Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение г. Хабаровска

«Лицей инновационных технологий»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрено  на кафедре гуманитарных наук  Протокол № 1  от «28 » августа 2023 г. | СОГЛАСОВАНО  Зам. директора по УВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Пестрикова, Т.Д.  Протокол №1 от «29» августа 2023 г. | УТВЕРЖДЕНО  Директор МАОУ "ЛИТ"  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  В.В. Полозова  Приказ №1/100 от «30» августа 2023 г. |

**Рабочая программа**

**Секреты общения.**

**Спецкурс (ФГОС)**

Составитель:

Педагог-психолог

высшей категории

Гавриш Н.А.

2023-2024 учебный год

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по психологии для 6 класса составлена в полном соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом общего образования, требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, фундаментальным ядром содержания основного общего образования, примерной программой по психологии.

Программа рассчитана на **34 часа в год (1 час в неделю)**.

Предлагаемая рабочая программа реализуется в учебнике психологии и учебно-методическом пособии, созданном коллективом авторов под руководством И.В. Дубровиной.

Преподавание курса ФГОС по психологии в 6 классе рассчитано на использование учебника: Андреева А.Д., Данилова Е.Е., Дубровина И.В., Прихожан А.М., Толстых Н.Н. Психология. Психология общения, 6 класс. Учебник / М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2007г.

Данный учебник рекомендован редакционно-издательским советом Российской академии образования к использованию в качестве учебного пособия в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях.

Спецкурс «Сохранение и укрепление психического здоровья. Секреты общения» преподаётся в рамках ФГОС в разделе дополнительного образования и составляет вариативную часть учебного плана лицея.

Рабочая программа - индивидуальный инструмент педагога, в котором он определяет наиболее оптимальные и эффективные для определенного класса содержание, формы, методы и приемы организации образовательного процесса с целью получения результата, соответствующего требованиям стандарта. Учитель может внести коррективы во все структурные элементы программы с учетом особенностей своего образовательного учреждения и особенностей обучающихся конкретного класса.

**Общая характеристика учебного предмета**

Преподавание курса психологии в средних общеобразовательных учреждениях представляется актуальной и важной задачей образо­вания, получившего социальный заказ на подготовку подрастающего поколения к жизни в правовом демократическом государстве. Имен­но личностные, психологические факторы выступают на первый план в работе над этой важной задачей. Психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и самосовершенствованию, понимание интересов, мотивов, чувств и потребностей окружающих людей, умение строить свои отношения с окружающими, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом — все это относится к необходимым компонентам личности гражданина демократического общества. Овладения навыками функциональной грамотности, различных её компонентов.

Обучение психологии взаимоотношений дает возможность к саморазвитию как непрерывного процесса, в рамках которого ученик приобретает способность управлять текущими событиями, формировать хорошие и открытые отношения с другими людьми, последовательно защищать свои взгляды, излагать свою точку зрения и вести дискуссию. В ходе занятий по программе «Сохранение и укрепление психического здоровья» обучающиеся смогут раскрыть и развить навыки самоанализа; научиться пони­манию чувств и мотивов поведения других людей; овладеть формами конструктивного повседневного и делового общения; обучиться приемам саморегу­ляции в стрессовых ситуациях.

Данная программа направлена также на развитие творческого мышления обучающихся, способности к выработке собственной пози­ции и критической переработке информации.

Освоение учебного материала даст обучающимся возмож­ность приблизиться к пониманию феномена человека, уникально­сти его внутреннего мира и неразрывной связи с миром внешним, другими людьми, нациями, человечеством в целом. Обучающиеся смогут научиться моделировать свое будущее, принимать ре­шения, делать выбор и нести за него ответственность, отстаивать свои права, уважая интересы других людей, что позволит ощущать себя полноправными гражданами общества, активными субъекта­ми деятельности и социальной действительности, сохранить своё психическое здоровье.

