

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №12»



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Уроки общения

5 класс

Разработчик: педагог-психолог
Кинкладзе Евгения Ивановна

Обсуждена и согласована на
методическом объединении
учителей начальных классов
Протокол № 1 от 30.08.2024г

Принята на Методическом совете школы
Протокол № 1 от 30.08.2024г

г. Соликамск, 2024

Содержание

Пояснительная записка.....	3
Содержание программы.....	4
Планируемые результаты.....	5
Тематическое планирование.....	6
Учебно-тематическое планирование.....	6
Список литературы.....	10

Пояснительная записка

Программа психолого-педагогического сопровождения составлена в соответствии с требованиями Закона от 29.12.2012 №273 РФ «Об образовании в РФ», Федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования, Концепции развития системы психолого-педагогической помощи в сфере общего образования и среднего профессионального образования в Российской Федерации на период до 2030 года от 18.07.2024.

Одной из главных целей школьного образования является создание и поддержание психологических условий, обеспечивающих полноценное психическое и личностное развитие каждого ребенка. Большое значение для развития личности имеет психическое здоровье. В ситуации дискомфорта в первую очередь фрустрируется эмоциональная сфера, что вызывает тревожность как ответную реакцию на стрессовую ситуацию. По результатам психологических исследований выявлено, что в 5-х классах количество детей с высоким уровнем тревожности несколько выше, чем в других классах школы, и связано это с особенностями переходного периода из начальной школы в среднюю школу.

В данный возрастной период происходит изменение условий обучения: дети переходят из начального звена школы в среднее звено. Как правило, такой переход сопровождается появлением разного рода трудностей. Перед учащимися встают задачи адаптации к изменившимся условиям обучения: разнообразие и качественное усложнение требований, предъявляемых к школьнику разными педагогами, смена позиции «старшего» в начальной школе и «самого маленького» в средней, для некоторых учащихся — смена классного коллектива. Все это является довольно сложным испытанием для психики школьника. Для этого возраста характерно повышение тревожности, неуверенности, страхов.

Данная программа является психолого-педагогической программой образовательного учреждения и разработана на основе программы психологических занятий для учащихся 5-х классов Кляцус Н.Г, Кобзеева Е.М. «Я выбираю успех!» и психологических тренингов Грецова А.Г. Также в программе используется эмоциональный тренажер Л.Депутатовой «School kids». Программа рассчитана на 1 год психологического сопровождения детей 5хклассов, посещающих МАОУ «СОШ №12».

Программа «Уроки общения» разработана для профилактики рисков школьной адаптации учащихся младшего подросткового возраста.

Содержание программы

Рабочая программа педагога-психолога определяет содержание и структуру деятельности по направлениям: психодиагностика, психокоррекция, профилактика в работе с учениками 5 классов.

Целью программы является создание психологических условий для формирования предпосылок успешного развития личностных и метапредметных компетенций учащихся в процессе дальнейшего обучения.

Задачи:

1. Профилактика всех форм школьной дезадаптации;
2. Целенаправленное формирование вербально-логических когнитивных структур
3. Формирование структурированной системы знаний о возможных способах и формах преобразования вербального материала
4. Развитие умения ставить цели и планировать свою деятельность, в том числе учебную
5. Развитие личностных характеристик учащихся: осознание ими разных видов поведения, положительных и отрицательных личностных качеств, формирование понимания о допустимых формах вербальных реакций в конфликтных ситуациях
6. Развивать коммуникативные способности, навыки эффективного общения.

Методы и приемы работы:

- групповая дискуссия;
- мозговой штурм;
- беседа;
- ролевая игра;
- рефлексия;

- памяти.

Структура занятия: каждое занятие программы состоит из вводной, основной и заключительной частей.

Основные циклы сопровождения:

- готовность к обучению и адаптация в 5 классе;
- помощь детям, имеющим трудности в обучении, помощь детям, имеющим проблемы самоорганизации и поведения;
- профилактика суицидальных рисков;
- профилактика буллинга, формирование навыков разрешения межличностных конфликтов;
- профилактика формирования у обучающихся девиантных форм поведения, агрессии и повышенной тревожности.

Планируемые результаты

Метапредметные:

- нивелирование дезадаптивных факторов при переходе учащихся в среднее звено школы;
- снижение тревожности, связанной с различными аспектами школьной жизни, до уровня, соответствующего возрастной норме;
- развитие культуры общения младших подростков со сверстниками и взрослыми;
- формирование вербально-логических когнитивных структур, которые проявляются в повышении уровня учебных умений и навыков;
- повышение эффективности приемов учебной деятельности;
- повышение уровня самостоятельности, учебной активности, познавательной мотивации, творческих способностей.

Личностные:

знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;

ориентация в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;

этические чувства — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;

эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им.

Продолжительность занятий: цикл из 17 занятий продолжительностью 40мин. Занятия проводятся через неделю.

