

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Нижнеозернинская средняя общеобразовательная школа»
Усть-Пристанского района Алтайского края

Принята:
Педагогическим советом школы
Протокол № 1 от
«29» 08 2024 г.

Утверждаю
ВРИО директора школы МКОУ
«Нижнеозернинская СОШ»
Шипулина Ю.В.
Приказ № 49 от «30» 08. 2024г



Рабочая программа курса внеурочной деятельности

«Психология общения»

8-11 класс

На 2024-2025 учебный год

ФГОС

Составитель:
Учитель химии и биологии
Ткачева Ксения Александровна
Квалификационная категория - первая

с. Нижнеозерное
2024 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Психология общения» разработана на период с 2023-2024 по 2026-2027 учебный год, составлена на основе основной общеобразовательной программы основного общего образования МКОУ «Нижнеозернинская СОШ» по учебному курсу с учетом учебно-методического комплекта (далее – УМК).

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

1. Рогов Е. И. Психология общения. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 336с.: ил. – (Азбука психологии).
2. Дерябо С. Д., Ясвин В. А. Гроссмейстер общения. – 4-е издание. М.: Смысл; Эрудит-К, 2002. – 192 с.
3. Майерс, Д. Социальная психология/Перев. с англ. – СПб.: Издательство «Питер», 2002 – 688 с.: ил. (Серия «Мастера психологии»).
4. Рогов Е. И. Эмоции и воля. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 240с.: ил. – (Азбука психологии).
Дополнительная:
 1. Сидоренко Е. В. Тренинг коммуникативной компетенции в деловом взаимодействии. – СПб.: Речь, 2003. – 208с., ил.
 2. Моница Г. Б., Лютова-Робертс Е. К. коммуникативный тренинг (педагоги, психологи, родители). – СПб.: издательство «Речь», 2005. – 224с.: ил.
 3. Психологический словарь/авт.-сост. В. Н. Копорулина, М. Н. Смирнова, Н. О. Гордеева, Л. М. Балабанова; Под общей ред. Ю. Л. Неймера. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. – 640 с.
 4. Пайнс Э., Маслач К. Практикум по социальной психологии. – СПб.: издательство «Питер», 2002. – 528с.: ил. – (серия «Практикум по психологии»).
 5. Емельянов С. М. Практикум по конфликтологии. – СПб.: издательство «Питер», 2002. – 368 с.: ил. – (серия «Практикум по психологии»).
 6. Рогов Е. И. Эмоции и воля. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 240 с.: ил. – (Азбука психологии).
 7. Рязанова Д. В. Тренинг с подростками: С чего начать? Пособие для психолога и педагога. – М.: Генезис, 2003. – 138 с.: с ил. – (Психологическая работа с детьми).
 8. Сидоренко Е. В. Тренинг влияния и противостояния влиянию. – СПб.: Речь, 2002. – 256 с., ил.
 9. Кэррел С. Групповая психотерапия подростков – СПб.: Питер, 2002. – 224с.: ил. – (Серия «Практикум по психотерапии»).
 10. Райгородский Д. Я. (редактор составитель). Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. – Самара: Издательский дом «БАХРАХ-М», 2004. – 672 с.
 11. Стебнева Королева Н. Путь к успеху: программа психолого- педагогических мероприятий для выпускников в период подготовки к ЕГЭ//Школьный психолог. 2006, №3
 12. Успенская С. Культура эмоций: программа учебного курса для старшеклассников.// Школьный психолог. 2004, №2.

Цели и задачи изучения предмета

В формировании психологической готовности старшеклассников к вступлению во взрослую жизнь, формирование основных умений и навыков самопознания, самоанализа, самооценки.

Основные задачи программы:

- овладение определенными социально-психологическими знаниями;
 - развитие способностей адекватного и наиболее полного самопознания познания других людей;
- изучение и овладение приемами конструктивного взаимодействия для повышения эффективности межличностных контактов.