Программа курса «Сохранение и укрепление психического здоровья. Секреты общения» учитывает, что у школьников 6 класса все более активную роль в развитии личности начинает играть ведущая в этом возрасте деятельность общения со сверстниками. Вопросы общения весьма актуальны, интересны подросткам. Их волнуют проблемы дружбы, приятельских и товарищеских отношений, влюбленности, проблемы отношений людей друг к другу. Неудачи в общении ведут к внутреннему дискомфорту, компенсировать который не могут никакие объективные показатели в других сферах их жизни и деятельности.

Переход от детства к взрослости составляет главный смысл и специфическое различие этого этапа. Подростковый период считается «кризисным», такая оценка обусловлена многими качественными сдвигами в развитии подростка. Меняется внутренняя позиция по отношению к школе и учению. Подросток, не игнорируя учебы, придает особое значение общению. Рефлексия на себя, на других, на общество. Происходит открытие мира психического, внимание подростка впервые обращается на другие лица. С развитием мышления наступает интенсивное самовосприятие, самонаблюдение, познание мира собственных переживаний. Разделяется мир внутренних переживаний и объективная действительность.

6 класс – сензитивный период для развития основного психического новообразования подросткового возраста – умения понимать чувства, переживания других людей и строить свое поведение и отношения с учетом этого. Поэтому в 6 классе основными темами для изучения являются: общение, отношение, восприятие и понимание людьми друг друга. Дети начинают знакомство с проблемами социальной психологии.

**Объектом** учебной деятельности при изучении курса «Сохранение и укрепление психического здоровья. Секреты общения» в школе является психологическая реальность.

**Предметом** учебной деятельности является овладение различными способами действия с психологической реальностью: размышления, анализ, сравнение и обобщение, овладение психологическими понятиями; решение психологических задач; способы изучения, осмысления, изменения, создания, конструирования психологической реальности; генерирование образа этой реальности и своих представлений о ней.

Обучение основано на использовании традиционных принципов дидактики: принцип воспитывающего обучения, научности, наглядности, сознательности и активности, систематичности, прочности, доступности. Индивидуальный подход, учет возрастных возможностей для преподавания психологии в подростковой аудитории имеют исключительное значение.

В преподавании курса психологии применяются известные в мировой педагогической и психологической практике **методы обучения**: *словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др.* А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся: игровые методы (дидактические и творческие игры), ***метод творческого самовыражения*** (литературное, художественное и др. виды творчества), ***методы психической саморегуляции и тренировки психических функций*** (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки).

К **результатам обучения** относятся ***психологические знания*** (понятия, факты, идеи, законы науки психологии, способы психической деятельности), ***психологические умения*** (чем для самого человека становятся те знания и способы действия, которые он приобретает в процессе обучения), ***навыки*** (привычка мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой),***опыт творческой самодеятельности, овладение культурой психической деятельности, формирование эмоционально-целостного отношения*** к психологической реальности и действительности в целом.

**Межпредметные связи**

Курс психологии эффективно работает в связи с другими дисциплинами: ОБЖ, литература, математика, русский язык, обществознание, где темы являются практическим продолжением изученного, или сами психологические знания являются базой для усвоения знаний вышеперечисленных курсов.

Межпредметные связи могут выражаться:

* в проведении совместных уроков по информационным технологиям (диагностика и обработка данных на компьютерах, компьютерная презентация);
* в подготовке исследовательских работ (работа с литературой, составление планов собственных исследований, анализ психологической литературы);
* во включении в тематические планы уроков по безопасности жизнедеятельности, обществознания и др. предметов.

**Цели изучения предмета**

Цель курса «Сохранение и укрепление психического здоровья»: приобщение обучающихся к психологической культуре, которая является необходимой частью общей культуры.

Цели обучения в 6 классе:

***введение*** обучающихся в новую для них область психологических знаний – психологию общения, отношений, восприятия и понимания людьми друг друга;

***овладение*** начальными исследовательскими умениями проводить наблюдения, опыты и измерения, описывать их результаты, формулировать выводы;

***развитие*** интереса и устойчивого мотива познания себя и окружающего мира, интереса к самому себе, своим возможностям и личностным качествам;

***формирование*** у детей нравственного опыта, развитие системы справедливых оценочных суждений;

***применение*** полученных знаний и умений для развития своей индивидуальности, что связано с пониманием роли индивидуальных различий в восприятии человека, обнаруживающихся в процессе учения, общения, поведения.

