

**Аннотация к рабочей программе курса внеурочной деятельности  
« Психология общения» для учащихся 7-9 классов**

**1. Нормативные правовые документы, на основании которых разработана рабочая программа по курсу внеурочной деятельности « Психология общения ».**

Рабочая программа разработана на основе требований к личностным, метапредметным и предметным результатам освоения ООП НОО МОБУ ООШ № 81 г. Сочи имени Быковой М.А., программы формирования универсальных учебных действий, программы духовно-нравственного развития, воспитания учащихся данной ООП.

**2. Место рабочей программы по курсу внеурочной деятельности «Психология общения» в структуре основной образовательной программы основного общего образования.**

Настоящая рабочая программа курса является неотъемлемой частью содержательного раздела ООП НОО МОБУ ООШ « 81 г. Сочи имени Быковой М.А. Рабочая программа составлена на основе программы « Познай себя» под редакцией С.В.Кривцовой. Тренинговые занятия подростками 7-9 классов. Под ред. С. В.Кривцовой, 2019 г., Генезис, Москва.

**3. Общая трудоёмкость рабочей программы по курсу внеурочной деятельности «Психология общения ».**

Данная рабочая программа рассчитана для учащихся 7-9 классов в учебном году в объёме из расчёта 1 час в неделю: 7,8,9 классы – по 34 часа. Общий объём отведенного времени составляет 102 часа.

**4. Структура содержания рабочей программы по курсу внеурочной деятельности «Психология общения».**

Программа «Психология общения» в 7-9 классах изучается в рамках внеурочной деятельности. Под руководством педагога-психолога дети 13-15 лет в течение всего года, опираясь на собственный опыт переживаний и размышлений, постигают логику человеческих чувств и учатся жизненным навыкам. Все занятия проводятся в тренинговой форме

**Цель программы:** формирование личностных качеств как основы взаимоотношений с людьми, обществом и миром в целом в процессе социального становления через самопознание, общение, деятельность, а также создание новой когнитивной модели жизнедеятельности.

**Задачи:**

- формирование позитивной самооценки, самоуважения;
- развитие позитивной оценки учащегося;
- формирование коммуникативной компетентности в сотрудничестве: умение

вести диалог, координировать свои действия с действиями партнеров по совместной деятельности; способности доброжелательно и чутко относиться к людям, сопереживать;

- развитие, совершенствование навыков саморегуляции;
- овладение способами взаимодействия с самим собой и окружающим миром;
- развитие эмоциональной сферы;
- формирование умения управлять своими эмоциональными состояниями;
- развитие общеучебных умений и навыков;
- развитие познавательных способностей;
- формирование умения решать творческие задачи

#### **Планируемые результаты**

В процессе реализации данной программы, с учетом особенностей группы, ожидается получить следующие результаты:

- Повышение коммуникативных навыков подростков;
- Сформированность у подростков толерантного отношения к окружающим;
- Повышение самооценки;
- Снижение у подростков уровня агрессивности.

#### **5. Применяемые образовательные технологии, в том числе использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.**

В ходе реализации настоящей рабочей программы применяются следующие образовательные технологии: - технология развивающего обучения; - информационно – коммуникационная технология; - здоровьесберегающие технологии; - технология интегрированного обучения; - групповые технологии и др. Использование дистанционных образовательных технологий планируется при условии наличия учащихся с ОВЗ в соответствии с приказом на обучение по данной технологии.

#### **6. Формы текущего контроля успеваемости учащихся.**

При реализации рабочей программы применяются следующие формы текущего контроля: самоконтроль, взаимоконтроль, оценка психолога.

#### **7. Разработчик рабочей программы по курсу внеурочной деятельности «Психология общения».**

Разработчиком настоящей рабочей программы является педагог – психолог Белокурова И.В.

