

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Министерство образования и науки Астраханской области  
Управление образования администрации муниципального образования  
«Город Астрахань»

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение г. Астрахани  
«Средняя общеобразовательная школа №7»**

**«РАССМОТРЕНО»**

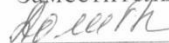
методическим объединением  
КС

Протокол № 1 от 29. 08. 2023 г.

 Е.Е.Терещенко

**«СОГЛАСОВАНО»**

Заместитель директора по УВР

 Т.В. Долибова

Протокол № 1 от «29» августа 2023 г.

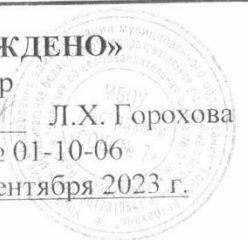
**«УТВЕРЖДЕНО»**

Директор

 Л.Х. Горохова

Приказ № 01-10-06

от «01» сентября 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по курсу внеурочной деятельности  
**«Психология общения»**  
для 7-8 классов основного общего образования  
на 2023/2024 учебный год

Составитель:  
Терещенко Евгения Евгеньевна –  
педагог-психолог  
высшей квалификационной категории

Астрахань - 2023

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочного курса составлена на основе авторской педагогической разработки адаптационного типа факультативных занятий по курсу Селевко Г.К. «Самосовершенствование личности» для учащихся 5 – 11-х классов (авторы составители Дьячкова Е.В., Барсем М.П., Гусева Л.В., Григорьева Л.Р., Зайцева М.Г.). Одно из примечательных явлений подросткового возраста - начало сознательного самовоспитания (намеренного изменения своих качеств, возведение человеком себя на более высокую ступень физического, духовно-нравственного, социального и творческого развития). Подросток начинает задумываться над своими физическими и личностными качествами и принимать для достижения этой цели сознательные, целенаправленные усилия.

Возрастные особенности старшекласников (14-17 лет) объясняются, прежде всего, биологическими факторами. Эндокринные изменения стимулируют развитие организм, что проявляется в особенностях внешности и поведения. В этом возрасте резко повышается интерес к своему Я-физическому и Я-внутреннему. Подросток начинает ориентироваться на качества «настоящего мужчины» и «настоящей женщины». Появляется чувство взрослости, являющееся главным отличительным свойством возраста.

Существует особый тип результатов образования, связанный с процессом социализации учащихся. Одной из основных её задач является перевод подростка в позицию активного члена гражданского общества, способного самоопределяться на основе ценностей, вырабатывать собственное понимание и цели, разрабатывать проекты преобразования общества и отдельных его институтов, реализовывать данные проекты. Иными словами, речь идёт о формировании юного субъекта социального творчества.

Социальное творчество – высшая форма социальной деятельности; созидательный процесс, направленный на преобразование и создание качественно новых форм социальных отношений и общественного бытия.

Социальное творчество школьников – это добровольное посильное участие детей в улучшении, совершенствовании общественных отношений, преобразовании ситуации, складывающейся в окружающем их социуме. Такая деятельность всегда сопряжена с личной инициативой школьника, поиском им нестандартных решений, риском выбора, персональной ответственностью перед группой сверстников, педагогов, общественностью.

**ЦЕЛЬ КУРСА:** способствовать развитию у подростков готовности к осуществлению осознанного и целенаправленного процесса самовоспитания; развитие креативных способностей и социального творчества.

## ЗАДАЧИ КУРСА:

обеспечить создание на занятиях атмосферы психологической безопасности для запуска процессов открытого и продуктивного общения, самораскрытия подростков;

содействовать формированию умений целеполагания, выбора приемов и средств работы подростков над собой;

создать условия для проявления учащихся в социальной деятельности через коллективные творческие дела (КТД);

содействовать получению детьми опыта самостоятельного общественного действия через разработку и проведение социального проекта.

## 2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

Программа курса решает задачи самовоспитания и развитие креативных способностей, социального творчества.

Организация внешней части образовательного процесса (воспитания) должна способствовать появлению у ребенка внутреннего процесса самовоспитания, включающего такие элементы:

- собирание своего образа «Я»: способности, возможности, умения и др. качества;
- осознание своих проблем и определение направления развития;
- устремленность к решению задач и проблем;
- самоконтроль, критический самоанализ и рефлексия своих успехов и неудач;
- умение корректировать программу своих действий;

Подросток при этом выступает как субъект своего воспитания, как творец своей личности.

