

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №7»

Обсуждено
на заседании ШМО
Протокол №__от____
7»
Руководитель:_____
А.В._____

Принято
на педагогическом совете
МБОУ «СОШ № 7»

Утверждено
Приказ №__от_____
Директор МБОУ «СОШ №

Протокол №__от____

Лямина

«Азбука общения»

**Программа внеурочной деятельности для 6х классов
по развитию коммуникативных навыков у подростков**

Составитель: Функ Л.Ю.

педагог - психолог

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Результаты шестого года обучения

Обучающиеся узнают:

- такие понятия как «общение», «вербальное и невербальное общение», «ценности», «самооценка», «самопознание», «личность», «характер», «конфликт», «социальные роли», «успех»;
- способы преодоления проблем в общении.

Обучающиеся умеют:

- слушать и понимать других людей;
- ставить и достигать цели;
- определять свои ценности;
- предотвращать конфликты;
- находить решение своих проблем;
- адекватно оценивать себя, свои возможности;
- распознавать и контролировать свои эмоции.

Обучающиеся владеют:

- способами эффективного общения и сотрудничества;
- способами достижения успеха;
- навыками поведения в конфликтных ситуациях;
- навыками целеполагания и планирования своей деятельности.

Содержание курса внеурочной деятельности

Содержание курса внеурочной деятельности

шестого года обучения

Введение. Цели и задачи, содержание и виды деятельности на учебный год. Правила работы в группе. Организация упражнений: «Мое настроение», «Закончи предложение».

Раздел 1. «Азбука доверия»

Тема 1. **«Познакомимся поближе».** Психологическая разминка. Организация игр «Знакомые все лица», «Эстафета имен», «Поменяйтесь местами те, кто...». Игра «А я, веселая...». Упражнение «Мое настроение», «Обратная связь». Рефлексия занятия.

Тема 2. **«Я доверяю».** Организация упражнений на развитие доверительных отношений в группе: «Я доверяю...», «Броуменское движение», «Слепой танец», «Змейка». Игра «Секрет». Рефлексия занятия.

Раздел 2. «Азбука познания»

Тема 1. **«Наши имена».** Психологическая разминка. Организация упражнений: «Имя и движение», «Символ имени», «Синквейн», «Имя - ассоциация». Викторина «Имена». Рефлексия занятия.

Тема 2. **«Какой я».** Психологическая разминка. Организация упражнений: «Я», «Портрет моего хорошего «Я»», «Вот я какой! Угадали?», «Ассоциация», «Никто не знает...», «Маски», «Я вчера, я сегодня, я завтра», «Пожелание». Рефлексия занятия.

Тема 3. **«Мои чувства».** Психологическая разминка. Организация упражнений: «Приветствие: «Почувствуй группу», «Человек с чувствами», «Паровозик чувств», «Чувства», «Скульптура», «Полезные и вредные

чувства», «Ладони», «С закрытыми глазами», «Раз, два, три», «Вырази чувство». Рефлексия занятия.

Тема 4. **«Чем мы отличаемся друг от друга»**. Психологическая разминка. Организация упражнений: «Какой я», «Колечко», «Меняются местами те, кто...», «Найди отличия», «Мы такие разные». Рефлексия занятия.

Тема 5. **«Самооценка»**. Психологическая разминка. Организация упражнений: «Комплимент», «Самопрезентация», «Самый, самый», «Представь участника». Диагностика самооценки тест «Самооценка». Рефлексия занятия.

Тема 6. **«Мои ценности»**. Представление о ценностях. Организация упражнений: «Мое настроение», «Я уникальный», «Мои ценности», «Место под солнцем», «Ты для меня ценен», «Путаница», «Мы – одно целое». Рефлексия занятия.

