


Министерство образования и науки Самарской области
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя
общеобразовательная школа с. Кошки
муниципального района Кошкинский Самарской области
446800, Самарская область, муниципальный район Кошкинский, село Кошки, ул. Мира 2,
тел. 8465021171, 8465022451, факс 22451, E-mail: koshk@sch.yartel.ru
ИНН 6381019224 КПП 638101001

 **ПРОВЕРЕНО**
зам. директора по воспитательной работе
Н.И. Пономарёва

«29» августа 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ СОШ с. Кошки
В.М. Гусаров
«30» августа 2019 г.
Приказ № 01/99 от 30.08.2019 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Школа общения»

на 2019 - 2020 учебный год

Тип программы: адаптированная.

Направление развития личности школьника: социальное.

Возраст детей: 10 - 12 лет

Класс: 5, 6.

Срок реализации программы: 1 год

Составил (а):

Усова И.Ю.,

педагог дополнительного образования

с. Кошки

2019 г.

Пояснительная записка

Подростковый возраст считается наиболее сложным этапом в жизни ребенка, кризисом личностного развития. С 11-15 лет ведущим видом деятельности является интимно-личностное общение. Подросток начинает серьезнее воспринимать себя и свои возможности, пытается занять свою нишу в среде сверстников, часто игнорируя мнение родителей и педагогов. В структуре личности подростка нет ничего устойчивого, окончательного и неподвижного. Личностная нестабильность порождает противоречивые желания и поступки. Стремление обрести себя порождает потребность в отчуждении от всего того, что привычно. Отчуждение, внешне выражающееся в негативизме, является началом поиска подростком собственной уникальности. Именно в этом возрасте происходит нацеленность подростка на поиск новых продуктивных форм общения с теми, кого он любит и уважает, и на открытие самого себя.

Настоящая программа разработана на основе программы Хухлаевой О.В. «Тропинка к своему Я» и направлена на сохранение психологического здоровья школьников, развитие у подростков коммуникативных умений, способности к предотвращению и разрешению межличностных конфликтов, творческого мышления, эмоциональной устойчивости и саморегуляции.

Данная программа разработана для учащихся в возрасте 10-12 лет (5 класс) и рассчитана на 32 учебных часа (1 час в неделю).

Цель программы: личностное развитие, развитие эмоционально-коммуникативной культуры и творческого мышления подростков в условиях совместной деятельности.

Задачи:

1. Создание психологически комфортных условий для организации совместного продуктивного общения подростков друг с другом и с педагогами, ведущими занятия.

2. Выявление возможностей личностного развития каждого учащегося для их становления как активных участников межличностного общения.
3. Создание условий для «открытия собственного «Я» на личностном и социальном уровне.
4. Обучение коммуникативным навыкам в ситуации взаимодействия со сверстниками и взрослыми, инициативности, креативности и активности.
5. Формирование толерантного отношения друг к другу, культуры речи и поведения.

Формы работы: групповые занятия с элементами тренинга; групповая диагностика; индивидуальные консультации.

Методы работы: игры, психологические упражнения, мини-лекции, беседы, дискуссии.

Формы контроля:

1. Рефлексия по каждому занятию в форме вербального проговаривания, а на некоторых – в письменной форме.
2. По итогам программы подросткам предлагается повторная диагностика, а результаты сопоставляются с первичным срезом.

Ожидаемые результаты данного курса: понимание подростками смысла следующих понятий: характер, эмоции, чувства, ценности, друг, дружба, команда.

Развитие умений и навыков:

- **в области самопознания:** понимать и принимать себя, собственные ощущения, чувства, отслеживать свое состояние и состояние другого человека по внешним признакам, развитие вербальных и не вербальных средств выразительности.
- **в области межличностного взаимодействия:** преодоление барьеров общения, стереотипы поведения; развитие умения адекватного использования невербальных и вербальных средств выразительности в процессе общения.

В результате прохождения программы у участников будут сформированы личностные, регулятивные, познавательные и коммуникативные универсальные учебные действия.

В сфере личностных универсальных учебных действий у участников занятий будет сформировано умение оценивать жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей: отмечать конкретные поступки в предложенных ситуациях, которые можно оценить, самостоятельно определять и высказывать общие для всех правила поведения в социуме.