Россия. Краснодарский край город-курорт Сочи Лазаревский район

Управление по образованию и науке администрации города Сочи  
Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение  
основная общеобразовательная школа №81 г. Сочи имени Быковой М.А.  
ОГРН 1022302792104 ИНН 2318021574  
354234, город Сочи, село Волковка, улица Космическая, дом 1  
Тел./факс (862)2-507-431, e-mail: school81@edu.sochi.ru

**УТВЕРЖДАЮ**

решение педагогического совет  
от 28 августа 2020 г.

Председатель педсовета

Е.В.Лопина



## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

По социальному направлению « Психология общения»

Уровень образования: основное образование 7-9 классы

Количество часов: 102 часа

Учитель: педагог-психолог Белокурова И.В.

Программа разработана в соответствии и на основе рабочей программы  
« Познай себя » С.В. Кривцова « Генезис» 2019 г.

### 1. Результаты усвоения курса.

Программа включает в себя 102 занятия, 34 занятия в год, 3 года. Занятия проходят 1 раз в неделю, длительность занятий 45 минут. Участники программы: подростки 13-15 лет. Программа состоит из практических занятий, каждое из которых включает в себя информационный блок и тренинговые упражнения. Комплектование группы проводится по принципу добровольности и информированности с созданием атмосферы открытости и спонтанности, где каждый участник может поделиться своими чувствами и опытом без боязни. Возникающее чувство групповой сплоченности — важная характеристика процесса, поэтому после второго занятия группа «закрывается» и новые участники к ней не присоединяются, даже если из первоначального состава кто-то выбыл. Принципы построения программы: - Диалогизация образовательного процесса (активное взаимодействие педагога и учащихся в процессе общения) - Индивидуализация обучения (учет индивидуальных особенностей обучающихся). - Персонализация обучения (получаемые учащимися знания должны иметь личностный смысл). - Интеграция знаний и умений (компетентностный подход).

#### **Назначение курса:**

- удовлетворить потребность подростков в общении как ведущим видом деятельности путём повышения уровня развития коммуникативных умений обучающихся;
- удовлетворить потребность подростков быть понятыми и принятыми другими и научить понимать и принимать других;
- удовлетворить потребностью обучающихся в творческой самореализации, и сформировать у них умения, необходимыми для творческой деятельности.

Программа «Психология общения» предлагает как одну из возможностей повышения компетентности учащихся в поисках жизненного пути, самопознания, развития коммуникативных навыков.

**Цель программы:** формирование личностных качеств как основы взаимоотношений с людьми, обществом и миром в целом в процессе социального становления через самопознание, общение, деятельность, а также создание новой когнитивной модели жизнедеятельности.

#### **Задачи:**

- формирование позитивной самооценки, самоуважения;
- развитие позитивной оценки учащегося;
- формирование коммуникативной компетентности в сотрудничестве: умение вести диалог, координировать свои действия с действиями партнеров по совместной деятельности; способности доброжелательно и чутко относиться к людям, сопереживать;

- развитие, совершенствование навыков саморегуляции;
- овладение способами взаимодействия с самим собой и окружающим миром;
- развитие эмоциональной сферы;
- формирование умения управлять своими эмоциональными состояниями;
- развитие общеучебных умений и навыков;
- развитие познавательных способностей;
- формирование умения решать творческие задачи

#### **Первый год обучения**

Овладение школьником элементарной психологической культурой, которая является необходимой частью общей культуры и обеспечивает ребёнку полноценное вступление в самостоятельную жизнь.

#### **Второй год обучения**

- Формирование у школьников общих представлений о психологии как науке

#### **Третий год обучения**

- Усвоение психологических знаний которые являются неременным условием развития творческих возможностей личности, расширяют границы самоактуализации, позволяют не держаться за стереотипы, а выбрать свой путь в освоении мира.

#### **Планируемые результаты**

В процессе реализации данной программы, с учетом особенностей группы, ожидается получить следующие результаты:

- Повышение коммуникативных навыков подростков;
- Сформированность у подростков толерантного отношения к окружающим;
- Повышение самооценки;
- Снижение у подростков уровня агрессивности.