Место курса в учебном плане и сроки реализации программы.

Данный курс по выбору предназначен для 8 – 11 классов. Курс служит формированием психологической готовности старшеклассников к вступлению во взрослую жизнь, формированием основных умений и навыков самопознания, самоанализа, самооценки.

Курс психологии рассчитан на 34 часа (1 раз в неделю). Из них 45% - занятия практического плана с отработкой психологических состояний.

Критерии оценивания по предмету

Критерии оценивания по курсу соответствуют Положению «о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся МКОУ «Нижнеозернинской СОШ»»

Содержание курса

Психология общения (11 ч.)

Тема 1. Наука психология Понятие о науке психологии. История развития психологии. Основные направления в психологии. Психические процессы (восприятие, память, внимание, мышление и т. д.). Что такое индивидуально-психологические особенности личности.

Тема 2. Что такое общение? Общение. Микро- и макро среды общения. Разнообразие форм общения. 5 функций общения. Типы общения. Правила диалогического общения. Секреты знакомства.

Тема 3. Информация и коммуникация Информация и информированность. Типы информации. Позиции коммуникатора. Секреты общения.

Тема 4 – 5. Вербальная коммуникация. Вербальная коммуникация. Слово – речь. Совершенствование навыков вербального общения. Совершенствование навыков письменной речи. Помощники и враги коммуникации. Ассертивность. Структура речевой коммуникации. Успешность коммуникации и коммуникативные навыки.

Тема 6. Занятие с элементами тренинга «Вербальное общение». Отработка умений и навыков вербальной коммуникации. Умение определить ведущий канал восприятия информации. Отработка навыка знакомства (создание благоприятного впечатления). Развитие вербальной креативности. Развитие коммуникативных склонностей.

Тема 7 – 8. Невербальное общение. Невербальная коммуникация. Мимика лица. Взгляд (визуальное общение). Жесты. Поза. Звуки и запахи. Межличностное пространство. Врожденные, генетические, приобретенные и культурно обусловленные сигналы. Восприимчивость, интуиция и предчувствия. Качество присутствия и элементы невербального общения.

Тема 9. Занятие с элементами тренинга «Невербальное общение». Развитие слуховой модальности. Развитие логического мышления, креативности. Развитие внимательности, умение чувствовать другого человека. Развитие наблюдательности. Развитие невербальной креативности.

Тема 10. Общение как восприятие людьми друг друга. Личность как субъект общения. Взаимодействовать общаясь. От практики к теории взаимодействия. Социальный контроль. Ролевое взаимодействие.

Тема 11. Конфликт – неэффективное общение. Понятие конфликта. Начало конфликтной ситуации. Этапы конфликта. Поведение в конфликтной ситуации (стратегии поведения). Разрешение конфликтной ситуации. Стратегия эффективного разрешения конфликта.

Тема 12. Способы оптимизации общения. Способы оптимизации общения. Препятствия общения. Правила подачи обратной информации. Эффективное слушание. Установки, затрудняющие процесс общения. Эмоциональные переживания, осложняющие процесс общения. Поведение, затрудняющее общение.

Социальная психология (13 ч.)

Тема 13. Наука социальная психология. Понятие социальной психологии. Современные представления о предмете социальной психологии. Определение социальной психологии. Задачи социальной психологии. Местосоциальной психологии в системе наук.

Тема 14 – 15. Социальное воздействие: конформизм. Понятие конформизма. Чем вызвано подчинение? Когда проявляется конформизм? Почему проявляется конформизм? Кто проявляет конформизм? Сопротивление социальному давлению.

Тема 16 – 17. Социальное воздействие: убеждение. Что такое убеждение. Два способа убеждения. Слагаемые убеждения: влияние коммуникатора; что излагается, содержание сообщения; как передается сообщение, канал коммуникации; кому адресовано сообщение, аудитория. Примеры исследований убеждения. Сопротивление убеждению: прививка установок.

