

Приложение № 2  
к АООП ООО

**Рабочая программа внеурочной деятельности  
«Азбука общения»  
(коррекционно-развивающей направленности)**

2024-2025г.

## **Пояснительная записка**

### **Нормативно-правовая основа Программы.**

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Азбука общения» разработана на основе следующих документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 01.07.2020);
- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями на 31.07. 2020);
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;
- Национальный проект «Образование»
- ПАСПОРТ президиумом Совета при Президенте Российской Федерации стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 № 16);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р [20];
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030г., Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации 31.03.2022 № 678-р;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» – ПРИЛОЖЕНИЕ к Протоколу заседания комитета по национальному «Образование» от 07.12.2018 г. № 3; Постановление Главного государственного санитарного Российской Федерации от 28.12.2020 № 28 «Об утверждении санитарных Правил СП2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;

Известно, что возрастные периоды развития детей связаны с определёнными новообразованиями, и когда на одной из возрастных ступеней нарушаются нормальные условия развития, то возникает необходимость восполнения недостатков предшествующего периода.

Подростковый возраст сопряжен с проблемами личностного развития и межличностных отношений ребят, а это, как правило, сопровождается появлением разного рода трудностей – повышением тревожности, появлением неуверенности, страхов, частых волнений в ситуациях, связанных с решением каждодневных задач.

У подростков с ОВЗ (ЗПР) отмечается недостаточная познавательная активность, которая, сочетаясь с быстрой утомляемостью и истощаемостью ребенка, может серьезно тормозить их обучение и развитие. Так, быстро наступающее утомление приводит к снижению работоспособности, что проявляется в трудностях усвоения учебного материала.

Детям и подросткам с данной патологией свойственны частые переходы от состояния активности к полной или частичной пассивности, смене рабочих и нерабочих настроений, что связано с их нервно-психическими состояниями. Вместе с тем, иногда и внешние обстоятельства (сложность задания, большой объем работы и др.) выводят ребенка из равновесия, заставляют нервничать, волноваться.

Подростки с ЗПР могут допускать срывы в своем поведении. Они трудно входят в рабочий режим урока, могут вскочить, пройтись по классу, задавать вопросы, не относящиеся к данному уроку. Быстро утомляясь, одни дети становятся вялыми, пассивными, не работают; другие — повышено возбудимы, расторможены, двигательно беспокойны. Эти дети очень обидчивы и вспыльчивы. Для вывода их из таких состояний требуется время, особые методы и большой такт со стороны педагога и других взрослых, окружающих подростка с данным дефектом развития.

Они с трудом переключаются с одного вида деятельности на другой. Для детей и подростков с ЗПР характерна значительная неоднородность нарушенных и сохранных звеньев психической деятельности. Наиболее нарушенной оказывается эмоционально-личностная сфера и общие характеристики деятельности (познавательная активность, особенно спонтанная, целенаправленность, контроль, работоспособность), в сравнении с относительно более высокими показателями мышления и памяти. Для детей и подростков с ЗПР характерна, главным образом, недостаточная зрелость аффективно – волевой сферы. С одной стороны – они повышено – внушаемы и импульсивны, а с другой – полюс незрелости высших форм волевой деятельности, неспособность к выработке устойчивого социально – одобряемого жизненного стереотипа к преодолению трудностей, склонность идти по пути наименьшего сопротивления, невыработанность собственных запретов, подверженность отрицательным внешним влияниям.

Общение в жизни детей подросткового возраста играет важнейшую роль. Именно в общении школьники усваивают систему нравственных принципов, типичных для общества и конкретной социальной среды, поэтому в работе с подростками отдаётся предпочтение групповой форме проведения психологических занятий. Подростковый возраст является очень благоприятным временем для проведения подобной работы.

Общение со сверстниками воспринимается подростками как нечто очень важное и личностное. Программа составлена на основе программ, разработанных кандидатом психологических наук Н.П. Слободник «Учимся общению», А.С. Прутченкова «Трудное восхождение к себе», М. Евлампиевой «Перекрёстки возможностей».

### **Актуальность программы**

Общение - одна из главных ценностей человеческой жизни. В подростковом возрасте может возникнуть огромное количество проблем и нарушений развития. Поэтому для структурирования психологической поддержки необходимо четко определить ее цель – душевное или, как принято говорить, психологическое здоровье подростков, а затем определить формы психологической поддержки.

Пятый класс для учащихся является довольно сложным периодом, так как они переходят к новым условиям обучения в среднем звене, требующим от них некоторой адаптации.

В начальной школе дети привыкают исполнять требования в основном одного учителя, находиться в сфере его постоянного внимания и контроля. Поэтому в средней школе можно ожидать, что у части учащихся возникнут трудности при необходимости следовать требованиям разных учителей. Некоторые им будут казаться слишком строгими, а некоторые – мягкими, которых можно не слушаться. Ученикам может быть трудно самостоятельно без строгого контроля организовать свое рабочее место, провести перемену «без ущерба для своего здоровья», дойти до столовой и обратно. Необходимо обратить особое внимание на обучение пятиклассников пользованию своими новыми свободами. Иначе можно ожидать резкого возрастания драк на переменах.

