

Муниципальное казенное образовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 2»  
имени генерала армии Владимира Ильича Исакова  
г. Киров Калужской области



Принято  
на заседании РМО  
социально-гуманитарной  
направленности  
Исакова  
Протокол № 1  
30.08.2022 г.

Утверждаю: директор МКОУ «СОШ  
№2» им. генерала армии В.И.  
Исакова  
В.Г. Майоров  
Приказ №52-ОД  
31.08.2022 г.



## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

### «Психология общения»

Тематическая направленность: естественнонаучная  
Возраст обучающихся: 11-14 лет Срок реализации: 1 год

Автор - составитель:  
Борисова Наталья Игоревна  
педагог-психолог  
МКОУ «СОШ №2»  
им.генерала армии В.И. Исакова

2022 год

## **Раздел 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ**

### **1.1. Пояснительная записка Направленность программы.**

Данная программа является дополнительной общеобразовательной общеразвивающей социально-гуманитарной направленности, очной формы обучения, сроком реализации 1 год, для детей 11-12 лет стартового уровня освоения.

Программа позволяет дать основные представления обучающихся о следующих проявлениях: более позитивных мыслей и чувств о самом себе; симпатии к себе; способности относиться к себе с юмором; выражения гордости собой как человеком; развивает навыки общения.

Проект программы составлен в соответствии с государственными требованиями к образовательным программам системы дополнительного образования детей на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 г.;
2. Федеральным проектом «Успех каждого ребенка», утвержденный 07.12.2018г. 3. Порядком применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017г. № 816.
3. Приказом Минпросвещения России от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей»;
5. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
7. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 №09-3242.
8. Нормативно-правовые документы учреждения:  
–Устав Муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №2» имени генерала армии В. И. Исакова

#### **Актуальность программы**

Актуальность данной программы заключается в том, что начительная часть детства и отрочества ребенка проходит в школе. На протяжении этого времени как в процессе обучения, так и вне его ученик не только получает образование, но и решает задачи своего психологического и личностного развития.

Школа призвана не только передать необходимые знания, но и подготовить детей к самостоятельной жизни, способствовать их правильной социализации. Сегодня усилия многих людей направлены на создание школы, обеспечивающей условия для развития личности ребенка. Ведь время, проведенное в школьных стенах – это большой период жизни, время новых открытий, встреч, завязывания отношений, время формирования самоуважения. В школьном возрасте развиваются нравственные ценности, происходит осознание самого себя, своих возможностей, способностей. Ученики мечтают стать взрослыми, формируют свои взгляды на отношения между людьми, на то, каким будет их будущее. Но для того, чтобы они могли развить в себе эти качества и представления, они должны быть «заложены», воспитаны.

Мы живем в эпоху, когда дети испытывают на себе давление изменений, с которыми они сталкиваются не только в школе и дома, но и на экранах телевизора, компьютера, смартфона и прочих гаджетов. Неудивительно, что их поведение часто повторяет увиденное в каком-нибудь фильме.

Многие родители зачастую мало времени уделяют общению с детьми: им хватает своих личных трудностей, а также вредных привычек и зависимостей.

И. В. Дубровина пишет об этом: «Общение со сверстниками – необходимое условие психического и личностного развития ребенка на всех этапах его развития, но оно выполняет свою функцию только тогда, когда у ребенка одновременно есть общение с «нормальным» (умным, доброжелательным и нравственно воспитанным) взрослым».

В общении со старшими ребенок усваивает систему нравственных и иных ценностей и идеалов общества и социальной среды. Особенно в младшем подростковом возрасте ребята открыты для общения со взрослыми, их внушаемость повышена, поэтому взрослые оказывают на них значительное влияние.

По мнению Г. А. Цукерман, «именно на границе детства и отрочества в предпоздковом возрасте школьникам необходимо помочь в трудном деле, в котором они полубессознательно начинают заниматься: постановке задач саморазвития и поиске средств их решения». Важно успеть заложить основы личностно-эмоциональной защищенности школьников, сформировать у ребят психологические умения самопомощи и безопасного взаимодействия с другими.

### **Новизна программы**

Новизна данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы состоит в психологической профилактике возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии школьников.

