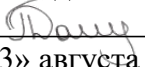
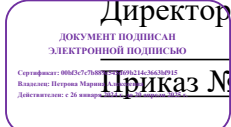


**Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 2 пос. Жигалово  
Центр образования естественно- научной и технологической  
направленностей «Точка роста»**

«Согласовано»

«Утверждаю»

Руководител ЦО «Точка роста»:  
 Пакушина Д.А.  
« 23 » августа 2024 г.

Директор МКОУ СОШ №2:  
 Петрова М.А.  
Приказ №118-од от 23.08.2024 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
**«Я умею общаться»**

Направленность: социально - гуманитарная

Возраст учащихся: 11-14 лет

Срок реализации программы: 1 год

Количество часов в неделю: 4 часа в неделю

Количество часов в год: 136 часов

Составитель программы:

Маслова А.А., педагог  
дополнительного образования

п. Жигалово  
2024-2025 учебный год

## Содержание

<b>1. Комплекс основных характеристик программы</b> .....	3
1.1. Пояснительная записка .....	3
1.2. Цель и задачи программы .....	4
1.3. Планируемые результаты освоения программы .....	4
1.4. Учебно-тематический план .....	6
<b>2. Комплекс организационно-педагогических условий</b> .....	10
2.1. Календарный учебный график .....	10
2.2. Формы аттестации/контроля .....	13
2.3. Оценочные материалы .....	13
2.4. Методическое обеспечение программы .....	13
2.5. Условия реализации программы .....	13
<b>3. Список литературы</b> .....	13

## 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

### 1.1. Пояснительная записка

#### **Нормативно-правовое обеспечение программы:**

Дополнительная общеразвивающая программа "Я умею общаться!" разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст.17, ст.75, ст. 79);

Концепция развития дополнительного образования до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении порядка организации образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года;

СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи;

Локальные акты образовательной организации:

Устав образовательной организации МКОУ СОШ № 2;

Положение о разработке, структуре и порядке утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в МКОУ СОШ № 2;

Положение о порядке проведения входного, текущего контроля, итогового контроля освоения обучающимися дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся в МКОУ СОШ № 2;

**Направленность (профиль):** социально-гуманитарная

#### **Актуальность программы:**

Программа внеурочной деятельности «Я умею общаться!» направленная на формирование и развитие коммуникативной компетентности обучающихся 5 -8 классов, воспитание личности подростков посредством межличностного общения. Содержание программы раскрывается в аспекте требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Под коммуникативной компетентностью понимаем следующее – это умение ставить и решать определенные типа коммуникативные задачи: определять цели коммуникации, оценивать ситуацию, учитывать намерения и способы коммуникации собеседника (партнеров), выбирать адекватные стратегии коммуникации, быть готовым к осмысленному изменению собственного речевого поведения. В качестве первейшего компонента в коммуникативную компетентность входит способность устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми, удовлетворительное владение определенными нормами общения и поведения, владение «техникой» общения (правилами вежливости и др.).

#### **Отличительные особенности программы:**

В ходе выполнения программы используется вид внеурочной деятельности – проблемно-ценностное общение, которое формирует и развивает эмоциональный мир школьника, учит грамотному восприятию жизненных проблем, ценностей и смысла жизни.

#### **Адресат программы:**

Программа предназначена для обучения детей в возрасте 11-15 лет.

Общение играет особую роль в психологическом развитии подростков. Это развитие осуществляется следующим образом:

- обогащение коммуникативного опыта подростков путем постановки задач, требующих овладения новыми знаниями, умениями и навыками;
- благодаря возможности для подростка черпать в общении образцы действий и поступков взрослых;

вследствие благоприятных условий для раскрытия подростками своего творческого начала при общении друг с другом на основе подкрепляющего действия мнений и оценок взрослого.

**Уровень освоения программы:** базовый

**Объем программы:** 136 часов

**Срок освоения программы:** 1 год

**Режим занятий:** 2 раз в неделю по 2 часа в 5,6,7,8 классах

**Форма(ы) обучения:** очная

**Особенности организации образовательного процесса:**

Обучение по программе ведется с использованием групповой формы, практические, тренинг.