В учебной деятельности можно ожидать, что у некоторых учащихся произойдет временное снижение успеваемости за счет того, что им придется привыкать к формам и методам обучения, принятым в средней школе. Однако высокий познавательный интерес, присущий детям в этом возрасте, стремление хорошо учиться помогут им восстановить привычную успеваемость к концу второй четверти.

Следует помнить, что с этого времени активизируются процессы взросления, начинает понемногу возрастать агрессивность. Учащиеся будут стремиться доказать окружающим и себе свою взрослость, иногда социально неприемлемыми способами. Это может проявляться в демонстративном употреблении ненормативной лексики. Или в столь же демонстративном противостоянии требованиям взрослых. В классе

может появиться негативный лидер. Имеется в виду, что кто-то из учеников будет стремиться возглавить остальных в их борьбе против требований взрослых.

Следует ожидать существенных изменений в межличностных отношениях внутри класса: перераспределение дружеских компаний, появления некоторого антагонизма между мальчиками и девочками при возрастании интереса друг к другу. Это понятно, поскольку взаимоотношения становятся более осознанными, и на них начинает влиять начавшееся подростковое сексуальное созревание. Могут появиться изгои, то есть учащиеся, на которых будут направляться агрессивные выпады со стороны почти всех учащихся. Интересно, что если при помощи взрослого ребенок выходит из позиции изгоя, класс достаточно быстро «выбирает» следующего. Можно заключить, что изгои необходимы для канализации агрессии классам с низким уровнем развития коллектива.

Начало процесса взросления учащихся обычно с неудовольствием воспринимается родителями, которые относят новые проявления в поведении своих детей к их недостаткам. Поэтому некоторые учащиеся к концу 5 класса начинают считать, что они стали «хуже, непослушнее», что может привести к снижению их самооценки. Полезно во второй половине учебного года особое внимание обратить на осознание учащимися начала своих изменений, подвести их к пониманию обязательности и позитивности изменений.

В отношении родителей многие подростки занимают противоречивую позицию. С одной стороны, они активно отстаивают самостоятельность. С другой – требуют любви и внимания, тоскуют по детской позиции. У некоторых может появиться страх взросления, внешне не всегда проявляемый.

Несмотря на внимание противодействия, проявляемого по отношению ко взрослому, подросток испытывает потребность в поддержке. Особо благоприятной является ситуация, когда взрослый выступает в качестве друга. В этом случае взрослый может значительно облегчить подростку поиск его места в системе новых, складывающихся взаимодействий, лучше познать себя. Совместная деятельность, общее времяпрепровождение помогают подростку по-новому узнать сотрудничающих с ним взрослых. В результате создаются более глубокие эмоциональные и духовные контакты, поддерживающие подростка в жизни.

В связи с легкой ранимостью подростка для взрослого очень важно найти формы налаживания и поддержания этих контактов. Подросток

испытывает потребность поделиться своими переживаниями, рассказать о событиях своей жизни, но самому ему трудно начать столь близкое общение.

И в сложившейся ситуации, психологический клуб самопознания – один из лучших вариантов. При составлении программы учитывались возрастные и психологические особенности подростков и старших школьников, их повышенная потребность к общению, самореализации и самоактуализации.

### **Отличительные особенности программы**

Подростковый возраст – 11 - 16 лет, характеризуется появлением ряда важных черт поведения и самоощущения. Это стремление к общению со сверстниками, желание утвердить свою самостоятельность, независимость и личностную автономность. Нередки случаи, когда интеллектуальное развитие школьника опережает развитие личностных особенностей, или напротив, сильные потребности в самоутверждении и общении не обеспечены соответствующим уровнем развития рефлексии, и подросток не может дать себе отчет, что именно с ним происходит.

Общение приносит ребенку массу положительных, радостных переживаний. Лишенный общения ребенок впадает в тоску, личность его травмируется. И не только личность. Замедляется и искажается все психическое развитие. Именно поэтому в процессе развития коммуникативных навыков большое внимание уделяется формированию личностных качеств детей, их чувствам, эмоциям. Важную роль при этом играет умение внешне выражать свои внутренние эмоции и правильно понимать эмоциональное состояние собеседника. Поэтому, развитие коммуникативных умений является приоритетным в нашей работе с детьми. Вскрытие противоречий в развитии общения, предупреждение различных отклонений в развитии личности ребёнка, профилактика девиантного, асоциального поведения младших и старших подростков 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. Задача педагога - пробудить у подростка интерес к внутреннему миру человека, заставить задуматься о себе, о своих поступках.

Отличительной особенностью данной программы является создание комплексной системы занятий по организации взаимодействия между людьми, обучения подростков навыкам общения.

