

СОГЛАСОВАНО
на педагогическом совете
протокол № 1 от 31.08.2020

УТВЕРЖДЕНО
приказом № 162 от 31.08.2020
МБОУ «Средняя общеобразовательная
школа №10»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу «Психология общения»

Класс – 5 класс

Учителя – Шумейко Е.А., Хомета С.А., Ренева О.В., педагоги психологи

Год составления программы – 2020

1. Планируемые результаты.

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Эти результаты в обобщенном виде можно охарактеризовать с точки зрения достижения установленных стандартом требований к результатам обучения учащихся:

• на уровне **личностных результатов**

- з *«овладение начальными навыками адаптации в динамично развивающемся мире»;*
- з *«развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе»;*
- з *«развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей» и т.д.;*

• на уровне **метапредметных результатов**

- з *«овладение навыками коммуникации в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации»;*
- з *«овладение рефлексией и саморегуляцией»;*
- з *«готовность слушать собеседника и вести диалог, готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий»;*
- з *«соблюдение нормы информационной избирательности, этики и этикета»;* и т.д.;

Курс *«Психологическое здоровье»* помогают решению задач, которые ставятся новым стандартом при обучении литературному чтению.

Безусловно, результаты курса достигаются учащимися постепенно, при освоении ими программы обучения в каждом классе. Охарактеризуем эти результаты для 5класса.

Личностными результатами изучения курса *«Психологическое здоровье»* является формирование следующих умений:

- *осознавать* себя пятиклассником, свое личностное, профессиональное, жизненное самоопределение;
- *осознавать* границы того, «что я знаю» и «что я не знаю», стремление преодолению разрыва между этими областями;
- *оценивать* усвоенное содержание исходя из социальных и личностных ценностей;
- *отделять* оценку поступка от оценки человека;
- *признавать* расхождение своих поступков со своими заявленными позициями, мнениями;
- *строит* отношения с людьми других мировоззрений.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

- *делать* выводы в результате работы класса;
- *осуществлять* подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтез;
- *планировать* свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации
- *оценивать* правильность выполнение действий на уровне адекватной ретроспективной оценки;

- *использовать* адекватные речевые средства для решения различных коммуникативных задач;
- *в инициативном сотрудничестве* допускать возможность существования у людей различных точек зрения;
- *делать простые выводы и обобщения* в результате совместной работы класса;
- *находить* аргументы, факты, отстаивая свое мнение;
- *уважать* позицию другого, идти на взаимные уступки, влиять на поведение друг друга.

Средствами формирования УУД служат психо-гимнастические и ролевые игры, психодрама, дискуссионные игры, эмоционально-символические, релаксационные и когнитивные методы. Основной формой работы является психологический тренинг.

Критериями эффективности программы являются:

- мотивация на саморазвитие;
- повышение коммуникативной компетентности;
- активность и продуктивность учеников в деятельности, как в образовательном процессе, так и внеклассной и внешкольной деятельности (отслеживается психологом, либо выявляется в процессе беседы с классным руководителем).

Объективными методами измерения эффективности программы служат **диагностические опросные методы**.

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА 5 КЛАСС (35 ЧАСОВ)

I. ВВЕДЕНИЕ В МИР ПСИХОЛОГИИ (7 ЧАСОВ)

1. Введение в психологию общения (6 часов)

Создание игровой атмосферы для общения друг с другом. Познакомиться с правилами школьной жизни и социальной позицией пятиклассника. Мотивировать учащихся на познание самих себя.

2. Стартовая диагностика (1 час).

II. ЭМОЦИИ (7 ЧАСОВ)

1. Я и мой внутренний мир (7 часов)

Изучение эмоционального мира, осознание своих эмоций. Обозначение эмоций и понимание их через жесты. Дифференцированность различных эмоций и их выражение через рисунок.

III. ПСИХОЛОГИЯ ОТНОШЕНИЙ: ТЫ – Я – ОН/ОНА =МЫ (20 ЧАСОВ)

1. Конфликты и их роль в усилении Я (10 часов)

Причины возникновения ссор. Качества необходимые для эффективного взаимодействия. Я в глазах других. Развитие коммуникативных способностей. Особенности отношений с представителями противоположенного пола.

