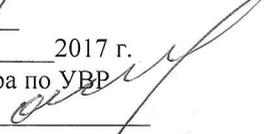


УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МО «БРАТСКИЙ РАЙОН»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ТУРМАНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

РАССМОТРЕНО

Заседание ШМО учителей
МКОУ «Турманская СОШ»
Протокол № 1
От «30» 08 2017 г.
Руководитель МО
Полякова У.С. 

СОГЛАСОВАНО

Заседание МС
МКОУ «Турманская СОШ»
Протокол № 1
от «31» 08 2017 г.
Зам. Директора по УВР
Онищук С.В. 

УТВЕРЖДАЮ

Приказ № 10-0
от «07» 09 2017 г.
Директор МКОУ
«Турманская СОШ»
МО «Братский район»
Московских Т.А. 



Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Общение»
(основной уровень)
для учащихся 5-8 классов

Разработала:
Полякова Ульяна Сергеевна
педагог-психолог

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа учебного предмета «Общение» для учащихся 5-8 классов разработана на основе требований к результатам ООП ООО МКОУ «Турманская СОШ » в соответствии с ФГОС ООО. На основе учебных программ Андриенко Е. В. Социальная психология, Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения, Рудестам К. Групповая психотерапия.

Цель: повышение социального интеллекта учащихся.

Задачи:

- 1) донести до учащихся в доступной (игровой) форме основополагающие понятия и принципы социальной психологии;
- 2) научить подростков определять и корректировать причины неудовлетворенности и/или неэффективности общения;
- 3) теоретически и практически показать школьникам, как принадлежность к той или иной группе оказывает влияние на их поведение и развитие;
- 4) формировать осознанную адекватную самооценку социальных качеств.

МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Программа рассчитана на 4 года обучения, с 5 по 8 класс (1 час в неделю -**34 часа** в год, всего **136 часов**). Каждому году обучения соответствует свой раздел: «Я и мои особенности»(5 класс) «Психология общения» (6 класс), «психология группы» (7 класс), «Психология личности (8 класс).

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

5 класс

«Я и мои особенности».

Раздел 1. Личностные ресурсы (14ч)

Теория (4ч)

Понятие «общение». Общение в жизни человека. Личностные ресурсы, границы. Эмоциональная сфера.

Практика (10ч)

Анкета «Незаконченное высказывание». Игры, упражнения, динамическая пауза.

Раздел 2. Личностные границы (8ч)

Теория (2ч)

Понятие, свойство и функция границ. Значимость своих границ и создание условий уважительного отношения к чужим границам.

Практика (6ч)

Актуализация личностных ресурсов. Рисунок своих границ. Игры, упражнения.

Раздел 3. Эмоциональная сфера (12ч)

Теория (2ч)

Знакомство с понятиями «чувства», «эмоции», «страх», «гнев», «эмпатия». Типичные проявления эмоциональной сферы. Интеграция и обобщение полученных знаний. Ресурсы и ограничения эмоций гнева. Ресурсы и ограничения страха и тревоги.

Практика (10ч)

Актуализация и анализ опыта, полученного на занятиях. Игры, упражнения, диагностика.

6 класс

«Психология общения»

1. Общение «под микроскопом»(8ч)

1. Что такое общение? Общение (определение). Смысл понятия «информация».

Непосредственное, опосредованное общение. Фатическое, информационное, личностное общение. Диалогическое, монологическое общение. Императивное, манипулятивное общение. Функции общения: психологические, социальные, инструментальные. Критерии удовлетворенности общением: удовлетворение потребности в стимуляции, в событиях, в узнавании, в достижении и признании, в структурировании времени.

2. Из чего состоит общение? Фазы контакта: взаимонаправленность, взаимоотражение, взаимоинформирование, взаимоотключение. Ролевые позиции: «позиция неучастия», «пристройка сверху», «пристройка снизу», «пристройка рядом».

3. Каким бывает общение ? Уровни общения: примитивный, манипулятивный, стандартизованный, конвенциональный, игровой, деловой, духовный. Стороны общения: коммуникация (обмен информацией), интеракция (обмен действиями), социальная перцепция (восприятие друг друга).

Диагностика - Измерение мотивации аффилиации: стремления к принятию и страха отвержения, КОС, Шкала самооценки мотивации одобрения (Д.Марлоу, Д.Краун).

Тренинг - Формирование навыков вербального общения. Упражнения: «Счет», «Каждый о своем» «Обращение», «Дикция», «Скороговорки», «Интонация». Формирование невербальных навыков установления контакта, развитие эмпатии. Упражнения: «Зеркало», «Невербальный контакт», «Ведение беседы в разных позициях», «Определение эмоционального состояния».