В сфере коммуникативных универсальных учебных действий участники научатся навыкам сотрудничества. Овладеют методами убеждения, аргументации своей позиции, установления контактов с окружающими.

В сфере познавательных универсальных учебных действий участники научатся работать с информацией, анализировать и делать логические выводы по создавшимся ситуациям.

В сфере регулятивных универсальных учебных действий участники овладеют навыками управления своими действиями, научатся контролировать и корректировать свою самостоятельную деятельность.

Содержание программы отвечает следующим **принципам**:

1. Возрастной адекватности — используемые формы и методы обучения соответствуют психологическим особенностям детей младшего школьного возраста;
2. Научной обоснованности — содержание программы базируется на данных исследований в области возрастной психологии, физиологии, педагогики;
3. Практической целесообразности — содержание комплекта отражает наиболее актуальные проблемы, связанные с формированием у детей навыков эффективного взаимодействия и социальной адаптации;
4. Динамическому развитию и системности — содержание комплекта, цели и задачи обучения на каждом из последующих этапов определяются теми сведениями, оценочными суждениями и поведенческими навыками, которые

уже были сформированы у детей в ходе реализации предыдущего этапа.

Учебные задачи всех тем взаимосвязаны друг с другом;

5. Необходимость и достаточность предоставляемой информации — детям предоставляется только тот объем информации, которым они реально могут воспользоваться в жизни, т. е. имеет для них практическую значимость.

Учебный план

Цель программы - личностное развитие, развитие эмоционально-коммуникативной культуры и творческого мышления подростков в условиях совместной деятельности.

Категория обучающихся: учащиеся 5 классов (10 -12 лет).

Срок обучения: 1 год.

Режим занятий: 32 учебных часа (1 час в неделю).

№ п/п	Наименование тематического блока	Всего часов	В том числе				Форма контроля
			Теоретическая часть	Практическая часть	Аудиторных часов	Внеаудиторных часов	
1	Введение в мир психологии	1	50%	50%	0	1	Рефлексия, рисунки.
2	Знакомство	1	20%	80%	1	0	Результаты психодиагностики.
3	Я – это Я	8	7%	93%	3	5	Рефлексия, рисунки.
4	Я и мой внутренний мир	4	10%	90%	2	2	Рефлексия, рисунки.
5	Я имею право чувствовать и выражать свои чувства	6	10%	90%	3	3	Рефлексия, рисунки.
6	Я и Мы	6	10%	90%	3	3	Рефлексия, рисунки.
7	Мы можем меняться	4	10%	90%	2	2	Рефлексия, рисунки.
8	Диагностика	1	20%	80%	1	0	Результаты психодиагностики

9	Итоговое занятие	1	0%	100%	0	1	Рефлексия, рисунки.
	Итого	32	15%	85%	15	17	

Учебно-тематический план

Цель программы - личностное развитие, развитие эмоционально-коммуникативной культуры и творческого мышления подростков в условиях совместной деятельности.

Категория обучающихся: учащиеся 5 классов (10 -12 лет).

Срок обучения: 1 год.

Режим занятий: 32 учебных часа (1 час в неделю).

№ п/п	Наименование тематического блока	Всего часов	В том числе				Форма контроля
			Теоретическая часть	Практическая часть	Аудиторных часов	Внеаудиторных часов	
1	Введение в мир психологии	1	50%	50%	0	1	Рефлексия, рисунки.
2	Диагностика	1	20%	80%	1	0	Результаты психодиагностики
3	Я – это Я	8	7%	93%	3	5	Рефлексия, рисунки.
3.1.	Знакомство.	1	0	100%	0	1	Рефлексия.
3.2.-3.3	Кто я, Какой я?	2	10%	90%	1	1	Рефлексия, рисунки.
3.4.	Я – могу...	1	10%	90%	0	1	Рефлексия.
3.5.	Я нужен!	1	10%	90%	1	0	Рефлексия, рисунки.
3.6.	Я мечтаю.	1	10%	90%	1	0	Рефлексия, рисунки.
3.7.	Я и мои цели	1	10%	90%	0	1	Рефлексия.
3.8.	Мое настоящее и будущее.	1	10%	90%	0	1	Рефлексия.
4	Я и мой внутренний мир	4	10%	90%	2	2	Рефлексия, рисунки.
4.1.	Каждый видит мир и	1	10%	90%	0	1	Рефлексия.