### **Педагогическая целесообразность программы**

Предполагается, что изучение основ психологии повысит уровень социальной компетентности учащихся, ориентирует их на саморазвитие, самосовершенствование. Данный учебный курс направлен также на развитие творческого мышления учащихся, способности к выработке собственной позиции и критической переработке информации. Программа «Психология общения» реализуется в рамках дополнительной профессиональной подготовки социально-гуманитарного профиля старшеклассников по курсу «Психология общения». В ходе занятий по программе «Психология общения» учащиеся научатся принимать решения, делать выбор и нести за него ответственность, конструктивным способом отстаивать свои права и защищать активную общественную позицию.

### **Отличительные особенности программы**

Отличительная особенность данной программы заключается в возможности воспитания полноценной личности и формирования таких качеств, как самодостаточность, самооценочность, стрессоустойчивость и др.; предоставлении широких возможностей для изучения собственной личности, для развития коммуникативных способностей, умения сглаживать конфликты и вести конструктивный диалог.

### **Адресат программы**

Программа «Психология общения» предназначена для проведения занятий с детьми 11-14 лет. Она направлена на решение проблем самопознания и построения конструктивного общения. Учащиеся осознают себя как личность, учатся рефлексии, эмпатии, грамотному эмоциональному реагированию в разных жизненных ситуациях, учатся вырабатывать собственную позицию, критически перерабатывать информацию, творческому мышлению.

### **Объем программы и срок освоения**

Общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы, составляет 33 часа. Срок реализации программы – 1 год.

### **Уровень программы**

По целевому ориентированию и уровню сложности данная общеразвивающая программа является программой базового уровня. В ее основе лежат базовые понятия общей психологии.

#### **Занятия по программе строятся на следующих принципах:**

- ✓ принцип системности – предполагает преобладание знаний, комплексность в их усвоении;
- ✓ принцип ценности и уникальности личности, приоритета личностного развития. Этот принцип предусматривает ориентацию содержания программы на интеллектуальное, эмоциональное, духовно-нравственное, физическое и психическое развитие и саморазвитие каждого ребенка с учетом индивидуальных возможностей и способностей.

- ✓ принцип целесообразности и причинной обусловленности – любое психологическое воздействие должно быть осознанным, должно быть подчинено поставленной цели.
- ✓ принцип активности ребенка;
- ✓ принцип охраны и укрепления психического и физического здоровья ребенка базируется на необходимости формирования у детей привычек к чистоте, аккуратности, соблюдению режима дня, эффективного и бесконфликтного взаимодействия.
- ✓ принцип субъектности. Ориентация на этот принцип определяет построение особого рода взаимодействия между детьми и ведущим занятия психологом – полисубъектного взаимодействия, подразумевающего рассмотрение всех участников как субъектов, придание ими друг другу субъектной ценности и оказание помощи всем в расширении их возможностей в мире.
- ✓ принцип психологизации. Связан с использованием научных психологических знаний, преподнесенных через систему образных представлений, в качестве средства анализа собственного опыта детей, оценки себя и своих возможностей, углубления самопонимания, оптимизации самоотношения, формирования эффективной саморегуляции.
- ✓ принцип событийности. Суть этого принципа заключается в следующем: при проведении занятий психолог должен обеспечить их превращение в цепь связанных между собой событий, которые будут переживаться всеми участниками полисубъектного взаимодействия как целостность, единство, неразрывность изменений, происходящих в них и в окружающем мире. Только в том случае, когда каждое занятие станет событием и для каждого ребенка, и для психолога, оно реализует свой развивающий и психокоррекционный потенциал.
- ✓ принцип психологической безопасности.

### **Формы организации ОП и виды занятий по программе**

Наиболее приемлемой формой организации образовательного процесса в этом виде деятельности является урок с элементами тренинга, т. к. он позволяет работать в большой группе и использовать следующие методы психолого-педагогического воздействия и техники:

- Элементы сказкотерапии (анализ сказок);
- Визуализация;
- Психогимнастика (этюды на выражение различных эмоций);
- Телесно-ориентированные техники (психомышечная релаксация);
- Игровые методы;
- Арт-терапия (свободное и тематическое рисование);
- Моделирование и анализ проблемных ситуаций;
- Групповая дискуссия;
- Ассоциативные методики;
- Мозговой штурм;
- Проективные методы вербального и рисуночного типа;
- Ролевая игра.

### **Режим занятий**

Занятия объединения проходят 1 раз в неделю в течение 1 академического часа (33 часа в год). Организация обучения по программе осуществляется на базе Муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №2» имени генерала армии Владимира Ильича Исакова города Кирова Калужской области.