Тема 18. Социальные влияния: влияния группы. Что такое группа. Социальная лень. Групповая поляризация. Огруппление мышления. Влияние меньшинства.

Тема 19 – 20. Социальные отношения: стереотипы и предрассудки. Что такое предрассудки. Природа и власть предрассудков. Стереотипы – что это? Социальные источники предрассудков. Эмоциональные источники предрассудков.

Тема 21. Социальные отношения: дружба и любовь. Присоединенность и благополучие. Дружба: близость, физическая привлекательность, противостояние: сходство или взаимодополняемость, нам нравятся те, кому мы нравимся. Любовь: любовь-страсть, теории любви, вариации любви. Поддержание тесных взаимоотношений. Завершение отношений.

Тема 22 – 23. Социальные отношения: альтруизм – помощь другим. Что такое альтруизм. Почему мы оказываем помощь? Когда мы оказываем помощь: ситуация, число очевидцев, давление времени, личностные влияния, чувства, черты личности, религиозность. Кому мы оказываем помощь? Каким образом мы можем усилить оказание помощи?

Тема 24 – 25. Социальные отношения: конфликт и примирение. Что такое конфликт. Социальные дилеммы. Решение социальных дилемм. Конкуренция. Восприятие несправедливости. Искаженное восприятие. Примирение. Контакт. Сотрудничество. Коммуникация. Умиротворение.

Психология эмоций (10 ч.)

Тема 26- 27. Характеристика чувств. Что такое чувства. Особенности чувственной сферы. Нужны ли нам переживания? Внешнее проявление чувств. Внутренние компоненты эмоций. Индивидуальные особенности чувств человека.

Тема 28. Занятие с элементами тренинга «Эмоции». Развитие эмпатии. Развитие наблюдательности. Выражаем эмоции, узнаем их, реагируем на них. Тема 29 – 30. Виды чувств. Чувственный тон. Настроение. Эмоции.

Аффект. Стресс. Фрустрация. Страсть. Высшие чувства.

Тема 31. Занятие с элементами тренинга «Виды чувств». Развитие эмпатии. Развитие наблюдательности. Способы управления настроением. Что делать со стрессом.

Тема 32 – 33. Как справиться с эмоциями. О единстве души и тела. Метод самовнушения. Аутогенная тренировка. Регуляция эмоциональных состояний с помощью

химических веществ. Саморегуляция и музыка. Логика разума и эмоциональные состояния.

Волевое усилие как основа саморегуляции. Многообразие приемов самовоздействия.

Тема 34. Занятие с элементами тренинга «Как справиться с эмоциями». Способы саморегуляции: аутотренинг, самовнушение, система самоуправления эмоциональными состояниями. Контроль знаний.

Результаты изучения курса

Личностные результаты

1) формирование у обучающихся умения видеть и понимать ценность образования, значимость химического знания для каждого человека независимо от его профессиональной деятельности; умения различать факты и оценки, сравнивать оценочные выводы, видеть их связь с критериями оценок и связь критериев с определенной системой ценностей, формулировать и обосновывать собственную позицию;

2) формирование у обучающихся целостного представления о мире и роли химии в создании современной естественнонаучной картины мира; умения объяснять объекты и процессы окружающей действительности: природной, социальной, культурной, технической среды, используя для этого химические знания;

3) приобретение обучающимися опыта разнообразной деятельности, познания и самопознания; ключевых навыков (ключевых компетентностей), имеющих универсальное значение для различных видов деятельности: решения проблем, принятия решений, поиска, анализа и обработки информации, коммуникативных навыков, навыков измерений, сотрудничества, безопасного обращения с веществами в повседневной жизни.

