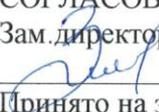


МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ № 2»
Г.ЯСНОГОРСКА ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

СОГЛАСОВАНО:

Зам. директора по ВР

 О.Ю. Зубарева

Принято на заседании педагогического
совета

Протокол № 1 от 29.08.2024г.

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МОУ «ЦО №2» г.Ясногорска

 Ю.И.Иванова

приказ № 215 от 02.09.2024г.



Рабочая программа дополнительного образования
«Практическая психология»
для обучающихся 11-х классов

Направленность: коммуникативная деятельность

Срок реализации: 1 год

Составитель: Кукушкина Е.В.

2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Общение – важнейший фактор психического и социального развития личности. Навыки общения необходимы каждому человеку для полного и качественного взаимодействия с другими людьми, для адаптации в социуме. Минимальные навыки общения у нас у всех имеются, но как показывает жизнь – их часто бывает недостаточно для решения разного рода проблем и задач, с которыми нам приходится сталкиваться в повседневной жизни. Следовательно, эти навыки необходимо развивать и совершенствовать.

Психология общения – это наука, которая изучает и решает проблемы общения и взаимоотношений между людьми.

В образовательных стандартах нового поколения в качестве одной из приоритетных областей развития личности школьника обозначены коммуникативные способности. Эти способности обеспечивают полноценное развитие личности, ее самореализацию и социализацию: на первый план выдвигается способность личности самостоятельно находить решения социально и профессионально значимых проблем, вступать в коммуникации познавательного, нравственного, профессионального характера.

В современном мире обществу требуются социально-адаптированные, высокообразованные, инициативные, предприимчивые, творческие люди.

Старшеклассникам необходимо социальное признание, что приводит к более активным, чем когда-либо поискам путей и средств самоутверждения. Самоутверждение личности идет за счет признания интеллектуальных способностей, физических данных или активной общественной работы. В ходе выполнения различных видов деятельности подростки стремятся подражать "образцам поведения", но не всегда получают желаемый результат, что может приводить к острым переживаниям неудач.

В ходе взросления меняется отношение к семье. Созревание когнитивных и эмоциональных функций может вести к тому, что подростки используют все свои новые способности в форме критики, сомнений, противодействий, что ведет к конфликтам в семье.

Общение подростков в референтных группах становится основным способом самоутверждения: в них происходит сравнение качеств друг друга, результатов деятельности, выражаются притязания на место и роль среди сверстников. В общении проходит процесс удовлетворения своих духовных, физических потребностей за счет обмена информацией и эмоциями, процесс построения межличностных отношений подростков. Чувство одиночества и неприкаянности, связанное с возрастными трудностями становления личности, порождает у подростков неутолимую жажду общения и группирования со сверстниками, в обществе которых они находят (или надеются найти): эмоциональное тепло, признание собственной значимости.

Таким образом, в старших классах под влиянием биологических и социальных факторов в образе "Я" подростка приоритетное развитие получает потребность в признании своего "Я", признании своего имени, своей психологической сущности и внешних физических данных, утверждение своего "Я" в социальном пространстве личности в общении с окружающими людьми, потребность в признании сущности как представителя пола. Психология общения в подростковом возрасте строится на основе противоречивого переплетения двух потребностей: обособления и аффилиации, т.е. потребности в принадлежности, включенности в какую-то группу или общность.

Ведущей деятельностью в этот период становится общение, оно формирует подростка как личность. Интенсивность общения, разнообразие его содержания, целей, средств, являются важными факторами, определяющими личностное развитие.

Цель курса - развитие коммуникативных навыков учащихся, повышение уровня их психологической компетентности в коммуникативной сфере, обеспечение личностного развития подростков.

Задачи курса:

- повысить психологическую культуру подростка;
- сформировать базовые понятия из области психологии общения, психологии эмоций, конфликтологии;
- развить навыки конструктивного общения;
- развить умения адекватно выражать свои чувства и понимать выражение чувств других людей;
- развитие навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях;
- повысить уровень рефлексивности;
- создать мотивацию для дальнейшего саморазвития учащихся.

Учебно–методический комплект, способствующий достижению поставленных целей и задач, включает в себя различные учебные пособия и монографии, на основании которых были написаны конспекты элективных занятий, а также сборники развивающих психологических игр и тренингов, фильмы и видеоролики, в которых освещаются предусмотренные темы.

При реализации программы используются практически все методы организации учебно-познавательной деятельности, классифицирующиеся по характеру познавательной деятельности школьников (объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, метод проблемного изложения, частично-поисковый); по источникам знаний (словесные, наглядные, практические); по логике раскрытия учебного материала (индуктивные и дедуктивные) и по степени самостоятельности учащихся; обобщающая беседа по пройденному

материалу, практические работы, работа с ментальными картами, тестирование, фронтальный опрос, индивидуальная работа (карточки, устный опрос), дискуссии, проектная работа, составление презентаций, публикаций.

По окончании курса учащиеся должны:

Знать:

- иметь общие представления о внутреннем мире человека, самопознании и саморазвитии,
- понимать значение терминов, используемых при изучении каждой темы,
- способы саморегуляции, доступные возрасту.

Уметь:

- определять эмоциональное состояние человека по внешним проявлениям,
- свободно выражать свои чувства и переживания,
- сотрудничать со сверстниками и взрослыми,
- владеть навыками саморегуляции и самопознания, соответствующие возрасту,
- владеть навыками конструктивного общения.