**Цель:** Создание условий для развития нравственной, социально адаптированной личности, владеющей основами культуры поведения.

Создание условий для формирования у подростков умений организации оптимального общения, конструктивного разрешения конфликтов в общении, предупреждения асоциального поведения, эмоциональной и поведенческой саморегуляции, формирование психологической культуры молодежи, развитие их социальной компетентности и активности.

**Задачи:** Программа является модифицированной. За ее основу взяты психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте под редакцией И.В.Дубровиной, рекомендованные Министерством образования РФ в качестве методического пособия для детских практических психологов учреждений образования. Модифицированная программа этого курса носит практический характер и включает в себя следующие компоненты:

**Обучающие:**

- Познакомить детей с терминологией, с понятиями «этика» и «этикет», учить использовать «специальные слова» в речевом общении.
- обучать детей пониманию себя и умению «быть в мире с собой», работать над внутриличностными конфликтами;
- формировать представления детей о важнейших социальных нормах и ценностях, определяющих поведение человека в обществе;
- обучать элементарным навыкам конструктивного взаимодействия и речевым средствам общения;
- научить рационально пользоваться вербальными и невербальными средствами общения; - научить высказывать своё мнение и внимательно слушать мнение своего собеседника.
- формировать умения и навыки практического владения выразительными движениями (мимикой, жестами, пантомимикой);
- обучать навыкам снятия физического и психического напряжения, способам выражения сочувствия;
- научить воспитанников объединения совместному обсуждению различных подходов к разрешению конфликтных жизненных ситуаций, выражать свои чувства, отношения;
- научить способам, приемам бесконфликтного общения;
- научить способам, приемам делового общения, умению вести конструктивный диалог, публично выступать; гуманно выстраивать отношения с другими людьми, окружающим миром в целом.

### **Развивающие:**

- развивать психологическую и этическую культуру воспитанников объединения;
- развивать навыков общения в различных жизненных ситуациях со сверстниками, педагогами, родителями и другими окружающими людьми с ориентацией на метод сопереживания, умения противостоять отрицательным воздействиям среды;
- развивать адекватную оценочную деятельность, направленную на анализ собственного поведения и поступков окружающих людей;
- развивать навыки самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения.
- Повышение уровня самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения. Формирование терпимости к мнению собеседника.
- развивать внутренний мир ребенка, его уникальность и ценность в окружающем мире; развивать эмоциональный интеллект, развивать творческие способности, внимание, мышление и воображение. интеллектуально-познавательную культуру ребенка, коммуникативные способности подростков.

### **Воспитательные:**

- способствовать воспитанию интереса к окружающим людям;
- помочь воспитать чувства взаимоуважения, взаимодоверия, взаимопонимания; - способствовать воспитанию коммуникабельности и чувства коллективизма.
- воспитывать интерес к окружающим людям, развивать чувства понимания и потребности в общении;
- формировать ценностное отношение детей к нормам и правилам нравственного поведения.
- воспитывать чувство единения с коллективом
- воспитывать чувство собственного достоинства, уважение к чувству собственного достоинства окружающих людей.
- воспитывать гуманистическую и психологическую культуру подростков.

### **Адресат программы – обучающиеся 10-16 лет.**

Набор детей в объединение – по заявлению родителей. Занятия проводятся с постоянным составом группы – количество детей в группе позволяет эффективно проводить тренинги, дает возможность провести работу в мини группах, работу в парах.



**Объем программы: 34 часа.**

**Формы организации образовательного процесса** – Основными, характерными при реализации данной программы формами являются комплексные занятия. Занятия состоят из теоретической и практической частей, причём большее количество времени занимает практическая часть. При проведении занятий традиционно используются: - групповая, работа в малых группах, работа в парах.

- наблюдения;
- упражнения, сюжетно-ролевые игры, тренинги (коммуникативные, поведенческие);
- дискуссии, беседы, просмотр видеофрагментов;
- психологические тесты;
- моделирование практических ситуаций;
- элементы арт-терапии.
- экскурсии.

Все эти формы обучения помогают реализовать каждому ребенку все свои способности, знания и умения на практике.

**Срок освоения программы– 1 год**

**Режим занятий** – Занятия проводятся 1 раз в неделю во внеурочное время. Всего – 1 час в неделю.

Продолжительность одного занятия 40 минут.

