

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 230  
с углубленным изучением химии и биологии  
Фрунзенского района Санкт-Петербурга  
192238, г. Санкт-Петербург, ул. Пражская, д. 25, лит. А  
телефон-факс: 269-89-02; 417-30-46; 417-30-48  
e-mail: [school230@gmail.com](mailto:school230@gmail.com) сайт: school230.ru  
ОКПО 53306805; ОКОГУ 23280; ОГРН 1027807991331  
ИНН/КПП 7816164158/781601001

**Принято**  
Педагогическим советом  
Протокол от 30.08.2018 № 1

**Утверждено**  
Приказ от 31.08.2018 № 62/1 - ОД  
Директор ГБОУ СОШ № 230 А.В.Пейчева



**Рабочая программа**  
**по курсу внеурочной деятельности**  
**Азбука общения**  
социальное направление  
**6 А класс**  
**2018-2019 учебный год**

Разработал  
учитель английского языка  
Фока Стелла Юрьевна

**Санкт – Петербург**  
**2018**

## Содержание

1. Пояснительная записка.....	стр.3
2. Содержание программы внеурочной деятельности.....	стр.10
3. Учебно-тематическое план.....	стр.14
4. Календарно-тематический план.....	стр.16
5. Литература.....	стр. 18
6. Лист корректировки рабочей программы.....	стр.19
7. Контрольно-измерительные материалы.....	стр.20

### **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.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Азбука общения» рассчитана на 1 год и составлена в соответствии с требованиями:

1. Федерального компонента государственного стандарта (начального общего образования, основного общего образования, среднего (полного) общего образования), утвержденного приказом Минобрнауки России от 5.03.2004 г № 1089.
2. Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 мая 2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении Федерального образовательного стандарта общего образования».

**Цель** данной программы: повышение нравственной составляющей личности, умение конструктивно общаться.

### **Задачи:**

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.

### **Принципы, которые позволяют достичь поставленные задачи:**

- принцип системности – предполагает преемственность 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.

Программа подразумевает одно занятие в неделю в 6 классах. Длительность занятия – 1 час. Программа рассчитана на учебный год и состоит из 34 занятий.

В основе программы внеурочной деятельности «Азбука общения» лежит системно-деятельностный подход, который предполагает:

-воспитание и развитие качеств личности, отвечающих требованиям информационного общества;

- ориентацию на результаты образования как системообразующий компонент курса, где развитие личности обучающегося на основе усвоения универсальных учебных действий, познания и освоения мира составляет цель и результат образования;
- учет индивидуальных возрастных и интеллектуальных особенностей обучающихся;
- обеспечение преемственности начального общего, основного и среднего (полного) общего образования;
- разнообразие видов деятельности и учет индивидуальных особенностей каждого обучающегося, обеспечивающих рост творческого потенциала, познавательных мотивов, обогащение форм взаимодействия со сверстниками и взрослыми в познавательной деятельности;
- достижение планируемых результатов освоения внеурочной деятельности программы «Азбука общения», что и создает основу для самостоятельного успешного усвоения обучающимися новых знаний, умений, компетенций, видов и способов деятельности в области общения.

#### **Методы и приемы, используемые при изучении программы:**

Игра – психологический метод, с помощью которого подростки могут учиться при помощи игрового пространства осознавать свои особенности и выстраивать отношения с другими, как инструмент познания.

Организационно-деловая игра – построена на принципе моделирования различных школьных ситуаций. Цель- выработка наиболее эффективных решений.

Психологическое занятие – насыщает картину мира подростка психологическим содержанием, делает мир более понятным.

Психологический тренинг (использование элементов тренинга) – форма активного обучения, позволяющая учащемуся «самоформировать» навыки и умения строить социальные межличностные отношения, анализировать возникающие ситуации со своей позиции и с позиции другого человека, развивать в себе способности познания и понимания себя и других в процессе общения и деятельности.

Тест – это инструмент диалога.

Групповая дискуссия – совместное обсуждение какого-либо спорного вопроса. (круглый стол, дебаты).

