

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кутейниковская казачья средняя общеобразовательная школа №3

Утверждаю:

Приказ от 30.08.2021г. №141-ОД

Директор _____ Н.Г. Лазуткина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

социального направления

“Секреты общения”

Уровень общего образования (класс): основное общее образование, 8 класс

Количество часов: 35

Учитель: Ежова Надежда Александровна

Программа разработана на основе авторских программ:

- Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (7 – 8 классы). – 3-е изд. – М.: Генезис, 2018. ;
- Рудянова, О.Н. Развитие культуры общения в подростковой среде: программа, разработки занятий, рекомендации. – Волгоград: Учитель, 2017.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по внеурочной деятельности в 8 классе разработана на **основе нормативно-правовых документов:**

1. Федерального Закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 13.07.2021г.);
2. Областного закона от 14.11.2013 № 26-ЗС «Об образовании в Ростовской области» (в ред. от 06.11.2020г. №388-ЗС);
3. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утверждён приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897; в ред. от 29.12.2014 №1644, от 31.12.2015 №1577, от 11.12.2020 №712);
4. Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования (Приказ Министерства просвещения РФ от 22.03.2021 №115);
5. Письма Департамента общего образования Минобрнауки России от 12.05.2011г. №03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
6. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
7. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 №16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» (в ред. от 24.03.2021 №10);
8. Письма Министерства образования и науки РФ от 18.08.2017г. № 09-1672 «О направлении методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности»;
9. Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ Кутейниковской казачьей СОШ №3 на 2021-2022 учебный год (утверждена приказом от 18.08.2021г. №135-ОД);
10. Плана внеурочной деятельности МБОУ Кутейниковской казачьей СОШ №3 на 2021- 2022 учебный год (приказ от 30.08.2021 г. №141-ОД);

11. Авторских программ:

- Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (7 – 8 классы). – 3-е изд. – М.: Генезис, 2018.;

- Рудянова, О.Н. Развитие культуры общения в подростковой среде: программа, разработки занятий, рекомендации. – Волгоград: Учитель, 2017

Программа внеурочной деятельности “Секреты общения” разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта.

Цель курса - развитие коммуникативных навыков учащихся, повышение уровня их психологической компетентности в коммуникативной сфере, обеспечение личностного развития подростков.

Основными **задачами** курса являются:

1. повысить психологическую культуру подростка;
2. сформировать базовые понятия из области психологии общения, психологии эмоций, конфликтологии;
3. развить навыки конструктивного общения;
4. развить умения адекватно выражать свои чувства и понимать выражение чувств других людей;
5. развитие навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях;
6. повысить уровень рефлексивности;
7. создать мотивацию для дальнейшего саморазвития учащихся.

В образовательных стандартах нового поколения в качестве одной из приоритетных областей развития личности школьника обозначены коммуникативные способности. Эти способности обеспечивают полноценное развитие личности, ее самореализацию и социализацию: на первый план выдвигается способность личности самостоятельно находить решения социально и профессионально значимых проблем, вступать в коммуникации познавательного, нравственного, профессионального характера.

В современном мире обществу требуются социально-адаптированные, высокообразованные, инициативные, предприимчивые, творческие люди.

Возраст 13-14 лет это период, который характеризуется “взрывом” изменений самых различных физиологических систем, что объясняется, главным образом, их половым развитием, проявляющемся в определении полоролевого поведения.

Этот период необходимости социального признания, приводит к более активным, чем когда-либо поискам путей и средств самоутверждения. Самоутверждение личности идет за счет признания интеллектуальных способностей, физических данных или активной общественной работы. В ходе выполнения различных видов деятельности подростки стремятся подражать “образцам поведения”, но не всегда получают желаемый результат, что может приводить к острым переживаниям неудач.

В ходе взросления меняется отношение к семье. Созревание когнитивных и эмоциональных функций может вести к тому, что подростки используют все свои новые способности в форме критики, сомнений, противодействий, что ведет к конфликтам в семье.

Общение подростков в референтных группах становится основным способом самоутверждения: в них происходит сравнение качеств друг друга, результатов деятельности, выражаются притязания на место и роль среди сверстников. В общении проходит процесс удовлетворения своих духовных, физических потребностей за счет обмена информацией и эмоциями, процесс построения межличностных отношений подростков. Чувство одиночества и неприкаянности, связанное с возрастными трудностями становления личности, порождает у подростков неутолимую жажду общения и группирования со сверстниками, в обществе которых они находят (или надеются найти): эмоциональное тепло, признание собственной значимости.

Таким образом, в восьмом классе под влиянием биологических и социальных факторов в образе “Я” подростка приоритетное развитие получает потребность в признании своего “Я”, признании своего имени, своей психологической сущности и внешних физических данных, утверждение своего “Я” в социальном пространстве личности в общении с окружающими людьми, потребность в признании сущности как представителя пола. Психология общения в подростковом возрасте строится на основе противоречивого переплетения двух потребностей: обособления и аффилиации, т.е. потребности в принадлежности, включенности в какую-то группу или общность.

