

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа с. Пашино
Афанасьевского муниципального округа
Кировской области

Утверждаю
Директор
_____/ Меркучев Н.Г./
Приказ №29/од от 14.08.2023г

ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Психология общения»
5 класс
на 2023-2024 учебный год

Направление: общекультурное

Срок реализации: 1 год

Составитель:
Варанкина Г.В.

с. Пашино
2023

Пояснительная записка

В соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса в школе. Одним из направлений внеурочной деятельности является общекультурное направление. В рамках данного направления разработана программа «Психология общения». Предлагаемый курс направлен на формирование речевой и коммуникативной культуры учащихся.

Общение - основное условие гармоничного развития подростка, важнейший фактор формирования личности, один из главных видов деятельности человека, направленный на познание и оценку самого себя через посредство других людей. В определенных жизненных ситуациях школьник сталкивается с необходимостью подчинить своё поведение моральным нормам и требованиям. Поэтому важным моментом в нравственном развитии подростка становится знание норм общения и понимания их ценности и необходимости.

Общение выполняет многообразные функции в жизни людей. Основными из них являются:

- организация совместной деятельности людей (согласование и объединение людей, их усилий для достижения общего результата);
- формирование и развитие межличностных отношений (взаимодействие с целью налаживания отношений);
- познание людьми друг друга.

Коммуникативная компетентность – умение ставить и решать коммуникативные задачи; определять цели коммуникации, оценивать ситуацию, учитывать намерения и способы коммуникации собеседника (партнеров), выбирать адекватные стратегии коммуникации, быть готовым к осмысленному изменению собственного речевого поведения. В качестве первейшего компонента в коммуникативную компетентность входит способность устанавливать и поддерживать необходимые контакты с

другими людьми, удовлетворительное владение определенными нормами общения и поведения, владение «техникой» общения (правилами вежливости и др.).

В ходе выполнения программы используется вид внеурочной деятельности – проблемно-ценностное общение, которое формирует и развивает эмоциональный мир школьника, учит грамотному восприятию жизненных проблем, ценностей и смысла жизни.

Общение играет особую роль в психологическом развитии подростков, заключается в следующем:

- обогащение коммуникативного опыта подростков путем постановки задач, требующих овладения новыми знаниями, умениями и навыками;
- копирование в общении образцов действий и поступков взрослых;
- благоприятные условия для раскрытия подростками своего творческого начала при общении друг с другом на основе подкрепляющего действия мнений и оценок взрослого.

Основные мотивы общения:

- потребность во впечатлениях (познавательный мотив);
- потребность в активной деятельности;
- потребность в признании и поддержке (личностный мотив).

Общение осуществляется с помощью различных коммуникативных средств (речь, мимика, интонация, жесты и др.). Важную роль при этом играет умение внешне выражать свои внутренние эмоции и правильно понимать эмоциональное состояние собеседника.

Вскрытие противоречий в развитии общения, предупреждение различных отклонений в развитии личности ребёнка возможно, если своевременно учесть особенности его взаимоотношений со сверстниками и взрослыми. Это предусматривает учёт характерных форм поведения ребёнка в различных ситуациях, знание трудностей, возникающих в межличностном общении.

В процессе развития коммуникативных навыков большое внимание уделяется формированию личностных качеств подростков, их чувствам, эмоциям, их духовному миру.

Программа внеурочной деятельности «Психология общения» для 5 класса составлена на основе:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (далее – ФГОС ООО), утвержденного Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 568 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287» (Зарегистрирован Минюстом России 17.08.2022 № 69675);
- Федеральной образовательной программы основного общего образования (далее - ФОП ООО), утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 г. № 370;
- Учебного плана внеурочной деятельности МБОУ СОШ с. Пашино на 2023-2024 учебный год.

1. Цель и задачи изучения курса внеурочной деятельности «Психология общения»

Цель:

воспитание гармоничной личности, расширение кругозора о культуре поведения, нравственных нормах и взаимоотношениях между людьми.

Задачи курса:

1. Формировать первоначальные представления о моральных нормах и правилах нравственного поведения,
2. Развивать культуру общения в различных ситуациях, умение противостоять отрицательным воздействиям среды.

3.Развивать адекватную оценочную деятельность, направленную на анализ собственного поведения и поступков окружающих людей.

4.Развивать навыки приемов и правил ведения дискуссии, аргументировано высказывать свое мнение и внимательно слушать мнение собеседника.

2. Место и роль курса внеурочной деятельности «Психология общения» в плане внеурочной деятельности.

Программа внеурочной деятельности «Психология общения» направлена на формирование и развитие коммуникативной компетентности обучающихся, воспитание подростка посредством межличностного общения.

На внеурочные занятия по программе «Психология общения» отводится 1 час в неделю (34 часа в год).