Ролевые методы – предполагают принятие ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание необычных ролей; проигрывание своей роли в гротескном, т.е. усиленном варианте.

#### **Формы проведения занятий:**

- индивидуальная работа; работа в паре; групповая работа; коллективная работа;
- беседа;
- диспут;
- игра;
- конференция;
- круглый стол;
- научное общество;
- общественно полезные практики;
- поисковые и научные исследования;
- проектная деятельность;
- соревнование;
- Теоретическое занятие;
- экскурсия.

Содержание программы внеурочной деятельности «Азбука общения» предоставляет широкие возможности для изучения собственной личности, для развития коммуникативных способностей, умения сглаживать конфликты и вести конструктивный диалог.

## **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы внеурочной деятельности**

Особенность внеурочной деятельности по программе «Азбука 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**

У обучающегося будут сформированы:

- 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**

Предметными результатами освоения программы являются следующие знания и умения:

- 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 (познавательных, регулятивных и коммуникативных), обеспечивающих овладение ключевыми компетенциями.

Таким образом, в ходе реализации данной программы ожидается:

- профилактика конфликтного поведения у учащихся 6 классов;
- улучшение условий для развития коммуникативной составляющей личности каждого ребенка;
- воспитание у детей толерантности.

### **Обучающиеся получат возможность научиться:**

- понимать себя, свои желания, мечты, ценности;
  - вести конструктивную беседу;
  - учитывать мнение других людей при взаимодействии, вставать на сторону собеседника;
  - бесконфликтному поведению со сверстниками и взрослыми людьми
- Текущий контроль усвоения материала осуществляется во время наблюдения за работой детей во время занятия (активность, заинтересованность). В конце учебного года проводится отчетное занятие, на котором учащиеся продемонстрируют полученные навыки и умения.

### **Требования и результаты к уровню подготовки обучающихся**

#### **обучающиеся должны знать:**

- понятие коммуникации, конфликт;
- об уникальности внутреннего мира каждого;
- о способах ведения конструктивного диалога;

#### **обучающиеся смогут узнать:**

- о способах поведения в конфликтных ситуациях;
- о понятиях «нравственность», «уважение», «медиация»;
- анализировать поступки других людей и свои собственные.

**обучающиеся смогут научиться:**

- самостоятельно анализировать конфликтное поведение героев фильма;
- анализировать сказки, притчи, рассказы;
- анализировать собственные конфликтные ситуации и конструктивное их решение.

**Содержание программы**

**Занятие № 1: «Предварительное занятие. Входная диагностика».**

Изучение коммуникативных навыков учащихся.

**Занятие № 2: «Вводное занятие. Снятие эмоционального напряжения».**

Подготовка и настрой детей на еженедельные занятия. Снятие эмоционального напряжения.

**Занятие № 3: «Умеешь ли ты общаться? Занятие-самопознание».**

Диагностика качеств, определяющих успешность общения. Понятие «эмпатия». Беседа «Что значит сочувствовать человеку?»

**Занятие № 4, 5: «Занятие-практикум «Учимся общаться со сверстниками»».**

Отработка практических приемов по развитию коммуникативных навыков и навыков саморегуляции. Упражнение «Аукцион». Рисунки «Рисуем радость». Дискуссия «В чем мы схожи, а чем отличаемся?»

**Занятие № 6: «Как общаться с учителем».**

Осознание учениками наличия у человека особых прав в общении. Составление «Списка прав».

**Занятие № 7: «Психологические портреты моих учителей».**

Активизирование у учащихся рефлексивных процессов по оценке и самоанализу своих взаимоотношений в системе «учитель-ученик». Игра «Я учусь общаться».

#### **Занятие № 8. «Кто я? Мои силы, возможности».**

Неловкие ситуации. Черты характера. Внешний вид. Искусство одеваться. Мода. Гигиена одежды. Навешаем больного. Утешение, подбадривание. Как сформировать полезные привычки. Общение с природой. Экология природы и человека. Что такое дружба, товарищество. Правила хорошего тона, дурной тон. Коммуникативный тренинг «Эти неожиданные ситуации: как себя вести!?».