Объем нагрузки в неделю соответствует рекомендациям СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

**Планируемые результаты освоения программы представляют собой:**

**Метапредметные результаты:** формирование универсальных учебных действий (УУД).

**Регулятивные УУД:**

***Обучающийся научится:***

- сотрудничать с учителем при знакомстве с новой темой;
- адекватно воспринимать обоснованную критику учителя, товарищей, родителей, других людей;
- управлять и планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- корректировать действия после его завершения, исправлять ошибки для создания более совершенного результата;
- совместно с педагогом и другими учащимися давать эмоциональную оценку деятельности группы на занятии;

**Познавательные УУД:**

***Обучающийся научится:***

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения поставленной задачи с использованием дополнительной литературы, включая электронные носители;
- составлять сообщения в устной и письменной форме;
- анализировать объекты изучения с существенными и несущественными признаками;

**Коммуникативные УУД:**

***Обучающийся научится:***

- учиться работать в паре, группе;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в группе и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- уметь формировать свою позицию и точку зрения;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, владеть диалоговой речью;

- адекватно реагировать на различные точки зрения среди товарищей, в том числе с не совпадающими с его собственными;
- учитывать разные мнения и стремиться к сотрудничеству;
- приходить к общему решению задач в совместной деятельности среди одноклассников;
- способам, приемам бесконфликтного общения;

### **Личностные результаты:**

#### ***У обучающегося будут сформированы:***

- мотивация учащихся на общение с взрослыми и сверстниками;
- ориентация в нравственном поведении как собственных поступков, так и поступков своих товарищей;
- знания основных моральных норм и стремление к их выполнению;
- готовность слушать собеседника и вести диалог, признавать различные точки зрения и право каждого иметь и излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- развитие этических норм: вины, совести как регуляторов морального поведения;
- понимание чувств других людей, воспитание чувства сопереживания;
- самостоятельно определять и объяснять свои чувства и ощущения, возникающие в результате занятия, оценивать свое поведение;
- адекватная самооценка и умение самостоятельно решать проблемы, адекватные возрасту.

#### ***Обучающийся получит возможность для формирования:***

- способности к решению моральных дилемм на основе учёта позиций партнёров в общении, ориентации на их мотивы, чувства;
- осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь и обеспечения благополучия;

### **Предметные:**

В результате прохождения программы «Азбука общения» к концу года обучающиеся должны: - получить знания о психической деятельности человека:

- научиться способам, приемам бесконфликтного общения;

- научиться способам, приемам делового общения, умению вести конструктивный диалог, публично выступать; гуманно выстраивать отношения с другими людьми, окружающим миром в целом.
- у детей сформированы понятия: органы чувств, мимика, жесты, характер, эмоции, коллектив, дружба, конфликт (ссора);
- Отличать понятия «этика» и «этикет».

**Уметь:**

- верить в свои силы и возможности, уметь признавать такое право за другими;
- вести себя достойно и культурно в общественных местах;
- поддержать разговор при общении со взрослыми, сверстниками, членами семьи;

**Формы подведения итогов реализации программы:**

- Диагностика личностных особенностей учащихся: Личностный опросник Кеттелла( методика Ясюковой);
- Диагностика групповой сплоченности: Социометрия Дж. Морено; - психолого-педагогического наблюдения; - Диагностика самооценки обучающихся. - анализа результатов диагностики (диагностика УУД).

Учебный план

№ п/ п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестаци и (контроля )
		Всего	Теория	Практика		
1.	Раздел 1. Введение в психологию. Определение понятия	5	2	3		Анкетирование

	«ПСИХОЛОГИЯ».					
2.	Раздел 2. Я живу среди людей	3	1	2		
3.	Раздел 3.Азбука общения.	8	3	5		Опрос, наблюдение Беседа
4	Раздел 4. Качества, важные для межличностного общения.	10	5	5		
5.	Раздел 5.Конфликты и Способы выхода из конфликта.	8	2	6		
	ИТОГО	34	13	21		

**Календарно-тематическое планирование дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		

					занятий	
1.	<b>Раздел (модуль) 1. Введение. Что такое психология?</b>					
1.1	Тема 1.1. Введение в психологию. Определение понятия «психология».	3	2	1	Лекция.	Устный опрос
1.2	Тема 1.2. «Карта внутренней страны».	2	1	1	Проективная методика с элементами сказкотерапии и арттерапии.	.Анализ рисунков.
1.3	Тема 1.3. Диагностика межличностных отношений в классе. Социометрия Дж. Морено.	1	0	1	тестирование	Результаты теста

	<b>Всего часов</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>3</b>		
2.	<b>Раздел (модуль) 2. Я живу среди людей.</b>					
2.1	Тема 2.1. «Что значит быть воспитанным, культурным человеком?».	2	1	1	Беседа. Дискуссия.	опрос

2.2	Тема 2.2. « Как мы выглядим».	1		1	Анкетирование. Сюжетно-ролевые игры	Анализ результатов Наблюдение . Рефлексия
	<b>Всего часов</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>		
3.	<b>Раздел (модуль) 3. Азбука общения.</b>					
3.1	Тема 3.1. Что такое потребность в общении.	2	1	0	Беседа. Дискуссия. тестирование	Опрос. Анализ результатов
3.2	Тема 3.2. Психологические особенности человека и общение.	1	0,5	0,5	беседа с элементами игры тестирование	Наблюдение Рефлексия Анализ результатов
3.3	Тема 3.3. Виды общения.	1	0,5	0,5	Лекция. Сюжетно-ролевые игры	Опрос наблюдение
3.4	Тема 3.4. Средства общения (вербальные и невербальные). Речь говорит сама за себя. О чем говорят жесты.	1	0,5	0,5	Беседа с элементами игры	Наблюдение рефлексия
3.5	Тема 3.5. Стратегии (типы) общения. «Непосредственное общение» Особые виды общения	1	0,5	0,5	Лекция. Чтение литературных отрывков Аудиозапись голоса.	Наблюдение рефлексия

