

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия № 4 г. Норильск»**

Принято:  
протокол заседания учителей  
гуманитарной кафедры  
от «31» августа 2023 года № 1

Согласовано:  
заместитель директора по УВР  
В. В. Левицкая  
от «31» августа 2023 года



**Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
«Азбука общения»  
для обучающихся 7 классов**

**г. Норильск  
2023-2024 учебный год**

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «АЗБУКА ОБЩЕНИЯ»**

Занятия по курсу внеурочной деятельности "Азбука общения" предполагает изучение психологии человеческого общения и ориентирован на подростковый возраст. В подростковом возрасте наблюдается повышенный интерес юношей и девушек к проблемам общения и взаимоотношений между людьми. Особенность личностной организации подростка заключается в присущих его возрасту новообразований: развитие рефлексии и на ее основе появления самосознания; формирования представления о себе как о взрослом человеке; самоопределение - интерес к будущему, активное формирование сферы интересов. Приоритетным направлением программы является формирование способности строить конструктивные отношения, преодолевать возникающие препятствия, управлять своим эмоциональным состоянием.

### **ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «АЗБУКА ОБЩЕНИЯ»**

Цель: обучение практическим моделям эффективной коммуникации.

Задачи:

1. Владение обучающимися психологическими знаниями в области межличностного взаимодействия.
2. Определение сущности феномена общения, его особенностей, механизмов и закономерностей.
3. Развитие коммуникативных способностей личности подростков, а также навыков саморегуляции.
4. Обучение коммуникативным моделям противостояния негативному влиянию, разрешению конфликтных ситуаций.
5. Формирование умения распознавать и интерпретировать вербальные и невербальные сигналы собеседника.
6. Выработка навыков эффективной самопрезентации и преодоления психологических барьеров в общении.
7. Повышение самооценки, уверенности в себе, социальной адаптивности и эмоциональной лабильности обучающихся

### **МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «АЗБУКА ОБЩЕНИЯ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

На изучение курса внеурочной деятельности "Азбука общения" в 7-х классах отводится по 17 часов, 1 час в неделю.

### **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

#### **Общение - основа человеческого бытия**

Знакомство с курсом. Человек как социальное существо: зачем уметь общаться. Изучение собственной компетентности в общении. Средства общения. Информация вербальная и невербальная.

#### **Общение как обмен информацией**

Основные элементы коммуникации. Механизмы взаимопонимания. Толерантность как средство повышения эффективности общения. Ролевые игры, направленные на групповое принятие решений, на отработку техник и приемов эффективного общения, развитие терпимого отношения к людям.

#### **Проявление индивидуальных особенностей личности в общении**

Темперамент -способности -профессия "Волевой характер": понятие воли, ее роль в регуляции поведения. Способы и перспективы развития. Развитие личности. Отношение к себе, самооценка, личностный рост. Радуга эмоций: формирование умения осознавать, что со мной происходит, анализировать собственное состояние.

### **Конфликты, способы их предупреждения и разрешения**

Конфликт как социально-психологическое явление. Самодиагностика на определение конфликтности. Бесконфликтное общение с "трудными" людьми  
Стратегия разрешения конфликтов. Исходы конфликтных ситуаций. Подведение итогов.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **Личностные результаты:**

- осознавать и принимать себя как личность со всеми своими индивидуальными особенностями;
- сформированность четких представлений об основных жизненных целях и способах их достижения;
- умение адекватно оценивать себя, причины и последствия своих поступков, проводить саморефлексию;
- улучшение коммуникативных навыков, вербального и невербального выражения собственных чувств и эмоциональных состояний;
- умение слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки, отстаивать свою точку зрения, соблюдая правила речевого этикета;
- аргументировать свою точку зрения с помощью фактов и дополнительных сведений, уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

### **Метапредметные результаты:**

- умение адекватно оценивать себя, причины и последствия своих поступков;
- развитие навыков самопрезентации;
- применение техник и приемов эффективного общения в личностной и профессиональной деятельности;
- проявление позитивных мотивов в межличностных отношениях.