2. Я и ТЫ (4 часа)

Навыки совместной деятельности. Работа в команде. Правила доброжелательного и эффективного общения. Развитие понимания сходства и различий между людьми. Каждый человек уникален и индивидуален.

3. Мы начинаем меняться(6 часов)

Уверенное поведение. Уважение к другим людям. Постановка целей.

IV. ДИАГНОСТИКА (1 ЧАС)

1. Заключение. Итоговая диагностика. (1 час)

Диагностические задания на выявление динамики развития личностных и метапредметных УУД.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ 5 КЛАСС

№ п/п	Наименование блока, раздела и тем	Часы учебного времени	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся
I. ВВЕДЕНИЕ В МИР ПСИХОЛОГИИ (7 ЧАСОВ): <ul style="list-style-type: none"> • ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ ОБЩЕНИЯ (6 ЧАСОВ) • СТАРТОВАЯ ДИАГНОСТИКА (1 ЧАС) 			
1	Создание группы. Сплочение коллектива. <i>Стартовая диагностика</i>	1	Психологическая информация. Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах. Коммуникативные игры. Игры на групповое взаимодействие, упражнения на развитие рефлексии, самопрезентация. Интеллектуальные задания. Диагностические задания на выявление уровня развития личностных УУД. <i>Уметь</i> создавать игровую атмосферу
2	Здравствуй 5 класс! <i>Стартовая диагностика</i>	1	Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах. Игры на групповое взаимодействие, упражнения на развитие рефлексии, самопрезентация. Интеллектуальные задания. Диагностические задания на выявление уровня развития метапредметных УУД. <i>Уметь</i> поддерживать рабочую активную позицию
3	Находим друзей	1	Психологическая информация. Коммуникативные игры. Игры на групповое взаимодействие. Когнитивная игра. Задания на формирование «эмоциональной

			грамотности». Ролевая ситуация. Слушание и анализ сказки, упражнения на общение. <i>Уметь</i> видеть ситуацию с разных сторон
4	Узнай свою школу	1	Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах. Игры на групповое взаимодействие, на развитие рефлексии. Ролевая игра. Интеллектуальные задания. <i>Использовать</i> важные личностные качества для выстраивания отношений.
5	Что поможет мне учиться?	1	Психологические игры на сотрудничество. Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Групповая дискуссия. Интеллектуальные задания. <i>Уметь</i> смотреть в будущее и ставить перед собой цели школьных достижений
6	Легко ли быть учеником?	1	Игры-задания на конструктивное взаимодействие. Задания с использованием терапевтических метафор. Групповая дискуссия. Интеллектуальные задания. Ролевая игра. <i>Делать простые выводы и обобщения</i> в результате совместной работы класса
7	Трудно ли быть настоящим учителем?	1	Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах. Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Групповая дискуссия. Ролевая ситуация. Итоговый круг. <i>Делать простые выводы и обобщения</i> в результате совместной работы
II. ЭМОЦИИ (7 ЧАСОВ) 1. Я МОЙ ВНУТРЕННИЙ МИР (7 ЧАСОВ)			
8	Каждый видит мир и чувствует его по-своему	1	Игры на групповое взаимодействие, упражнения на развитие рефлексии. Задания с использованием терапевтических метафор. Ролевая игра. Задания на формирование «эмоциональной грамотности» <i>Уметь</i> применять знания внутреннего мира для создания отношений. <i>Подчеркнуть</i> ответственность человека за свои чувства и мысли
9	Чувства бывают разными	1	Психологическая информация. Коммуникативные игры. Игры на групповое взаимодействие, упражнения на развитие рефлексии. Групповая дискуссия. Слушание и анализ сказки, упражнения на невербальное общение. Задания на формирование «эмоциональной грамотности» <i>Знать</i> словарь чувств. <i>Уметь</i> изображать чувства. <i>Развивать</i> интерес для познания самих себя.