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель программы:** формирование знаний, умений и навыков культурного общения и норм поведения в различных жизненных ситуациях; раскрыть сущность этикета, привить учащимся потребность соблюдения основных правил этикета в общественных местах, в трудовом коллективе, в различных ситуациях общения.

**Задачи программы:**

**Образовательные:**

1. Расширить представления учащихся о специфике человеческого общения и сотрудничества;
2. Научить видеть себя со стороны, свободнее ориентироваться в различных жизненных ситуациях
3. Помочь выработать определённую линию поведения при контактах с окружающими.
4. Научить культуре диалога: умению слушать и вести диалог, культуре речи.

**Развивающие:**

1. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений со сверстниками и взрослыми.

**Воспитательные:**

1. Формировать социально приемлемые формы поведения в обществе.

## 1.3. Планируемые результаты освоения программы

**Личностные :**

- Развивать творческие способности детей;
- Создать условия для развития фантазии, утвердить ее ценность в глазах детей и взрослых;
- Формировать и поддерживать реальный образ учителя, родителей.
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственного поведения, так и поведения окружающих людей;
- знание основных норм этикета и ориентация на их выполнение;
- развитие этических чувств как регуляторов морального поведения.

Получат возможность научиться:

-развивать осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам;

-формировать коммуникативную компетентность в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

### **Метапредметные результаты**

#### Регулятивные УУД:

- осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением
- извлекать необходимую информацию из текста
- определять и формулировать цель в совместной работе
- учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях
- осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит
- реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми
- планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого
- соотносить результат с целью и оценивать его.

#### Познавательные УУД:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей
- наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять
- обогатить представление о собственных возможностях и способностях
- учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения
- оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости
- учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта
- находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию
- адекватно воспринимать оценку учителя

#### Коммуникативные УУД:

- ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии
- учиться контролировать свою речь и поступки
- учиться толерантному отношению к другому мнению
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении
- осознавать необходимость признания и уважения прав других людей
- формулировать своё собственное мнение и позицию
- учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге.

Обучающиеся получают 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

### Предметные

- понятие коммуникации, конфликт;
- уникальность внутреннего мира каждого;
- способы ведения конструктивного диалога;
- способы поведения в конфликтных ситуациях;
- понятия «нравственность», «уважение», «медиация»;
- анализировать поступки других людей и свои собственные.

Обучающиеся получают возможность научиться:

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

### 1.4. Учебно-тематический план

#### Календарно-тематическое планирование

№п/п	Название темы	Количество часов (всего)	Количество часов (теория)	Количество часов (практика)	Форма тестации контроля
1	Общение. Структура и средства общения.	4		4	
2	Невербальные средства общения. Речевые средства общения.	8		8	
3	Роль невербальных средств в передаче информации. Мимика. Интонация. Форма изложения. 6. Позиции в общении.	8	1	7	презентация
4	Стили общения. Виды общения. Этикет.	8	1	7	
5	Манипулирование. Причины манипулирования. Типы манипулятивных систем.	4		4	

6	Условия и технологии эффективной коммуникации	4		4	беседа
7	Механизмы межличностного восприятия. Основные феномены межличностного восприятия. Ошибки превосходства и привлекательности.	4		4	
8	Психологические защиты. Механизмы психологических защит.	4	1	3	
9	Барьеры в общении. Что мешает полноценному общению. Стереотипизация.	4	1	3	
10	Конструктивное общение. Контроль эмоций. Трудности и барьеры, возникающие в повседневном общении.	4	3	1	
11	Активное и пассивное слушание. Процесс слушания. Виды слушания.	8	1	7	беседа
12	Приемы расположения к себе. Самопрезентация	2		2	
13	Приёмы расположения к себе. Compliments. Похвала и поддержка.	2	1	1	
14	Конструктивное преодоление конфликтов	2	1	1	
15	Конфликт. Стили разрешения конфликтов.	2	1	1	
16	Понятие «конфликт». Стили разрешения конфликтов.	2	1	1	
17	Управление конфликтами. Динамика конфликта. Конструктивное разрешение конфликта. Контроль эмоций.	2	1	1	
18	Психология семейных отношений	2	1	1	Проект