**Общеучебные умения, навыки и способы деятельности**

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетными для учебного курса являются:

*Приемы элементарной исследовательской деятельности.* Выдвижение гипотезы на основе житейских представлений или изученных закономерностей; выбор условий проведения наблюдения или опыта, использование диагностических методик для измерения психологических особенностей личности; сравнение по выделенным признакам.

*Способы работы с естественнонаучной информацией.* Поиск необходимой информации в справочных изданиях (в том числе на электронных носителях, в сети Internet);использование дополнительных источников информациипри решении учебных задач; работа с текстами естественнонаучного характера (пересказ; выделение в тексте терминов, описаний наблюдений и опытов; составление плана; заполнение предложенных таблиц).

*Коммуникативные умения.* Подготовка кратких сообщений с использованием естественнонаучной лексики и иллюстративного материала (в том числе компьютерной презентации в поддержку устного выступления);корректное ведение учебного диалога при работе в малой группе сотрудничества.

*Способы самоорганизации учебной деятельности.* Оценка собственного вклада в деятельность группы сотрудничества; самооценка уровня личных учебных достижений по предложенному образцу.

**Формы контроля знаний**

Так как психология входит в учебный план лицея, то предполагается особая оценочная система результатов деятельности. Оценка ставится по результатам проверочных работ, специально разработанных по материалам изученных тем.  
Дифференцированные карточки-задания, самостоятельные работы; фронтальный и индивидуальный опрос; отчеты по практическим и лабораторным работам; творческие задания (защита рефератов и проектов).

В силу специфики предмета психологии полагается целесообразным применять **диагностические методики**. Все применяемые в курсе «Сохранение и укрепление психического здоровья» психодиагностические методы по целевому назначению можно разделить на три группы: диагностика внутри курса (как дидактический прием), диагностика усвоения знаний и диагностика развития личности.

***Диагностика внутри курса***  включается в структуру урока и позволяет быстро проиллюстрировать теоретический материал. Для диагностики внутри предмета наиболее подходят популярные методики, которые достаточно просты в использовании и обработке: опросники, методики незаконченных предложений, анкеты, некоторые рисуночные методики.

Информация, полученная учащимися в ходе таких занятий, способствует развитию у них интереса к интроспективному анализу, формированию рефлексивных компонентов психики, пониманию психологических особенностей отдельных людей и механизмов человеческого поведения; дает возможность почувствовать действительное разнообразие людей. Таким образом, диагностика внутри предмета – это методы психологического исследования, применяемые непосредственно для усвоения знаний.

***Диагностика усвоения знаний*** предполагает использование методик, позволяющих выявить объем и структуру усвоенных знаний. Здесь могут быть рекомендованы вербальная ассоциативная методика «Пятиминутка» и методика «Диагностика усвоения знаний», сочинения на психологическую тему и другие контрольные задания (Попова М.В. Психология как учебный предмет в школе: учебно-метод. пособие. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 288 с.).

Критерием оценки успешного продвижения служит сформированность соответствующих отношений, и эта оценка может быть выражена в характеристиках: хорошо владеет знаниями, правильно применяет их на практике, анализирует ситуацию, может управлять своим поведением. Весьма существенную информацию об эффективности усвоения знаний дают методы, используемые для диагностики развития. Это связано с тем, что если усвоение действительно происходит, то его влияние обязательно найдет свое отражение в поведении и особенностях психологического развития подростка.

***Диагностика развития*** предполагает использование более сложных методик. В виде итоговой аттестации используются творческие работы, дневники достижений, выступления с докладами, сообщениями.

**Содержание курса «Сохранение и укрепление психического здоровья» в 6 классе и результаты изучения предмета**

Учебный курс в рамках ФГОС, в содержании которого ведущим компонентом являются научные знания, научные методы познания, практические умения и навыки, предоставляет ребенку знания о самом себе как о человеке, о законах развития психики, личности, человеческого взаимодействия.