4) **Ценностные ориентиры содержания** курса химии в основной школе определяются спецификой химии как науки. Понятие «ценности» включает единство объективного (самобъект) и субъективного (отношение субъекта к объекту), поэтому в качестве ценностных ориентиров химического образования выступают объекты, изучаемые в курсе химии, к которым у обучающихся формируется ценностное отношение. При этом ведущую роль играют познавательные ценности, так как данный учебный предмет входит в группу предметов познавательного цикла, главная цель которых заключается в изучении природы. **Метапредметными результатами** является формирование универсальных учебных действий (УУД)

Регулятивные УУД:

✓ самостоятельно обнаруживать и формулировать учебную проблему, определять цель учебной деятельности;

✓ выдвигать версии решения проблемы, осознавать конечный результат, выбирать из предложенных и искать самостоятельно средства достижения цели;

✓ составлять (индивидуально или в группе) план решения задачи;

✓ работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно;

✓ в диалоге с учителем совершенствовать самостоятельно выработанные критерии оценки.

Познавательные УУД:

✓ анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;

✓ осуществлять сравнение и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии самостоятельного выбора оснований и критериев для указанных логических операций;

✓ строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;

- ✓ составлять различные виды планов для решения задач;
- ✓ преобразовывать информацию из одного вида в другой (таблицу в текст и пр.)
- ✓ вычитывать все уровни текстовой информации;
- ✓ уметь определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность.

Коммуникативные УУД

- ✓ самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.).

Большое внимание в программе уделяется основным задачам образовательного процесса.

1. Образовательная.

Так как в 8 классе химия является новым предметом необходимо сформировать в сознание учащихся роль химии в жизни человека. При изучение тем необходимо знать: что такое вещество, состав вещества. Периодический закон и периодическая система, химический элемент, состав атома, изотопы, ионы, типы химических связей, валентность, электроотрицательность. Привить навыки составления химических формул, решение задач по темам: «моль», молярная масса, количество вещества, уметь определять валентность и степень окисления по формулам и наоборот составлять по ним формулы, определять координаты, состав и свойства элементов по периодической системе.

2. Развивающая.

Развивать логическое мышление через умение решать цепочки превращений и задачи, связывать новые полученные знания с жизнью, развивать навыки решения тестов.

3. Воспитательная.

Воспитывать культуру общения, отношения к химии как к одному из фундаментальных компонентов естествознания и элементу общечеловеческой культуры.

Формы организации образовательного процесса: практическая работа, парные и групповые формы работы, зачеты.

Технологии, используемые в образовательном процессе:

- Технология развития критического мышления с целью развития творческих способностей обучающихся, их интеллектуального потенциала, познавательных возможностей. Обучение ориентировано на самостоятельный поиск результата, самостоятельное добывание знаний, творческое, интеллектуально-познавательное усвоение учениками заданного предметного материала.
- Личностно-ориентированные технологии обучения, способ организации обучения, в процессе которого обеспечивается всемирный учет возможностей и способностей обучаемых и создаются необходимые условия для развития их индивидуальных способностей.
- Технология индивидуализации обучения.
- Информационно-коммуникационные технологии

