

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ржевская средняя общеобразовательная школа
Шебекинского района Белгородской области»

Рассмотрено
на заседании
методического совета
Протокол № 6
от «30» июня 2018 г.

Согласовано
Заместитель директора
 Г.Л. Кириевская
от «31» августа 2018 г.

Утверждено
Директор школы
 М.В. Тарасова
Приказ № 186
от «31» августа 2018 г.



Рабочая программа

по внеурочной деятельности

«Психология общения»

для обучающихся 5-7 классов

Программа составлена
педагогом-психологом
Морозовой А.Д.

2018-2019 учебный год

Пояснительная записка

Младший подростковый период – важнейший этап жизни человека, время выборов, которые во многом определяют последующую судьбу. Несмотря на разницу социально-культурного окружения, почти все подростки с особой остротой переживают свое взросление, заявляя об этом через агрессию, непослушание, алкоголь, школьные трудности и т.д. Поэтому так важно, чтобы у детей была возможность поговорить о себе, исследовать себя, получить новые знания о себе. Программа психологических занятий для подростков должна обеспечивать с одной стороны формирование их психологического здоровья, с другой стороны – выполнение основных задач развития. Данная программа включает в себя основные направления работы: аксиологическое, инструментальное, потребностно-мотивационное и развивающее.

Аксиологическое направление учит обучающегося принимать самого себя и других людей, при этом адекватно осознавая свои и чужие достоинства и недостатки.

Инструментальное направление формирует умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы, т.е. помогает личностной рефлексии обучающегося.

Потребностно-мотивационное направление для подростков предполагает развития умения сделать выбор, готовность нести за него ответственность, а также формирование потребности в самоизменении и личностном росте.

Развивающее направление обеспечивает формирование эго-идентичности (Э. Эриксон), половой идентичности и личностного самоопределения (Л.И. Божович).

Для проведения занятий используется программа **О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я: уроки психологии в средней школе (5–8)»**. Программа рассчитана на 102 учебных часа, включающих в себя как теоретический материал, так и практические упражнения и тренинги.

Модификация данной программы состоит в интеграции двух программ и внесении в программу практической части (тематические и игровые тренинги, самодиагностика и рефлексия), а также в изменении содержания и наполнения тем (новые упражнения, игры, тесты).

Цель программы:

- помочь школьникам освоить коммуникативные умения и навыки;
- выработать индивидуальный стиль общения;
- стать более гибкими в общении;
- научиться адекватно выражать своё внутреннее состояние;
- стимулировать процесс самосознания и самопонимания.
- решать основные проблемы возраста с целью сохранения психологического здоровья обучающихся, а также развитие коммуникативной, познавательной и личностной сфер личности ребенка.

Задачи программы:

- формирование сплоченного доброжелательного коллектива, находясь в котором обучающиеся почувствуют себя комфортно и защищены, смогут раскрыться психологически;
- создание условий для самоанализа обучающимися собственного “Я-образа”, развития рефлексии, навыков внимательного отношения к другому человеку, а также повышение уровня самопринятия;
- создание условий для формирования навыка эффективного общения, умения анализировать конфликтные ситуации и находить их конструктивное решение.

Обучающие:

- научить положительному самоотношению и принятию других людей;
- научить рефлексивным умениям;
- формировать потребность в саморазвитии.

Воспитательные:

- воспитывать чувства коллективизма, взаимопомощи, ответственности;
- сохранять и поддерживать психологическое здоровье обучающихся;
- воспитывать нравственные качества обучающихся.

Развивающие:

- создавать условия для развития личности каждого подростка;
- развивать положительные эмоции и волевые качества;
- развивать умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы.

В результате у школьников должны быть развиты навыки общения и социальной адаптации, выражающиеся:

- в знании прав личности как основы адекватного взаимодействия с окружающими;
- в обучении умению сотрудничать;
- в снижении уровня конфликтности;
- в умении принимать самого себя и других людей, осознавая свои и чужие достоинства и недостатки;
- в умении осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков;
- в понимании необходимости самому делать выбор и нести за него ответственность;
- в формировании потребности самоизменения и личностном росте.

Ожидаемые результаты

Обучающиеся будут анализировать и оценивать общение, а именно:

- корректность речевого поведения;
- уместность использования несловесных (невербальных) средств общения – жестов, мимики, телодвижений, интонации в устных высказываниях.