3.6	Тема 3.6. Фильтры «Я-слушания». Я бываю разным.	0,5	0	0,5	Психологические упражнения. Лекция. тестирование	Наблюдение рефлексия Опрос, анализ результатов
3.7	Тема 3.7. Почему мы слышим другого человека именно так? Позиции в общении.	1	0	1	Лекция. разыгрывание ситуаций. Лекция.	Опрос Наблюдение рефлексия
3.8	Тема 3.8. Открытость, искренность. «Общение без масок».	0,5	0	0,5	Чтение и Анализ	Наблюдение рефлексия
3.9	Тема 3.9. Промежуточная аттестация	1	0	1	разыгрывание ситуаций. Беседа.	Наблюдение рефлексия
	<b>Всего часов</b>	<b>8</b>	<b>3</b>	<b>5</b>		
4	<b>Раздел (модуль) 4. Качества, важные для межличностного общения.</b>					
4.1	Тема 4.1.Качества, важные для межличностного общения.	1	1		Беседа. Дискуссия.	опрос
4.2	Тема 4.2. Товарищество и дружба.	0,5		0,5	Беседа. Сюжетно-ролевая игра	Наблюдение рефлексия
4.3	Тема 4.3. Сенсорная острота (Учимся чувствовать и	0,5	0,5		Лекция. Тренировка. упражнения	Наблюдение рефлексия



	наблюдать).					
4.4	Тема 4.4. Знаки внимания при общении.	0,5	0,5		Беседа. Тренинг, упражнения	Наблюдение рефлексия
4.5	Тема 4.5. «Расстояние и восприятие. Время и восприятие».	0,5	0,5		Беседа. Дискуссия. Упражнения с элементами тренинга	Наблюдение рефлексия

4.6	Тема 4.6. Прошлый опыт и восприятие другого человека	0,5	0,25	0,25	Беседа. Дискуссия, Работа с фотографиями	Наблюдение рефлексия
4.7	Тема 4.7. Виды и свойства внимания.	1	0,5	0,5	Лекция. Разыгрывание ситуаций, упражнения.	Наблюдение рефлексия опрос
4.8	Тема 4.8. Синтоническая модель общения (Как узнать другого человека и легко с ним общаться).	0,5	0,5		Лекция. Сюжетно-ролевая игра	Наблюдение рефлексия
4.9	Тема 4.9. Эмпатия и рефлексия как способы	1	0,5	0,5	Беседа. Дискуссия. Разыгрывание	Наблюдение рефлексия

	восприятия и понимания людьми друг друга при общении.				ситуаций, упражнения	
4.10	Тема 4.10. Эмпатия. Обратная связь.	1		0,5	Беседа. Дискуссия. Разыгрывани е ситуаций, упражнения.	Наблюдение рефлексия
4.11	Тема 4.11.Гибкость. Комбинантность (конгруэнтность).	1	0,25	0,25	Лекция. Упражнения с элементами тренинга	Опрос. Наблюдение . рефлексия
4.12	Тема 4.12.Ресурсное состояние. (Учимся управлять собой).	0,5	0,25	0,25	Лекция. Тренинг на саморегуляц ию	Наблюдение рефлексия
4.13	Тема 4.13. Поддержка	0,5		0,5	Беседа Моделирова ние ситуаций	Наблюдение рефлексия
	Тема 4.14. Промежуточная аттестация	1		1	Беседа. Тренинг на сплочение класса	Опрос. Наблюдение . рефлексия
	<b>Всего часов</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>5</b>		
<b>5.</b>	<b>Раздел (модуль) 5. Конфликты и Способы выхода из конфликта.</b>					
5.1	Тема 5.1.Что такое конфликт? (часть 1, 2).	0,5	0,5		Лекция. Тестировпн ие. Упражнени е	Опрос. Анализ результатов. Наблюдение рефлексия

5.2.	Тема 5.2. Способы поведения в конфликте.	0,5	0,5		Лекция. Тестирование. Моделирование ситуаций.	Опрос. Наблюдение рефлексия
5.3.	Тема 5.3. Способы выхода из конфликта.	0,5		0,5	Лекция. Тестирование. Сюжетно-ролевые игры	Опрос. Наблюдение рефлексия
5.4	Тема 5.4. Мои права и права других людей.	1		1	Беседа. Дискуссия. упражнения	Опрос. Наблюдение рефлексия
5.5	Тема 5.5. Правила ведения дискуссии.	0,5		0,5	Беседа. Дискуссия. Сюжетно-	Опрос. . Наблюдение рефлексия
					ролевая игра	
5.6	Тема 5.6. Психологические особенности публичного выступления	1	1		Лекция. Моделирование ситуаций.	Наблюдение рефлексия
5.7	Тема 5.7. Лидер, организаторская техника лидера.	1		1	Беседа. Дискуссия.	опрос
5.8	Тема 5.8. Манипуляции в общении: умей сказать «нет!».	1		1	Дискуссия, сюжетно-ролевая игра	Наблюдение рефлексия

