихся готовности и способности к духовному развитию;
- сформированность нравственных качеств обучающихся, основанных на духовных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;
- сформированность у обучающихся мотивации к обучению и познанию.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- осознавать свои личные качества, способности и возможности;
- осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции;
- овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями;
- научиться контролировать собственное агрессивное поведение;
- осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки;
- учиться прогнозировать последствия собственных поступков.

Познавательные УУД:

- учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе;
- планировать свою учебную деятельность с учетом индивидуального стиля учебной деятельности;
- адекватно воспринимать оценки учителей;
- уметь распознавать чувства других людей;
- обогатить представления о собственных ценностях и их роли в жизни уметь формулировать собственные проблемы.

Коммуникативные УУД:

- учиться строить взаимоотношения с окружающими;
- 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;
- учиться толерантному отношению к другому человеку.

Средства формирования УУД: словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др.

А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся:

Психологическая информация. Достаточно эффективный метод, способствующий углублению самосознания подростков, является изучение некоторых важных для этого возраста психологических понятий. Сообщаемая информация стимулирует подростка к размышлению о себе.

Интеллектуальные задания. Интеллектуальные задания способствуют расширению лексического запаса учащихся в области психологии, помогают им овладеть необходимыми понятиями.

Ролевые методы. Ролевые методы предполагают принятие подростком ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание необычных ролей; проигрывание своей роли в гротескном варианте.

Коммуникативные игры. Коммуникативные игры направлены на формирование у подростка умения увидеть в другом человеке его достоинства. А также существует ряд игр, способствующих углублению осознания сферы общения.

Предметные результаты:

- 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.

3. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Основное содержание занятий представляет собой совокупность психотехнических упражнений и приёмов, направленных не только на решение задач данного коррекционно-развивающего комплекса, но и на формирование социальных навыков, динамическое развитие группы.

Ритуалы приветствия – прощания являются важным моментом работы с группой, позволяющие сплочать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия, что в свою очередь важно для плодотворной работы.

Разминка не только служит элементом развития внимания, но и является средством воздействия на эмоциональное состояние детей, уровень их активности, выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность.

Рефлексия занятия предполагает оценку занятия в двух аспектах: эмоциональном (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему), и смысловом (почему это важно, зачем мы это делали). Рефлексия предполагает, что дети сами или с помощью взрослого отвечают на вопрос, зачем это нужно, как это может помочь в жизни, дают обратную эмоциональную связь друг другу и психологу.

Научить обучающегося общаться, значит научить понимать и познавать другого человека, а через него и самого себя. В содержание программы включены психотехнические упражнения, проективные методики, приемы ролевых игр, блок теоретической информации по психологии, интерактивных и групповых методов обучения, рефлексивный и мотивационный диалоги, ролевые этюды и упражнения все это требует творческого подхода учителя к взаимоотношениям с обучающимися.

Раздел I. Введение в практическую психологию общения. (14ч) Введение в курс. Что такое общение. Понятие об общении. Общение в системе межличностных и общественных отношений. Единство общения и деятельности. Виды, уровни и функции общения. Виды, уровни и функции общения. Структура и средства общения. Эмоции и чувства в общении. Значение общения для развития личности.

Раздел II. Этика общения и этические нормы. (14ч) Что такое этика и этикет. Этика и культура речевого общения. Этика общения в семье. Этика общения в школе. Этика общения на улице и в общественных местах. Этика общения в виртуальном пространстве. Этическое содержание «техники общения».

Раздел III. Конфликты и способы их предупреждения. (14ч) Конфликты в общении. Причины и виды межличностных конфликтов. Технологии эффективного общения в конфликте. Способы и средства разрешения конфликтов в общении. Внутриличностные и межличностные конфликты. Типы конфликтных личностей. Неконфликтное общение.

Раздел IV. Психология межличностных взаимоотношений. (14ч) Взаимное влияние людей в процессе межличностного общения. Виды и формы межличностного взаимодействия в школьном коллективе. Особенности общения в подростковом обществе. Особенности общения подростков в группе сверстников. Групповые взаимоотношения и структурно – ролевые отношения в группе сверстников. Особенности общения родителей и подростков. Стратегии поведения подростков в общении с родителями. Особенности общения со взрослыми в подростковом возрасте. Основные характеристики манипулятивного общения подростков. Вербальные средства общения. Невербальные средства общения. Стереотипы в общении. Позиции в общении. Изучение индивидуально психологических черт личности. Изучение индивидуально психологических черт личности.

Формы и методы проведения занятий.

Проведение занятий курса внеурочной деятельности «Психология успешного общения» предполагает использовать следующих форм и методов работы:

- тренинги;
- беседы, дискуссии;
- сюжетно – ролевые игры;
- психологические игры;
- упражнения творческого характера;
- самодиагностика.