Тематическое планирование

№ п/п	Тематические блоки, темы (количество часов)	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся.	Возможность использования по этой теме ЭОР	Форма проведения занятий	Практические работы	Контрольные работы
1	Наука психология (1 ч.)	Понятие о науке психологии. История развития психологии. Основные направления в психологии. Психические процессы (восприятие, память, внимание, мышление и. т. д.). Что такое индивидуально-психологические особенности личности. Отрасли психологии.	Учащиеся должны иметь общие представления о науке «психология», её отраслях.	Презентации по теме «Наука психология»	Беседа		-
2	Психология общения (11 ч.)	Что такое общение. Где происходит общение. Формы общения. Функции общения. Типы общения. Правила диалогического общения. Информация и информированность. Типы информации. Позиции коммуникатора. Секреты общения. Вербальная коммуникация. Слово – речь. Совершенствование навыков вербального общения. Совершенствование навыков письменной речи. Помощники и враги коммуникации. Основные каналы восприятия информации. Отработка умений и навыков вербальной коммуникации. Умение определить ведущий канал восприятия информации. Отработка навыка знакомства (создание благоприятного впечатления). Развитие вербальной креативности. Развитие коммуникативных склонностей. Невербальная коммуникация. Мимика лица. Взгляд (визуальное общение). Жесты. Поза. Звуки и запахи. Межличностное пространство. Врожденные, генетические, приобретенные и культурно обусловленные сигналы. Качество присутствия и элементы невербального общения. Развитие слуховой модальности. Развитие логического мышления, креативности. Развитие внимательности, умение чувствовать другого человека. Развитие наблюдательности. Развитие невербальной креативности. Личность как субъект общения. Взаимодействовать общаясь. От практики к теории взаимодействия. Нормальное взаимодействие. Ролевое взаимодействие. Понятие конфликта. Начало конфликтной ситуации. Этапы конфликта. Поведение в конфликтной ситуации (стратегии поведения). Разрешение конфликтной ситуации. Стратегия эффективно разрешения конфликта. Способы оптимизации общения. Преграды общения.	Понятия: общение, виды общения: вербальное - невербальное. Понятия: что такое коммуникация, виды коммуникаций, формы общения. Понятия: типы информации, модель коммуникативного процесса. Знание об общении, типов общения, каналов восприятия информации, что такое вербальное общение и его основные характеристики. Понятие о невербальном общении, как мы воспринимаем информацию. Значение дистанции общения. Основные параметры невербального общения. Понятия что такое субъект, что такое объект общения, что такое социальные роли в обществе. Понятия о стилях общения, позиции коммуникатора, правила диалогического общения, помощники и враги коммуникации. Понятие о конфликте, стратегии разрешения конфликта, взаимодействие между людьми.	Презентации по теме «Психология общения»	Беседа Дискуссия Тренинг	Тренинговое занятие «Невербальное занятие»	-

		Правила подачи обратной информации. Эффективное слушание. Установки, затрудняющие процесс общения. Эмоциональные переживания, осложняющие процесс общения. Поведение, затрудняющее общение.					
3	Социальная психология (13 ч.)	<p>Понятие социальной психологии. Определение социальной психологии. Задачи социальной психологии. Место социальной психологии в системе наук. Понятие конформизма. Чем вызвано подчинение? Когда проявляется конформизм? Почему проявляется конформизм? Кто проявляет конформизм? Сопротивление социальному давлению. Что такое убеждение. Два способа убеждения. Слагаемые убеждения: влияние коммуникатора; что излагается, содержание сообщения; как передается сообщение, канал коммуникации; кому адресовано сообщение, аудитория. Примеры исследований убеждения. Сопротивление убеждению: прививка установок. Что такое группа. Социальная леность. Групповая поляризация. Огурпление мышления. Влияние меньшинства. Что такое предрассудки. Природа и власть предрассудков. Стереотипы – что это? Социальные источники предрассудков. Эмоциональные источники предрассудков. Дружба: близость, физическая привлекательность, противостояние: сходство или различие, взаимодополняемость, нам нравятся те, кому мы нравимся. Любовь: любовь-страсть, теория любви, вариации любви. Поддержание и завершение отношений. Что такое альтруизм. Почему мы оказываем помощь? Когда мы оказываем помощь: ситуация, число очевидцев, давление времени, личностные влияния. Кому мы оказываем помощь? Каким образом мы можем усилить оказание помощи? Что такое конфликт. Социальные дилеммы. Конкуренция. Восприятие несправедливости. Искаженное восприятие. Примирение. Контакт. Сотрудничество.</p>	<p>Понятие о социальной психологии, о месте ее в системе наук. Понятие о социальной психологии, что она изучает. Понятие о конформизме. Способы общения. Стили общения. Информированность и информация. Понятие что такое общество, группа, социальный статус, социальное. Понятие: что такое предрассудки. Понятие, что такое знакомство, дружба, любовь, страсть. Понятие об альтруизме. Виды общения: директивное общение, манипулятивное общение. Позиции коммуникатора: открытая, закрытая.</p>	<p>Презентации по теме «Социальная психология»</p>	<p>Дискуссия</p>		-
4	Психология эмоций (10 ч.)	<p>Что такое чувства. Особенности чувственной сферы. Нужны ли нам переживания? Внешнее проявление чувств. Внутренние компоненты эмоций. Индивидуальные особенности чувств человека. Развитие эмпатии. Развитие наблюдательности. Выражаем эмоции, узнаем их, реагируем на них. Чувственный тон. Настроение. Эмоции. Аффект. Стресс. Фрустрация. Страсть. Высшие чувства. Развитие эмпатии. Развитие</p>	<p>Индивид, индивидуальность, чувства. Понятия: эмоции, внешние проявления чувств. Особенности чувственной сферы, понятия чувств, проявления чувств. Какие бывают эмоции как они проявляются. Влияние эмоций на организм человека, как управлять собой. Понятия курса</p>	<p>Презентации по теме «Психология эмоций»</p>	<p>Беседа Дискуссия Тренинг</p>	<p>Тренинговое занятие «Эмоции» (подготовка к ЕГЭ) Тренинговое занятие «Виды чувств»</p>	-

