Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
многопрофильный лицей г. Кирово-Чепецк

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор
МБОУ многопрофильный лицей
_____ Н. Ю. Беляева
«___» _____2022г.

Беляева Надежда Юрьевна

Подписано цифровой подписью: Беляева Надежда Юрьевна
Дата: 2023.04.03 11:10:33 +03'00'

Рабочая программа
тренинговых занятий «Психология общения для младших подростков»

для обучающихся 5-7 классов

2022г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

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

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

Программа внеурочной (внеучебной) деятельности «Психология общения для младших подростков» направленная на формирование и развитие коммуникативной компетентности обучающихся 5-7 классов, воспитание личности подростков посредством межличностного общения. Содержание программы раскрывается в аспекте требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Под коммуникативной компетентностью понимаем следующее – это умение ставить и решать определенные типа коммуникативные задачи: определять цели коммуникации, оценивать ситуацию, учитывать намерения и способы коммуникации собеседника (партнеров), выбирать адекватные стратегии коммуникации, быть готовым к осмысленному изменению собственного речевого поведения. В качестве первейшего компонента в коммуникативную компетентность входит способность устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми, удовлетворительное владение определенными нормами общения и поведения, владение «техникой» общения (правилами вежливости и др.).

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

Общение играет особую роль в психологическом развитии подростков. Это развитие осуществляется следующим образом:

- обогащение коммуникативного опыта подростков путем постановки задач, требующих овладения новыми знаниями, умениями и навыками;

- благодаря возможности для подростка черпать в общении образцы действий и поступков взрослых;
- вследствие благоприятных условий для раскрытия подростками своего творческого начала при общении друг с другом на основе подкрепляющего действия мнений и оценок взрослого.

Основные мотивы общения:

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

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

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

В процессе развития коммуникативных навыков большое внимание уделяется формированию личностных качеств подростков, их чувствам, эмоциям, их духовному миру. Содержание курса опирается на принципы педагогического оптимизма, гуманизма, направленного на воспитание у детей уважительного отношения к себе и окружающим, терпимого отношения к мнению собеседника, умения пойти на компромисс в нужной ситуации.

Цель и задачи курса:

1. Познание и воспитание собственной личности подростка посредством межличностного общения.

2. Развитие адекватной оценочной деятельности, направленной на анализ собственного поведения и поступков окружающих людей.

3. Воспитание интереса к окружающим людям, развитие взаимоуважения, взаимодоверия и сочувствия.

4. Развитие навыков общения в различных ситуациях, умения противостоять отрицательным воздействиям среды.

Формы занятий:

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

Методы:

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

Программа «Психология общения для младших подростков» рассчитана на обучающихся 5−7 классов по 1 часу в неделю, программа реализуется за 102 часов (34 часа в год).

Планируемые результаты

В основе реализации программы внеурочной (внеучебной) деятельности «Психология общения для младших подростков» лежит деятельностный подход, который предполагает:

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

Личностные результаты освоения программы отражают:

- развитие самосознания учащихся;

- формирование у них положительного самовосприятия и чувства своей изначальной ценности как индивидуальности, ценности своей жизни и других людей;

- развитие свойств и качеств личности, необходимых для полноценного межличностного взаимодействия;

- формирование уверенности в себе и коммуникативной культуры, навыков разрешения межличностных конфликтов;

- укрепление адаптивности и стрессоустойчивости, оптимизма в отношении к реальности.

Метапредметные результаты освоения программы включают:

- обеспечение возможностей ученика самостоятельно осуществлять такое действие как учение, ставить перед собой учебные цели, искать и использовать необходимые средства и способы их достижения, контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности;
- осознанно выбирать наиболее эффективные способы в межличностном взаимодействии, в решении учебно-познавательных и жизненно-важных задач;
- приобретение практического опыта работы в группе, сотрудничества со сверстниками, позитивных моделей поведения в обществе.

Оценка достижений учащихся происходит: во-первых, по итогам групповой рефлексии, во-вторых, по результатам психологического тестирования.

Информационный уровень компетентности

Обучающийся умеет извлекать из текста информацию в соответствии с коммуникативной задачей. Умеет использовать речь для регуляции своего поведения. Умеет задавать вопросы. Умеет оформлять свои мысли в устной им письменной форме с учетом своих учебных и жизненных речевых ситуаций. Критично относится к своему мнению.