В ходе выполнения задания должны быть сформированы следующие универсальные учебные действия:

Основными **критериями усвоения материала** являются: – осознанный интерес к занятиям; – творческое отношение к выполнению заданий; – высокая активность при выполнении психологических упражнений.

По некоторым критериям систематически осуществляется мониторинг, позволяющий отслеживать результаты успешности развития школьников.

Данные мониторинга заносятся в карту

**Личностными результатами** занятий являются следующие умения:

- Оценивать поступки людей, уметь соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами,

- Знания моральных норм;
- Развивать познавательные интересы;
- Ознакомить учащихся с внутренним миром личности, с нравственными ценностями

Средством достижения этих результатов служат: игры и задания, развивающие психологические процессы; развитие смыслообразования, развитие самопознания.

**Метапредметными результатами занятий являются:**

*Регулятивные УУД:*

- Определить и формулировать цель деятельности на занятиях с помощью учителя;
- Проговаривать последовательность действий на занятиях;
- Учиться высказывать свое предположение (версию);
- Учиться работать по предложенному учителем плану.

Средством формирования регулятивных УУД служит технология психологического саморегулирования.

*Познавательные УУД:*

- Познание внутреннего мира личности через рассказы, игры;
  - Умение находить ответы на вопросы;
  - Делать выводы в результате совместной работы класса с учителем.
- Средством формирования познавательных УУД служат логические, проблемные задания.

*Коммуникативные УУД:*

- Оформлять свои мысли в устной и письменной форме;
- Слушать и понимать речь других;
- Договариваться с одноклассниками о правилах поведения и общения и следовать им;
- Учиться работать в паре, в группе (выполнять различные роли: лидера, исполнителя).

Средством формирования коммуникативных УУД служит продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми; умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном решении проблем, интегрироваться в группу сверстников.

**Основными критериями усвоения материала являются:**

- осознанный интерес к занятиям;
- творческое отношение к выполнению заданий;
- высокая активность при выполнении психологических упражнений.

По некоторым критериям систематически осуществляется мониторинг, позволяющий отслеживать результаты успешности развития школьников. Данные мониторинга заносятся в карту.

## 2. Содержание курса внеурочной деятельности :

**Первый блок «Добро пожаловать в группу».** Задания, игры, упражнения этого блока ориентируются на широкое использование обучающего эффекта группового взаимодействия, создание единого психологического пространства и системы обратной связи.

**Второй блок «Я+Я».** Работа над этим блоком позволяет подростку определить себя как личность, даёт ему возможность осознать свою ценность и повысить самооценку.

**Третий блок «Я и моё окружение».** Человек и природа. Биологическое и социальное в человеке. Роль социального фактора для становления личности. Индивид. Личность. Индивидуальность. Этапы развития личности. Проявление личности в поведении и поступках. Уникальность личности.

**Четвёртый блок «Я и мои эмоции».** Эмоции и чувства человека, их сходство и различие. Роль эмоций и чувств в жизни человека. Связь эмоций и чувств с изменениями в функциях организма. Мимика, пантомимика, жесты как внешние проявления эмоционального состояния человека. Понятие о настроении, его влияние на деятельность и поведение человека. Способы практического психологического воздействия на человека. Способы саморегуляции.

**Пятый блок «Доверие. Сплочение».** На наш взгляд, в ходе проведения групповых занятий доверительность не только выступает в качестве коллективного эксперта по отношению к каждому участнику, но и способствует большей искренности детей, влияет на стиль взаимодействия участников в ходе выполнения заданий. Используются упражнения и игры, способствующие развитию доверия. Доверие — способность принимать себя или других людей в их неповторимости, такими, какие они есть. Доверие — это позитивная установка по отношению к отдельным способам поведения, которыми обладает человек или которые от него ожидаются.

**Шестой блок «Приобретаем друзей».** Дружба и друзья. Что помогает и что мешает дружбе. Одиночество. Знакомство. Помогаем сами и принимаем помощь. Просим прощения. Я — член команды.