Формы занятий: тренинги (коммуникативные, поведенческие), этические беседы, дебаты, тематические диспуты, проблемно-ценностные дискуссии, ролевые игры (сюжетно-ролевые, словесные).

Методы:

- проигрывание и анализ жизненных ситуаций,
- упражнения творческого характера (импровизации),
- поведенческий тренинг,
- лекции с обратной связью,
- психологические игры,
- решение коммуникативных речевых задач,
- работа в парах,
- метод «интервью»
- проблемное обучение

3. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Психология общения».

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса.

Личностные результаты:

- умение оценивать жизненные ситуации (поступки людей) с точки зрения общепринятых норми ценностей;

- отмечать в предложенных ситуациях конкретные поступки, которые можно оценить как хорошие или плохие;
- умение самостоятельно определять и высказывать самые простые общие для всех людей правила поведения (основы общечеловеческих нравственных ценностей).

Метапредметные результаты:

- планировать свои действия;
- контролировать свои действия;
- оценивать свои действия;
- вносить соответствующие коррективы в их выполнение.
- пользоваться библиотечными каталогами, специальными справочниками, универсальными энциклопедиями для поиска информации об объектах;
- планировать совместную деятельность в микрогруппе;
- координировать совместную деятельность в микрогруппе;
- согласовывать деятельности с другими ее участниками;
- координировать деятельности с другими ее участниками;

Личностными результатами программы внеурочной деятельности «Психология общения» является формирование следующих умений:

- воспитание и развитие качеств личности подростков, отвечающих требованиям информационного общества;
- формирование психолого-педагогической среды развития обучающихся для формирования и развития их коммуникативной компетентности;
- развитие познания подростков и освоения мира личности обучающегося, его готовности к саморазвитию и деятельности;
- учёт индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся, значения видов деятельности и форм общения при реализации программы внеурочной деятельности.

Личностные: ориентация в нравственном содержании и смысле, как собственного поведения, так и поведения окружающих людей;

- знание основных норм этикета и ориентация на их выполнение;
- развитие этических чувств как регуляторов морального поведения.

Регулятивные: учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

Познавательные: осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), строить сообщения в устной и письменной форме.

Коммуникативные:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой коммуникации;

- формулировать собственное мнение и позицию;

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

Результаты освоения программы.

1. Информационный уровень компетентности:

- Обучающийся умеет извлекать из текста информацию в соответствии с коммуникативной задачей.

- Умеет использовать речь для регуляции своего поведения.

- Умеет задавать вопросы.

- Умеет оформлять свои мысли в устной и письменной форме с учетом своих учебных и жизненных речевых ситуаций. Критично относится к своему мнению.

2. Деятельностный уровень компетентности:

- Обучающийся умеет участвовать в диалоге;

- Слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки. - Умеет отстаивать свою точку зрения, соблюдая правила речевого этикета;

аргументировать свою точку зрения с помощью фактов и дополнительных сведений. - Умеет учитывать разные мнения и стремится к координации различных позиций в сотрудничестве. Умеет договариваться и

приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Умеет контролировать действия партнера.

3. Творческий уровень компетентности.

Обучающийся умеет адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить сложные монологические высказывания, владеет диалогической формой коммуникации (дискуссия, дебаты), используя, в том числе средства и инструменты ИКТ и дистанционного взаимодействия, выполняя различные роли в группе, умеет сотрудничать в совместном решении проблемы (задачи). Умеет осуществлять эвристические действия; выбирать стратегию решения; строить и проверять элементарные гипотезы.

4. Содержание внеурочного курса «Психология общения».

Содержание включает следующие компоненты:

Раздел	Кол-во часов	Форма работы
Раздел 1. Развитие самопознания и рефлексии. (уроки 1-7) Цель: Развитие у подростков навыков общения, осознание и выражение своих чувств, понимания и принятия чувств окружающих людей, активизация механизмов самопознания и самовыражения.	7	Этические беседы Проблемно-ценностные дискуссии. Тренинги. Сюжетно-ролевые игры. Словесно-ролевые игры.
Раздел 2. Обучение навыкам позитивного общения (уроки 8-15) Цель: Формирование способностей к самопознанию, саморазвитию и самореализации, развитие мотивации к достижению позитивных жизненных целей.	8	Игры . Игры-упражнения.
Раздел 3. Разрешение проблем общения (уроки 16-26)	11	
Раздел 4. Обучение навыкам культуры поведения (уроки 27-34) Цель: Повышение ответственности за	8	

собственное поведение, развитие самосознания, саморегуляции и способности к планированию поступков.		
---	--	--