#### **Занятие № 9: «Мы такие разные».**

Загляни в себя. О чем говорит внешний вид. Женственность девочек. Мужественность мальчиков. Проблемно-ценностная дискуссия «Кто я? Зачем я живу? Что я могу?». Дискуссия «Мужественность и женственность».

#### **Занятие № 10: «Элементы системного подхода в мышлении».**

Осознание учащимися взаимосвязей между понятиями. Обсуждение метафор, притч, сказок. Упражнение «Цепочка».

#### **Занятие № 11: «Учимся планировать».**

Осознание обучающимися значения организации времени для достижения результата. Аукцион «Планы в моей жизни». Игра-размышление «Что было бы, если бы все часы в мире вдруг остановились».

#### **Занятие № 12: «Я расту, я изменяюсь».**

Особенности подросткового периода. Безусловное принятие себя и других. Релаксационные техники и упражнения.

#### **Занятие № 13: «Права и обязанности учащегося».**

Составление и обсуждение прав и обязанностей шестиклассника, зафиксированных на ватмане. Игра: «Моя роль».

**Занятие № 14: «Необычное в обычном».**

Снятие эмоционального напряжения. Релаксация. Упражнение «Волшебная сказка».

**Занятие № 15: «Преодоление барьеров в общении».**

Понятие «барьера». Повышение уверенности в себе. Пути преодоления барьеров общения.

**Занятие № 16: «Креативное решение трудностей».**

Выход из конфликтных ситуаций необычными способами. Задания на карточках. Групповое обсуждение.

**Занятие № 17: «Развитие внимания в рамках коллективной деятельности».**

Знакомство со способами сохранения внимательности.

**Занятие № 18, 19, 20: «Овладение способами самоконтроля, саморегуляции».**

Приемы и техники саморегуляции. Аутогенная тренировка. Проигрывание ролей.

**Занятие № 21, 22: «Учимся договариваться».**

Отработка практических приемов по развитию коммуникативных приемов по развитию коммуникативных навыков саморегуляции. Техники эффективного слушания. Приемы ведения конструктивного диалога.

**Занятие № 23, 24: «Учимся решать проблемы вместе!».**

Роль умения слушать в личностном общении. «Эффективные» слушатели. Умение слушать как метод восприятия информации. Факторы аудирования. Три уровня аудирования. Совершенствование навыков аудирования.

#### **Занятие № 25: «Я и мои друзья».**

Психологический практикум «Я и мои друзья»

#### **Занятие № 26: «Стиль и манера общения».**

Эмоциональность как свойство личности. Понятия «эмоция», «чувство», «эмоциональное состояние». Эмпатия. Гнев. Агрессия. Культура эмоций и чувств. Пути саморегуляции. Способы взаимодействия с отрицательными эмоциями. Эмоциональная культура личности.

#### **Занятие № 27: «Коммуникативная культура личности».**

Общение и его функции. Культура общения. Виды общения. Стили общения. Нормы этикета. Конфликты: их причины и последствия. Средства и способы передачи информации в общении. Механизмы взаимопонимания. Осознание способов взаимодействия людей друг с другом. Группа и ее законы. Конфликты в группе и пути их преодоления.

#### **Занятие № 28: «Слушать и слышать».**

Роль умения слушать в личностном общении. «Эффективные» слушатели. Умение слушать как метод восприятия информации. Факторы «слушания». Три уровня «слушания». Барьеры между говорящими и слушателями. Преодоление барьеров в общении. Совершенствование навыков «слушания».

#### **Занятие № 29 «Совершенствование навыков устной речи».**

Совершенствование навыков устной речи. Техника речи. Монолог. Диалог. Полилог. Дебаты. Дискуссия. Проблемно-ценностная дискуссия. Этика речевой

коммуникации. Этика и речь. Формулы речевого этикета. Этика и виды речевой деятельности. Дебаты «Культура общения показывает культуру личности».

**Занятие № 30, 31, 32: «Приемы медиации. Способы разрешения конфликтных ситуаций».**

Знакомство с видами конфликта. Проигрывание конфликтных ситуаций. Способы ведения конструктивных переговоров. Выход из конфликта.