19	Психологические аспекты семейных отношений.	2	1	1	
20	Проблемы на ранних этапах существования семьи.	2	1	1	
21	Функции семьи.	2	1	1	
22	Значение гармоничных отношений в браке.	2	1	1	
23	Детско-родительские отношения. Стили семейного воспитания	2	1	1	
24	Коллектив и личность. Роль процесса социализации в развитии личности.	2	1	1	
25	Виды групп. Этапы формирования коллектива.	8	1	7	
26	Лидерство. Психологические качества лидера.	2	1	1	
27	Типы лидеров. Стили управления.	6	1	5	
28	Социально -психологические особенности взаимодействия в малой группе.	4	1	3	
29	Конформизм. Групповые нормы.	6	1	5	
30	Факторы, влияющие на уровень конформности.	2	1	1	
31	Развитие навыков уверенного отказа..	6	1	5	
32	Право на отказ.	4	1	3	
33	Приёмы противостоянию давления	2	1	3	
34	Саморазвитие.	4	1	3	
	<b>Итого:</b>	<b>136</b>	<b>32</b>	<b>104</b>	



--	--	--	--	--	--

## 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. Календарный учебный график

№п/ п	Тема занятия	Количество часов (всего)	Форма занятия	Месяц
1	Общение. Структура и средства общения.	4	Практика	Сентябрь
2	Невербальные средства общения. Речевые средства общения.	8	Практика	Сентябрь
3	Роль невербальных средств в передаче информации. Мимика. Интонация. Форма изложения. 6. Позииции в общении.	8	Теория, практика	Сентябрь, октябрь
4	Стили общения. Виды общения. Этикет.	8	Теория, практика	Октябрь
5	Манипулирование. Причины манипулирования. Типы манипулятивных систем.	4	Практика	Октябрь
6	Условия и технологии эффективной коммуникации	4	Практика	Ноябрь
7	Механизмы межличностного восприятия. Основные феномены межличностного восприятия. Ошибки превосходства и привлекательности.	4	Практика	Ноябрь
8	Психологические защиты. Механизмы психологических защит.	4	Теория, практика	Ноябрь
9	Барьеры в общении. Что мешает полноценному общению. Стереотипизация.	4	Теория, практика	Ноябрь
10	Конструктивное общение. Контроль эмоций. Трудности и барьеры, возникающие в повседневном общении.	4	Теория, практика	Декабрь
11	Активное и пассивное слушание. Процесс слушания. Виды слушания.	8	Теория, практика	Декабрь

12	Приемы расположения к себе. Самопрезентация	2	Практика	Декабрь
13	. Приёмы расположения к себе. Compliments. Praise and support.	2	Теория, практика	Декабрь
14	Конструктивное преодоление конфликтов	2	Теория, практика	Январь
15	Конфликт. Стили разрешения конфликтов.	2	Теория, практика	Январь
16	Понятие «конфликт».Стили разрешения конфликтов.	2	Теория, практика	Январь
17	Управление конфликтами. Динамика конфликта. Конструктивное разрешение конфликта. Контроль эмоций.	2	Теория, практика	Январь
18	Психология семейных отношений	2	Теория, практика	Январь
19	Психологические аспекты семейных отношений.	2	Теория, практика	Январь
20	Проблемы на ранних этапах существования семьи.	2	Теория, практика	Январь
21	Функции семьи.	2	Теория, практика	Январь
22	Значение гармоничных отношений в браке.	2	Теория, практика	Февраль
23	Детско-родительские отношения. Стили семейного воспитания	2	Теория, практика	Февраль
24	Коллектив и личность. Роль процесса социализации в развитии личности.	2	Теория, практика	Февраль
25	Виды групп. Этапы формирования коллектива.	8	Теория, практика	Февраль
26	Лидерство. Психологические качества лидера.	2	Теория, практика	Февраль
27	Типы лидеров. Стили управления.	6	Теория, практика	Март
28	Социально -психологические особенности взаимодействия в малой группе.	4	Теория, практика	Март
29	Конформизм. Групповые нормы.	6	Теория, практика	Март
30	Факторы, влияющие на уровень конформности.	2	Теория, практика	Апрель