Ведущей деятельностью в этот период становится общение, оно формирует подростка как личность. Интенсивность общения, разнообразие его содержания, целей, средств, являются важными факторами, определяющими личностное развитие.

МЕСТО КУРСА “СЕКРЕТЫ ОБЩЕНИЯ”

Учебно–методический комплект, способствующий достижению поставленных целей и задач, включает в себя различные учебные пособия и монографии, на основании которых были написаны конспекты элективных занятий, а также сборники развивающих психологических игр и тренингов, фильмы и видеоролики, в которых освещаются предусмотренные темы.

При реализации программы используются практически все методы организации учебно-познавательной деятельности, классифицирующиеся по характеру познавательной деятельности школьников (объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, метод проблемного изложения, частично-поисковый); по источникам знаний (словесные, наглядные, практические); по логике раскрытия учебного материала (индуктивные и дедуктивные) и по степени самостоятельности учащихся; обобщающая беседа по пройденному материалу, практические работы, работа с ментальными картами, тестирование, фронтальный опрос, индивидуальная работа (карточки, устный опрос), дискуссии, проектная работа, составление презентаций, публикаций.

Программа курса внеурочной деятельности “Секреты общения” рассчитана на проведение теоретических и практических занятий с обучающимися 8 класса в объёме 35 часов (1 час в неделю). Значительное количество занятий направлено на практическую деятельность.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА “СЕКРЕТЫ ОБЩЕНИЯ” В 8 КЛАССЕ

Программа обеспечивает достижение следующих результатов освоения образовательной программы основного общего образования:

- учащиеся должны знать:
- иметь общие представления о внутреннем мире человека, самопознании и саморазвитии,
 - понимать значение терминов, используемых при изучении каждой темы,
 - способы саморегуляции, доступные возрасту.

учащиеся должны уметь:

- определять эмоциональное состояние человека по внешним проявлениям,
- свободно выражать свои чувства и переживания,
- сотрудничать со сверстниками и взрослыми,
- владеть навыками саморегуляции и самопознания, соответствующие возрасту,
- владеть навыками конструктивного общения.

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

Личностные УУД:

- адекватная самооценка;
- адекватная мотивация учебной деятельности (включая учебные и познавательные мотивы);
- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- понимание чувств других людей и сопереживание им.

Регулятивные УУД:

- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста;
- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя;

- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению;
- строить речевое высказывание в устной форме;

Познавательные УУД:

- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя;
- учиться исследовать свои качества и свои особенности;
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя;
- учиться наблюдать;
- моделировать ситуацию с помощью учителя;

Коммуникативные УУД:

- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах;
- учиться работать в паре и в группе;
- выполнять различные роли;
- слушать и понимать речь других ребят;
- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА “СЕКРЕТЫ ОБЩЕНИЯ”

№	Тема	Цель	Содержание
1	Введение в практическую психологию	-дать первоначальное представление о значении общения в жизни человека; -формирование опыта конструктивного взаимодействия; - создание доверительных отношений.	1.Приветствие 2. Тест «Коэффициент моей общительности» 3. Тест-игра «С тобой приятно общаться» 4. Образ себя «Автопортрет» 5. Командообразующие игры «Снежный ком» , «Здравствуй я рад тебя видеть...», «Импульс», Ласковое имя»
2	Уверенность в себе	- создание условий для оптимизации позитивных межличностных отношений; -отработка навыков понимания себя, других людей.	1. Методика «Самооценка» 2. Дискуссия «Самое-самое» 3. Методика «Моя вселенная»
3	Виды общения	-познакомить детей с вербальными и невербальными, формальными и неформальными видами общения; -обучить альтернативным вариантам поведения; -научить анализу различных состояний	1.Игра « контролируем эмоции» 2.Беседа « Почему люди становятся одинокими?» 3.Ролевая игра «Выяснение отношений» 4.Занятие «Что такое компромисс?»
4	Технологии коммуникации	-познакомить детей с барьерами общения; -обучить альтернативным вариантам поведения; -научить анализу различных состояний	1.Психогимнастика «Ладони» 2.Упражнение «Пойми меня» 3.Упражнение «б» или «9» 4.Игра«Найди пару» 5.Упражнение «Групповой рисунок по кругу»
5	Конфликт. Общение в конфликте	-познакомить детей с понятием «конфликт»; -выявить особенности поведения в	1.Беседа «Почему люди ссорятся?» 2. Игра «Разожми кулак» 3. Игра «Толкалки без слов»