Деятельностный уровень компетентности

Обучающийся умеет участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки. Умеет отстаивать свою точку зрения, соблюдая правила речевого этикета; аргументировать свою точку зрения с помощью фактов и дополнительных сведений. Умеет учитывать разные мнения и стремится к координации различных позиций в сотрудничестве. Умеет договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Умеет контролировать действия партнера.

Творческий уровень компетентности

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

Перечень оборудования для реализации программы

Для обеспечения программы «Психология общения для младших подростков» необходим просторный учебный кабинет и минимальный уровень оборудования:

- комплект карточек-сценариев, карточек - проблемных ситуаций и т.д.;
- реквизит для сюжетно-ролевых игр;
- компьютер и подборка музыкальных записей для сопровождения речевых ситуаций, коммуникативных сценок;
- мультимедийный комплекс;
- проектор и экран.

Структура программы

Учебно-тематический план
5 класс

№ занятия	Тема	Кол-во часов
1.	Что такое этикет. Знакомство.	1
2.	Этикетные выражения при знакомстве.	1
3.	Поведение за столом.	1
4.	У тебя в гостях друг. Поведение в гостях.	1
5.	Чем занять гостя. Прощание с гостем.	1
6.	Ролевая игра в “гости”.	1
7.	Утреннее приветствие.	1
8.	Прощание перед сном.	1
9.	Об уступчивости.	1
10.	Вежливая просьба. Вежливый отказ.	1
11.	Ролевая игра “Вежливая просьба, вежливый отказ”.	1
12.	Поведение в общественном транспорте.	1
13.	Поведение в театре, кино, цирке, на концерте.	1
14.	Поведение в поликлинике, парикмахерской.	1
15.	Поведение в детской библиотеке.	1
16.	Поведение в магазине.	1
17.	Поведение в общественных местах.	1
18.	Этикет. Основные правила знакомства.	1
19.	Этикетные выражения при знакомстве со сверстниками и взрослыми.	1
20.	Поведение за столом. Сервировка стола к чаю.	1
21.	Нормы поведения дома.	1
22.	Чем занять гостя. Игры и развлечения.	1
23.	Ролевая игра в “гости” в день рождения и в праздник.	1
24.	Как слушать музыку.	1
25.	Красота – сестра добра и разума. (Живопись и поэзия)	1
26.	Умение понимать другого.	1
27.	Как писать письма, поздравления.	1
28.	Искусство одеваться. Мода. Одежда в школе и дома.	1
29.	Поведение в общественном месте. Выработка правил поведения.	1
30.	Культура общения с телом – гигиена.	1
31.	Поведение в лесу. Общение с природой.	1
32.	Мое поведение.	1
33.	Культура общения.	1
34.	Итоговое занятие. Поведение человека и культура общения.	1

6 класс

№ занятия	Тема	Кол-во часов
1.	Общение в жизни человека. Визитная карточка.	1
2.	Зачем нужно знать себя?	1
3.	Кто я? Какой я?	1
4.	Каким ты выглядишь в глазах других?	1
5.	Самооценка.	1
6.	Мои внутренние друзья и мои внутренние враги.	1
7.	Ярмарка достоинств.	1
8.	Ищу друга.	1
9.	Почему люди ссорятся?	1
10.	Барьеры общения.	1
11.	Конфликты и компромиссы.	1
12.	Учимся слушать друг друга.	1
13.	Уверенное и неуверенное поведение.	1
14.	Нужна ли агрессия?	1
15.	Умение читать настроение другого человека.	1
16.	Страх, его относительность.	1
17.	Как справиться со страхом.	1
18.	Обиды.	1
19.	Критика.	1
20.	Комплименты или лесть.	1
21.	Груз привычек.	1
22.	Умение принимать решения.	1
23.	Стресс в жизни человека.	1
24.	Зачем нужен этикет?	1
25.	Зачем людям законы?	1
26.	Умение вести беседу.	1
27.	Телефонный разговор.	1
28.	В театре.	1
29.	Принимаем гостей.	1
30.	Умение вести себя в путешествии.	1
31.	Использование иностранных этикетных выражений в разговорной речи.	1
32.	Традиции разных народов.	1
33.	Что такое этнос и его особенности.	1
34.	Итоговое занятие. Личность как самоценность в процессе общения.	1