## 1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

### Цель программы:

Формирование нравственной составляющей личности, умения конструктивного общения.

### Задачи:

#### Обучающие:

- Научить адекватной оценочной деятельности, направленной на анализ собственного поведения и поступков окружающих людей;
- освоить навыки общения в различных ситуациях;
- способствовать формированию гармонично развитой личности;
- расширить знания об индивидуальных и эмоциональных особенностях людей, о своих коммуникативных способностях;
- научить ставить и решать задачи по разрешению конфликтных ситуаций.

#### Воспитательные:

- привить интерес к познанию и воспитанию собственной личности подростка посредством межличностного общения;
- создать условия для формирования умения вести конструктивный диалог;
- обеспечить рост качества коммуникативной компетентности в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- способствовать профилактике возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии школьников.

#### Развивающие:

- развить осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам;
- развить умение определять жизненные цели и задачи.

## 1.3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование темы	Всего	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1.	Знакомство. Введение в мир психологии	1	40мин	20 мин	тренинг
2.	Какой Я? Что я знаю о себе?	1	20 мин	40 мин	тренинг
3.	Я не такой, как все, и все мы разные	1	20 мин	40 мин	тренинг
4.	Я – уникальный	1	20 мин	40 мин	тренинг
5.	Я в своих глазах и глазах других людей	1	20 мин	40 мин	тренинг
6.	Как победить своего дракона?	1	20 мин	40 мин	тренинг
7.	Я могу...	1	20 мин	40 мин	тренинг
8.	Мои сильные стороны	1	20 мин	40 мин	тренинг
9.	Как достичь цели	1	20 мин	40 мин	тренинг
10.	Я – творец своей жизни	1	20 мин	40 мин	тренинг
11.	Мысли, чувства и поведение людей	1	20 мин	40 мин	тренинг
12.	Какие бывают эмоции?	1	20 мин	40 мин	тренинг

13.	Где живут мои эмоции?	1	20 мин	40 мин	тренинг
14.	Как узнать эмоцию?	1	20 мин	40 мин	тренинг
15.	Чувства полезные и вредные	1	20 мин	40 мин	тренинг
16.	Чувства людей и их поведение	1	20 мин	40 мин	тренинг
17.	Застенчивость и неуверенность в себе	1	20 мин	40 мин	тренинг
18.	Уверенность в себе – залог успеха в жизни	1	20 мин	40 мин	тренинг
19.	Обида	1	20 мин	40 мин	тренинг
20.	Злость и агрессия	1	20 мин	40 мин	тренинг
21.	Что делать со злостью и агрессией?	1	20 мин	40 мин	тренинг
22.	Эмоции правят мной или я ими? Как управлять своими эмоциями?	1	20 мин	40 мин	тренинг
23.	В поисках достойных путей выражения чувств	1	20 мин	40 мин	тренинг
24.	Стресс. Как с ним справиться?	1	20 мин	40 мин	тренинг
25.	Типичные проблемы	1	20 мин	40 мин	тренинг
26.	Жизненные ценности. Факторы, разрушающие здоровье	1	20 мин	40 мин	тренинг
27.	Опасные последствия	1	20 мин	40 мин	тренинг
28.	Учимся говорить «нет»	1	20 мин	40 мин	тренинг
29.	Соппротивление насилию	1	20 мин	40 мин	тренинг
30.	Воздействие средств массовой информации	1	20 мин	40 мин	тренинг
31.	Разоблачение рекламы	1	20 мин	40 мин	тренинг
32.	Друзья. Кто такой настоящий друг?	1	20 мин	40 мин	тренинг
33.	Подведение итогов. «Звездная карта жизни»	1	20 мин	40 мин	тренинг

#### 1.4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Тема	Цель	Содержание
1.	Знакомство. Введение в мир психологии	Создание благоприятных условий для работы, установление контакта с учащимися.	Знакомство. Ритуал принятия правил поведения на занятиях. Введение в мир психологии. Определение целей занятий. Упражнение «Кто Я?». Работа в