Тематическое планирование с определением основных видов деятельности

№ п/п	Тема	Характеристика основных видов деятельности
1	Общение в жизни человека.	Познакомить детей с целями занятий. Дать первоначальное представление о значении общения в жизни человека. Принять правила проведения занятий. Тест-игра «С тобой приятно общаться».
2	Зачем нужно знать себя?	Формирование групповой сплоченности. Создать у учеников мотивацию на самопознание. Способствовать самопознанию и рефлексии учащихся. Упражнение «Цвет настроения».
3	Я глазами других.	Формировать способность к самоанализу. Способствовать возникновению желания самосовершенствоваться. Развивать способность принимать друг друга. Игра «Ассоциации».
4	Самооценка.	Дать понятие о самооценности человеческого «Я». Продолжать развитие навыков самоанализа и самооценки. Закрепить навыки групповой работы. Дискуссия «Самое-самое»...
5	Мои внутренние друзья и внутренние враги.	Познакомить учащихся с эмоциями. Научить определять эмоциональное состояние других людей. Тренировать умение владеть своими эмоциями. Обсуждение понятия «эмоции».
6	Ярмарка достоинств.	Закрепить у учащихся навыки самоанализа. Научить преодолевать барьеры на пути самокритики. Развить уверенность в себе. Упражнение «Вверх по радуге».
7	Ищу друга.	Помочь учащимся в самораскрытии. Способствовать преодолению барьеров в общении. Совершенствовать навыки общения. Объявление «Ищу друга».
8	Почему люди ссорятся?	Познакомить учащихся с понятием «конфликт». Выявить особенности поведения в конфликтной ситуации. Обучить способам выхода из конфликтной ситуации. Игра «Разожми кулак». Обучение выходу из конфликта.
9	Барьеры	Дать учащимся представление о вербальных барьерах

	общения.	общения. Обучить альтернативным вариантам поведения. Обучить анализу различных состояний. Изучение понятий «сотрудничество», «противостояние», «компромисс», «уступки».
10	Предотвращение конфликтов.	Выработать у детей умение предотвращать конфликты. Закрепить навыки поведения в проблемной ситуации. Беседа о умениях адекватно воспринимать замечания. Игра «Перетягивание каната».
11	Разрешение конфликтных ситуаций.	Игровая деятельность, направленная на формирование навыков взаимодействия в группе; Тест «Умеете ли вы слушать?» Игра «Испорченный телефон».
12	Учимся слушать друга.	Игровая деятельность, направленная на осознание своих качеств и повышение самооценки. Дать учащимся понятие о сильной личности. Выработать навыки уверенного поведения. Игра «пойми меня». Тест «как я ориентируюсь в разных ситуациях».
13	Уверенное и неуверенное поведение.	Дать учащимся представление об агрессивном поведении. Выработать приемлемые способы разрядки гнева и агрессии. Упражнение «Выставка».
14	Несколько слов о наблюдательности.	Формировать у учащихся умение понимать друг друга. Игровая деятельность, направленная на формирование умений свободно, не боясь неодобрения, высказывать свои мысли.
15	Нужна ли агрессия?	Дать учащимся представление об агрессивном поведении. Выработать приемлемые способы разрядки гнева и агрессии. Упражнение «Выставка».
16	Пойми меня.	Формировать у учащихся умение понимать друг друга. Игровая деятельность, направленная на формирование умений свободно, не боясь неодобрения, высказывать свои мысли.
17	Проявление эмоций и чувств.	Подчеркнуть ответственность человека за свои чувства и мысли.
18	Мои проблемы.	Познакомить учащихся с термином «проблема». Научить осознавать проблемы и их обсуждать. Отработать навыки решения проблем. Упражнение «Диалог с сами собой».
19	Обиды.	Объяснить учащимся понятие «обида». Выявить способы борьбы с обидой. Дидактические игры, способствующие формированию

		позитивной «я-концепции».
20	Критика.	Познакомить учащихся с понятием «критика». Отработать навыки правильного реагирования на критику. Дидактические игры, способствующие формированию позитивной «я-концепции». Упражнение с мячом «Что звучит обидно?».
21	Комплименты или лесть?	Научить видеть положительные качества у других людей. Познакомить с понятием «комплимент». Психологические игры (с последующим обсуждением), способствующие рефлексии эмоциональных состояний и адекватному самовыражению.
22	Учимся взаимопониманию.	Подчеркнуть ответственность человека за свои чувства, мысли.
23	Общение без слов.	Психологические игры (с последующим обсуждением), способствующие рефлексии эмоциональных состояний и адекватному самовыражению.
24	Груз привычек.	Совершенствовать у учащихся навыки самоанализа. Продумать способы избавления от вредных привычек. Просмотр видеофильма.
25	Азбука перемен.	Закрепить у учащихся полученные знания. Помочь участникам поверить в свои силы. Составляем «Азбуку перемен».
26	Вежливость.	Дать учащимся определение понятия «вежливость». Помочь осмыслить свое отношение к окружающим. Психологические игры, позволяющие подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека Составление кодекса вежливости.
27	Зачем нужен этикет?	Формировать у учащихся положительное отношение к этикету и общепринятым нормам поведения. Психологические игры, позволяющие подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека. Сюжетно-ролевая игра «День рождения».
28	Приветствие.	Познакомить учащихся с правилами приветствия. Обучить приветствиям. Психологические игры, позволяющие показать ответственность человека за свои чувства и мысли. Упражнение «Обмен приветствиями».
29	Умение вести беседу.	Познакомить учащихся с правилами ведения беседы. Формировать навыки ведения беседы. Психологические игры, позволяющие подчеркнуть научить находить и использовать психологические ресурсы. Игра «Поговорим».