	чувствует по-своему						
4.2.	Любой внутренний мир ценен и уникален	1	10%	90%	1	0	Рефлексия, рисунки.
4.3.	Трудные ситуации могут научить меня	1	10%	90%	0	1	Рефлексия.
4.4.	В трудной ситуации я ищу силу внутри себя и она обязательно найдется	1	10%	90%	1	0	Рефлексия, рисунки.
5	Я имею право чувствовать и выражать свои чувства	6	10%	90%	3	3	Рефлексия, рисунки.
5.1.- 5.2.	Чувства бывают разные.	2	10%	90%	1	1	Рефлексия, рисунки.
5.3.- 5.4.	Учимся различать эмоции	2	10%	90%	1	1	Рефлексия, рисунки.
5.5.- 5.6.	В поисках достойных путей выражения чувств	2	10%	90%	1	1	Рефлексия, рисунки.
6	Я и Мы	6	10%	90%	3	3	Рефлексия, рисунки.
6.1.	Я – глазами других	1	10%	90%	0	1	Рефлексия.
6.2.	Я и мои друзья	1	10%	90%	0	1	Рефлексия.
6.3.	У меня есть друг	1	10%	90%	0	1	Рефлексия.
6.4.	Наши «колючки» и «магнитики»	1	10%	90%	1	0	Рефлексия, рисунки.
6.5.	Что такое одиночество?	1	10%	90%	1	0	Рефлексия, рисунки.
6.6.	Я не одинок в этом мире	1	10%	90%	1	0	Рефлексия, рисунки.
7	Мы можем меняться	4	10%	90%	2	2	Рефлексия, рисунки.
7.1.- 7.2.	Нужно ли человеку меняться?	2	10%	90%	1	1	Рефлексия, рисунки.
7.3.- 7.4.	Самое важное – захотеть меняться.	2	10%	90%	1	1	Рефлексия, рисунки.
8	Диагностика	1	20%	80%	1	0	Результаты психодиагностики
9	Итоговое занятие	1	0%	100%	0	1	Рефлексия.
	Итого	32	15%	85%	15	17	

Содержание программы

Тема I . Введение в мир психологии (1ч.)

Понятие о предмете психологии. Правила поведения в группе. Психологические упражнения, направленные на мотивацию учащихся к занятиям.

Тема II . Диагностика (1ч.).

Диагностика личностных особенностей, коммуникативных способностей, обсуждение вариантов интерпретации теста.

Тема III . Я – это Я (8ч.).

Мини-лекции, беседы, дискуссии, упражнения и игры, способствующие осознанию своих качеств и повышению самооценки.

Тема IV . Я и мой внутренний мир (4ч.).

Мини-лекции, беседы, дискуссии, упражнения и игры, способствующие осознанию ценности и уникальности внутреннего мира каждого человека.

Тема V . Я имею право чувствовать и выражать свои чувства(6ч.).

Мини-лекции, беседы, дискуссии, упражнения и игры, способствующие рефлексии эмоциональных состояний, адекватному самовыражению, знакомство с понятиями «эмоция» и «мимика», совершенствование навыков эффективного взаимодействия.

Тема VI . Я и МЫ (6ч.).

Мини-лекции, беседы, дискуссии, упражнения и игры, способствующие адекватному восприятию себя, через восприятие другими, обсуждение проблем подростковой дружбы.

Тема VII . Мы можем меняться (4ч.).

Мини-лекции, беседы, дискуссии, упражнения и игры, направленные на осознание возможности позитивных изменений.

Тема VIII . Диагностика (1ч.).

Диагностика личностных особенностей, коммуникативных способностей, обсуждение вариантов интерпретации теста.

Тема IX . Итоговое занятие (1ч.).

Беседы, упражнения и игры, способствующие закреплению полученных знаний, формированию позитивного, формирование образа будущего, прощание участников группы.

Список дополнительной литературы

1. Баева И.А. Тренинги психологической безопасности в школе – СПб., Речь, 2002г.
2. Локалова Н.П. Уроки психологического развития в средней школе(V-VI классы) – М., 2001г.
3. Пузиков В.Г. Технология ведения тренинга – СПб., 2005г.
4. Сидоренко Е.В. Тренинг коммуникативной компетентности – СПб., 2003г.
5. Тейлор Кэтрин. Психологические тесты и упражнения для детей – М., 2008г.