			тетрадах.
2.	Какой Я? Что я знаю о себе?	Содействие в формировании гармоничной Я-концепции, развитие навыка самоанализа, принятия себя.	Беседа. Упражнение «Какой Я? Чем я отличаюсь от других людей?». Упражнение «Мой Герб». Работа в тетрадах.
3.	Я не такой, как все, и все мы разные	Стимулирование осознания учащимися своих индивидуальных личностных качеств и сопоставление себя с окружающими.	Беседа. Упражнение «Мой внутренний мир». Притча о вороне и павлине (Х. Пезешкиан). Упражнение «Сходство и различие». Работа в тетрадах.
4.	Я – уникальный	Содействие процессу формирования уважения и принятия учащимися самих себя, повышению их самооценки посредством предоставления обратной связи.	Беседа. Упражнение «Скажи о себе что-то хорошее». Упражнение «Пять добрых слов». Упражнение «Я – уникальный».
5.	Я в своих глазах и глазах других людей	Закрепление навыков самоанализа и анализа других людей, повышение самооценки на основе получения обратной связи.	Беседа. Чтение притчи. Упражнение «Домики». Незаконченные предложения. Упражнение «Сердце класса». Работа в тетрадах.
6.	Как победить своего дракона?	Формирование у учащихся способности выявлять, анализировать свои недостатки, относиться к ним как к нормальным особенностям личности любого человека, находить пути их преодоления.	Беседа. Групповая дискуссия. Упражнение «Стряхни». Упражнение «Дракон моих недостатков». Работа в тетрадах.
7.	Я могу...	Создание условий для самораскрытия и осознания учащимися своих сильных сторон личности.	Беседа. Проверка домашнего задания. Анализ сказки «Фламинго (О. Горькова). Незаконченные предложения. Работа в тетрадах
8.	Мои сильные стороны	Осознание учащимися своих качеств, на которые они могут положиться в жизни; формирование способности опираться на сильные стороны своей личности.	Проверка домашнего задания. Беседа. Незаконченные предложения. Упражнение "Мой портрет в лучах солнца". Упражнение «Цветик-семицветик». Работа в тетрадах.
9.	Как достичь цели	Формирование у учащихся способности формулировать свои цели и находить способы достижения этих целей.	Проверка домашнего задания. Беседа. Упражнение «Лесенка». Анализ сказки «О славном Учаге, учителе его Магуче и бедном, но вылеченном Аэроплане» (О. Колосова). Работа в тетради.
10.	Я – творец своей жизни	Формирование у учащихся способности планировать	Групповая дискуссия. Упражнение «Машина времени».

		свое будущее, повышение их уверенности в себе, необходимой для достижения цели.	Упражнение «Мои цели». Упражнение «Вспомни успех». Выполнение памятки «Мои цели».
11.	Мысли, чувства и поведение людей	Знакомство учащихся с психологическими понятиями «чувства», «мысли», «поведение», формирование способностей различать их внутри себя.	Беседа. Изучение понятий. Упражнение «мысли – действия – чувства». Упражнение «Знатоки чувств». Работа в тетрадах.
12.	Какие бывают эмоции?	Формирование у учащихся представлений о богатстве эмоциональных проявлений человека.	Беседа. Упражнение «Таблица чувств». Анализ притчи «Легкое лечение» (Н. Пезешкиан). Упражнение «Такие разные эмоции». Незаконченные предложения.
13.	Где живут мои эмоции?	Осознание учащимися важности эмоций в жизни человека, изучение особенностей их телесных проявлений и внутренних переживаний.	Упражнение «Здравствуй». Анализ сказки «Волшебная страна чувств» (Т. Зинкевич-Евстигнеева). Работа в тетрадах. Упражнение «Создание шедевра».
14.	Как узнать эмоцию?	Развитие навыков идентификации эмоциональных состояний по невербальным	Групповая дискуссия. Упражнение «Передача чувств». Упражнение «Этюды с животными». Упражнение «Дорисуй эмоцию».
15.	Чувства полезные и вредные	Осознание учащимися значимости различных эмоций в жизни человека.	Групповая дискуссия. Упражнение «Судебный обвинитель – адвокат. Упражнение «Польза и вред эмоций». Анализ сказки «Волшебная страна чувств» (Т. Зинкевич-Евстигнеева) – продолжение.
16.	Чувства людей и их поведение	Формирование у учащихся способностей распознавать и анализировать разные виды поведения, находить конструктивные способы поведения в различных ситуациях.	Проверка домашнего задания. Групповая дискуссия. Знакомство со стилями поведения. Упражнение «Уверенные, неуверенные и грубые ответы». Упражнение «Сила слова». Работа в тетрадах.
17.	Застенчивость и неуверенность в себе	Развитие представлений об особенностях поведения неуверенного человека, содействие осознанию того, что неуверенность может мешать в жизни.	Беседа. Упражнение «Неуверенность и ее маски». Упражнение «Неуверенный – уверенный – самоуверенный». Упражнение «Зеркало».
18.	Уверенность в себе – залог успеха в жизни	Формирование у учащихся способности концентрации сил и внимания для достижения уверенности в себе, осознание своих	Групповая дискуссия. Диагностический тест «Насколько я уверен в себе». Работа в тетрадах. Анализ притчи «О двух лягушках» (Р. М.