			<p><i>Контролировать</i> эмоциональные состояния. <i>Развивать</i> адекватное самовыражение</p>
10	Стыдно ли бояться?	1	<p>Игры на групповое взаимодействие. Ролевая ситуация. Слушание и анализ сказки, упражнения на невербальное общение. Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Групповая дискуссия. <i>Понимать</i>, что все люди в той или иной ситуации испытывают страх. <i>Составлять</i> целостный образ «Я». <i>Контролировать</i> эмоциональные состояния. <i>Развивать</i> адекватное самовыражение</p>
11	Чего я боюсь?	1	<p>Коммуникативные игры. Игры на групповое взаимодействие. Задания с использованием терапевтических метафор. Групповая дискуссия. Ролевая игра. <i>Применять</i> самоанализ, рефлексия</p>
12	Любой внутренний мир ценен и уникален	1	<p>Психологические примеры. Слушание и анализ сказки, упражнения на невербальное общение. Групповая дискуссия. <i>Понимать</i> собственный внутренний мир. <i>Подчеркнуть</i> ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека. <i>Понимать</i>, что внутренний мир – это отражение индивидуальности. <i>Знать</i> что такое «Я зеркальное».</p>
13	Работа с негативными переживаниями	1	<p>Психологическая информация. Игры на приветствие, на невербальное общение. Задания с использованием терапевтических метафор. Ролевая ситуация. Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Групповая дискуссия. <i>Уметь</i> наблюдать за проявлением своих эмоций. <i>Понимать</i> собственные и чужие эмоции</p>
14	Сила внутри меня	1	<p>Психологическая информация. Игры на приветствие, на невербальное общение. Ролевая ситуация. Групповая дискуссия. <i>Понимать</i> собственные и чужие эмоции. <i>Дифференцировать</i> разные эмоции</p>
<p>III. ПСИХОЛОГИЯ ОТНОШЕНИЙ: ТЫ – Я – ОН/ОНА =МЫ (20 часов): 1. КОНФЛИКТЫ И ИХ РОЛЬ В УСИЛЕНИИ «Я» (10 ЧАСОВ)</p>			
15	Конфликты в школе, дома, на улице	1	<p>Психологическая информация. Работа со словарями, игры на групповое взаимодействие, слушание и анализ сказки. Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах. Задания на формирование</p>

			«эмоциональной грамотности». Когнитивная игра. Групповая дискуссия. <i>Осознавать</i> причины ссор
16	Способы поведения в конфликте	1	Психологическая информация. Коммуникативные игры. Игры на групповое взаимодействие, слушание и анализ сказки. Ролевая игра. Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Когнитивная игра. <i>Находить</i> различие между само восприятием и межличностным восприятием
17	Трудные ситуации могут научить меня	1	Слушание и анализ сказки, игры на развитие рефлексии, самопрезентация. Задания с использованием терапевтических метафор. Ролевая ситуация. Групповая дискуссия. Когнитивная игра. Интеллектуальные задания. <i>Находить</i> конструктивное разрешение в конфликте
18	Конфликт взаимодействие - 1 или	1	Коммуникативные игры. Самопрезентация, ассоциации, изобразительная деятельность, слушание и анализ сказки. Ролевая игра. Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Групповая дискуссия. <i>Выстраивать</i> отношения через половое различие
19	Конфликт взаимодействие - 2 или	1	Коммуникативные игры. Театр рук, этюды на выражение эмоций, слушание и анализ сказки, ролевые игры. Когнитивная игра. Групповая дискуссия. <i>Выстраивать</i> отношения через половое различие
20	Что такое одиночество?	1	Ролевая игра, игры на групповое взаимодействие. Задания с использованием терапевтических метафор. Ролевая ситуация. Задания на формирование «эмоциональной грамотности». Групповая дискуссия. <i>Уметь</i> создавать дружеские отношения
21	Нужно ли человеку меняться?	1	Задания с использованием терапевтических метафор. Игры на групповое взаимодействие, ролевые игры на разрешение конфликтов. Групповая дискуссия. Ролевая игра. <i>Уметь</i> создавать дружеские отношения
22	Конструктивное разрешение конфликта	1	Психологическая информация. Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах. Коммуникативные игры. Задания с использованием терапевтических метафор. Игры на групповое взаимодействие, слушание и анализ сказки. Интеллектуальные задания. Ролевая игра. Групповая дискуссия. Когнитивная игра. <i>Находить</i> конструктивное разрешение в конфликте
23	Конфликт как возможность	1	Коммуникативные игры. Психо-гимнастика, слушание и анализ сказки, ролевая

