

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности  
«Психологический клуб «Я учусь общаться»  
(6-7 класс - 34 часа)**

Учитель: Мотолянец Юлия Сергеевна  
(первая квалификационная категория)

Калининград  
2024г.

## **1. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации видов деятельности**

**1. Общение как деятельность (18 часов)** Виды общения. Темперамент. Характер. Этикет. Умение слушать. Знаки внимания.

**2. Конфликты в общении (16 часов)** Стили поведения в конфликте. Способы разрешения конфликтов. Саморегуляция. Групповое взаимодействие.

**Цель курса:** развитие у обучающихся коммуникативных способностей, навыков самоконтроля, управления своим поведением, деятельностью, развитие способностей предвидеть последствия своих действий, а также развитие эффективных навыков разрешения конфликтных ситуаций.

**Задачи курса:**

- создать условия для развития у обучающихся навыков самоконтроля, управления своим поведением, деятельностью;
- создать благоприятные условия для развития способностей предвидеть последствия своих действий;
- развитие эффективных навыков разрешения конфликтных ситуаций;
- формирование толерантного отношения и поведения при взаимодействии с людьми в различных жизненных сферах.

Занятия направлены на развитие способностей подростков воспринимать другого человека как ценность, ценить свою жизнь и жизнь другого, размышлять о смысле ее, о достойном поведении.

**Формы работы:** дискуссия, игровые методики, диагностика, тренинги, моделирование ситуаций.

## **2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**Предметные:** обучающиеся получают знания об особенностях личности, возможностях и способах ее развития; познакомятся с психологическими характеристиками личности - темпераментом, способностями, характером и т.д. Курс способствует сознательному подходу к совершенствованию своей личности; обучающиеся осознают важность общения как формы взаимодействия, роль конструктивного общения с другими людьми.

**Метапредметных и личностных результатов:** система занятий тренингового характера, способствует осознанию подростками своих личностных качеств, побуждает их к самоанализу и самокоррекции своего поведения и взаимодействия с другими, учит уважать и принимать чувства другого человека. В рамках деятельностного (поведенческого) компонента будут сформированы: умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; готовность и способность к выполнению моральных норм в отношении взрослых и сверстников в школе и дома, во внеучебных видах деятельности. Обучающиеся получают возможность для формирования адекватной позитивной самооценки и "Я"- концепции.

**Регулятивных:** обучающийся научится целеполаганию и планированию путей достижения целей; адекватно оценивать свои возможности достижения цели определенной сложности в различных сферах самостоятельной деятельности; основам саморегуляции эмоциональных состояний. В целях развития коммуникативных универсальных действий обучающийся научится: уважительному отношению к мнению

собеседника, аргументированное выражение своей точки зрения, признание прав существование разных точек зрения на один вопрос, умение вести диалог, умение аргументированно высказывать свою точку зрения, развитие навыка слушать другого человека и сопоставлять свое мнение с мнением другого.

**Адресат программы:** учащиеся 6 и 7 классов.

**Продолжительность курса:** 34 занятия, которые проходят с периодичность 1 раз в неделю один академический час. Срок реализации: 1 учебный год (с перерывами на школьные каникулы).

### 3. Тематическое планирование

№ пп	Тема урока	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Понятие общения.	<p>Электронная библиотека психологической литературы <a href="http://bookap.info/">http://bookap.info/</a></p> <p>Журнал «Вопросы психологии» <a href="http://www.voppsy.ru/">http://www.voppsy.ru/</a></p>
2	Роль общения в жизни и развитии человека	
3	Общение как деятельность	
4	Социальные роли. Жизнь как смена ролей	
5	Темперамент человека и его проявления	
6	Уверенность вместо агрессии. Восприятие критики	
7	Характер и способности	
8	Виды общения. Субъекты и объекты общения	
9	Практикум	
10	Практикум	
11	Роль эмоций в общении	
12	Правила организации пространства в общении	
13	Этикет беседы	
14	Умение слушать и слышать	
15	Знаки внимания при общении	
16	Практикум	
17	Практикум	
18	Дружба и поддержка	
19	Конфликты в общении	
20	Способы разрешения конфликтов	
21	Упражнение "Способы выхода из конфликта"	
22	Стили поведения в конфликтной ситуации	
23	Практикум	
24	Практикум	
25	Эмоциональная регуляция и саморегуляция	
26	Сотрудничество. Групповое взаимодействие	
27	Доверие. Нравственные установки в общении	
28	Мои права и права других людей в общении	
29	Правила ведения дискуссии	

30	Практикум	
31	Развитие техники речи: дыхание, голос, дикция	
32	Подготовка к публичному выступлению	
33	Практикум	
34	Практикум	
	<b>ИТОГО</b>	<b>34 часа</b>