### **Предметные результаты:**

- использовать речь для регуляции своего поведения, уметь задавать вопросы, оформлять свои мысли в устной им письменной форме с учетом своих учебных и жизненных речевых ситуаций;
- сформированность более широкого представления о структуре личности: осознавать взаимосвязи и взаимовлияния различных личностных функций и структур;
- сформированность представления о своей профессиональной и личностной направленности, творческом потенциале;
- совершенствование техник и приемов общения, правил слушания, ведения беседы, убеждения;
- сформированность этических принципов общения;
- сформированность более широкого представления о приемах конструктивного взаимодействия с окружающими и конструктивного разрешения конфликтных ситуаций.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
<b>Раздел 1.</b>			
	Общение – основа человеческого бытия.	3	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
	Итого по разделу	3	
<b>Раздел 2.</b>			
	Общение как обмен информацией	3	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
	Итого по разделу	3	
<b>Раздел 3.</b>			
	Проявление индивидуальных особенностей личности в общении	4	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
	Итого по разделу	4	
<b>Раздел 4.</b>			
	Конфликты, способы их предупреждения и разрешения	7	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
	Итого по разделу	7	
	<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>	<b>17</b>	

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Форма проведения занятия	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1	Знакомство с курсом. Человек как социальное существо: зачем уметь общаться.	1	23.09.23	Проблемная беседа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2	Изучение собственной компетенции в общении.	1	30.09.23	Урок – практикум	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
3	Средства общения. Информация вербальная и невербальная.	1	07.10.23	Урок – игра	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
4	Основные элементы коммуникации. Механизмы взаимопонимания.	1	14.10.23	Урок – игра	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
5	Толерантность как средство повышения эффективности общения.	1	11.10.23	Проблемная беседа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
6	Ролевые игры, направленные на групповое принятие решений, на отработку техник и приемов эффективного общения, развитие терпимого отношения к людям.	1	18.11.23	Урок – игра	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
7	Темперамент – способности.	1	28.11.23	Урок – практикум	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
8	«Волевой характер»: понятие воли, ее роль в регуляции поведения.	1	12.12.23	Проблемная беседа.	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
9	Способы и перспективы развития личности.	1	19.12.23	Проблемная беседа.	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
10	Радуга эмоций: формирование умения осознавать, что со мной происходит, анализировать собственное состояние.	1	16.01.24	Урок – практикум	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
11	Конфликт как социально-психологическое явление.	1	30.01.24	Проблемная беседа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
12 13	Самодиагностика на определение конфликтности. Анализ результатов.	1	06.02.24 27.02.24	Урок – практикум	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

14	Бесконфликтное общение с людьми.	1	05.03.24	Урок – игра	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
15	Стратегия разрешения конфликтов.	1	19.03.24	Урок – игра	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
16	Исходы конфликтных ситуаций.	1	01.04.24	Урок – игра	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
17	Подведение итогов.	1	16.04.24	Беседа	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		17			

# **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

## **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

1. Егорова Е. ПроЦВЕТание по Макс Люшеру. –СПб.: Питер, 2007.
2. Игры, обучение, тренинг, досуг / Под ред. В.В. Петрусинского. // В четырех книгах. М.:Новая школа, 1994.
3. Лучшие психологические тесты / сост. М.В. Оленникова. –М.: АСТ; СПб.: Сова, 2010.
4. Малыгин В.Л. Как стать счастливым. Книга для подростков. –Тула, 2003.

## **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ**

### **ИНТЕРНЕТ**

Портал психологических изданий. Режим доступа: [http:// www.psyjournals.ru](http://www.psyjournals.ru)  
Психология общения на уроке / Гиреева Ю.М. Режим доступа: <http://www.festival.1september.ru/articles/416336/>