**Седьмой блок «Агрессия».** Работа над этим блоком позволяет сформировать ценностные ориентации ребёнка и научиться приемлемым способам выражения гнева и агрессии.

**Восьмой блок «Страх, тревожность».** Работа над этим блоком позволяет найти ребёнку пути реализации потребности в защищённости и

принадлежности, в актуальных знаниях и умениях, любви и признании, поиске авторитета и смысла жизни.

**Девятый блок «Уверенность».** Работа над этим блоком учит техникам противостояния манипуляциям, как при необходимости давать отпор, как быть свободным от страхов, сомнений. Позволяет научиться понимать разницу между уверенным и агрессивным поведением.

**Десятый блок «Развитие социально-коммуникативных навыков».** В процессе работы над этим блоком происходит обучение активному общению, что позволяет ребёнку самому формировать навыки и умения общаться продуктивно, основываясь на собственном опыте, который как раз и нарабатывается на групповых занятиях, где человек может лучше понять самого себя через понимание других людей.

**Методы и приемы работы:**

- когнитивно-поведенческие тренинги;
- ролевая игра;
- диспуты;
- тренинги, ориентированные на формирование адекватной самооценки;
- игровая терапия и арт-терапия;
- музыкотерапия;
- наблюдение за коммуникативным поведением других;
- ароматерапия (набор ароматических масел);
- развитие сенсорики, цвето- и светотерапия;
- техники позитивной психотерапии;
- групповая дискуссия;
- психогимнастика

**Структура занятия**

1. Ритуал приветствия является важным моментом работы с группой, позволяющим объединять детей, создавая атмосферу группового доверия.
2. Рефлексия прошлого занятия предполагает, что дети вспоминают, чем они занимались в последний раз, что запомнилось, зачем они это делали.
3. Разминка является средством воздействия на эмоциональное состояние детей, уровень их активности, выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. Позволяет активизировать детей, поднять их настроение, или снять чрезмерное напряжение.
4. Основная часть представляет собой совокупность психотехнических упражнений и приёмов, направленных на решение задач развивающего комплекса. Последовательность предполагает чередование деятельности, смену психофизического состояния детей.



5. Заключительная часть предполагает ретроспективную оценку занятий в двух аспектах: эмоциональном и смысловом. Дети дают эмоциональную обратную связь друг другу и психологу; сами или с помощью взрослого отвечают на вопрос как может помочь им в жизни полученный опыт переживаний и взаимоотношений.

### Критерии оценки.

На уроках психологического развития не ставятся отметки, но оценивание осуществляется обязательно. Ученики на этих уроках избавляются от «отметочной» психологии, они не боятся дать ошибочный ответ, так как никаких неудовлетворительных отметок за ним не последует, все ответы детей принимаются, внимательно выслушиваются, и в итоге коллективного обсуждения дети приходят к правильному решению. У них постепенно формируется отношение к этим урокам как средству развития своей личности. Главным вопросом для учеников становится вопрос «Чему я научусь (научился) сегодня на уроке?», а не «Какую отметку я получу (получил)?».

### 3. Тематическое планирование:

#### Тематическое планирование 7 класс

№	Название раздела	Всего часов	Ожидаемый результат
1.	«Я+Я»	3	<b>Личностные УУД</b> У обучающегося будут сформированы:
2.	Я и моё окружение	3	Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей. Ценность здорового и безопасного образа жизни;
3.	Я и мои эмоции	4	усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.
4.	Доверие. Сплочение	4	<b>Познавательные УУД</b> Искать альтернативные варианты решения проблемы. Решать познавательные задачи, достигая познавательной цели. Осуществлять самостоятельно усвоенные способы действий.
5.	Приобретаем друзей	4	<b>Коммуникативные УУД</b> Сопоставлять, развивать, уточнять идеи друг друга. Выслушивать и объективно оценивать другого.
6.	Агрессия	4	<b>Регулятивные УУД</b> Выделять время и силы для реализации своих интересов в общем объёме дел. Проявлять инициативу, пунктуальность, использовать
7.	Страх. Тревожность	4	
8.	Уверенность	4	
9.	Развитие социально	4	