		наблюдательности. Способы управления настроением. Что делать со стрессом. Метод самовнушения. Аутогенная тренировка. Регуляция эмоциональных состояний с помощью гипноза. Саморегуляция и музыка. Логика разума и эмоциональные состояния. Волевое усилие как основа саморегуляции. Многообразие приемов самовоздействия. Контрольная работа в виде тестовых заданий				(подготовка к ЕГЭ)	
--	--	--	--	--	--	--------------------	--

Поурочное планирование

№ п/п	Тема занятия	К-во часов
1	Вводное занятие «Наука психология»	1
	<i>Психология общения (11 ч.)</i>	1
2	Что такое общение ...	1
3	Информация и коммуникация.	1
4	Вербальная коммуникация	1
5	Упражнения и словесные игры	1
6	Тренинговое занятие «Вербальное общение»	1
7	Невербальное общение	1
8	Язык телодвижения	1
9	Тренинговое занятие «Невербальное занятие»	1
10	Общение как восприятие людьми друг друга	1
11	Конфликт – неэффективное общение.	1
12	Способы оптимизации общения	1
	<i>Социальная психология (13 ч.)</i>	1
13	Наука – социальная психология	1
14	Социальное воздействие: конформизм	1
15	Социальное воздействие: конформизм	1
16	Социальное воздействие: убеждение.	1
17	Социальное воздействие: убеждение	1
18	Социальные влияния: влияние группы	1
19	Социальные отношения: стереотипы и предрассудки	1
20	Социальные отношения: стереотипы и предрассудки	1

21	Социальные отношения: дружба и любовь	1
22	Социальные отношения: альтруизм – помощь другим.	1
23	Социальные отношения: альтруизм – помощь другим.	1
24	Социальные отношения: конфликт и примирение	1
25	Социальные отношения: конфликт и примирение	1
	Психология эмоций (10 ч.)	1
26	Характеристика чувств (подготовка к ЕГЭ)	1
27	Характеристика чувств (подготовка к ЕГЭ)	1
28	Тренинговое занятие «Эмоции» (подготовка к ЕГЭ)	1
29	Виды чувств (подготовка к ЕГЭ)	1
30	Виды чувств (подготовка к ЕГЭ)	1
31	Тренинговое занятие «Виды чувств» (подготовка к ЕГЭ)	1
32	Как справиться с эмоциями (подготовка к ЕГЭ)	1
33	Как справиться с эмоциями (подготовка к ЕГЭ)	1
34	Контрольная работа в виде тестовых заданий	1

Лист внесения изменений в программу

№ урока	Тема	Количество часов		Причина корректировки	Способ корректировки

Лист внесения изменений в программу

№ урока	Тема	Количество часов		Причина корректировки	Способ корректировки