5.9	Тема 5.9. Промежуточная аттестация	1		1	Тестирование. тренинг	Анализ результатов. Наблюдение рефлексия
5.10	Тема 5.10. Круглый стол.	1		1	Беседа. Проективная работа	Обсуждение анализ
5.11	Тема 5.11 Итоговое мероприятие Коммуникативная игра «Душевный разговор»	1		1	Тренинг Арттерапии элементы тренинговых упражнений	Наблюдение рефлексия
	<b>Всего часов</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>		
	<b>Итого часов</b>	<b>34</b>	<b>13</b>	<b>21</b>		

### Содержание учебного плана

В курсе выделены пять разделов, в которых раскрываются основные понятия:

#### **Раздел (модуль) 1. Введение в психологию. Определение понятия «психология».**

Теория. Знакомство с наукой психология. История психологической науки. Психологические знания и их роль в жизни человека.

Установление контакта с детьми, создание положительной мотивации к предстоящим занятиям, знакомство со структурой курса; знакомство с

правилами работы на занятиях. Занятия построены в форме тематических бесед,

Практика. Практические занятия на формирование знаний о себе, о своем внутреннем состоянии.

Модуль позволит получить знания об основах психологии. Подчеркнуть ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека.

## **Раздел (модуль) 2. Я живу среди людей.**

Теория. Знание норм и правил поведения в общественных местах. Развитие у школьников конструктивных способов взаимодействия в социуме. Показать влияние правил хорошего тона на общение и взаимодействие с другими людьми. Ознакомление с различными ролями и правилами общения.

Практика. Работа над расширением опыта поведения в разных социальных ситуациях. Сюжетно-ролевые игры, моделирование ситуаций «Мы – пассажиры», «Мы – зрители», «Мы – путешественники», «На перемене»; «В автобусе»; «В столовой», «В музее».

Модуль позволит сформировать у учащихся стремление к адекватному восприятию партнера по общению.

## **Раздел (модуль) 3. Азбука общения.**

Теория. Формирование и систематизация знаний учащихся об особенностях общения. Рассмотреть различные виды общения и ситуации их использования. получить понятие о стереотипах и установках в общении.

Получить знания о средствах общения (речи, жестов, мимики) в общении людей. Получить понятие о каналах восприятия (модальностях внутреннего опыта), получить знания о взаимосвязи модальности с речью; научиться распознавать модальности в повседневном общении. Глубже понять свой стиль общения и поведения. Ознакомиться с позициями общения, понять значение общения с позиций Взрослого, Ребенка и Родителя, учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в общении.

Практика. В тренинговых ситуациях увидеть влияние стереотипов и установок на процесс общения, раскрыть сущность поддержки и принятия в общении.

Модуль позволит получить знания своего психологического типа, использовать коммуникативные средства общения. Практически овладеть навыками визуальной калибровки (наблюдения за внешними проявлениями внутренних переживаний). Научиться осуществлять поддерживающие действия; способствовать выработке установки на

безусловное принятие партнера по общению. Помочь учащимся стать более открытыми в общении.

#### **Раздел (модуль) 4. Качества, важные для межличностного общения.**

Теория. Подчеркнуть ответственность человека за свои чувства и мысли Способствовать рефлексии эмоциональных состояний, осознанию своих качеств и повышению самооценки.

Определение своих способностей и возможностей, осознание своей нужности другим людям Овладение учащимися методами и формами групповой работы Практика.

Модуль позволит получить знания о психологических особенностях личности для эффективного коммуникативного общения в социуме.

#### **Раздел (модуль) 5. Конфликты и Способы выхода из конфликта.**

Теория. Дать понятие о конфликте и его типах, рассмотреть различные конфликтогены, их происхождение. Осознать роль конфликтов в жизни человека, развитие у школьников конструктивных способов взаимодействия в социуме, разрешению конфликтных ситуаций. Получить понятие о правах личности как основы адекватного взаимодействия с окружающими. Практика. Определить свой уровень конфликтности и способ выхода из конфликта. Тест «Диагностика доминирующей стратегии психологической защиты в общении В. В. Бойко».

определить, к какому способу решения конфликтов склонны.

Тест «Диагностика предрасположенности личности к конфликтному поведению К. Томаса».

Разыгрывание ситуаций.