В результате изучения курса «Сохранение и укрепление психического здоровья» у обучающихся должны быть сформированы: понятийный аппарат в объеме определенным содержанием учебной программы, знания о развитии познавательных психических процессов, владение приемами мнемотехники, и методами самообразования, понятие о личности на уровне субъективной рефлексии, умение работать с экспресс методиками, определяющими психологическое состояние личности, представления о своих личностных характеристиках, способность применять приемы эффективного общения.

Содержание курса «Сохранение и укрепление психического здоровья. Я среди других людей» в 6 классе и результаты изучения предмета (34 часа, 1 час в неделю)

По предмету спецкурс по психологии на 2022-2023учебный год

педагога-психолога «Лицея инновационных технологий» г. Хабаровска \_Гавриш Наталии Анатольевны\_

Ступень образования: основное общее

Класс, вид класса 6А, 6Б, 6В класс.

Программа (автор, кем и когда утверждена) составлена педагогом-психологом. утверждена на кафедре гуманитарных наук, протокол №.1

Вид занятий, на которых реализуется программа: спецкурс (ФГОС)

Выдача программы:

I четверть 8 недель 8 час.

II четверть 6 недель 8 час.

III четверть 10 недель 10 час.

IV четверть 7 недель 8 час.

всего за год 34 недели 34 часа

**IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**«Сохранение и укрепление психического здоровья»**

**для 6 класса**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  **п/п** | **Тема занятия:** | **Кол-во часов:** |
|  | **ВВВЕДЕНИЕ (1ЧАС)** |  |
| **1.** | Психика. Психическое здоровье человека. | 1 |
| **РАЗДЕЛ 1. ПОНЯТИЕ ОБЩЕНИЯ (4 ЧАСА)** | | |
| **2** | Общаться – это так легко | 1 |
| **3** | Какая бывает информация? | 1 |
| **4** | Невербальная информация. О чём говорит наша мимика. О чём говорят наши жесты. | 1 |
| **5** | Как лучше подать информацию? Как лучше понять информацию. | 1 |
| **6** | Барьеры на пути информации. Барьеры, которые создаю я сам. | 1 |
| **7** | Каналы обработки информации | 1 |
| **РАЗДЕЛ 3. «СЕКРЕТЫ ОБЩЕНИЯ» (4 ЧАСОВ)** | | |
| **8** | Стереотипы в общении. | 1 |
| **9** | Позиции в общении. Доминантность и недоминантность в общении. | 1 |
| **10** | Стили общения. Подходящий стиль в общении. | 1 |
| **11** | Умение слушать. | 1 |
| **РАЗДЕЛ 4. «ПРОБЛЕМЫ ОБЩЕНИЯ» (12 ЧАСОВ)** | | |
| **12** | Почему люди ссорятся. Понятие конфликта. | 1 |
| **13** | Причины конфликтов | 1 |
| **14** | Стили поведения в конфликте | 1 |
| **15** | Обида | 1 |
| **16** | Предотвращение конфликтов | 1 |
| **17** | Нужна ли агрессия? | 1 |
| **18** | Наши чувства, желания, настроение | 1 |
| **19** | Как справиться с раздражением, плохим настроением | 1 |
| **20** | Манипуляции. | 1 |
| **21** | Как защититься от манипуляций. | 1 |
| **22** | Доверие в общении | 1 |
| **23** | «Трудные люди». Бесконфликтное общение с трудными людьми. | 1 |
| **РАЗДЕЛ 5. «УЧИМСЯ ОБЩАТЬСЯ» (6 ЧАСОВ)** | | |
| **24** | Эмпатия | 1 |
| **25** | Учимся вести беседу | 1 |
| **26** | Просьба | 1 |
| **27** | Критика | 1 |
| **28** | Техники эффективного общения | 1 |
| **29** | Доверие в общении | 1 |
| **РАЗДЕЛ 6. «В КРУГУ ДРУЗЕЙ» (2ЧАСА)** | | |
| **30** | Что такое дружба? | 1 |
| **31** | Коммуникативная игра "Путешествие на воздушном шаре | 1 |
|  | **РАЗДЕЛ 7. «ВСТРЕЧИ С САМИМ СОБОЙ» (3 ЧАСА)** |  |
| **32** | Что такое уверенность в себе? | 1 |
| **33** | Уверенное выступление | 1 |
| **34** | Умение сказать «нет». | 1 |
| **Всего: 34 часа** | | |

***Предметные результаты обучения***

Обучающиеся должны знать:

— правила хорошего тона.