		достижений, развитие навыков уверенного поведения.	Грановская). Упражнение «Круг силы». Упражнение «Копилка моих успехов, хороших поступков».
19.	Обида	Формирование способности анализировать чувство обиды и его влияние на взаимоотношения людей, развитие навыков конструктивного избавления от обиды.	Групповая дискуссия. Упражнение «Детские обиды». Упражнение «Как выразить обиду и досаду». Упражнение «Копилка обид».
20.	Злость и агрессия	Формирование у учащихся способности анализировать и адекватно оценивать свое состояние, осознать вред агрессивного поведения.	Групповая дискуссия. Упражнение «Как я зол». Упражнение «Агрессивное существо». Упражнение «Рецепт агрессивности». Анализ притчи «Небеса и ад». Работа в тетрадах.
21.	Что делать со злостью и агрессией?	Формирование у учащихся способности осознавать свою агрессивность, обучение способам безопасной разрядки агрессии.	Групповая дискуссия. Упражнение «Лист гнева». Упражнение «Датский бокс». Упражнение «Договор о поведении». Работа в тетрадах. Упражнение «Подарок для самого агрессивного».
22.	Эмоции правят мной или я ими? Как управлять своими эмоциями?	Формирование у учащихся способности осознавать свои чувства, обучение конструктивным способам управления эмоциональным состоянием.	Групповая дискуссия. Анализ притчи «О могущественном царе, властителе необозримых земель». Упражнение «Как управлять своими эмоциями». Памятка «Как управлять своими эмоциями». Упражнение «Вверх по радуге». Упражнение «Выкинь». Работа в тетрадах.
23.	В поисках достойных путей выражения чувств	Формирование у учащихся способности выражать свои эмоции в неагрессивной, безоценочной манере, обучение навыку «Я-сообщений».	Беседа. Упражнение «Встреча». Упражнение «Поиск достойных путей выражения чувств». Работа в тетрадах. Тренировка «Я-высказываний».
24.	Стресс. Как с ним справиться?	Формирование у учащихся навыков сопротивления стрессовым ситуациям.	Групповая дискуссия. Диагностический тест «Мой уровень напряжения». Упражнение «Встреча со стрессом». Упражнение «Как справиться со стрессовой ситуацией». Работа в тетрадах.
25.	Типичные проблемы	Формирование способов конструктивного поведения в проблемных ситуациях, развитие умения принимать ответственность за свои поступки.	Групповая дискуссия. Упражнение «Стоп! Подумай! Действуй!». Работа в тетрадах. Индийская сказка.
26.	Жизненные ценности. Факторы, разрушающие	Формирование ситуации к сохранению здоровья,	Групповая дискуссия. Диагностический тест

