
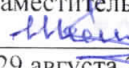


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области
Администрация муниципального образования «Цильнинский район»
Большенагаткинская средняя школа имени Героя Советского Союза
В.А.Любавина

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
 Горлова Т.Ф.
Протокол № 1
от 29.08.2023

СОГЛАСОВАНО
заместитель директора по УВР
 Н.К.Шевердина
29 августа 2023г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

«Уроки общения»
для обучающихся 5 класса
основного общего образования
на 2023-2024 учебный год

Направление: общекультурное

Срок реализации: 1 год

Количество часов:34

Составитель: Ратаева Ирина Ивановна, психолог

село Большое Нагаткино
2023г.

I. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Актуальность

Стандарты нового поколения, имеющие свое отражение и в среднем школьном звене, предполагают выпустить в жизнь подростка, способного адаптироваться социально и культурно за пределами школы, адекватно воспринимать изменяющиеся условия жизни, активно применить полученные знания и сформировавшийся опыт в дальнейшем.

Переход в 5-й класс – важный и сложный период в жизни детей. Сложность заключается в том, что дети переходят от одного учителя ко многим, появляются новые предметы, возрастает сложность школьной программы, появляется кабинетная система, меняется школьный статус детей – из самых старших в начальной школе они становятся самыми младшими в средней школе, кроме того дети стоят на пороге подросткового возраста, ведущей деятельностью становится межличностное общение, но при этом основным занятием остаётся учёба.

Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным – адаптированность, т. е. совокупность всех полезных изменений организма и психики результатам, или негативным – стресс. При этом выделяются два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять требования среды). Именно поэтому необходимо проведение психологических занятий с учащимися, которые приводили бы к наиболее адекватному, почти безболезненному приспособлению к новым условиям, которые позволяли бы формировать положительное отношение к школе, навыки общения, прежде всего со сверстниками.

Целью данной программы является создание условий для успешной адаптации учащихся 5 класса к новым условиям обучения в средней школе.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие **задачи**:

1. Формирование у учащихся адекватного отношения к своим успехам и неудачам в какой-либо деятельности, а также представлений о себе как о человеке с большими возможностями развития.
2. Развитие навыков уверенного поведения.
3. Усвоение навыков взаимодействия с другими людьми на основе самопринятия, самораскрытия и принятия других.
4. Ознакомление учащихся с разными формами коммуникации.
5. Создание условий для снижения тревожности, а также выработки на основе собственного опыта норм поведения и общения.

Личностные:

- развивать внутреннюю позицию школьников;
- развивать познавательные учебные мотивы (усвоение новых знаний и способов действия);
- развивать социальные мотивы (идеалы и ценности, одобрение и признание, эмоциональные взаимоотношения с другими людьми, сотрудничество, саморазвитие и самообразование);
- развивать внешние мотивы (вознаграждение, статус и престиж, безопасность и стабильность, мотив избегания неудач);

Метапредметные:

регулятивные – обеспечивать умение решать проблемы, возникающие в ходе общения, при выполнении ряда заданий в ограниченное время;

познавательные – при необходимости извлекать информацию из различных источников, делать логические выводы;

коммуникативные - при использовании диалога, совместной творческой деятельности, презентации, за счет обучения аргументированно отстаивать свою точку зрения, логически обосновывать свои выводы;

- обучить различным формам общения (диалогическое общение, дискуссия);

- развивать способность действовать с позиции другого человека и умение согласовывать свои действия с другими людьми.

- развивать речевые действия как средство регуляции собственной деятельности.

Предметные

- понятие коммуникации, конфликт;

- уникальность внутреннего мира каждого;

- способы ведения конструктивного диалога;

- способы поведения в конфликтных ситуациях;

- понятия «нравственность», «уважение», «уверенность», «не уверенность»;

– анализировать поступки других людей и свои собственные.

II. СОДЕРЖАНИЕ курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Раздел 1. Представление о себе как о взрослом человеке .

Формирование социальной компетентности и сознательного ориентирования учащихся на позицию других людей (прежде всего, партнера по общению или деятельности), умению слушать и вступать в диалог, участию в коллективном обсуждении проблем, интегрированию в группе сверстников и строительству продуктивного взаимодействия и сотрудничества со сверстниками и взрослыми. Развитие мотивации на самопознание и рефлекссию.

Раздел 2. Мои чувства и эмоции.

В данном разделе происходит осмысление учащимися собственной поведения в учебной деятельности, научение определению эмоционального состояния других людей; тренировка умений самонаблюдения; формирование активной жизненной позиции, отработка приемки уверенного поведения, достижения целей, регуляции своих эмоций и саморегуляции эмоционального состояния.