Научаться общаться при решении риторических задач, в частности:

- ориентироваться в ситуации общения, вступая в контакт и поддерживая его (на элементарном уровне);
- уместно использовать словесные и несловесные средства общения.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- обучающийся получит возможность для формирования внутренней позиции школьника;
- формирование ответственного отношения к учению;
- готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании обучения и познания;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики;
- развитие осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Предметными результатами освоения программы внеурочной деятельности «Психология общения» являются следующие знания и умения:

- знание индивидуальных и эмоциональных особенностей людей;
- знание правил работы в тренинговой группе;
- знание способов разрешения конфликтных ситуаций;
- умения вести конструктивный диалог;
- умение определять жизненные цели и задачи.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- понимать себя, свои желания, мечты, ценности;
- вести конструктивную беседу;
- учитывать мнение других людей при взаимодействии, вставать на сторону собеседника;
- бесконфликтному поведению со сверстниками и взрослыми людьми.

Текущий контроль усвоения материала осуществляется во время наблюдения за работой обучающихся во время урока (активность, заинтересованность). В конце учебного года проводится отчетное занятие, на котором учащиеся продемонстрируют полученные навыки и умения, а также пройдет выставка тетрадей по саморазвитию.

Вид контроля

Формы промежуточного контроля знаний, умений, навыков: наблюдение; беседа.

Тематическое планирование внеурочной деятельности

№ п/п	Тема	Цель
1	Кто Я? Мои силы и возможности	<ul style="list-style-type: none"> – помочь обучающимся усвоить понятие «способности», исследовать свои способности и возможности; – помочь каждому обучающемуся осознать свою уникальность и неповторимость.
2	Я расту, я изменяюсь	<ul style="list-style-type: none"> – помочь обучающимся научиться осознавать происходящие в них изменения; – помочь обучающимся научиться планировать цели и пути самоизменения.
3	Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?	<ul style="list-style-type: none"> – дать обучающимся возможность задуматься о будущем, попытаться структурировать его, обсудить возможные варианты будущего; – помочь обучающимся понять, что будущее начинается в настоящем; – ввести понятие «Жизненный выбор».
4	Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?	<ul style="list-style-type: none"> – помочь обучающимся осознать понятие «Интеллигентный человек», обсудить проблему идеалов.
5	Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?	<ul style="list-style-type: none"> – помочь обучающимся осознать личную свободу и свободу другого человека; – помочь им понять, что свобода часто связана с наличием обязанностей; – помочь осознать, что необходимо признавать и уважать права других людей.
6	Общение	<ul style="list-style-type: none"> – рассмотреть различные виды общения и ситуации их использования; – ознакомиться с понятием о знаках внимания в процессе коммуникации, освоить навыки активного и пассивного слушания.
7	Конфликт	<ul style="list-style-type: none"> – получить понятие о конфликте, его происхождении, развитии и путях разрешения.
8	Эмпатия	<ul style="list-style-type: none"> – освоить навыки эмпатического слушания с использованием обратной связи; – овладеть навыками эмпатии и рефлексии для эффективного восприятия и понимания собеседника.

9	Комбинантность. Конгруэнтность.	<ul style="list-style-type: none"> – овладеть понятиями конгруэнтность – неконгруэнтность в процессе общения, ознакомиться с техникой вызова ресурсных состояний; – дать понятие о гибкости в общении и потренировать ее на практике; – обозначить взаимосвязь внешних проявлений с внутренним состоянием человека как предпосылки конгруэнтности или неконгруэнтности.
10	Фильтры «Я – слушания»	<ul style="list-style-type: none"> – научиться определять фильтры Я – слушания в общении, рассмотреть причины их возникновения.
11	Внимание	<ul style="list-style-type: none"> – изучить функцию внимания, его виды и свойства; – рассмотреть условия возникновения внимания; – рассмотреть виды внимания; – изучить его свойства; – в практических заданиях определить индивидуальные особенности внимания обучающихся; – показать возможности повышения качества внимания.
12	Восприятие	<ul style="list-style-type: none"> – изучить процесс восприятия и его характеристики; – рассмотреть понятие «восприятие», его виды, свойства, иллюзии восприятия; – определить взаимосвязь ощущения и восприятия как сенсорных процессов; – практически исследовать особенности нормального процесса восприятия и его искажения; – исследовать некоторые количественные характеристики восприятия.
13	Профессии	<ul style="list-style-type: none"> – познакомить обучающихся с целями, задачами, направлениями курса «Выбор профессии»; – создать условия для знакомства обучающихся с психологом и между собой, сплочения ученического коллектива.
14	Психология	<ul style="list-style-type: none"> – дать представление о становлении психологии как науки с древнейших времен до наших дней; – исследовать экстраверсию – интроверсию