Тематическое планирование

№ Урока	Название Тема	Количество часов	Форма проведения
1.	Понимать и ценить себя	1	Групповая дискуссия; мозговой штурм; беседа; познавательные и ролевые игры, упражнения на развитие высших психических функций (ВПФ), памятки; рефлексия
2.	Диагностика	2	Анкетирование, психологические опросники
3.	Мои цели	1	Групповая дискуссия; мозговой штурм; беседа; познавательные и ролевые игры, упражнения на развитие высших психических функций (ВПФ), памятки; рефлексия
4.	Негативные переживания (у.4)	1	
5.	Учимся управлять эмоциями	1	
6.	Эмпатия	1	
7.	Какие мы разные.(у.5)	1	
8.	Я узнаю себя (у.6)	1	
9.	School kids	1	
10.	Что я чувствую (у.10)	1	
11.	Уверенный/неуверенный человек (у.21)	1	
12.	Как пережить обиду (у.22)	1	
13.	На ошибках учатся (у.23)	1	
14.	Что такое дружба (у.24)	1	
15.	Самооценка (у.28)	1	
16.	Конфликт или взаимодействие	1	

Учебно-тематическое планирование

№ Урока	Название	Цель	Содержание
---------	----------	------	------------

1. Понимать и ценить себя	Формировать положительную самооценку. Формировать предпосылки бесконфликтного общения	Беседа «Понимать и ценить самого себя» Упражнения «Твои достоинства» «Твои ежедневные победы»
2. Диагностика	Диагностика школьной тревожности (стартовая)	Определение школьной и личной тревожности
3. Мои цели	Рефлексия личностных качеств. Формирование личной мотивации обучения в средней школе, осознание своих целей. Развитие мышления (синтез). Развитие переключения внимания	Упражнения Знакомство с самим собой. Мои цели Три слова. Называйте и считайте.
4. Негативные переживания (у.4)	Ослабление негативных переживаний школьных ситуаций. Развитие мышления (анализ через синтез). Развитие пространственных представлений. Формируем личные ценности. Вырабатываем правильное отношение к критике	Упражнения Составьте слова. Представьте куб. Рисуем слово
5. Учимся управлять эмоциями	Развитие умения управлять своим эмоциональным состоянием	Упражнение «Скорая эмоциональная помощь»
6. Эмпатия	Развитие эмпатии, адекватных стратегий поведения в условиях взаимодействия с близкими (и другими людьми).	Упражнения «Ситуации» «Ситуации в семье»
7. Какие мы разные.(у.5)	Развитие мышления (анализ через синтез). Развитие слуховой памяти. Формирование осознания необходимости правильной подготовки к урокам на основе знаний о требованиях к ответам. Рефлексия чувств.	Упражнения Отгадайте слова. Запомни и ответь. Что важно при ответе. Какие мы разные.
8. Я узнаю себя (у.6)	Развитие мышления (вербальный анализ). Развитие пространственных представлений. Развитие концентрации и устойчивости внимания. Рефлексия личностных качеств	Упражнения Объясните греческие слова. Необычные ножницы. «Муха». Я узнаю себя
9. School kids	Тренинг навыков бесконфликтного решения вопросов ученик-ученик, ребенок-взрослый	Игра «School kids»

	Развитие эмоционального интеллекта	
10. Что я чувствую (у.10)	Рефлексия собственных чувств. Повышение самооценки, групповой сплоченности. Развитие разных видов памяти. Развитие пространственных представлений.	Упражнения Тренируем разные виды памяти. Вид комнаты сверху. Что я чувствую? Комплименты
11. Уверенный/неуверенный человек (у.21)	Развитие умения различать виды поведения. Развитие логического мышления (отработка умения дифференцировать отношения между понятиями «часть — целое» и «обобщение — конкретизация»).	Упражнения Сравниваем понятия. Дополните до куба. Как выполнять домашнее задание (устные задания). Какое бывает поведение?
12. Как пережить обиду (у.22)	Развитие логического мышления (разделение понятий). Развитие пространственных представлений. Развитие воображения. Развитие эмоциональной сферы.	Упражнения Разделите понятия. Перекресток. Придумайте предметы. Как пережить обиду.
13. На ошибках учатся (у.23)	Формирование мотивации достижения успеха в ситуации учебной ошибки. Выработка правильного отношения к неудачам и ошибкам. Развитие логического мышления Развитие пространственных представлений, слуховой памяти.	Упражнения Деление понятий. Рисуем в уме. На ошибках учатся. Уроки ошибок.
14. Что такое дружба (у.24)	Выяснение представлений учащихся о дружбе. Развитие логических форм вербального мышления (определение видов суждений). Развитие пространственных представлений. Развитие тактильной памяти, речи	Упражнения Определите вид суждения. Переворот фигур. Что такое дружба. Угадай предмет
15. Самооценка (у.28)	Формирование знаний учащихся об уровнях самооценки. Развитие умения различать уровни самооценки в поведении Развитие логических форм вербального мышления.	Упражнения Измените форму, не меняя содержания. Запомни и ответь. Самооценка.

	Развитие слуховой памяти..	Что скрывает поведение.
16.;Конфликт или взаимодействие	Развитие логических форм вербального мышления. Развитие слухового восприятия. Развитие навыков общения и разрешения конфликтов.	Упражнения Учимся рассуждать. Составь вопрос. Конфликт или взаимодействие.
17. Диагностика	Диагностика школьной тревожности (финальная)	Определение школьной и личной тревожности

Список литературы

1. Грецов А.Г. Тренинги развития с подростками: Творчество, общение, самопознание / А. Г. Грецов — «Питер», 2011
2. Депутатова Л. Методическое руководство «Как договориться со школьником»: метод. пособие.- Пермь, 2020
3. Клацус Н.Г., Кобзеева Е.М Программа по профилактике школьной дезадаптации учащихся младшего подросткового возраста «Я ВЫБИРАЮ УСПЕХ!» : метод. пособие. — М. : Издательство Московского психолого-социального университета, 2017. — 288 с.