Развитые на занятиях способности к творческому нестандартному мышлению школьники переносят на другие учебные предметы, а затем и на решения любых жизненных проблем.

Результатом данного курса предполагается реализация социального проекта учащимися.

Структура и организация занятий:

1. Разминка – упражнения, создающие благоприятную атмосферу, позволяющие настроиться на разговор, на основную работу.
2. Завязка – проблемная ситуация, формирующая соответствующую мотивацию на занятие.
3. Основная часть - рассмотрение в теоретическом и практическом плане вопросов основного материала.
4. Упражнения на закрепление и применение.
5. Подведение итогов, рефлексия. Для учащихся – это способ прислушаться к себе, поразмышлять о своем внутреннем состоянии и его причинах. Для руководителя – основной метод руководства процессами самосовершенствования учащихся.
6. Релаксация – расслабление, выход из интеллектуальной сферы.

Разделы курса предполагают теоретическое освещение вопросов и их практическое применение: подготовка, планирование и реализация.

### 3. ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО КУРСА В ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Программа реализуется во внеурочное время на занятиях по психологии для учащихся 7-8 классов. Реализация программы рассчитана на 34 часа по 1 час в неделю.

4. В результате изучения данного курса обучающиеся получают возможность развития УУД:

Личностные УУД

- Рефлексивный анализ положительных личностных качеств, потенциалов, способностей.

Коммуникативные УУД:

- Умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- Умение согласовывать усилия при достижении общей цели;
- Умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- Умение передавать другим людям информацию с помощью различных средств коммуникации.

#### Регулятивные УУД

- Умение ставить цели, планировать и оценивать свои действия;
- Умение проявлять настойчивость и усилие для достижения поставленной цели, для преодоления трудностей.

### 5. СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Я познаю и развиваю свои способности.

7 занятий (14 часов)

Цель: Формирование мотивов самопознания и развитие дивергентного мышления.

Отработка способов поведения, позволяющих развивать характер и повышать веру в себя. Развитие навыков самопрезентации. Умения управлять своими эмоциями. Тренинг развития творческого мышления подростков.

Раздел 2. Я в общении. Планируем коллективное творческое дело.

8 занятий (13 часов).

Цель: Формирование навыков эффективной коммуникации. Развитие умения совместно планировать, собирать информацию и эффективно взаимодействовать в коллективных творческих делах (КТД).

Как научиться эффективным способам коммуникации. Умение отстаивать свою точку зрения. Навыки и умения ставить цели и достигать их. Коллектив и индивидуальность. Способы поведения в конфликте. Совместная работа школьников по разработке и подготовке социального проекта.

Раздел 3. Реализация социального проекта.

4 занятия (7 часов)

Цель: Получение детьми опыта самостоятельного общественного действия через подготовку социального проекта.

Социальный проект «Социально успешная личность»

Самодиагностика. Получение обратной связи.

Методы и приемы:

беседа и диалог на основе выдвигаемых идей и практических ситуаций;

групповые дискуссии;

тренинговые упражнения;

игровые упражнения (активизирующие, ролевые и игры с элементами психодрамы);

диагностические процедуры.

Формы контроля:

- рефлексия;

- обратная связь;

- самодиагностика.

6. Тематическое планирование.

Раздел 1. Я познаю и развиваю свои способности			
№	Тема	Содержание	Часы
1	Введение в курс. Знакомство с ребятами.	Особенности курса. Примерное содержание. Упражнения на знакомство и командообразования. Входная диагностика.	1
2	Вырабатывайте характер	Анализ понятия «характер». Формирование стремления к развитию характера. Знакомство с различными способами развития характера.	1
3	Воспитание воли	Раскрытие понятия «воля». Рассмотрение признаков волевого поведения.	1

		Ознакомление с приемами воспитания воли.	
4	Как стать интересным	Развитие навыков самопрезентации. Знакомство с миром увлечений и достижений обучающихся.	2
5	Создание своего имиджа	Знакомство с понятием «имидж». Составляющие имиджа. Как создать свой неповторимый образ.	2
6	Учитесь управлять своими эмоциями	Прояснение позитивного и негативного влияния эмоций на развитие жизненных ситуаций. Обучение определению своих эмоций и управлению ими.	1
7	Тренинг креативности	Специально подобранные упражнения и задания для развития творческих мыслительных способностей.	6
ИТОГО:			14