2. Слышим, видим, чувствуем...(9ч)

1. С помощью чего мы передаем информацию? Виды информации: побудительная, констатирующая. Средства коммуникации: вербальная и невербальная коммуникации. Схема передачи сообщения: коммуникатор - реципиент. Основные знаковые системы: оптико-кинестическая, паралингвистическая и экстралингвистическая, организация пространства и времени, визуальный контакт. Невербальные компоненты общения: поза, мимика, жестикуляция, дистанцирование, интонация.

2. От улыбки хмурый день светлей! Мимика: первичные и вторичные сигналы; три части лица; горизонтальные и вертикальные складки лба; контакт глаз; рот; подбородок; сигналы головы.

3. Подойди поближе... Зоны и дистанции: сигналы дистанцирования; интимная, личная, общественная, открытая зоны.

4. «То, как зверь, она завоет, то заплачет, как дитя...» Интонация: ритм речи, скорость речи, паузы, громкость, отчетливость, смех.

5. О чем говорят наши позы и жесты? Позы и жестикуляция: походка, открытость и закрытость, оценка, готовность; напряженность; уверенность; нервозность; самоконтроль; скука; расположение. Культурные различия. Сочетание эмоций с внешними признаками.

Диагностика - Тест Гилфорда до и после изучения курса.

Тренинг - Развитие умений приема и передачи информации: «Запаздывающее движение», «Сообщение», «Невербальный прикол», «Два автобуса».

3. Встречаем по одежде, провожаем по уму...(4ч.)

1. По Сеньке и шапка. Определение понятий «социальная перцепция», «межличностное восприятие». Процессы познания другого человека: эмоциональная оценка, попытка понять причины поступков, построение стратегии своего поведения. Виды поступков: уникальность - типичность, желательность - нежелательность. Механизмы искажения восприятия: эффекты первичности и новизны, эффект ореола.

2. Всех под одну гребенку. Механизмы формирования образа: идентификация, социально-

психологическая рефлексия, эмпатия, стереотипизация. Основные положения каузальной атрибуции. Уровни воспринимаемого образа: биологический, психологический, социальный.

Диагностика-Способность к эмпатии. Тест-опросник субъективной локализации контроля С.Р.Пантелеева и В.В. Столина.

Тренинг - Формирование перцептивных навыков общения: «Маскировка цели», «Третий слог», «Понять партнера», «Сплетня», «Телепатия», «Синестезия».

5. Как аукнется, так и откликнется(11ч)

1. Ты - мне, я - тебе Типы взаимодействия: кооперация, конкуренция. Области взаимодействий: область позитивных эмоций, область постановки проблем, область негативных эмоций, область решения проблем. Фазы взаимодействия: побуждение, уточнение ситуации, непосредственное действие, завершение, Интеракция. Психологическая совместимость, Социальные качества, влияющие на качество общения: экстравертированный - интровертированный, мобильный - ригидный, доминантный - недоминантный.

2. Берись дружно, не будет грузно Стратегии взаимодействия: соперничество, компромисс, сотрудничество, приспособление, избегание.

3. Журавль в небе или синица в руках? Системы ценностных ориентации: альтруизм, эгоизм, ассертивность.

4. Несчастья бояться - счастья не видать Конфликт. Виды: внутриличностный, межличностный, между группами. Межгрупповые конфликты (определение). Причины межгрупповых конфликтов. Внутриличностный конфликт: мотивационный, ролевой. Стратегии преодоления внутриличностных конфликтов. Межличностные конфликты: ценностные, конфликты интересов, нормативные. Типы конфликтных личностей: демонстративный, ригидный, педант, бесконфликтный.

5. Искру туши до пожара, беду отводи до удара Стратегии поведения в межличностных конфликтных ситуациях: уклонение, сглаживание, принуждение, компромисс, решение проблем. Правила разрешения конфликта. Позитивные функции конфликта. Примитивные межличностные реакции: амбиции, самодовольство, зависть, злорадство, захват, агрессия, присвоение, безразличие.

Диагностика - Тест К.Томаса, «Понимание пословиц», ЦОЛ.

Тренинг - Формирование навыков интерактивного общения: «Зеркало», «Роботы-операторы», «Змея», «Воображаемая картина», «Связь», «Копия».

6.Резервные (2 ч.)

7 класс

Содержание раздела «психология группы»

1. «Социальные группы»(8ч)

1. Строение общества. Стратификация. Социальные слои. Доход, власть, престиж. Рабство, каста, сословие.