4. Тематическое планирование

№ п/п	Название раздела	Кол- во часов	Темы раздела	Количество часов		
				Теория	Практика	Общее кол – во часов
1.	Раздел I. Введение в практическую психологию общения.	14	Введение в курс.	0.75	0.25	1
			Что такое общение. Понятие об общении.	1	1	2
			Общение в системе межличностных и общественных отношений.	1	1	2
			Единство общения и деятельности.	0.25	0.75	1
			Виды, уровня и функции общения.	1.5	1.5	3
			Структура и средства общения.	1	1	2
			Эмоции и чувства в общении.	1	1	2
			Значение общения для развития личности.	0.25	0.75	1
2.	Раздел II. Этика общения и этические нормы.	14	Что такое этика и этикет.	1	1	2
			Этика и культура речевого общения.	1	1	2
			Этика общения в семье.	1	1	2
			Этика общения в школе.	1	1	2
			Этика общения на улице и в общественных местах.	1	1	2
			Этика общения в виртуальном пространстве.	1	1	2
			Этическое содержание «техники общения».	1	1	2
3.	Раздел III. Конфликты и способы их предупреждения.	14	Конфликты в общении.	1	1	2
			Причины и виды межличностных конфликтов.	1	1	2
			Технологии эффективного общения в конflikте.	1	1	2

			Способы и средства разрешения конфликтов в общении.	1	1	2
			Внутриличностные и межличностные конфликты.	1	1	2
			Типы конфликтных личностей.	1	1	2
			Неконфликтное общение.	1	1	2
4.	Раздел IV. Психология межличностных взаимоотношений.	26	Взаимное влияние людей в процессе межличностного общения.	1	1	2
			Виды и формы межличностного взаимодействия в школьном коллективе.	1	1	2
			Особенности общения в подростковом обществе.	0.75	0.25	1
			Особенности общения подростков в группе сверстников.	0.75	0.25	1
			Групповые взаимоотношения и структурно – ролевые отношения в группе сверстников.	1	1	2
			Особенности общения родителей и подростков.	1	1	2
			Стратегии поведения подростков при общении с родителями.	1	1	2
			Особенности общения со взрослыми в подростковом возрасте.	0.75	0.25	1
			Основные характеристики манипулятивного общения подростков.	1	1	2
			Вербальные средства общения.	1	1	2
			Невербальные	1	1	2

			средства общения.			
			Стереотипы в общении.	1	1	2
			Позиции в общении.	1	1	2
			Изучение индивидуально-психологических черт личности.	1.5	1.5	3
Итого: 68 ч.						

Таблица календарно-тематического планирования по курсу внеурочной деятельности «Психология успешного общения» 8 класс

№ п/п	Раздел программы	Темы занятия	Дата по плану	Дата по факту	Корректировк а
	Раздел I. Введение в практическую психологию общения. (14 ч).				
1.		Введение в курс.			
2.		Что такое общение. Понятие об общении.			
3.		Что такое общение. Понятие об общении.			
4.		Общение в системе межличностных и общественных отношений.			
5.		Общение в системе межличностных и общественных отношений.			
6.		Единство общения и деятельности.			
7.		Виды, уровни и функции общения.			
8.		Виды, уровни и функции общения.			
9.		Виды, уровни и функции общения.			
10.		Структура и средства общения.			
11.		Структура и средства общения.			
12.		Эмоции и чувства в общении.			
13.		Эмоции и чувства в общении.			
14.		Значение общения для развития личности.			
	Раздел II. Этика общения и этические нормы. (14 ч).				
15.		Что такое этика и этикет.			
16.		Что такое этика и этикет.			
17.		Этика и культура речевого общения.			
18.		Этика и культура речевого общения.			
19.		Этика общения в семье.			
20.		Этика общения в семье			
21.		Этика общения в школе.			
22.		Этика общения в школе.			
23.		Этика общения на улице			

		и в общественных местах.			
24.		Этика общения на улице и в общественных местах.			
25.		Этика общения в виртуальном пространстве.			
26.		Этика общения в виртуальном пространстве.			
27.		Этическое содержание «техники общения».			
28.		Этическое содержание «техники общения».			
	Раздел III. Конфликты и способы их предупреждения. (14 ч).				
29.		Конфликты в общении.			
30.		Конфликты в общении.			
31.		Причины и виды межличностных конфликтов.			
32.		Причины и виды межличностных конфликтов			
33.		Технологии эффективного общения в конфликте.			
34.		Технологии эффективного общения в конфликте			
35.		Способы и средства разрешения конфликтов в общении.			
36.		Способы и средства разрешения конфликтов в общении.			
37.		Внутриличностные и межличностные конфликты.			
38.		Внутриличностные и межличностные конфликты.			
39.		Типы конфликтных личностей.			
40.		Типы конфликтных личностей.			
41.		Неконфликтное общение.			

42.		Неконфликтное общение.			
	Раздел IV. Психология межличностных взаимоотношений. (14 ч).				
43.		Взаимное влияние людей в процессе межличностного общения.			
44.		Взаимное влияние людей в процессе межличностного общения.			
45.		Виды и формы межличностного взаимодействия в школьном коллективе.			
46.		Виды и формы межличностного взаимодействия в школьном коллективе.			
47.		Особенности общения в подростковом обществе.			
48.		Особенности общения подростков в группе сверстников.			
49.		Групповые взаимоотношения и структурно – ролевые отношения в группе сверстников.			
50.		Групповые взаимоотношения и структурно – ролевые отношения в группе сверстников.			
51.		Особенности общения родителей и подростков.			
52.		Особенности общения родителей и подростков.			
53.		Стратегии поведения подростков при общении с родителями.			
54.		Стратегии поведения подростков при общении с родителями.			
55.		Особенности общения со взрослыми в подростковом возрасте.			

56.		Основные характеристики манипулятивного общения подростков.			
57.		Основные характеристики манипулятивного общения подростков.			
58.		Вербальные средства общения.			
59.		Вербальные средства общения.			
60.		Невербальные средства общения.			
61.		Невербальные средства общения.			
62.		Стереотипы в общении.			
63.		Стереотипы в общении.			
64.		Позиции в общении.			
65.		Позиции в общении.			
66.		Изучение индивидуально психологических черт личности.			
67.		Изучение индивидуально психологических черт личности.			
68.		Изучение индивидуально психологических черт личности.			
	Итого:			68	