		конфликтной ситуации; -обучить способам выхода из конфликтной ситуации.	4.Игра «Да и нет» 5.Обучение выходу из конфликта
6	Критика	-познакомить детей с понятием «критика»; - отработать навыки правильного реагирования на критику.	1.Игра с мячом «Что звучит обидно?» 2.Упражнение “на Я-сообщение” 3.Анализ занятия
7	Типы и механизмы психологического воздействия	- познакомить детей с понятием: манипулирование, заражение, внушение, убеждение.	1. Беседа: "Если человек не умеет управлять собой, им начинают управлять другие"; 2. Игры: "читать человека", "Враги", "Я среди людей", "Микрофончик"
8	Саморегуляция	- познакомить детей с понятием: самообладание,самоирония; - дать понятие что такое аффект.	1.Тренинг «Способы саморегуляции эмоционального состояния»; 2. Беседа: «Семь наших “Я”. Научись смотреть на себя “со стороны”»; 3. Игра: “Конфликт. Искусство войны”
9	Социальное взаимодействие	-рассказать детям о понятии «вежливость»; -помочь осмыслить свое отношение к окружающим; -формирование положительного отношение к этикету и общепринятым нормам поведения.	1.Беседа « Правила вежливости» 2. Упражнение «Добрые слова для каждого» 3. Сюжетно-ролевая игра «День рождения» 4. Тренинг « Правила этикета»
10	Заключительное занятие	Обсудить список качеств, важных для общения.	Беседа с дискуссией, творческая работа, подведение итогов.

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Темы занятий		
	Дата		
	план	факт	
1			Введение в практическую психологию (2 часа)
	07.09		Занятие 1. Тренинговое занятие “Знакомство”
2			Занятие 2. Роль общения в жизни и развитии ребенка
			Уверенность в себе (5 часов)
3	14.09		Занятие 3. Речь. Речь как средство коммуникации. Особенности речевого общения
4	21.09		Занятие 4. Коммуникативная игра “Пойми меня”
5			Занятие 5. Уверенность в себе. Умение оценивать свои достоинства и недостатки
6	28.09		Занятие 6. Чувства и эмоции. Их общая характеристика
7	05.10		Занятие 7. Выражение чувств и эмоций в межличностном взаимодействии (практикум)
			Виды общения (7 часов)
8	12.10		Занятие 8. Формальное и неформальное общение
9	19.10		Занятие 9. Вербальное общение. Фазы речевого общения

10	26.10		Занятие 10. Невербальное общение. Выражение своего эмоционального состояния невербальными средствами (практикум)
11	09.11		Занятие 11. Язык жестов. Умение понимать язык жестов (практикум)
12	16.11		Занятие 12. Три стороны общения. Модель коммуникативного процесса. Функции общения
13	23.11		Занятие 13. Зона психологического комфорта. Исследование личностных границ (практикум)
14	30.11		Занятие 14. Стратегии общения
			Технологии коммуникации (7 часов)
15	07.12		Занятие 15. Социальные роли человека
16	14.12		Занятие 16. Психологические установки в общении. Психологические позиции в общении
17	21.12		Занятие 17. Барьеры общения. Личные особенности и врожденные факторы, осложняющие общение.
18	28.12		Занятие 18. Темперамент (практикум)
19	11.01		Занятие 19. Эмпатия. Развитие эмпатии (практикум)
20	18.01		Занятие 20. Активное слушание (практикум)
21	25.01		Занятие 21. Коммуникативная игра "Пойми меня"
			Конфликт. Общение в конфликте (5 часов)
22	01.02		Занятие 22. Понятие конфликтной ситуации и конфликта. Функции конфликта. Виды конфликта

23	08.02		Занятие 23. Причины конфликтов. Типы конфликтогенов
24	15.02		Занятие 24. Конфликт и пути его разрешения. Методы управления конфликтами.
25	22.02		Занятие 25. Динамика конфликтов. Проведение тестирования “Умеете ли вы контролировать себя”
26	01.03		Занятие 26. Практическое занятие по стратегиям поведения в конфликтных ситуациях
			Критика (2 часа)
27	15.03		Занятие 27. Понятие “критика”. Тест “Как я реагирую на критику”
28	29.03		Занятие 28. Умение реагировать на критику (практикум)
			Типы и механизмы психологического воздействия (1 час)
29	05.04		Занятие 29. Манипулирование. Заражение. Внушение. Убеждение
			Саморегуляция (1 час)
30	12.04		Занятие 30. Понятия: самообладание, самоирония. Аффект
			Социальное взаимодействие (4 часа)
31	19.04		Занятие 31. Этическая культура. Понятия: этика и мораль. Нормы морали
32	26.04		Занятие 32. Моральные принципы и нормы как основа эффективного общения
33	10.05		Занятие 33. Деловой этикет в общении. Составление портрета идеального слушателя

34	17.05		Занятие 34. Практическое занятие “Разработка этических норм в своем классе”
35	24.05		Занятие 35. Коммуникативная игра: “Душевный разговор” (итоговое занятие)

РАССМОТРЕНО
Протокол заседания методического
объединения учителей
гуманитарного цикла
МБОУ Кутейниковской казачьей
СОШ №3
от _____ 2021 года № ____
_____/Е.В. Грудина/
подпись руководителя МО

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
_____/Е.А. Резвушкина/
подпись
«__» ____ 2021 года