Раздел 2. Я в общении. Планируем коллективное творческое дело

8	Искусство общения	Формирование навыков эффективной коммуникации (начала разговора, невербального общения, эффективного слушания, понимания других людей и др.)	1
9	Мое мнение	Формирование представлений о том, как важно иметь собственное мнение, уметь ему следовать и отстаивать не агрессивно. Знакомство с приемами эффективной аргументации.	1
10	Вы в коллективе	Знакомство с понятием «коллектив». Уровни развития коллектива. Формирование у подростков представлений о себе, как о члене коллектива.	1

11	Учитесь дружить	Развитие представлений подростков о значении дружбы в жизни человека, качествах настоящего друга и условиях возникновения и сохранения дружбы.	1
12	Учитесь разрешать конфликты	Знакомство с понятием «конфликт» и «стратегии поведения в конфликте». Формирование у подростков стремления к позитивному выходу из конфликта. Проигрывание стратегий поведения в конфликте.	1
13	Введение в КТД.	Раскрытия понятия КТД. Создание активной группы. Упражнения активаторы.	1
14	Планирование социальной акции	Обсуждение: что, где, когда, с кем будет проводиться, как и в какой форме	1

		мы представим социальный проект.	
15	Подготовка социального проекта	Социальный опрос, обработка результатов, сбор информации, оформление результатов социального проекта.	6
ИТОГО:			13
Раздел 3. Реализация социального проекта			
16	Социальный проект «Социально успешная личность»	Практическое занятие для учащихся	2
17	Социальный проект «Социально успешная личность»	Практическое занятие для учащихся	2
18	Социальный проект «Социально успешная личность»	Практическое занятие для учащихся	2
19	Заключительное занятие. Подведение итогов	Самодиагностика курса. Получение обратной связи.	1
ИТОГО:			7
ИТОГО			34

Технологическая карта развивающих занятий

№	Тема занятия	Кол – во часов	Формы работы	Формы и виды контроля
1	Введение в курс. Знакомство с ребятами.	1	1. Знакомство «Творческий псевдоним»  2. Особенности курса. Примерное содержание.  3. Практическая часть: игровые упражнения на командообразования.  4. Входная диагностика.  5. Рефлексия	Устная рефлексия Результаты самоисследования  (входная диагностика)
2	Вырабатывайте характер	1	1. Разминка «Хитрый вопрос»  2. Введение в тему  3. Практическая часть: упражнение «Я вырабатываю характер»  4. Рефлексия	Устная рефлексия

3	Воспитание воли	1	<p>1. Разминка «Не собьюсь» (2 хлопка, 2 щелчка)</p> <p>2. Введение в тему</p> <p>3. Практическая часть: тест «Степень волевого усилия», упражнения «Самооценка воли», «Составляем режим дня», ситуация-проба «Вас ругают родители», тренинговые упражнения на развитие воли.</p> <p>4. Рефлексия</p>	<p>Устная рефлексия</p> <p>Самодиагностика</p>
4	Как стать интересным	2	<p>1 занятие</p> <p>1. Разминка «Интервью»</p> <p>2. Введение в тему</p> <p>3. Круглый стол «Человек среди людей»</p> <p>4. Практическая часть: упражнения</p>	<p>Устная рефлексия</p>

			<p>«Стань интересным», «Комплимент».</p> <p>5. Рефлексия</p> <p>2 занятие</p> <p>1. Разминка «Пересядьте те кто...»</p> <p>2. Практическая часть: упражнение «Колодец желаний», разработка рекомендаций «Как стать интересным», ситуация-проба «Неизвестный великий человек»</p> <p>3. Рефлексия</p>	
5	Создание своего имиджа	2	<p>1 занятие</p> <p>1. Приветствие. Введение в тему</p> <p>2. Практическая часть: работа группой, по подгруппам на ознакомление и</p>	<p>Результаты анкеты.</p> <p>Устная рефлексия.</p>

			<p>закрепление материала, физминутка, работа с пословицами.</p> <p>3. Рефлексия</p> <p>2 занятие</p> <p>1. Приветствие.</p> <p>2. Практическая часть: упражнение «Рекомендации по имиджу». Составление портрета «Я в моем имидже», ситуация-проба «В классе новенький»</p> <p>3. Рефлексия</p>	
6	Учитесь управлять своими эмоциями	1	<p>1. Разминка «ГНЕВ» (пантомима)</p> <p>2. Введение в тему</p> <p>3. Практическая часть: «Приемы снижения душевного настроения», рисуночный метод арт-терапии (работа</p>	<p>Творческие работы.</p> <p>Устная рефлексия</p>