7 класс

№ занятия	Тема	Кол-во часов
1.	Вербальное общение и его особенности.	1
2.	Невербальное общение. Мимика	1
	Невербальное общение. Жесты	1
4.	Невербальное общение. Позы	1
5.	Трудности общения. Барьеры в общении.	1
6.	Деловое общение. Его стили.	1
7.	Имидж в деловом общении.	1
8.	Деловой этикет.	1
9.	Правила деловой переписки.	1
10.	Конфликтное общение. Виды конфликтов.	1
11.	Правила поведения в конфликте.	1
12.	Профилактика конфликтов	1
13.	Межличностное общение.	1
14.	Особенности общения девушек.	1
15.	Особенности общения юношей.	1
16.	Феномен «Отцов и детей»	1
17.	Культура общения в семье	1
18.	Роль умения слушать в личностном общении.	1
19.	«Эффективные» слушатели.	1
20.	Умение слушать как метод восприятия информации.	1
21.	Факторы «слушания». Три уровня «слушания».	1
22.	Речь говорящего и понимание слушателя.	1
23.	Барьеры между говорящими и слушателями.	1
24.	Язык «поддержки» и язык «подавления».	1
25.	Совершенствование навыков «слушания».	1
26.	Совершенствование навыков устной речи. Техника речи	1
27.	Монолог. Диалог	1
28.	Совершенствование навыков устной речи. Полилог	1
29.	Совершенствование навыков устной речи. Культура общения показывает культуру личности.	1
30.	Совершенствование навыков устной речи. Дискуссия	1
31.	Проблемно-ценностная дискуссия	1
32.	Этика речевой коммуникации. Этика и речь. Формулы речевого этикета	1
33.	Этика и виды речевой деятельности	1
34.	Итоговое занятие. Поведение человека и культура общения	1

Список информационных источников

1. Бадмаев Б.Ц. Психология обучения речевому мастерству. М., 2008– 214с..
2. Богуславская Н.Е., Купина Н.А. Веселый этикет (учебное пособие по развитию коммуникативных способностей ребенка). – Екатеринбург: “ЛИТУР”, 2011. – 192с.
3. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. М., 2001– 116с.
4. Гойхман О.Я., Надеина Т.М. Речевая коммуникация. М., 2003– 58 с.
5. Григорьев, Д. В., Степанов П. В. Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности в школе [Текст] / Д. В Григорьев, П. В. Степанов. – М., 2011. Центр теории воспитания ИТИП РАО – проект.
6. Григорьева Т.Г.Основы конструктивного общения. Практикум.– Новосибирск: Изд-во Новосиб. Ун-та; М.: Совершенство, 2005. – 116с.
7. Игры: обучение, тренинг, досуг /под ред. В.В. Петрусинского, «Новая школа», М., 2004.
8. Концепция федеральных государственных образовательных стандартов общего образования. / Под ред. А.М.Кондакова, А.А.Кузнецова М.: Просвещение, 2011 Серия: Стандарты второго поколения
9. Насонкина С.А. Уроки этикета/ Худ. И.Н. Ржевцева. – СПб.: Изд-во “ДЕТСТВО-ПРЕСС”, 2003. – 40с.: Ил.
10. Панфилова М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов, педагогов и родителей. – М.: “Издательство ГНОМ и Д”, 2008. – 160с. (В помощь психологу.)
11. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Основная школа / [сост. Е. С. Савинов]. — М.: Просвещение, 2011. — 453 с. — (Стандарты второго поколения).
12. Примерные программы по всем предметам Редактор И. А. Сафронова.- М.: Просвещение, 2011 Серия: Стандарты второго поколения
13. Разогревающие игры и психотехники // Основы технологии группового тренинга. Психотехники - И.В. Вачков. Учебное пособие. Издательство «Ось-89», 2011.
14. Смид Р. Групповая работа с детьми и подростками. - Генезис, М., 2009.
15. Формирование универсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли/ система заданий А.Г. Асмолов,О.А. Каробанова.- М.: Просвещение, 2010 Серия: Стандарты второго поколения
16. Фундаментальное ядро содержания общего образования. / Под ред. И. А. Сафронова.- М.: Просвещение, 2011 Серия: Стандарты второго поколения
17. Электронное пособие. В помощь школьному психологу. Психологическая работа в школе. Выпуск 4. – М.: Изд-во «Учитель», 2011.