		<p>и нейротизм;</p> <ul style="list-style-type: none"> – ознакомить обучающихся с основными методами, используемыми в психологии, охарактеризовав возможности каждого из них, и опробовать некоторые из методов на практике.
15	Мышление	<ul style="list-style-type: none"> – изучение мышления; – осознание проблемы, мысль переходит к поиску путей ее решения; – основные формы мышления – анализ, синтез, сравнение, абстракция и обобщение.
16	Ощущения	<ul style="list-style-type: none"> – рассмотреть процесс ощущения как первоисточник знаний об окружающем мире; – рассмотреть ощущение в качестве одного из познавательных процессов; – показать объективность – субъективность ощущений; – определить виды ощущений; – практически испытать различные виды ощущений; – осознать роль ощущений в познании предметов и явлений окружающего мира.
17	Память	<ul style="list-style-type: none"> – изучить основные процессы и виды памяти, факторы забывания и способы уменьшения их влияния; – рассмотреть основные процессы памяти и их особенности; – изучить различные виды памяти и их функцию; – понять различие механического и смыслового запоминания; – научиться использовать различные виды смысловых связей и мнемонические опоры для запоминания информации.
18	Речь	<ul style="list-style-type: none"> – рассмотреть функции языка и речи, различные виды речевой деятельности; – изучить составляющие языка – знаки и символы; – рассмотреть взаимосвязь языка и речи; – определить функции языка и речи; – выявить различные виды речевой деятельности; – практически обосновать различные виды

		<p>речи;</p> <ul style="list-style-type: none"> – помочь обучающимся определить качество собственной речи.
19	Самооценка	<ul style="list-style-type: none"> – исследование самооценки, ее влияние на личность и деятельности; – сформировать понятие о самооценке и ее видах; – показать влияние самооценки на процесс общения; – определить самооценку обучающихся; – способствовать формированию адекватной самооценки; – снизить зависимость самооценки обучающихся от мнения других людей.
20	Личность	<ul style="list-style-type: none"> – рассмотреть элементы структуры личности и их свойства; – определить целое в структуре личности; – рассмотреть его элементы; – охарактеризовать особенности личностных черт каждой подструктуры и их свойства; – рассмотреть путь их формирования; – сформировать понятие о личности как динамическом образовании.

Учебно-методическая литература для педагога

1. Андерсон Д. Думай, пытайся, развивайся. - СПб., 1996

2. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений. Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы. - СПб., 1992
3. Бэрон Р. Ричардсон Д. Агрессия. - СПб., 1997
4. Григорьева Т.Г. Основы конструктивного общения: Практикум. – Новосибирск, М., 1997
5. Дольто Ф. На стороне подростка. - СПб., 1997
6. Зузенко Ю. Уроки психологии в школе (Электронный ресурс), Режим доступа: <http://www.psylesson.ru>
7. Игры для интенсивного обучения /под ред. В.В.Петрусинского.- М.: Прометей, 1991
8. Изард К. Эмоции человека. М., 1980
9. Классные часы: 5 класс / А.В. Давыдов. – М.: ВАКО, 2010
10. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками.- М.: Академия, 2001
11. Марасанов Г.И. Социально-психологический тренинг. - М., 1998
12. Наумова Ж.Л. Упражнения по коррекции общения среди младших школьников (Электронный ресурс), Режим доступа: <http://www.menobr.ru/materials/49/30116/>
13. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. - СПб., 2000
14. Слободяник Н.П. Психологическая помощь школьникам с проблемами в обучении.- М.: Айрис пресс, 2003
15. Фопель К. Энергия паузы. - М., 2004

Рекомендуемая литература для обучающихся

1. Вачков И.В. Психологическая азбука. Сказки о самой душевной науке. Королевство Внутреннего Мира. Королевство Разорванных Связей. – М.: Генезис, 2012. – 424с.
2. Токарева В.С. Нам нужно общение. – М.: АСТ, 2008, - 480с.
3. Энциклопедия для детей. Том 18, часть 2. Архитектура души. Психология личности. Мир взаимоотношений. Психотерапия. – М., 2002.