	коммуникативных навыков		образцы подражания положительных примеров поведения. Сознательно проявлять необходимые для выполнения работы позитивные волевые качества, осознавать причины своих затруднений
--	-------------------------	--	--

**Итого 34 часа**

### Тематическое планирование в 8 классе

№	Название раздела	Всего часов	Ожидаемый результат
1.	«Я+Я»	3	<p><b>Личностные УУД</b>            Основы для развития морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирования нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам.</p> <p><b>Познавательные УУД</b>            Работать устойчиво, принимать с интересом новые учебные задачи. Чётко осознавать свою цель на каждом этапе деятельности и структуру найденного способа, делать отчёт о них. Анализировать условия и способ действия, описывать причины своих затруднений и особенности нового способа действий. Уверенно использовать усвоенную схему действия контроля, обнаруживать ошибки, вызванные несоответствием схемы и новых условий задачи. Свободно и аргументировано обосновывать свою возможность или невозможность решить стоящую перед ним задачу по оценке действий, опираясь на анализ известных ему способов действия.</p> <p><b>Коммуникативные УУД</b>            Выявлять суть разногласий, возникших в общении. Давать сравнительную оценку речи собеседника. Придерживаться определенного стиля при выступлении. Участвовать в дискуссии, вести полемику.</p> <p><b>Регулятивные УУД</b>            Самостоятельно ставить цель и добиваться её реализации. Самостоятельно организовывать собственные действия в новых условиях. Проявлять высокую работоспособность, инициативу, хорошие организаторские способности лидера. Достаточно объективно видеть свои недостатки, испытывать потребность в самовоспитании.</p>
2.	Я и моё окружение	3	
3.	Я и мои эмоции	4	
4.	Доверие. Сплочение	4	
5.	Приобретаем друзей	4	
6.	Агрессия	4	
7.	Страх. Тревожность	4	
8.	Уверенность	4	
9.	Развитие социально коммуникативных навыков	4	
<b>Итого 34 часа</b>			

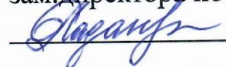
### Тематическое планирование в 9 классе

№	Название раздела	Всего часов	Ожидаемый результат
1.	«Я+Я»	3	<p><b>Личностные УУД</b> Развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам.</p> <p><b>Познавательные УУД</b> Проявлять творческое отношение к общему способу решения учебной задачи, проявлять мотивированную избирательность интересов. Выдвигать содержательные гипотезы, проявлять активность в определении содержания способов деятельности и их применении в различных условиях. Самостоятельно строить новый способ действия, модифицируя известный способ, критически оценивать свои учебные действия. Успешно контролировать соответствие выполняемых действий соответствующей схеме, вносить коррекцию в схему действий ещё до начала их фактического выполнения.</p> <p><b>Коммуникативные УУД</b> Организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение. Осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.</p> <p><b>Регулятивные УУД</b> Ставить перспективные цели, осознанно формулировать и реализовывать задачи, способствующие достижению перспективных целей. Полностью самостоятельно и осознанно организовывать свою деятельность в любых условиях, уделяя внимание всем элементам самоорганизации: постановке целей, формулировке задач, организации деятельности, самооценки, самоконтроля, проведению коррекции своей деятельности. Адекватно и прогностически оценивать собственные</p>
2.	Я и моё окружение	3	
3.	Я и мои эмоции	4	
4.	Доверие. Сплочение	4	
5.	Приобретаем друзей	4	
6.	Агрессия	4	
7.	Страх. Тревожность	4	
8.	Уверенность	4	
9.	Развитие социально коммуникативных навыков	4	

			организаторские способности, вырабатывать систему постоянной работы над собой (этап зрелого самовоспитания).
<b>Итого 34 часа</b>			

**СОГЛАСОВАНО**

зам. директора по УВР

 О.Ю.Ладанюк

28.08.2020 г.