— социальные нормы.

Обучающиеся должны уметь:

— выполнять правила хорошего тона;

— соответствовать социальным нормам;

— демонстрировать навыки уверенного поведения.

***Метапредметные результаты обучения***

Обучающиеся должны уметь:

— оценивать правильность выполнения учебной задачи;

— осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей.

***К концу года обучающиеся должны* *знать:***

* Условия и механизмы формирования впечатления о другом человеке.
* Основные компоненты внешнего вида человека: мимика, жесты, походка, осанка.
* Что такое установка.
* Условия, способствующие развитию потребности в общении.
* Приемы активного общения.
* Виды, типы и мотивы общения.
* Факторы, влияющие на чувства симпатии и антипатии
* Определять по фотографиям выражение глаз.
* Составлять впечатление о говорящем, определять социокультурную группу.
* Описывать по внешним признакам принадлежность к молодежным группировкам.
* Выполнять самостоятельно работу в форме сочинения.
* Владеть различными манерами общения.
* Применять техники активного общения.
* Распознавать мотивы общения.

***Метапредметные результаты обучения***

Учащиеся должны уметь:

1. Самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.
2. Самостоятельно планировать пути  достижения целей,  осознанно выбирать  наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.
3. Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы  действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.
4. Оценивать правильность выполнения учебной задачи,  собственные возможности её решения.
5. Владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.
6. Создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.
7. Пользоваться смысловым чтением.
8. Организовывать  учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;   работать индивидуально и в группе:находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;  формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.
9. Осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.
10. Формировать и развивать компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий.

***Личностные результаты обучения***

Учащиеся должны уметь:

1. Усваивать гуманистические, демократические и традиционные ценности многонационального российского общества.
2. Формировать ответственное отношение к учению, готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.
3. Формировать целостное мировоззрение, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.
4. Формировать осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.
5. Осваивать социальные нормы, правила поведения, роли и формы социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.
6. Развивать моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формировать нравственные чувства и нравственное поведение, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам.
7. Формировать коммуникативную компетентность в общении и  сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.
8. Формировать ценности  здорового и безопасного образа жизни.
9. Осознать значение семьи в жизни человека и общества, принять ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

При проведении уроков психологии в 6 классе необходимо использование следующих технологий:

1. Личностно-ориентированные технологии.
2. Технологию разноуровневого (дифференцированного) обучения.
3. Диалогические технологии.
4. КСО
5. Технологии проблемного обучения (исследовательский метод).
6. Коммуникативно-информационные технологии.
7. Технология учебно-игровой деятельности.
8. Технология проектной деятельности.

**Методические пособия для учителя**:

1. Аудио-, видеозаписи.
2. Методики изучения особенностей общения.
3. Набор фотографий, портретов людей.
4. Психологические тесты.
5. Репродукции картин, рисунки детей для определения эмоционального состояния человека.

