

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 7х классов
по развитию коммуникативных навыков у подростков**

Составитель: Функ Л.Ю.

педагог - психолог

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Результаты седьмого года обучения

Обучающиеся узнают:

- такие понятия как «общение», «виды общения», «семейные ценности», «самооценка», «индивидуальность», «личность», «характер», «конфликт», «социальные роли», «мотив», «уверенное и неуверенное поведение»;
- способы преодоления конфликтов.

Обучающиеся умеют:

- строить конструктивные взаимоотношения;
- ставить, корректировать и достигать цели;
- определять семейные ценности;
- предотвращать конфликты и находить решение своих проблем;
- осознавать и выражать словами свои чувства и переживания;

Обучающиеся владеют:

- способами эффективного общения и сотрудничества;
- способами достижения успеха;
- навыками поведения в конфликтных ситуациях;
- навыками самопрезентации;
- навыками уверенного поведения.

Содержание курса внеурочной деятельности

Содержание курса внеурочной деятельности

седьмого года обучения

Введение. Цели и задачи, содержание и виды деятельности на учебный год. Правила работы в группе. Организация упражнений: «Приветствие», «Цвет моего настроения», «Закончи предложение».

Раздел 1. «Азбука доверия»

Тема 1. «Еще раз о доверии». Психологическая разминка. Организация упражнений: «Я доверяю», «Рисунок доверия», «Печатная машинка», «Поводырь». Рефлексия занятия.

Раздел 2. «Азбука познания»

Тема 1. «Имена». Психологическая разминка. Организация упражнений: «Мое имя», «Имя и движение». Игра «Путешествие в страну моего имени». Упражнение «Обратная связь». Рефлексия занятия.

Тема 2. «Какой я?». Организация упражнений: «Снежинка», «Какой я?», «Ассоциации», «Письмо себе любимому», «Письмо о себе», «Самопрезентация». Тест «Самооценка». Рефлексия занятия.

Тема 3. «Я – личность». Представление о понятии «личность», «индивидуальность». Организация упражнений: «Какой я?», «Цепочка», «Ассоциация», «Три цвета личности», «Дерево», «Обратная связь». Рефлексия занятия.

Тема 4. «Моя жизнь. Мои роли». Представление о «социальных ролях». Психологическая разминка. Организация упражнений: «Радуга моего настроения», «Моя жизнь, мои роли», «Маски», «Я вижу», «Все, что думаю», «Горячий стул», «Ситуации». Рефлексия занятия.

Тема 5. «Я в себе уверен». Психологическая разминка. Организация упражнений: «Мое поведение: уверенное и неуверенное», «Место под солнцем», «У моей бабушке в Бразилии», «Хозяин», «А я, веселая...», «Обратная связь». Рефлексия занятия.

Тема 6. **«Мои ценности»**. Представление о «ценностях». Психологическая разминка. Организация упражнения: «Улыбка». Беседа «Что такое счастье?». Упражнение «Помогите мистеру Икс», «Мнимые ценности», «Истинные ценности», «Лестница к счастью», «Допиши предложение». «Учимся управлять временем», «Тише едешь, дальше будешь?», «Учимся ценить каждый час». Рефлексия занятия.

Раздел 3. «Азбука общения»

Тема 1. **«Я хочу с тобой общаться»**. Психологическая разминка. Основные понятия: «общение», «виды общения». Организация упражнений: «Погода», «Глухой телефон», «30 минут общения», «Визуализация вербальной фразы», «Реклама». Рефлексия занятия.

Тема 2. **«Еще раз об общении»**. Психологическая разминка. Представление о вербальном и невербальном общении. Организация упражнений: «Выражение мыслей разными способами», «Колесо», «Немое кино», «Подсказка», «Коллаж», «Волк и семеро козлят», «Конференция», «Обратная связь». Рефлексия занятия.

Тема 3. **«Мои конфликты»**. Психологическая разминка. Представление «конflikте», «причинах конфликтов». Организация упражнений: «Я в конфликте», «Грани сходства», «Все, что со мной происходит», «Человек к человеку», «Опиши чувство». Рефлексия занятия.

Тема 4. **«Еще раз о конфликтах»**. Психологическая разминка. Стратегии разрешения конфликтных ситуаций. Организация упражнений: «Мое настроение», «Установка на успех», «Открытый конфликт», «Обвинители и защитники», «Установление контактов», «Обратная связь». Составление кроссворда по теме «Конфликт». Рефлексия занятия.

Тема 5. **«Я и мир вокруг меня»**. Психологическая разминка. Организация упражнений: «Цвета радуги», «Остров», «Королевство», «Мои успехи», «Башня», «Обратная связь». Рефлексия занятия.

Тема 6. **«Я и мои друзья»**. Психологическая разминка. Организация упражнений: «Друзья», «Объявление», «Голубая корова», «Идеал», «Фотография», «Скульптура». Рефлексия занятия.

Тема 7. **«Я и моя семья»**. Психологическая разминка. Представление о семье, семейных ценностях. Организация упражнений: «Ассоциации», «Скульптура семьи», «Чаще всего», «Я глазами родителей», «Рисунок

семьи», «Семейные истории», «Семейные традиции», «Обратная связь». Рефлексия занятия.

Тема 8. **«Пожелание себе и другим».** Психологическая разминка. «Приветствие», «Друг к дружке», «Подарок», «Золотой стул», «Обратная связь». Рефлексия занятия.

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

Тематический план
Седьмой год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов
1	Введение	1
Раздел 1. Азбука доверия		2
1	Еще раз о доверии	2
Раздел 2. Азбука познания		12
1	Имена	2
2	Какой я?	2
3	Я – личность	2
4	Моя жизнь. Мои роли.	1
5	Я в себе уверен	3
6	Мои ценности	2
Раздел 3. Азбука общения		19
1	Я хочу с тобой общаться	3
2	Еще раз об общении	3
3	Мои конфликты	2
4	Еще раз о конфликтах	2
5	Я и мир вокруг меня	2
6	Я и мои друзья	2

7	Я и моя семья	3
8	Пожелания себе и другим	2
Заключительное занятие		1
<i>Итого</i>		35