Модуль позволит получить первоначальные теоретические знания о существовании различных типов конфликтов и оптимальные для каждого типа способы выхода из них. Сформировать у учащихся позицию уважения к своим правам и правам других людей.

## **Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **Формы воспитательной работы:**

- познавательная беседа; - сюжетно-ролевые игры;
- занятия с использованием сказкотерапии;
- занятия с использованием арттерапии;
- психологические упражнения;
- тренинги;
- экскурсии;
- тестирование

### **Методы воспитания:**

- методы формирования сознания личности (рассказ, беседа, диспут, метод примера);
- методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения личности (приучение, метод создания воспитывающих ситуаций, педагогическое требование, инструктаж, иллюстрации и демонстрации);
- методы стимулирования и мотивации деятельности и поведения личности (соревнование, познавательная игра, эмоциональное воздействие, поощрение и др.);
- методы контроля, самоконтроля и самооценки в воспитании.

Форма организации: комплексная

### **Материально-техническое обеспечение программы:**

Для проведения занятий желательно наличие специального помещения, пригодного как в качестве традиционного учебного класса, так и в качестве игровой аудитории.

- оборудование: стол и стул на каждого ученика, доска, стенд для вывешивания плакатов, цветные карандаши (или фломастеры), краски, листы, листы плотной бумаги в достаточном количестве (формата А-4).
- мультимедийное оборудование (компьютер, проектор, экран);
- электронные средства обучения, диски для просмотра фильмов по темам, технические средства обучения;
- бумага для записей, для рисования, клей, ножницы, цветные карандаши, краски, цветная бумага, цветной картон, самоклеящаяся бумага.

### **Методические материалы:**

В качестве диагностического материала используются:

- Схема наблюдения за адаптацией и эффективностью учебной деятельности учащихся Э. М.

Александровской, Ст. Громбах, модифицированная Е.С. Еськиной, Т.Л.Больбот;

- Социометрия Дж. Морено и др.;
- Уровень воспитанности учащихся (методика Н.П. Капустина)
- Личностный опросник Кеттелла в модификация Л. А.Ясюковой - Диагностика самооценки обучающихся. (Дембо-Рубинштейн).
- Тест «Диагностика предрасположенности личности к конфликтному поведению К. Томаса».
- Тест «Диагностика доминирующей стратегии психологической защиты в общении В. В. Бойко».
- Тест: Стратегии (стили) поведения в конфликтной ситуации (тест Томаса - Килменна, адаптация Н.В. Гришиной,

### **Формы аттестации /контроля –**

С целью выявления продуктивности проведенных занятий, а так же с целью изучения личностной сферы ребенка, а именно личностных характеристик, составляющих понятие индивидуальности, проводятся диагностические исследования два раза в год в форме устного опроса, тестирования, беседы и наблюдения.

В процессе усвоения каждого раздела и приобретения новых знаний проводятся сюжетноролевые игры, тренинги, в которых дети применяют свои знания на практике, умения работать в группе, оценивать свои поступки и других.

Применение полученных знаний на практике в различных жизненных ситуациях.

**Основные результаты реализации программы** оцениваются через:

- мониторинг результатов наблюдения, обучения (карта наблюдений Александровской)
- анализ результатов диагностики личностных особенностей учащихся;
- анализ результатов диагностики межличностных отношений в классе;



- определение динамики уровня формирования у детей адекватной самооценки, уверенности в себе, эмоциональной устойчивости, высокого самоконтроля;
- систематический контроль усвоения материала: устный опрос;
- применение полученных знаний на практике в различных ситуациях.
  - мониторинг результатов наблюдения, обучения (карта наблюдений Александровской)
  - личностного и коммуникативного развития, межличностных отношений в классе (диагностика УУД)
  - (аналитическая справка по результатам диагностики);

**Итоги** реализации программы будут *представлены* через итоговые занятия по каждому модулю и анализу результатов диагностики в конце учебного года в виде аналитического отчета.

Формы промежуточной аттестации перечислены в разделе 2. (Учебно-тематическое планирование) данной общеобразовательной программы.

### **Оценочные материалы:**

Перед началом занятий по программе «Азбука общения» педагог изучает особенности каждого ребенка, используя не только предложенное психологическое тестирование и анкетирование, но и результаты наблюдения учителей –предметников (карта наблюдений Александровской). Данное диагностическое исследование будет являться источником информации для педагога-психолога и родителей и позволит их привлечь к активному участию в работе по данной программе.

