

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №14
Невского района Санкт-Петербурга

Принята

Педагогическим советом
ГБОУ Школы №14
Невского района Санкт-Петербурга

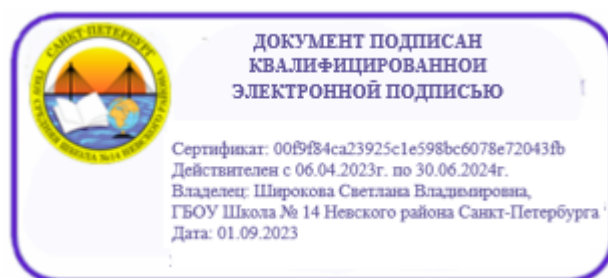
Протокол от

Утверждена

Приказом от

Директор ГБОУ Школы №14
Невского района Санкт-Петербурга

_____ С.В. Широкова



Программа внеурочной деятельности «Вопросы психологии»

для 6-х классов
на 2023/2024 учебный год

Учитель: Матросова Елена Викторовна

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность программы

Современное образование предъявляет новые требования к подготовке обучающихся - способности раскрывать личностный потенциал детей, воспитать в них интерес к учебе и знаниям, стремление к духовному росту и здоровому образу жизни.

Особое внимание уделяется формированию ключевых компетенций, среди которых важная роль принадлежит коммуникативной компетенции. Формирование данной компетенции предполагает целенаправленную деятельность субъектов образовательного процесса не только на уроках, но и во внеурочной деятельности.

В настоящий момент важно не просто вооружить детей теоретическими знаниями в области конструктивного взаимодействия, а интегрировать теоретические знания и практические умения.

В условиях инновационного развития важнейшими качествами личности становятся инициативность, способность творчески мыслить и находить нестандартные решения, умение выбирать профессиональный путь, готовность обучаться в течение всей жизни. Все эти навыки формируются с детства. Школа является критически важным элементом в этом процессе. Современному школьнику очень важно успешно реализоваться во взрослой жизни, важно чтобы процесс социальной адаптации протекал наименее болезненно. Понятие "социально-психологическая адаптация" включает в себя возможность успешно выстраивать отношения с коллективом, семьей, поэтому и возникает необходимость развития у школьников навыков общения со сверстниками и взрослыми людьми.

Данная проблема в особенности касается подростков. Подростковый возраст, это тот период в жизни человека, когда на передний план выходит общение, а именно интимно-личностное общение. Этот период характеризуется эмоциональными переживаниями подростка и требованием от личности подростка способности взаимодействовать с другими, умений и навыков коммуницировать с другими.

Цель программы: повышение адаптации подростка в школе и обществе, через формирование коммуникативных навыков.

Задачи:

- создать ситуацию эмоционального принятия членов группы, сплочение коллектива;
- создать условия для эффективного взаимодействия членов группы и формирования коммуникативных умений;
- активизировать процессы самопознания и самораскрытия членов группы;
- сформировать умение слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению, аргументировать и неагрессивно отстаивать свою позицию;
- обучить вербальным и невербальным средствам общения; развивать эмпатию, умение понимать другого человека;

- снизить уровень конфликтности и научить наиболее эффективным методам разрешения конфликтных, сложных эмоциональных ситуаций;
- вырабатывать уверенность в себе, снизить тревожность, повысить самооценку.

Контингент: обучающиеся 6-го класса.

Программа рассчитана на 1 год с периодичностью занятий 1 раз в неделю (всего 34 часов).

Формы реализации: занятия проводятся в группе, количество человек должно не превышать 10 человек.