	здоровье	осознание вреда факторов, разрушающих здоровье.	«Приключение Кузи и Фани» (Н. Гусева). Упражнение «Ценности здорового образа жизни». Анализ сказки «Сказка про злых чародеев» (А. Г. Макеева). Упражнение «Бал здоровья».
27.	Опасные последствия	Формирование у учащихся представлений об опасности «безопасных» форм опьянения, последствиях употребления ПАВ, углубление понимания, в чем состоит их вред.	Проверка домашнего задания. Беседа. Упражнение «Возможные последствия». Упражнение «Зависимости». Упражнение «Вредные советы».
28.	Учимся говорить «нет»	Формирование у учащихся навыков противостояния давлению, «культуры отказа», развитие умения принимать ответственность за собственную жизнь.	Групповая дискуссия. Знакомство со способами отказа, манипуляциями. Упражнение «Откажись». Работа в тетрадях. Памятка «Способы сказать «нет».
29.	Соппротивление насилию	Развитие у учащихся умения решать проблемы, сообразуясь с ценностями здорового образа жизни.	Групповая дискуссия. Упражнение «Имея дело с проблемами». Упражнение «Предложение и отказ». Упражнение «Ценности здорового образа жизни».
30.	Воздействие средств массовой информации	Формирование у учащихся представлений об опасности на первый взгляд безопасных форм рекламной продукции.	Групповая дискуссия. Упражнение «Рекламные ловушки»
31.	Разоблачение рекламы	Дальнейшее развитие у учащихся представлений об опасности рекламной информации.	Групповая дискуссия. Упражнение «Разоблачение рекламы».
32.	Друзья. Кто такой настоящий друг?	Осознание учащимися важности дружбы и настоящих друзей в жизни человека. Осознание учащимися значения дружбы в жизни людей, определение своей способности быть хорошим другом	Групповая дискуссия. Анализ сказки «Сказка о Звездочке» (О. Поддубная). Упражнение «Рисунок сообща». Упражнение «Какой я друг». Работа в тетрадях. Групповая дискуссия. Диагностический тест «Настоящий друг». Упражнение «Границы дружбы». Упражнение «Что мешает дружить». Рисунок в подарок другу.
33.	Подведение итогов. «Звездная карта жизни»	Обобщение и закрепление полученных знаний и навыков, подведение итогов.	Групповая дискуссия. Анализ притчи. Упражнение «Моя вселенная». Упражнение «Декларация моей самооценки».. Подведение итогов.

## **1.5. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Особенность занятий по программе «Психология общения» заключается в том, что полученные знания о своих коммуникативных возможностях помогут учащимся выстраивать взаимоотношения с окружающими, что будет способствовать успешному усвоению школьной программы.

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

- ✓ умение договариваться,
- ✓ знание своих коммуникативных способностей;
- ✓ учащиеся получают возможность для формирования внутренней позиции школьника;
- ✓ развитие осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- ✓ формирование коммуникативной компетентности в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

### **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

- ✓ знание индивидуальных и эмоциональных особенностей людей;
- ✓ знание правил работы в тренинговой группе;
- ✓ знание способов разрешения конфликтных ситуаций;
- ✓ умения вести конструктивный диалог;
- ✓ умение определять жизненные цели и задачи.

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

включают освоение обучающимися универсальных учебных действий, обеспечивающих овладение ключевыми компетенциями.

## РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. Календарно - тематический план

программы «Психология общения» возраст 11-14 лет.

педагог – психолог Борисова Н. И.

группа 1 года обучения 2022-2023

№ занятия	№ темы	Тема учебного занятия	Дата	Часы	Содержание деятельности			
					Теоретическая часть занятия		Практическая часть занятия	
					Количество часов	Форма организации деятельности	Количество часов	Форма организации деятельности
1.	1.	Знакомство. Введение в мир психологии		1	40 мин	групповая	20 мин	групповая
2.	2.	Какой Я? Что я знаю о себе?		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
3.	3.	Я не такой, как все, и все мы разные		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
4.	4.	Я – уникальный		1	20 мин	групповая	40 мин	
5.	5.	Я в своих глазах и глазах других людей		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
6.	6.	Как победить своего дракона?		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
7.	7.	Я могу...		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
8.	8.	Мои сильные стороны		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
9.	9.	Как достичь цели		1	20 мин	групповая	40 мин	
10.	10.	Я – творец своей жизни		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
11.	11.	Мысли, чувства и поведение людей		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
12.	12.	Какие бывают эмоции?		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
13.	13.	Где живут мои эмоции?		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
14.	14.	Как узнать эмоцию?		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
15.	15.	Чувства полезные и вредные		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
16.	16.	Чувства людей и их поведение		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
17.	17.	Застенчивость и неуверенность в себе		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
18.	18.	Уверенность в себе – залог успеха в жизни		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
19.	19.	Обида		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
20.	20.	Злость и агрессия		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
21.	21.	Что делать со злостью и агрессией?		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
22.	22.	Эмоции правят мной или я ими? Как управлять своими эмоциями?		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
23.	23.	В поисках достойных путей выражения чувств		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
24.	24.	Стресс. Как с ним справиться?		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
25.	25.	Типичные проблемы		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
26.	26.	Жизненные ценности. Факторы, разрушающие здоровье		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая
27.	27.	Опасные последствия		1	20 мин	групповая	40 мин	групповая