			с негативными эмоциями) 4. Рефлексия	
7	Тренинг креативности	6	Курс тренинговых занятий для подростков «Творческие способности и пути их развития»	Творческие работы.  Устная рефлексия
8	Искусство общения	1	1. Разминка «Разговор через стекло» (пантомима), «Счет до 10»  2. Введение в тему  3. Практическая часть: упражнение «Начинаем разговор», «Три обезьянки»  4. Рефлексия	Устная рефлексия



9	Моё мнение	1	<p>1. Разминка «Сейчас мое настроение похоже на погоду...»</p> <p>2. Введение в тему</p> <p>3. Практическая часть: игра «Каникулы на необитаемом острове», упр. «Ищу аргументы»</p> <p>4. Рефлексия</p>	Устная рефлексия
10	Вы в коллективе	1	<p>1. Разминка «Молекулы»</p> <p>2. Введение в тему</p> <p>3. Практическая часть: упражнение «Задай вопрос», игра «Обвинитель-прокурор», игра «Если бы ты был похож...»</p> <p>4. Рефлексия</p>	Устная рефлексия
11	Учитесь дружить	1	<p>1. Разминка «Гляделки»</p> <p>2. Введение в тему</p>	Устная рефлексия

			<p>3. Практическая часть: упражнение «Качества», тест, «Какой вы друг?», творческое задание «Рецепт дружбы»</p> <p>4. Рефлексия</p>	
12	Учитесь разрешать конфликты	1	<p>1. Разминка «Поздороваемся необычным способом»</p> <p>2. Введение в тему</p> <p>3. Практическая часть: проигрывание стратегий выхода из конфликта</p> <p>4. Рефлексия</p>	Устная рефлексия
13	Введение в КТД.	1	<p>1. Разминка «А как другие ...»</p> <p>2. Введение в тему</p> <p>3. Практическая часть: упражнения на командообразования</p> <p>4. Рефлексия</p>	Устная рефлексия

14	Планирование социальной акции	1	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разминка «Снежный ком»</li> <li>2. Введение в тему</li> <li>3. Мозговой штурм</li> <li>4. Практическая часть: составить план социальной акции</li> <li>5. Рефлексия</li> </ol>	Устная рефлексия
15	Подготовка социального проекта	6	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Разминки «активаторы»</li> <li>2. Составление опросника</li> <li>3. Сбор информации</li> <li>4. Рефлексия</li> </ol>	Анализ полученной информации.
16	Социальный проект «Социально успешная личность»	6	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Творческая презентация школы.</li> <li>2. Игровые упражнения на командообразования.</li> <li>3. Рефлексия</li> </ol>	Анализ полученной информации.
17	Заключительное занятие.	1	1. Разминка «Подари	Итоговая диагностика

	Подведение итогов		подарок» 2. Диагностика творческих способностей 3. Рефлексия	Устная рефлексия
	ИТОГО:	34		

### Литература

факультативных занятий по курсу Селевко Г.К. «Самосовершенствование личности» для учащихся 5–11-х классов. Авторы составители Дьячкова Е.В., Барсем М.П., Гусева Л.В., Григорьева Л.Р., Зайцева М.Г. МЭС от 28.04.2014 № 945.

### Методические рекомендации:

Селевко Г.К., Болдина В.И., Левина О.Г. Самосовершенствование личности. М.: Народное образование, 2000.

### Программа курса:

Селевко Г.К., Болдина В.И., Левина О.Г. Воспитавай себя. М.: Народное образование, 2000.

### Дополнительная литература

1. Асмолов А.Г. Формирование универсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли/ Под ред. А.Г. Асмолова. М.: Просвещение, 2010. (Стандарты второго поколения)
2. Гатанов Ю.Б. Курс развития творческого мышления (по методу ДЖ. Гилфорда и Дж. Рензулли). Для детей 9 – 14 лет. Методическое руководство. – СПб, ГП «ИМАТОН», 2009 (ГОССТАНДАРТ РОССИИ)
3. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя/ Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М.: Просвещение, 2011. (Стандарты второго поколения).

4. Данилюк А.Я. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России [Текст] / А.Я. Данилюк, А.М. Кондакова, В.А. Тишков. – М.: Просвещение, 2009.- (Стандарты второго поколения).
5. Рыбинский В. Н., Мельченко И. В. Творческое мышление. Развивающие занятия с детьми 9-14 лет. Серия: Игра, обучение, развитие, развлечение. Издательство: Академия Развития. Год издания: 2007.
6. Щуркова Н.Е. Собрание пестрых дел. М., 2000.