	развития		игра. Групповая дискуссия. Когнитивная игра. Интеллектуальные задания. <i>Находить</i> конструктивное разрешение в конфликте
24	Учимся договариваться	1	Коммуникативные игры. Задания с использованием терапевтических метафор. Когнитивная игра. Задания на формирование «эмоциональной грамотности» <i>Уметь</i> создавать дружеские отношения
2. Я И ТЫ (4 ЧАСА)			
25	Я и мои друзья	1	Психологическая информация. Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах. Коммуникативные игры. Упражнения на развитие рефлексии, игры на групповое взаимодействие. Ролевая ситуация. Групповая дискуссия. Работа со сказкой. <i>Понимать</i> ценность общения с друзьями, роль дружбы в жизни человека <i>Уметь</i> работать в команде
26	У меня есть друг	1	Игры на групповое взаимодействие, слушание и анализ сказки. Ролевая игра. Групповая дискуссия. <i>Обсудить</i> проблемы подростковой дружбы. <i>Взаимодействовать</i> друг с другом на основе сходств и различий <i>Находить</i> сходные характеристики между людьми <i>Уметь</i> замечать положительные черты характера у друга, формировать их у себя
27	Я и мои колючки	1	Психологическая информация. Игра на групповое взаимодействие. Ролевая ситуация. Когнитивная игра. Работа со сказкой, изобразительная деятельность. Игры на развитие рефлексии. Задания на формирование «эмоциональной грамотности» <i>Уметь</i> оценивать собственные поступки. <i>Выявлять</i> у себя качества дружелюбия и недружелюбия
28	Что такое одиночество?	1	Психологическая информация. Игра на групповое взаимодействие, ролевая игра, изобразительная деятельность. Работа со сказкой. Задания с использованием терапевтических метафор. Задания на формирование «эмоциональной грамотности» <i>Понимать</i> , что одиночество – это результат негативного восприятия себя и окружающих. <i>Уметь</i> давать поддержку другому человеку

3. МЫ НАЧИНАЕМ МЕНЯТЬСЯ (6 ЧАСОВ)			
29	Зачем нужна уверенность в себе?	1	Психологическая информация. Игра на групповое взаимодействие, ролевая игра. Групповая дискуссия. Работа со сказкой. <i>Уметь отличать уверенного человека от неуверенного.</i>
30	Источники уверенности в себе	1	Психологическая информация. Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах, слушание и анализ сказки, изобразительная деятельность. Групповая дискуссия. <i>Осознавать свои качества, повышать самооценку.</i> <i>Уметь отличать уверенного человека от неуверенного</i>
31	Неуверенный в себе человек	1	Игры на активизацию словаря и речевое взаимодействие. Задания с использованием терапевтических метафор. Задания на формирование «эмоциональной грамотности» Ролевая ситуация. Интеллектуальные задания. <i>Уметь отличать уверенного человека от неуверенного</i>
32	Уверенность и уважение к другим	1	Психологическая информация. Игры на активизацию словаря и речевое взаимодействие. Когнитивная игра. Групповая дискуссия. <i>Уметь выстраивать отношения через уважение к другому человеку</i>
33	Уверенность в себе и непокорность	1	Игры на приветствие, на активизацию словаря и речевое взаимодействие в парах, слушание и анализ сказки, изобразительная деятельность. Групповая дискуссия. <i>Уметь выстраивать отношения через уважение к другому человеку</i>
34	Ставим цели	1	Психологическая информация. Игры на групповое взаимодействие, упражнения на развитие рефлексии. Задания с использованием терапевтических метафор. Задания на формирование «эмоциональной грамотности» <i>Уметь ставить перед собой цели в рамках школьного обучения</i> <i>Знать что такое средства, способы достижения цели.</i> <i>Уметь трансформировать мечту в цель</i>
IV. ДИАГНОСТИКА (1 ЧАС)			
1. ЗАКЛЮЧЕНИЕ. ИТОГОВАЯ ДИАГНОСТИКА (1 ЧАС)			
35	Диагностика динамики развития УУД	1	Интеллектуальные и когнитивные задания. Диагностические задания на выявление динамики развития личностных и метапредметных УУД
Итого:		35	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575796

Владелец Лобанкова Ольга Станиславовна

Действителен с 04.05.2021 по 04.05.2022

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575796

Владелец Лобанкова Ольга Станиславовна

Действителен с 04.05.2021 по 04.05.2022