**Занятие № 33: «Выходная диагностика».**

Мониторинг диагностического исследования в конце занятий с целью выявления результативности курса, а также с целью разработки дальнейших вариантов психологического сопровождения учащихся (как индивидуальных, так и групповых).

**Занятие № 34: «Заключительное занятие».**

Подведение итогов. Обратная связь.

**Учебно-тематический план.**

№	Тема	Количество часов	Форма занятий	Способы выявления образовательных результатов обучающихся
1.	Предварительное занятие. Входная диагностика.	1	Беседа.	Заполнение анкеты.
2.	Вводное занятие. Снятие эмоционального напряжения.	1	Игра.	Игра, анализ поведения героев.
3.	Умешь ли ты общаться? Занятие – самопознание.	1	Диспут.	Обсуждение и выбор решения в конкретной ситуации.
4.	Занятие-практикум «Учимся общаться со сверстниками»	2	Практикум.	Анализ ситуаций, игра, обсуждение нестандартных ситуаций.

5.	Как общаться с учителем	1	Диспут.	Составление правил общения.
6.	Психологические портреты моих учителей	1	Беседа.	Составление психологических портретов учителей.
7.	Кто Я? Мои силы, мои возможности.	1	Круглый стол.	Составление своего психологического портрета.
8.	Мы такие разные	1	Беседа.	Изучение правил хорошего тона.
9.	Элементы системного подхода в мышлении	1	Круглый стол.	Обсуждение метафор, притч, сказок.
10.	Учимся планировать	1	Дискуссия.	Написание эссе «Планы в моей жизни».
11.	Я расту, я изменяюсь	1	Беседа.	Изучение релаксационных упражнений и техники.
12.	Права и обязанности учащегося	1	Проект	Составление и обсуждение прав и обязанностей шестиклассника
13.	Необычное в обычном	1	Игра	Анализ необычных ситуаций.
14.	Преодоление барьеров общения	1	Игра	Обсуждение путей преодоления барьеров общения.
15.	Креативное решение трудностей	1	Проект	Групповая работа по выбору решения
16.	Развитие внимания в рамках коллективной деятельности	1	Беседа.	Знакомство со способами сохранения внимательности.
17.	Овладение способами самоконтроля	2	Теоретическое занятие, игра.	Приемы и техники саморегуляции. Проигрывание ролей.
18.	Овладение способами саморегуляции	1	Беседа.	Приемы и техники саморегуляции. Проигрывание ролей.
19.	Учимся договариваться	2	Теоретическое занятие.	Знакомство с приемами ведения конструктивного диалога.
20.	Учимся решать проблемы вместе	2	Игра	Совершенствование навыков аудирования

21.	Я и мои друзья	1	Практикум	Психологический практикум «Я и мои друзья».
22.	Стиль и манера общения	1	Беседа	Изучение понятия «эмоция», «чувство», «эмоциональное состояние».
23.	Коммуникативная культура личности	1	Диспут	Осознание способов взаимодействия людей друг с другом.
24.	Слушать и слышать	1	Круглый стол	Обсуждение способов преодоления барьеров в общении.
25.	Совершенствование навыков устной речи	1	Беседа.	Изучение этики речевой коммуникации.
26.	Приемы медиации.	1	Круглый стол.	Знакомство с видами конфликта.
27.	Способы разрешения конфликтных ситуаций	2	Игра	Способы ведения конструктивных переговоров. Проигрывание ситуаций.
28.	Выходная диагностика	1	Беседа	Анкетирование
29.	Заключительное занятие.	1	Проект	Создание проекта

**Всего: 34 часа**

### Календарно-Тематический план.

№	Тема	Универсальные учебные действия	Дата проведения	
			По плану	факт
1.	Предварительное занятие. Входная диагностика.	<b>Метапредметные:</b> - понимать себя, свои желания, мечты, ценности; - вести конструктивную беседу;	7.09	
2.	Вводное занятие. Снятие эмоционального напряжения.		14.09	