Методы и приемы: психогимнастика, беседы и дискуссии, элементы тренинга, подвижные игры, проективные методики, ролевые игры, рисование.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № п/п | Тема занятия: | Кол-во часов: |
|---|--|---------------|
| РАЗДЕЛ 1. ПОНЯТИЕ ОБЩЕНИЯ (3 ЧАСА) | | |
| 1 | Умеем ли мы общаться | 1 |
| 2 | Понятие общения. Основные способы общения | 1 |
| 3 | Я хочу общаться | 1 |
| РАЗДЕЛ 2. «Я И ДРУГИЕ» (5 ЧАСОВ) | | |
| 4 | Наши сходства и различия. | 1 |
| 5 | Личность как самоценность в процессе общения. | 1 |
| 6 | Какой Я? | 1 |
| 7 | Я глазами других. | 1 |
| 8 | Мои драконы. | 1 |
| РАЗДЕЛ 3. «СЕКРЕТЫ ОБЩЕНИЯ» (8 ЧАСОВ) | | |
| 9 | От улыбки станет всем светлей. | 1 |
| 10 | Внимание к окружающим. | 1 |
| 11 | Умение слушать. | 1 |
| 12 | Вежливое отношение к людям. | 1 |
| 13 | Взаимоуважение. | 1 |
| 14 | Умение понимать состояние другого. | 1 |
| 15 | Я чувствую, что ты... | 1 |
| 16 | Умение учитывать позицию другого. | 1 |
| РАЗДЕЛ 4. «ПРОБЛЕМЫ ОБЩЕНИЯ» (8 ЧАСОВ) | | |
| 17 | Почему люди ссорятся? | 1 |
| 18 | Обида. | 1 |
| 19 | Предотвращение конфликтов. | 1 |
| 20 | Нужна ли агрессия? | 1 |
| 21 | Наши чувства, желания, настроение. | 1 |
| 22 | Как справиться с раздражением, плохим настроением. | 1 |

| | | |
|--|--|---|
| 23 | Неверные средства общения. | 1 |
| 24 | Понимание собеседника. | 1 |
| РАЗДЕЛ 5. «УЧИМСЯ ОБЩАТЬСЯ» (6 ЧАСОВ) | | |
| 25 | Доброта –важнейшее качество общения. | 1 |
| 26 | Учимся общаться без слов. | 1 |
| 27 | Учимся вежливому общению. | 1 |
| 28 | Учимся вести беседу. | 1 |
| 29 | Просьба. | 1 |
| 30 | Критика. | 1 |
| РАЗДЕЛ 6. «В КРУГУ ДРУЗЕЙ» (4 ЧАСА) | | |
| 31 | Ищу друга. Путешествие на остров Дружбы. | 1 |
| 32 | Что оказалось самым важным для меня. | 1 |
| 33 | Общение в радость. | 1 |
| 34 | Коммуникативная игра "Путешествие на воздушном шаре. | 1 |
| Всего: 34 часа | | |

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- повышение психологической компетентности подростков в понимании характеров и психологических проблем, обусловленных особенностями характера;
- наличие положительной динамики в развитии качественных характеристик коммуникативных способностей и повышении содержательности коммуникативной деятельности;
- сформированность навыков конструктивного взаимодействия с окружающими.
- повышение уровня самосознания, формирование положительной «Я-концепции», адекватной самооценки.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Байярд Р., Байярд Д. Ваш беспокойный подросток.
2. Блинова Л. Н. «Уроки общения».
3. Джонсон Д.У. Тренинг общения и развития.М.,Изд-я группа “Прогресс”, 2001.
4. Изард К.Э Психология эмоций
5. Игры для интенсивного обучения/Под ред. Петрусинского В.В./М., Прометей, 1991.
6. Кон И.С. Психология старшеклассника. М., Просвещение, 1980.
7. Кривцова С.В. Навыки конструктивного взаимодействия. М., 1999.
8. Леонтьев А.А. Психология общения. М., 2005.
9. Лисина М.И. Формирование личности ребенка в общении.2009.
10. Лютова Е.К. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми.СПб,2000.

11. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. Л., Медицина, 1977.
12. Ломов Б.Ф., Беляева А.В., Носуленко В.Н. Психологические исследования общения. Изд-во “Наука”, М.,1985.
13. Лунева О.В. Общение.//Знание. Понимание. Умение//2005,№4.
14. Маховская О.И. Коммуникативный опыт личности.2010.