2. Социальная группа. Определение. Признаки. Функции групп. Интеграция, дифференциация.

3. Народоы, классы, профессии. Формальные, неформальные. Реальные, номинальные. Референтные, группы членства. Первичные, вторичные. Коллектив, корпорация.

4. Большие и малые группы. Большая группа, малая группа, триада, диада. Особенности создания, целей, взаимодействия участников.

Диагностика - Внешнегрупповая референтометрия.

Тренинг - Развитие навыков кооперации

2. «Групповые процессы»(8ч)

1. **Культурные нормы** Определение. Материальная, духовная культура. Культурный комплекс. Культурное наследие. Культурный ареал. Социально-культурные нормы: обычаи, традиции, нравы, законы, ценности.
 2. **Стражники и охранники.** Социальный контроль. Санкции: позитивные, негативные; формальные, неформальные. Самоконтроль: совесть, волевое усилие. Внешний контроль: формальный, неформальный.
 3. **Алый парус.** Стадии развития группы. Формирование групповых норм. Модели взаимодействия! Сплоченность. Конформизм, негативизм, неконформизм.
 4. **Один ум хорошо, а два лучше?** Стадии процесса принятия решений. Виды взаимодействий. Плюсы – минусы. Огруппление мышления. Факторы, симптомы огруппления мышления. Последствия. Способы предотвращения огруппления мышления.
- Диагностика** - Тест Т.Лири. Методика выявления отношения к другому (А.А.Бодалев, Ю.В.Александров).
- Тренинг** – «Развитие навыков творческого решение проблем».

3. Структура группы(9ч)

1. **Кто есть кто.** Статус. Статусный набор. Главный статус. Личный, социальный статус. Приписываемый, достигаемый, смешанный статусы. Элементы статуса: модель поведения, образ, права, обязанности, символы.
 2. **Мы - команда или каждый сам по себе?** Композиция, структура. Факторы, влияющие на структуру группы. Статусная иерархия в группе. Структура творческой группы. Распределение ролей в творческой группе.
 3. **Хорошо ли нам вместе?** Определение психологической совместимости. Компоненты СПК: индивидуальные особенности, эмоциональные состояния, ценностно-ориентационное единство, межличностные отношения, совместная деятельность. Виды психологической совместимости: психофизиологическая, социально-психологическая. Типы коммуникативного поведения: лидер, коллективист, индивидуалист, приспособляющийся. Механизмы взаимопонимания: рефлексия, идентификация. Социотипы.
 4. **Что значит иметь авторитет?** Лидерство, лидер (определение). Функции лидерства. Оценка статуса лидера. Причины смены лидера. Лидерские качества. Виды лидерства: вдохновитель - исполнитель, универсальный - ситуативный, авторитарный - демократический. Типы лидерства. Стили руководства. Авторитет, ложный авторитет.
- Диагностика** - Метод социометрического измерения Дж.Морено. Методика Ф.Фидлера (оценка психологической атмосферы в коллективе). Метод Дюке. Методика изучения межличностных отношений и комплектования малых групп.
- Тренинг** - «Ценность индивидуальности».

4. Асоциальные группы(7ч)

1. **Формы культуры.** Элитарная, народная, массовая культура. Субкультура. Молодежная субкультура. Контркультура.
 2. **Гении и злодеи.** Отклоняющееся поведение (определение). Одобрение – осуждение отклоняющегося поведения. Виды отклоняющегося поведения. Преступное поведение. Группа риска.
 3. **Группы, в которые лучше не попадать.** Группы, деятельность которых направлена на попрание общественных норм. Внутригрупповые роли. Определение. «Неписаные правила». Секты (цель, методы, признаки, примеры, последствия). Кто является уязвимым? Техники контроля сознания, применяемые в сектах. Признаки того, что человек попал в тоталитарную секту. Что делать.
- Диагностика** - Тенденция к риску.
- Тренинг** - «Помогать другим и принимать помощь».

5. Резервные (2ч.)

8 класс

Содержание раздела «психология личности»

1. Развитие человека(9ч.)