В качестве диагностического материала используются:

- Социометрия Дж. Морено и др..;
- методика Н.П. Капустиной (анкетирование)
- Диагностика самооценки обучающихся. (Дембо-Рубинштейн).
- Личностный опросник Кеттелла (модификация Ясюковой);
- Тест «Диагностика предрасположенности личности к конфликтному поведению К. Томаса».
- Тест «Диагностика доминирующей стратегии психологической защиты в общении В. В. Бойко».
- Тест: Стратегии (стили) поведения в конфликтной ситуации (тест Томаса - Килменна, адаптация Н.В. Гришиной).
-

**Список  
литературы:  
Для  
педагога:**

1. Макарычева Г.И. Тренинг для подростков: Профилактика асоциального поведения. – СПб.: Речь, 2007.
2. Микляева А.В. «Я-подросток». Программа уроков психологии. – СПб.: Речь, 2006.
3. Микляева А.В. Я – подросток. Мир эмоций. Программа уроков психологии / А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2003 г.
4. Микляева А.В. Я – подросток. Встречи с самим собой. Программа уроков психологии / А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2003г.
5. Микляева А.В. Я – подросток. Я среди других людей. Программа уроков психологии / А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2003 г.
6. Коломинский Я.Л. Психология взаимоотношений в малых группах / Я.Л.Коломинский.– Минск, 2000.
7. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. Под ред. И.В.Дубровиной.- Екатеринбург: «Деловая книга», 2000 г.
8. Андреева, Г. М. Социальная психология / Г. М. Андреева. – М. : Аспект Пресс, 2010. – 368 с.
9. Воробьева, О. Я. Коммуникативные технологии в школе / О. Я. Воробьева. – М. : Учитель, 2008. – 144 с.
10. Авдеева Н.Н. Общение со взрослым и истоки самосознания ребенка // Творчество и педагогика: Материалы Всесоюзной научно-практической конференции «Детство и творчество». – М., 1988.
11. Батаршев А.В. Психодиагностика способности к общению, или как определить организаторские и коммуникативные качества личности. – М.: ВЛАДОС, 1999. – 174 с.
12. Батаршев А.В. Психология личности и общения. – М.: Владос, 2004. – 246 с.

13. Практика сказкотерапии / под ред. Н.А. Сакович. – СПб. : 2007. – 224 с.
14. Притчи, сказки, метафоры в развитии ребенка. – СПб : Речь, 2007. - 296 с.
15. Ключева, Н.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность. Популярное пособие для родителей и педагогов / Н.В. Ключева, Ю.В. Касаткина. – Ярославль : Академия развития, 1997. – 240 с.
16. Притчи, сказки, метафоры в развитии ребенка. - СПб. : Речь, 2007. - 296с.
17. Практика сказкотерапии / под ред. Н.А. Сакович. - СПб. : 2007. – 224 с.
18. Мамонтов С. Поверь в себя. Тренинг уверенности в себе.- СПб., Питер, 2001.
19. Шипицына Л.М., Заширинская О.В., Воронова А.П., Нилова Т.А. Азбука общения: развитие личности ребенка, навыков общения со взрослыми и сверстниками. - СанктПетербург, «ДЕТСТВО\_ПРЕСС», 2005
20. Атоян А.Д. Конфликтология (конспект лекций), М., 2005.
21. Иванова Е.Н. Эффективное общение и конфликты, СПб., 1997.
22. Пиз А. Язык телодвижений. М., 2002.
23. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте /Под ред. И.В. Дубровиной.-3-еизд. – М.: Издательский центр «Академия», 1998.

#### **Для обучающихся:**

1. Азовкина А.Н., Пособие для учащихся “Общение” Иркутск. 2002
2. Н.А.Лемайсина «Культура общения», книга для учащихся/Воронеж, 2003.-123с.
3. Ключников С. Искусство управления собой. - СПб., Питер, 2005.
4. Ладыженская Т.А. Детская риторика в рассказах и рисунках.- М. Ювента, 2014.
5. Осипова А.А. Манипуляции в общении: умей сказать «нет!». – Ростов-на-Дону, Феникс, 2005.

6. Грецев А.Г. Тренинг общения для подростков. –СПб.:Питер,2005 – 160с.:ил.
7. Гришина Н.В. Давайте договоримся: Практическое пособие для тех, кому приходится разрешать конфликты. – СПб.: “Сова”, 1993.
8. Энкельман Н.Б. Начни с себя. Советы 13-16-летним: Пер. с нем.– М.: Культура и спорт, ЮНИТИ;1996.-213с.

### **Дополнительная литература**

1. Горелов И., Енгальчев В. Безмолвный мысли знак: Рассказы о невербальной коммуникации. – М.: Молодая гвардия, 1991. – 240 с.
2. Смирнов В.И. Воспитание культуры общения на уроках театрального искусства (психолого-педагогическое исследование). –Н.Новгород, 1993. – 31 с.
3. Смирнова Е.О. Влияние формы общения со взрослыми на эффективность обучения
4. Стефаненко Т.Г. Социальные стереотипы и межэтнические отношения // Общение и оптимизация совместной деятельности. – М., 1987. – С. 242-250.
5. Сушков И.Р. Психология взаимоотношений. – М.: Ин-т Психологии РАН, 1999. – 448 с.

### **Интернет-источники:**

- <http://silaslova.ru>
- <http://buynet.ru>
- <http://ipk.admin.tstu.ru>
- <http://www.orator.biz>