Раздел 3. Творчество и воображение.

В данном разделе основное внимание уделяется формированию магических действий, постановке и решению логических проблем; прояснению понятия «творчество»; развитию воображения, образного мышления, ассоциативного мышления и навыков коллективного взаимодействия при выполнении логических заданий.

Раздел 4. Моя индивидуальность

В данном разделе происходит закрепление навыков самоанализа и процессе активного общения; дальнейшее самораскрытие, самопонимание, прояснение Я-концепции; активизация рефлексивно-оценочных умений.

Принципы работы группы:

принцип добровольного участия в работе группы; принцип обратной связи; принцип самопознания; принцип равноправного участия; принцип психологической безопасности.

Продолжительность программы развивающих занятий — один год. (сентябрь- май)

Организация занятий.

Данная программа рассчитана на 34 часов.

Формы проведения занятий:

- беседы;
- дискуссии;
- индивидуальная работа;

- работа в группе, парах (тренинги);
- индивидуальный подход;
- дифференцированный подход,

Виды деятельности обучающихся в рамках программы

- познавательная;
- досугово-развлекательная;
- проблемно-ценностное общение

Материальное обеспечение: Интерактивное оборудование, ноутбук, компьютер, светлый класс, электронные средства обучения, диски для просмотра мультфильмов и фильмов по темам, технические средства обучения, раздаточный материал.

Интернет-ресурсы:

1. Уроки психологии в школе (Электронный ресурс), Режим доступа: <http://www.psylesson.ru>
2. Лекции по психологии общения
<http://www.twirpx.com/files/psychology/communicati...>
3. Литература по психологии общения <http://www.koob.ru/contact/>

IV. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ 5 А

	Наименование разделов и тем занятий	Кол-во часов	По плану	Факт.	Форма занятия	Ресурсы
1.	РАЗВИТИЕ СОЦИАЛЬНЫХ И КОММУНИКАТИВНЫХ УМЕНИЙ	7				
	Что такое пятый класс?	1	05.09		урок	
	Познай себя	1	12.09		урок	
	Новичок в средней школе	1	19.09		тренинг	
	Понимаем ли мы друг друга?	1	26.09		тренинг	
	Наши учителя	1	03.10		урок	
	Ищу друга	1	17.10		игра	
	Мы и наш класс	1	24.10		тренинг	
2.	РАЗВИТИЕ РЕГУЛЯТИВНЫХ УМЕНИЙ	7				
	Мир чувств и эмоций	1	31.10		урок	
	Быть уверенным в себе	1	07.11		урок	
	Отношение к неудачам в учебе	1	14.11		игра	
	Об обиде и обидчивости	1	28.11		урок	
	Как достичь цели?	1	05.12		урок	
	Управление собственными эмоциями	1	12.12		игра	
	Изменения, которые произошли со мной за последнее время	1	19.12		тренинг	
3.	РАЗВИТИЕ ПОЗНОВАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ	7				
	Человек и творчество	1	26.12		урок	
	Цветовое восприятие окружающего мира	1	09.01		урок	
	Творчество и воображение	1	16.01		урок	
	Творчество, воображение и память	1	23.01		урок	
	Творчество и образ	1	30.01		урок	
	Творчество, образ, невербальное общение	1	06.02		урок	
	Распознавание образов. Невербальное общение	1	13.02		игра	
4.	РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОЙ СФЕРЫ	13				
	Каков я на самом деле?	1	27.02		урок	
	Каков я на самом деле?	1	05.03		урок	
	Кто я?	1	12.03		тренинг	
	Кто я?	1	19.03		тренинг	
	Моя индивидуальность	1	26.03		урок	
	Моя индивидуальность	1	02.04		урок	
	Точка опоры	1	16.04		урок	
	Точка опоры	1	23.04		урок	
	Уверенное и неуверенное поведение	1	30.04		урок	

	Уверенное и неуверенное поведение	1	07.05		трени нг	
	Я в своих глазах и в глазах других людей	1	14.05		игра	
	Я в своих глазах и в глазах других людей	1	21.05		урок	
	Сказкотерапевтический тренинг «Путь»	1	28.05		трени нг	
	Всего	34				