28.	28.	Учимся говорить «нет»		<i><b>1</b></i>	20 мин	<i>групповая</i>	40 мин	<i>групповая</i>
29.	29.	Сопротивление насилию		<i><b>1</b></i>	20 мин	<i>групповая</i>	40 мин	<i>групповая</i>
30.	30.	Воздействие средств массовой информации		<i><b>1</b></i>	20 мин	<i>групповая</i>	40 мин	<i>групповая</i>
31.	31.	Разоблачение рекламы		<i><b>1</b></i>	20 мин	<i>групповая</i>	40 мин	<i>групповая</i>
32.	32.	Друзья. Кто такой настоящий друг?		<i><b>1</b></i>	20 мин	<i>групповая</i>	40 мин	<i>групповая</i>
33.	33.	Подведение итогов. «Звездная карта жизни»		<i><b>1</b></i>	20 мин	<i>групповая</i>	40 мин	<i>групповая</i>
<b>ИТОГО:</b>					<b>33</b>			

## 2.2. Условия реализации программы Материально-техническое обеспечение

(указать материалы, используемые для реализации программы)

Успешной реализации учебного процесса способствует соответствующая материально-техническая база.

**Наличие:** 1. учебного кабинета (студии) для занятий с детьми;

2. доски, мелков различных цветов;

3. цветная бумага;

4. клей;

5. ножницы;

6. карандаши;

7. фломастеры;

8. ватман.

### Наглядное обеспечение

(указать материалы, используемые для реализации программы)

#### 1. Слайд-фильм – фильмы «НаучПок»

##### Дидактическое обеспечение

Дидактический материал включает в себя специальную и дополнительную литературу, разработки отдельных методических аспектов необходимых для проведения занятий (Приложение 2).

### 2.3. Формы аттестации

Два раза в год во всех группах проводится промежуточная и итоговая аттестация, которая отслеживает личностный рост ребёнка по следующим параметрам:

- *усвоение знаний по базовым темам программы;*
- *овладение умениями и навыками, предусмотренными программой;*
- *развитие художественного вкуса;*
- *формирование коммуникативных качеств, трудолюбия и работоспособности.*

**Используются следующие формы проверки:** защита творческих работ, проектов, выставка и т.д.

**Методы проверки:** наблюдение, тестирование, анализ творческих работ и т.п.

Итоговая аттестация осуществляется в форме проекта «Звездная карта жизни».

### 2.4. Контрольно-оценочные материалы

На занятиях применяется поурочный, тематический и итоговый контроль. Уровень освоения материала выявляется в беседах, в выполнении практических и творческих заданий. В течение года ведется индивидуальное педагогическое наблюдение за творческим развитием каждого обучающегося (Приложение 3).

Результаты освоения программного материала определяются по трём уровням: высокий, средний, низкий.

Пример:

*Используется 10- балльная система оценки результатов*

*8-10 баллов – высокий уровень,*

*4 - 7 баллов – средний уровень,*

*1 - 3 балла – низкий уровень*

Важными показателями успешности освоения программы являются: развитие интереса обучающихся к познанию и воспитанию собственной личности подростка посредством межличностного общения.

## 2.5. Методическое обеспечение

Наиболее приемлемой формой организации образовательного процесса в этом виде деятельности является урок с элементами тренинга, т. к. он позволяет работать в большой группе и использовать следующие методы психолого-педагогического воздействия и техники:

- Элементы сказкотерапии (анализ сказок);
- Визуализация;
- Психогимнастика (этюды на выражение различных эмоций);
- Телесно-ориентированные техники (психомышечная релаксация);
- Игровые методы;
- Арт-терапия (свободное и тематическое рисование);
- Моделирование и анализ проблемных ситуаций;
- Групповая дискуссия;
- Ассоциативные методики;
- Мозговой штурм;
- Проективные методы вербального и рисуночного типа;
- Ролевая игра.

## 2.7. Список литературы

### Литература для педагога

#### *Основная*

1. Смирнова Е. Е. Познаю себя и учусь управлять собой. – СПб.: Речь, 2007.

#### *Дополнительная*

2. Дубровина И. В. Школьная психологическая служба: Вопросы теории и практики. – М., 1991.
3. Цукерман Г. А. Психология саморазвития: задача для подростков и их педагогов. – М., 1994.
4. Грецов А. Тренинги развития с подростками: творчество, общение, самопознание. – СПб: Питер, 2009.
5. Возняк И. В., Узянова И.М., Лебедева С. В. Система психологического сопровождения образовательного процесса в условиях введения ФГОС. – Волгоград, 2014.