1. **Человек - Природа - Культура** Человек, индивид, личность. Целостное исследование особенностей человеческой природы. Культура, символическая среда, картина мира. Менталитет, национальный характер, культурация.
2. **Развитие культуры** Культура (определение, функции, компоненты). Взаимодействие культур (структура, процессы).
3. **Развитие общества** Социальная зависимость. Взаимодействия, символы, «проводники». Социальные изменения. Действующие силы и источники социальных изменений. Уровни социальных изменений. Что заставляет людей сопротивляться социальным изменениям.
4. **Развитие личности** Понятие социализации. Внешний и внутренний процесс. Особенности современной социализации: длительность, гуманизация детства, образование и приобретение профессии, творчество, новые требования к характерологическим чертам личности. Стадии развития личности в процессе социализации: адаптация, индивидуализация, интеграция. Феральные люди. Механизмы социализации: подражание, имитация, идентификация; социальная оценка желаемого поведения (фасилитация, ингибция). Институты социализации (определение). Человек как жертва социализации.

Диагностика - Шкала маскулинности - фемининности. Тест Басса-Дарки. Тест К.Леонгарда - Шмишека.

Тренинг - Тренинг личностного роста.

2. У души как у птицы - крылья!(12ч)

1. **Хочу - могу - надо** Потребность. Иерархия потребностей. Фрустрация. Мотивация. Социальная мотивация: мотив достижения, мотив власти, мотив помощи. Профессиональная мотивация. Интересы: материальные - духовные, непосредственные - опосредованные.
 2. **От любви до ненависти** Эмоции: положительные - отрицательные; стенические - астенические; низшие - высшие. Аффекты - страсти - эмоции - настроения - чувства - стресс. Функции эмоций: приспособительная, сигнальная, оценочная, регуляторная, коммуникативная, адаптивная.
 3. **Характер.** Характер. Темперамент. Типология Хейманса-ЛеСенна. Психология конституциональных различий У.Шелдона. Психофизиологическая типология Павлова и Гиппократ. Акцентуации характера.
4. **«Я» и мой идеал** Самосознание личности. - Объект самосознания. Я-концепция. Уровень субъективного контроля. Уровневое строение самосознания: организм, социальный индивид, личностное самоопределение. Виды осмысления и переживания личностью поступка: раскаяние, ожесточение, смятение, дискредитация, самообман, вытеснение. Психологическая защита, её функции Р1 виды. Психологические условия развития самосознания (фрустрация, образ «Я»: сравнение, подражание, эмансипация самосознания, ценности референтной группы, половая идентификация, интимизация внутреннего мира, социальная среда, деформация самосознания, чувство ответственности, способность анализировать свои поступки (человек - автор своих поступков).
5. **Что такое счастье?** Условия личностной самореализации. Понятие самореализации. Самоуважение. Сила «Я». Адекватность самооценки. Способы компенсации пониженного самоуважения. Выбор субъективно-оптимального жизненного пути. «Индикаторы» неверного выбора. Варианты преодоления

бессмысленности существования.

Диагностика - Тест Хейманса - Ле Сенна. Шкала личностной и ситуативной тревожности. Потребность в достижении. Направленность личности. Характерологический опросник Айзенка.

Тренинг — Тренинг личностного роста.

3. На золотом крыльце сидели... (11ч)

1. **Формула успеха.** Выбор профессии и другие выборы. Новый тип личности - «рыночный». Уровень притязаний, успех и самооценка. Какой выбор можно считать правильным? Соответствие желаний, возможностей и требований.
2. **Способности и профессиональная пригодность.** Задатки, способности, талант, гениальность. Мышление. Внимание. Память. Двигательные навыки. Здоровье.
3. **Типология профессий.** Профессии типа «Человек – Человек», «Человек – Природа», «Человек – Техника», «Человек – Знаковая система», «Человек – Художественный образ».
4. **Как сдавать экзамены.** Чему учат в училищах, техникумах, в высших учебных заведениях. Подготовка к экзамену. Сдача экзамена. Экзамен – это стресс. Тревожность. Как выпустить «лишний пар». Десять шагов уверенности в себе.

Диагностика - «Определение типа будущей профессии», «Опросник профессиональных предпочтений», «Матрица выбора профессий», «Тревожный ли ты человек», «Уверенность в себе».

5. **Тренинг** –Деловая игра

4. Резервные (2ч)

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- личностные:
 - готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению;
 - сформированность их мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности;
 - развитие психологической культуры учащихся;
 - формирование и развитие способности к рефлексии.
- метапредметные:
 - освоенные обучающимися межпредметных понятий и универсальных учебных действий (регулятивные, познавательные, коммуникативные);
 - выработка навыков самостоятельного планирования и осуществления учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками.
- предметные:
 - формирование научного типа мышления, научных представлений о ключевых теориях, типах и видах отношений;
 - овладение научной терминологией, ключевыми понятиями, методами и приемами.