3.	Умеешь ли ты общаться? Занятие –самопознание.	-учитывать мнение других людей при взаимодействии, вставать на сторону собеседника;	21.09	
4.	Занятие-практикум «Учимся общаться со сверстниками»	- бесконфликтному поведению со сверстниками и взрослыми людьми	28.09	
5	Занятие-практикум «Учимся общаться со сверстниками»	<b>Коммуникативные:</b> - Участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события и поступки;	5.10	
6.	Как общаться с учителем	- Оформлять свои мысли в устной и письменной форме с учетом своих	12.10	
7.	Психологические портреты моих учителей	учебных и жизненных речевых ситуаций;	19.10	
8.	Кто Я? Мои силы, мои возможности.	- Выполнять различные роли в группе, сотрудничать в совместном решении	26.10	
9	Мы такие разные	проблемы	9.11	
10.	Элементы системного подхода в мышлении	<b>Познавательные:</b> приобретение опыта создания	16.11	
11.	Учимся планировать	лично значимых	23.11	
12.	Я расту, я изменяюсь	образовательных продуктов (итоги	30.11	
13.	Права и обязанности учащегося	практической работы обучающегося с использованием ресурсов	7.12	
14.	Необычное в обычном	профессионально-производственной и	14.12	
15.	Преодоление барьеров общения	социокультурной среды) <b>Личностные:</b>	21.12	
16.	Креативное решение трудностей	- умение договариваться, - знание своих коммуникативных	28.12	
17.	Развитие внимания в рамках коллективной деятельности	способностей; - учащиеся получают возможность для	18.01	
18.	Овладение способами самоконтроля	формирования внутренней позиции школьника;	25.01	
19	Овладение способами самоконтроля	- развитие осознанного и	1.02	
20	Овладение способами саморегуляции	ответственного отношения к собственным поступкам;	8.02	
21.	Учимся договариваться	<b>Предметные:</b> - знание индивидуальных и	15.02	
22	Учимся договариваться	эмоциональных особенностей людей;	22.02	
23.	Учимся решать проблемы вместе	- знание правил работы в тренинговой	1.03	
24	Учимся решать проблемы вместе	группе; - знание способов разрешения	8.03	
25.	Я и мои друзья	конфликтных ситуаций;	15.03	
26.	Стиль и манера общения	- умения вести конструктивный диалог;	22.03	

27.	Коммуникативная культура личности	- умение определять жизненные цели и задачи. Регулятивные: - предвосхищение результата; - внесение необходимых дополнений и корректив; - саморегуляция	5.04	
28.	Слушать и слышать		12.04	
29.	Совершенствование навыков устной речи		19.04	
30.	Приемы медиации.		26.04	
31.	Способы разрешения конфликтных ситуаций		3.05	
32.	Способы разрешения конфликтных ситуаций		10.05	
33.	Выходная диагностика		17.05	
34.	Заключительное занятие.		24.05	

**Всего: 34 часа**

#### Список литературы.

1. Александров М.Ф., Буланова О.Е., Прудникова М.С. Профилактическая развивающая программа «Тренинг безопасности подростка».
2. Баева И.А., Волкова Е.Н., Лактионова Е.Б. Психологическая безопасность образовательной среды: развитие личности /Под ред. И.А. Баевой. М.: Нестор-история, 2011.
3. Возняк И.В., Узьнова И.М., Лебедева С.В. Система психологического сопровождения образовательного процесса в условиях введения ФГОС, Волгоград, 2014 г.
4. Грецов А. Тренинги развития с подростками: творчество, общение, самопознание. – СПб: Питер, 2009.
5. Григорьева Т.Г. Основы конструктивного общения. Практикум.– Новосибирск.
6. Емельянова Е. В. Психологические проблемы современного подростка и их решение в тренинге. - СПб.: Речь, 2008 г.
7. Луценко Т.В. Коррекционно-развивающая программа психологической поддержки неуспевающих подростков "Путь к успеху".

8. Панфилова М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов, педагогов и родителей.

Лист корректировки рабочей программы

Класс	Название раздела, темы	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Дата проведения по факту
6 «А»					