30	Телефонный разговор.	Познакомить участников с правилами ведения разговора по телефону. Формировать навыки ведения беседы по телефону. Обсуждение проблем подростковой дружбы, какими качествами должны обладать друзья. Игра «Поговорим».
31	В театре.	Познакомить учащихся с правилами посещения театра. Игровая деятельность, способствующая развитию социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом. Игра «Идем в театр»
32	Принимаем гостей.	Познакомить учащихся с правилами приема гостей. Игровая деятельность, направленная на самораскрытие детей и развитие эмпатии.
33	Портрет нашей группы.	Закрепить у учащихся навыки поведения за столом. Игровая деятельность, направленная на самораскрытие детей.
34	Итоговое занятие. Личность как самооценку в процессе общения.	Подведение итогов. Представление результатов пройденного материала.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема	Количество часов	Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания
1	Общение в жизни человека.	1	<ul style="list-style-type: none"> - Формировать устойчивую учебно-познавательную мотивацию учения; - Формировать навыки самоанализа, самоконтроля; - Привлекать внимание обучающихся к обсуждаемой на уроке информации, активизировать их познавательную деятельность; - Развивать навыки коллективной учебной деятельности, умения работать в паре (группе); - Формировать положительное
2	Зачем нужно знать себя?	1	
3	Я глазами других.	1	
4	Самооценка.	1	
5	Мои внутренние друзья и внутренние враги.	1	
6	Ярмарка достоинств.	1	
7	Ищу друга.	1	
8	Почему люди ссорятся?	1	
9	Барьеры общения.	1	
10	Предотвращения конфликтов.	1	
11	Разрешение конфликтных ситуаций.	1	
12	Учимся слушать друг друга.	1	
13	Уверенное и неуверенное поведение.	1	
14	Несколько слов о наблюдательности.	1	

15	Нужна ли агрессия?	1	отношение к процессу познания: внимание, удивление, желание больше узнать; - Формировать оценку учебной деятельности: свои достижения, самостоятельность; - Формировать позитивную моральную самооценку; - Формировать готовность к равноправному сотрудничеству; - Формировать готовность к равноправному сотрудничеству; - Формировать навык коллективной учебной деятельности, знание правил вежливого поведения в общении и сотрудничестве; - Воспитывать российскую гражданскую идентичность: патриотизм, уважение к Отечеству, осознание своей этнической принадлежности;
16	Пойми меня.	1	
17	Проявление эмоций и чувств.	1	
18	Мои проблемы.	1	
19	Обиды.	1	
20	Критика.	1	
21	Комплименты или лесть?	1	
22	Учимся взаимопониманию.	1	
23	Общение без слов.	1	
24	Груз привычек.	1	
25	Азбука перемен.	1	
26	Вежливость.	1	
27	Зачем нужен этикет?	1	
28	Приветствие.	1	
29	Умение вести беседу.	1	
30	Телефонный разговор.	1	
31	В театре.	1	
32	Принимаем гостей.	1	
33	Портрет нашей группы.	1	
34	Итоговое занятие. Круглый стол. Личность как самооценность в процессе общения.	1	

Учебно-методическое обеспечение:

1. Аникеева Н.П. Учителю о психологическом климате в коллективе. -М., 1988.
2. Васильева-Гангус Л. «Азбука вежливости», М., 1984;
3. Дереклеева Н. И. Справочник классного руководителя. Москва, 2008.
4. Юдина Н.А. «Навстречу». Программа воспитания коммуникативной культуры школьников //Классный руководитель// № 3 - 2007.
5. Я в мире людей. /Под ред. Б.П. Битинаса. М., 1997.
- 6.Игры: обучение, тренинг, досуг /под ред. В.В. Петрусинского, «Новая школа», М., 2004.
- 7.Тесты и психологические игры «Ваш психологический портрет», Минск «Харвест»,2004.
- 8.Интернет-ресурсы.