Тематическое планирование 5 класс

№п/п	Тема занятия	Всего часов	Форма проведения
1,2	Вводное занятие. Общение в жизни человека.	2	Беседа с элементами тренинга, диагностика.
3,4	Какая бывает информация?	2	Лекция, практическая работа, диагностика.
5,6	Я здесь для того, чтобы...	2	Тренинг.
7,8	Я уникальный! Где искать ресурсы?	2	Тренинг, диагностика
9,10	Я общаюсь! Зачем?	2	Тренинг.
11,12	Хочу общаться! Где ресурс?	2	Тренинг.
13,14	Интеграционное занятие по исследованию ресурсов	2	Игра.
15,16	Я и мои границы	2	Тренинг.
17,18	Границы – моя безопасность	2	Лекция с элементами тренинга.
19,20	Мои и чужие границы	2	Тренинг
21,22	Интеграционное занятие по исследованию границ	2	Тренинг
23,24	Язык чувств	2	Тренинг
25,26	Мои чувства и их выражение	2	Тренинг, диагностика
27,28	Агрессия и гнев	2	Тренинг, диагностика
29,30	Страх и тревога	2	Тренинг, диагностика
31,32	Интеграционное занятие по первому модулю	2	Тренинг
33,34	Гора моей индивидуальности	2	Тренинг - презентация, диагностика
	Всего:		34ч.

Тематическое планирование 6 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Вид контроля
1	Вводный урок	1	
2,3	Что такое общение?	2	Устный опрос.
4,5	Из чего состоит общение?	2	Устный опрос.
6-9	Каким бывает общение?	4	Защита творческих проектов
10	С помощью чего мы передаем информацию?	1	Экспресс-контроль
11	От улыбки хмурый день светлей.	1	Самостоятельная работа
12	Подойди поближе...	1	Устный опрос
13	То, как зверь, она завоет, то заплачет, как дитя...	1	Фронтальный опрос
14,15	О чем говорят наши жесты и позы?	2	Тестирование
16-18	По Сеньке и шапка	3	Взаимопроверка
19,20	Всех под одну гребенку	2	тестирование
21,22	Ты – мне, я - тебе	2	Защита творческих проектов
23,24	Берись дружно, не будет грузно	2	Устный опрос
25,26	Журавль в небе или синица в руках	2	Самостоятельная работа с взаимопроверкой
27	Несчастья бояться – счастья не видать.	1	Устный опрос
28-31	Искру туши до пожара, беду отводи до удара.	4	Тестирование
32,33	Тренинг	2	
34	Итоговое занятие	1	

Тематическое планирование 7 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Вид контроля
1	Вводный урок	1	
2,3	Строение общества	2	Устный опрос.
4	Социальная группа	1	Фронтальный опрос.
5,6	Народы, классы, профессии.	2	Защита творческих проектов
7-9	Большие и малые группы.	3	Устный опрос
10,11	Культурные нормы	2	Экспресс-контроль
12,13	Стражники и охранники	2	Самостоятельная работа
14	Алый парус	1	Взаимопроверка
15-17	Один ум хорошо, а два лучше	3	Тестирование
18	Кто есть кто...	1	Устный опрос
19,20	Мы - команда или каждый сам по себе?	2	Самостоятельная работа с взаимопроверкой
21-23	Хорошо ли нам вместе?	3	Фронтальный опрос
24-26	Что значит иметь авторитет?	3	Тестирование
27	Формы культуры	1	Устный опрос
28,29	Гении и злодеи	2	Взаимопроверка
30-33	Группы, в которые лучше не попадать	4	Тестирование
34	Итоговое занятие		

Тематическое планирование 8 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Вид контроля
1	Вводный урок	1	
2	Человек - Природа - Культура	1	Устный опрос.
3	Развитие культуры	1	Экспресс-кнотроль.
4	Развитие общества	1	Самостоятельная работа
5-7	Развитие личности	3	Тестирование
8-10	Практикум	3	
11,12	Хочу - могу - надо	2	Защита творческих проектов
13,14	От любви до ненависти	2	Устный опрос
15,16	Характер.	2	Самостоятельная работа с взаимопроверкой
17,18	«Я» и мой идеал	2	Фронтальный опрос
19,20	Что такое счастье?	2	Тестирование
21,22	Практикум	2	
23	Формула успеха	1	Устный опрос
24-26	Способности и профессиональная пригодность	3	Защита творческих проектов
27,28	Типология профессий	2	Устный опрос
29-33	Тренинги и консультации по запросу учащихся	5	Тестирование
34	Итоговое занятие	1	