31	Развитие навыков уверенного отказа..	6	Теория, практика	Апрель
32	Право на отказ.	4	Теория, практика	Май
33	Приёмы противостоянию давления	2	Теория, практика	Май
34	Саморазвитие.	4	Теория, практика	Май
	<b>Итого:</b>	<b>136</b>		

## **2.2 Формы аттестации/контроля**

**Формы аттестации/контроля для выявления предметных и метапредметных результатов:**  
презентация, проект

**Формы аттестации/контроля формы для выявления личностных качеств:**

беседа

## **2.3 Оценочные материалы**

Беседа

## **2.4 Методическое обеспечение программы**

**Методические материалы:**

**Методики и технологии:**

Релаксация;

Концентрация;

Игротерапия;

Форма коррекционная ритмопластика Арт-терапия;

Сказкотерапия.

**Краткое описание работы с методическими материалами:**

### **2.2. Условия реализации программы**

Для эффективной реализации настоящей программы необходимы определённые условия: наличие помещения для учебных занятий, рассчитанного на 12 человек и отвечающего правилам СанПин; наличие ученических столов и стульев, соответствующих возрастным особенностям обучающихся; шкафы стеллажи для оборудования, а также разрабатываемых и готовых прототипов проекта; наличие необходимого оборудования согласно списку; наличие учебно-методической базы: качественные иллюстрированные определители животных и растений, научная и справочная литература, наглядный материал, раздаточный материал, методическая литература.

### **Информационное обеспечение программы:**

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

## **3.Список литературы**

1. Богуславская, Н.И. Веселый этикет (развитие коммуникативных способностей ребенка) / Н.И. Богуславская, Н.А. Купина. – Екатеринбург : «АРД ЛТД», 1998. – 192 с.
2. Ветрова, В.В. Уроки психологического здоровья./ В.В. Ветрова. - М. : Педагогическое общество России, 2012. – 192 с.
3. Звездина, Г.П.Классные часы в основной школе (Программа факультатива « Я и Мир»)/ Г.П Звездина, Т.П. Щербакова. – М : ТЦ Сфера, 2011.
4. Игры: обучение. Тренинг, досуг / под. ред. Петрусинского В.В. - М. : Новая школа, 1994.
5. Кащенко, В.В. Педагогическая коррекция / В.В. Кащенко. - М. : Просвещение, 1994.
6. Классные часы в 5-7 классах / авт.-сост. И.В. Персидская и др. –Волгоград : Учитель, 2012. – 204 с.
7. Кащенко, В.В. Школа оптимизма : Внеклассные мероприятия, классные часы: 5-7 классы / В.В Кащенко. - М. : ВАКО, 2013. – 160 с.

8. Курочкина, И.Н. Как научить поступать нравственно / И.Н. Курочкина. -3-е изд. - М. : Флинта, 2013. -128 с.
9. Ключева, Н.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность. Популярное пособие для родителей и педагогов / Н.В. Ключева, Ю.В. Касаткина. – Ярославль : Академия развития,1997. – 240 с.
10. Никишина, В.Б. Практическая психология в работе с детьми: Пособие для психологов и педагогов / В.Б. Никишина. - М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2014.- 128
11. Обучение и воспитание в школе / под редакцией В.В. Воронковой. - М. : Просвещение, 1984.
12. Худенко, Е.Д. Организация и планирование воспитательной работы: Пособие для воспитателей и учителей / Е.Д. Худенко, Г.Ф. Гаврилычева, Е.Ю. Селиванова, В.В. Титова. – М. : АРКТИ, 2009 . – 312
13. Практика сказкотерапии / под ред. Н.А. Сакович. - СПб. : 2007. – 224 с.