**Литература, электронные ресурсы.**

***Для учителя***:

1. Андреева Г.М. Социальная психология: Пособие для студентов / Г.М.Андреева. - М., 2001.
2. Аронсон Э. Общественное животное: Введение в социальную психологию / Э.Аронсон. – М., 1998.
3. Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы: Пер. с англ. / Э.Берн. - М.: Современный литератор, 2006.
4. Бодалев А.А. Восприятие человека человеком / А.А.Бодалев. - М., 1992.
5. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга / И.В.Вачков. - М., 2001г.
6. Григорьева Т.Г., Линская Л.В., Усольцева Т.П. Основы конструктивного общения. / Т.Г. Григорьева, Л.В. Линская, Т.П. Усольцева. - Новосибирск, 1997 г.
7. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения / А.Б.Добрович. - М., 1887.
8. Козлов Н.И. Лучшие психологические игры и упражнения / Н.И.Козлов.-Екатеринбург,1997 г.
9. Коломинский Я.Л. Психология взаимоотношений в малых группах / Я.Л.Коломинский. – Минск, 2000.
10. Кон И.С. Дружба / И.С.Кон. – М., 1980.
11. Кроль Л.М. Человек-оркестр: микроструктура общения / Л.М.Кроль, Е.Л.Михайлова. - М., 1993.
12. Куницына В.Н. Межличностное общение: Учебник для вузов / В.Н.Куницына, Н.В.Казаринова, В.М.Погольша. - СПб., 2001.
13. Микляева А.В. Я – подросток. Мир эмоций. Программа уроков психологии / А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2003 г.
14. Микляева А.В. Я – подросток. Встречи с самим собой. Программа уроков психологии / А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2003г.
15. Микляева А.В. Я – подросток. Я среди других людей. Программа уроков психологии / А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2003 г.
16. Пономаренко П.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников / П.П. Пономаренко, Р.В. Белоусова.- М.: Гуманит. изд.центр «Владос»,2001 г.
17. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. Под ред. И.В.Дубровиной.- Екатеринбург: «Деловая книга», 2000 г.

**Литература, необходимая для овладения курса.**

***Для ученика (обучающегося)***

***Дополнительная***

1. Васильченко К.В. Путешествие в страну «Я». - Д.: «Сталкер», 1998 г.
2. Гуревич П.С. Человек. – М.: Дрофа, 1995г.
3. Жариков Е.С., Крушельницкий Е.Л Для тебя и о тебе.- М. « Просвещение», 1991 г.
4. Коломинский Я.Л. Человек: психология.- М. «Просвещение», 1986 г.

***Электронные ресурсы:***

1. Электронная библиотека Российской государственной библиотеки, режим доступа: <http://elibrary.rsl.ru/>
2. Библиотека учебной и научной литературы» Русского гуманитарного интернет – университета, режим доступа: <http://www.i-u.ru/biblio/default.aspx>
3. «Психея», режим доступа: [http://www.psycheya.ru](http://www.psycheya.ru/)
4. Библиотека сайта «Psychology.ru: Психология на русском языке», режим доступа: http://www.psychology.ru/Library
5. Виртуальная библиотека по психологии, режим доступа: [http:// scitylibrary.h11.ru/Library.htm](http://scitylibrary.h11.ru/Library.htm)
6. «Каталог психологической литературы», режим доступа: http: //www.psycatalog. ru
7. «Популярная психология», режим доступа: <http://karpowww.narod.ru/>
8. «ИССЛЕДОВАТЕЛЬ: Сайт для психологов и тех, кто интересуется психологией», режим доступа: <http://explorateur.narod.ru/library.htm>
9. «Антистресс», режим доступа: [http://marks.on.ufanet.ru](http://marks.on.ufanet.ru/)
10. PSYLIB: Психологическая библиотека «Самопознание и саморазвитие», режим доступа: <http://psylib.kiev.ua>.
11. Брестское городское общественное объединение профессиональных психологов, режим доступа: <http://psybrest.iatp.by/bratus.htm>
12. hpsy.ru, режим доступа: <http://hpsy.ru/about.htm>
13. «Флогистон: Психология из первых рук», режим доступа: http://flogiston.ru/library
14. ПроШколу.ру - бесплатный школьный портал, режим доступа: http://www.proshkolu.ru
15. Журнал «Психология», режим доступа: http://www.psychology.su/
16. Мир позитива. Ру, режим доступа: http://www.mirpozitiva.ru/
17. Vital P’Art — Psyberia.Ru «Продвинутая психология для несовершеннолетних», режим доступа: http://psyberia.ru/about/
18. Журнал «Школьный психолог» выпускаемый издательским домом "Первое сентября", режим доступа: <http://psy.1september.ru/>
19. Ди Снайдер, "Курс выживания для подростков", режим доступа: **http://kaysen.net**