IV. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ 5 Б

Наименование разделов и тем занятий	Кол-во часов	По плану	Факт.	Форма занятия	Ресурсы
9. РАЗВИТИЕ СОЦИАЛЬНЫХ И КОММУНИКАТИВНЫХ УМЕНИЙ	7				
Что такое пятый класс?	1	06.09		урок	
Познай себя	1	13.09		урок	
Новичок в средней школе	1	20.09		тренинг	
Понимаем ли мы друг друга?	1	27.09		тренинг	
Наши учителя	1	04.10		урок	
Ищу друга	1	18.10		игра	
Мы и наш класс	1	25.10		тренинг	
10. РАЗВИТИЕ РЕГУЛЯТИВНЫХ УМЕНИЙ	7				
Мир чувств и эмоций	1	01.10		урок	
Быть уверенным в себе	1	08.11		урок	
Отношение к неудачам в учебе	1	15.11		игра	
Об обиде и обидчивости	1	29.11		урок	
Как достичь цели?	1	06.12		урок	
Управление собственными эмоциями	1	13.12		игра	
Изменения, которые произошли со мной за последнее время	1	20.12		тренинг	
11. РАЗВИТИЕ ПОЗНОВАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ	7				
Человек и творчество	1	27.12		урок	
Цветовое восприятие окружающего мира	1	10.01		урок	
Творчество и воображение	1	17.01		урок	
Творчество, воображение и память	1	24.01		урок	
Творчество и образ	1	31.01		урок	
Творчество, образ, невербальное общение	1	07.02		урок	
Распознавание образов. Невербальное общение	1	14.02		игра	
12. РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОЙ СФЕРЫ	13				
Каков я на самом деле?	1	28.02		урок	
Каков я на самом деле?	1	06.03		урок	
Кто я?	1	13.03		тренинг	
Кто я?	1	19.03		тренинг	
Моя индивидуальность	1	27.03		урок	
Моя индивидуальность	1	03.04		урок	
Точка опоры	1	17.04		урок	
Точка опоры	1	24.04		урок	
Уверенное и неуверенное поведение	1	08.05		урок	

	Уверенное и неуверенное поведение	1	15.05		тренинг	
	Я в своих глазах и в глазах других людей	1	22.05		игра	
	Я в своих глазах и в глазах других людей	1	29.05		урок	
	Сказкотерапевтический тренинг «Путь»	1	30.05		тренинг	
	Всего	34				

IV. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ 5 В

	Наименование разделов и тем занятий	Кол-во часов	По плану	Факт.	Форма занятия	Ресурсы
5.	РАЗВИТИЕ СОЦИАЛЬНЫХ И КОММУНИКАТИВНЫХ УМЕНИЙ	7				
	Что такое пятый класс?	1	07.09		урок	
	Познай себя	1	14.09		урок	
	Новичок в средней школе	1	21.09		тренинг	
	Понимаем ли мы друг друга?	1	28.09		тренинг	
	Наши учителя	1	05.10		урок	
	Ищу друга	1	19.10		игра	
	Мы и наш класс	1	26.10		тренинг	
6.	РАЗВИТИЕ РЕГУЛЯТИВНЫХ УМЕНИЙ	7				
	Мир чувств и эмоций	1	02.11		урок	
	Быть уверенным в себе	1	09.11		урок	
	Отношение к неудачам в учебе	1	16.11		игра	
	Об обиде и обидчивости	1	30.11		урок	
	Как достичь цели?	1	07.12		урок	
	Управление собственными эмоциями	1	14.12		игра	
	Изменения, которые произошли со мной за последнее время	1	21.12		тренинг	
7.	РАЗВИТИЕ ПОЗНОВАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ	7				
	Человек и творчество	1	28.12		урок	
	Цветовое восприятие окружающего мира	1	11.01		урок	
	Творчество и воображение	1	18.01		урок	
	Творчество, воображение и память	1	25.01		урок	
	Творчество и образ	1	01.02		урок	
	Творчество, образ, невербальное общение	1	08.02		урок	
	Распознавание образов. Невербальное общение	1	15.02		игра	
8.	РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОЙ СФЕРЫ	13				
	Каков я на самом деле?	1	29.02		урок	
	Каков я на самом деле?	1	07.03		урок	
	Кто я?	1	14.03		тренинг	
	Кто я?	1	21.03		тренинг	
	Моя индивидуальность	1	28.03		урок	
	Моя индивидуальность	1	04.04		урок	
	Точка опоры	1	18.04		урок	
	Точка опоры	1	25.04		урок	
	Уверенное и неуверенное поведение	1	02.05		урок	

	Уверенное и неуверенное поведение	1	08.05		трени нг	
	Я в своих глазах и в глазах других людей	1	16.05		игра	
	Я в своих глазах и в глазах других людей	1	23.05		урок	
	Сказкотерапевтический тренинг «Путь»	1	30.05		трени нг	
	Всего	34				