Тема 7. **«Мои цели»**. Представление о цели, развитие умения определять цель предстоящей деятельности. Обучение целеполаганию и планированию. Организация упражнений: «Меткий стрелок», «Ассоциации», «Мои цели», «Представь цель», «Как достичь цели?», «Мой план». Рефлексия занятия.

Тема 8. **«Мои возможности»**. Мотивация достижения успеха и ее формирование. Организация упражнений: «Комплимент», «Я могу, я умею», «Мои мотивы», «Мои успехи», «Как достичь успеха», «Круг доверия», «Дух группы», «Настольный теннис», «Аплодисменты по кругу». Рефлексия занятия.

Раздел 3. **«Азбука общения»**

Тема 1. **«Общение по кругу»**. Общение в жизни человека. Организация упражнений «Передай предмет», «Сказка по кругу», «А я заяц, а я еду», «А я веселая...», «Займи свободное место», «Подарок». Рефлексия занятия.

Тема 2. **«Вербальное и невербальное общение»**. Представление о вербальных и невербальных средствах общения. Организация упражнений «Веселые ладошки», «Вербальное и невербальное общение». Игра «Изобрази пословицу», «Маски». Упражнение «Имя и движение». Игра «Поменяйтесь местами». Инсценировка ситуаций. Рефлексия занятия.

Тема 3. **«Почему возникает конфликт?»**. Понятие «конфликт», причины конфликта. Психологическая разминка. Организация игр «Толкалки без

слов», «Ассоциации», «Пустое место», «Скульптура», «Выйди из круга». Составление «Синквейна». Рефлексия занятия.

Тема 4. **«Преодолеваем конфликты».** Способы избегания конфликтов. Развитие умения предотвращать конфликты, развитие навыков поведения в конфликтной ситуации. Организация упражнений «Икс и игрек», «Плюсы и минусы». Разыгрывание конфликтных ситуаций. Рефлексия занятия.

Тема 5. **«Слушание».** Развитие умения слушать других людей. Правила «хорошего слушания». Мини тест «Умеете ли вы слушать?». Организация упражнений «Испорченный телефон», «Тренировочные упражнения», «Поменяйтесь местами». Рефлексия занятия.

Тема 6. **«Понимание».** Психологическая разминка. Организация упражнения «Мне в тебе нравится». Упражнение «Рисунок по инструкции», «Кораблик успехов». Игра «Гомеостат». Игра «Пойми меня». Рефлексия занятия.

Тема 7. **«Сотрудничество».** Психологическая разминка. Организация упражнений «Комплимент по кругу», «Пакет с сюрпризами», «Коробка счастья», «Походка», «Подарок», «Пожелания». Игра «Объясняю - понимай», «Четыре страны». Рисование в парах. Рефлексия занятия.

Тема 8. **«Ты и я – друзья».** Психологическая разминка. Общие понятия: «дружба», «друг», «друзья». Организация упражнений: «Скульптура», «Мое окружение», «Мы похожи», «Футболка с надписью». Игра «Угадай, кто ты». Игра «Постройся по...», «Составь портрет». Рефлексия занятия.

4. Заключительное занятие. Составление кроссворда в группах по теме «Общение». Тест «Уровень общительности». Подведение итогов.

Тематический план

Шестой год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов
1	Введение	1
Раздел 1. Азбука доверия		2
1	Познакомимся поближе	1
2	Я доверяю	1
Раздел 2. Азбука познания		15
1	Наши имена	2
2	Какой я	2
3	Мои чувства	2
4	Чем мы отличаемся друг от друга	1
5	Самооценка	3
6	Мои ценности	2
7	Мои цели	1
8	Мои возможности	2
Раздел 3. Азбука общения		17
1	Общение по кругу	2
2	Вербальное и невербальное общение	3

3	Почему возникает конфликт?	2
4	Преодолеваем конфликты	2
5	Слушание	2
6	Понимание	1
7	Сотрудничество	2
8	Ты и я – друзья	2
Заключительное занятие		1
<i>Итого</i>		35