Уровень программы, объём и сроки:

Программа рассчитана на обучающихся 15-17 лет. Условия набора: принимаются все желающие.

Срок реализации программы 1 год, 34 часа. Продолжительность занятий 40 минут, форма обучения – очная, уровень программы – базовый.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание	КОЛ-ВО ЧАСОВ	
	теория	практика
Раздел 1. Психология как наука	2	
Раздел 2. Психология общения	6	8
Раздел 3. Межличностные отношения и взаимопонимание	2	4
Раздел 4. Конфликт. Общение в конфликте	1	2

Раздел 5. Практические аспекты общения	3	5
Заключительное занятие.		1
ИТОГО	14	20
	34 часа	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	№ урока в теме	Наименование разделов и тем	Дата проведения		
			по плану	по факту	приме чания
		Раздел 1. Психология как наука (2 часа)			
1	1	Психология как центральное составляющее звено знаний о человеке.			
2	2	Представление о личности и её свойствах.			
		Раздел 2. Психология общения (14 часов)			
3	1	Понятие об общении в психологии.			
4	2	Общение – основа человеческого бытия.			
5	3	Средства общения. Речь, или вербальное средство общения.			
6	4	Невербальные средства общения			
7	5	Факторы, обуславливающие эффективность общения			
8	6	Свойства личности, влияющие на эффективность общения			
9	7	Формы воздействия (влияния) на партнёров общения. Неимперативные прямые формы воздействия.			
10	8	Императивные прямые формы воздействий.			
11	9	Манипуляция. Способы защиты от воздействий и манипуляций			

12	10	Личностные факторы, обуславливающие эффективность воздействий			
13	11	Коммуникативные эмоциональные состояния			
14	12	Возрастные особенности общения			
15	13	Особенности общения, связанные с полом.			
16	14	Повторение и практическая деятельность.			
		Раздел 3. Межличностные отношения и взаимопонимание (6 часов)			
17	1	Потребность людей во взаимоотношениях			
18	2	Установление взаимопонимания между общающимися			
19	3	Механизмы взаимопонимания в общении			
20	4	Межличностные отношения			
21	5	Имидж и самопрезентация			
22	6	Повторение и практическая деятельность.			
		Раздел 4. Конфликт. Общение в конфликте (3 часа)			
23	1	Понятие конфликта, его виды. Источники и причины конфликтов			
24	2	Стратегии поведения в конфликтных ситуациях.			
25	3	Практическое занятие по стратегиям поведения в конфликтных ситуациях.			
		Раздел 5. Практические аспекты общения (8 часов)			
26	1	Публичное выступление			
27	2	Как сделать свою речь убедительной. Практическое занятие.			
28	3	Формы делового общения и их характеристики			
29	4	Письменная коммуникация: свойства и функции			

30	5	Педагогическое общение			
31	6	Взаимоотношения учителей с учащимися и их родителями. Практическое занятие.			
32	7	Межличностные отношения и общение в семье			
33	8	Повторение и практическая деятельность			
		Заключительное занятие (1 час)			
34	1	Итоговое занятие			
		Итого: 34 часа			

Список литературы

1. Андреева, Г. М. Психология социального познания М., 2004
2. Атватер, И. Я Вас слушаю. - «Экономика», 1988. – 111 с.
3. Вердербер, Р., Вердербер К. Психология общения. – Спб. 2003
4. Доценко, Е.Л. Психология манипуляции: феномены, механизмы и защита.— М.:, Издательство МГУ, 1997. — 344 с.
5. Ильин, Е.П. Психология общения – Спб. 2009.
6. Крижанская, Ю. С. Третьеков, В. П. Грамматика общения 1990
7. Поварнин, С.И. Искусство спора. О теории и практике спора. М.:ТЕРРА, 2009. - 192 с.
8. Пиз, А. Язык телодвижений. Как читать мысли окружающих по их жестам - Нижний Новгород: Ай Кью, 1992. 265 с.
9. Рудякова, О.Н. Развитие культуры общения в подростковой среде: программа, разработки занятий, рекомендации. – Волгоград: Учитель, 2011. – 151 с.
10. Семечкин, Н.И. Психология малых групп: учеб. пособие / Н. И. Семечкин. - Владивосток: изд-во Дальневосточного государственного университета, 2005. – 117 с.
11. Семечкин, Н.И. Социальная психология на рубеже веков: история, теория, исследование: учеб. Пособие – Владивосток: изд. Дальневосточного университета, 2001. – 149с.
12. Сидоренко, Е.В. Тренинг влияния и противостояния влиянию. — СПб: Речь, 2002. — 256 с.

13. Столяренко, Л.Д. Социальная психология – Ростов н/Д, 2009.
14. Трунов, Д.Г. Механизмы манипуляции и типы манипуляторов // Коммуникация в современной парадигме социального и гуманитарного знания: Материалы 4-й международной конференции РКА «Коммуникация-2008». М., 2008. С. 474-476.
15. Чалдини, Р. Психология влияния. 5-е изд. – Спб.: Питер, 2013. – 304 с.
- Шепелева, Л.Н. Программы социально-психологических тренингов. – СПб: Питер, 2011. – 160 с

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР
ОБРАЗОВАНИЯ №2" Г. ЯСНОГОРСКА ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ,** Иванова Юлия
Игоревна, Директор

11.09.24 16:28
(MSK)

Сертификат 881EE9CB008DC33C6E1C72740E279C97