**Календарно-тематическое планирование 6 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Тема занятия** | **Цель занятия** | **Содержание занятия** | | | **6б класс** | | **6в класс** | |
| **Вводная**  **часть** | **Основная часть** | **Заключительная часть** | Дата по плану | Дата по факту | Дата по плану | Дата по факту |
| **ВВЕДЕНИЕ (1 час)** | | | | | | | | | |
| **1** | Психика. Психическое здоровье человека. | Знакомство участников группы.  Ознакомление с целями и задачами курса. | Ритуал приветствия. | Сообщение целей и задач курса. Принятие групповых правил. | Рефлексия. Ритуал прощания. | 05.09 |  | 04.09 |  |
| **РАЗДЕЛ 1. ПОНЯТИЕ ОБЩЕНИЯ (6 часов)** | | | | | | | | | |
| **2** | Общаться-это так легко | Ознакомление с основными понятиями по проблеме курса. | Ритуал приветствия. | Понятие «общение», «вербальное», «невербальное» общение.  Входное тестирование. | Рефлексия. Ритуал прощания. | 12.09 |  | 11.09 |  |
| **3** | Какая бывает информация? | Осознание необходимости общения в жизни человека с помощью мимики, жестов, поз. | Ритуал приветствия. Упражнение «Давай поздороваемся, как…». Обсуждение результатов тестирования. | Беседа «Зачем нам общение? Виды невербальных средств общения»  Упражнение «Ожидания и опасения».  Психогимнастика – «Путаница» («Паутинка»). | Рефлексия. Ритуал прощания. | 19.09 |  | 18.09 |  |
| **4** | Невербальная информация. О чём говорит наша мимика. О чём говорят наши жесты. | Осознание необходимости общения в жизни человека с помощью письменной и устной речи. | Ритуал приветствия. Упражнение «Салфетки» | Беседа. «Вербальные средства общения».  Упражнение «Крокодил» | Рефлексия. Ритуал прощания. | 26.09 |  | 25.09 |  |
| **5.** | Как лучше подать информацию? Как лучше понять информацию. | Диагностика коммуникативных навыков | Ритуал приветствия | Тесты Коммуникативные и организаторские склонности» В.В. Синявский, В.А. Федорошин (КОС), Тест коммуникативных умений Михельсона Автор: Л. Михельсон., Тест Ряховского | Рефлексия. Ритуал прощания. | 03.10 |  | 02.10 |  |
| **6** | Барьеры на пути информации. Барьеры, которые создаю я сам. | Формирование представления о сходствах и различиях людей. | Ритуал приветствия. Упражнение «Я рад общаться с тобой». | Беседа «Наши сходства и различия». Упражнение «Все мы чем-то похожи…». | Рефлексия. Ритуал прощания. | 10.10 |  | 09.10 |  |
| **7** | Каналы обработки информации. | Формирование представлений о анализаторах и получения информации с их помощью. | Ритуал приветствия. Упражнение «Я очень хочу». | Самоанализ. Упражнение «Груз привычек». Упражнение «Вверх по радуге». Упражнение «Роль». Упражнение «Я — хвалюсь».  Упражнение «Никто из вас не знает, что я…». | Рефлексия. Ритуал прощания. | 17.10 |  | 16.10 |  |
| **РАЗДЕЛ 3. СЕКРЕТЫ ОБЩЕНИЯ (4 часа)** | | | | | | | | | |
| **8** | Стереотипы в общении. | Формирование позитивного отношения к себе и другим людям. | Ритуал приветствия. Мастерская сказки. | Упражнение «Какие бывают улыбки». Упражнение «Улыбнись другому». Секрет общения: чаще улыбайтесь! Упражнение «Улыбка Земли». | Рефлексия. Ритуал прощания. | 24.10 |  | 23.10 |  |
| **9** | Позиции в общении. | Доминирование и недоминирование в общении. Развитие умения использовать разные позиции в общении с другими людьми | Ритуал приветствия. | Секрет общения: Умей внимательно слушать другого. Упражнение «Слушаем тишину». Упражнение «Вертушка». Игра «Пойми меня». Упражнение «Испорченный телефон».   Упражнение «Слушаем тишину». | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **10** | Стили в общении.  Подходящий стиль в общении. | Знакомство с понятием эмпатии.  Развитие умения понимать состояния других людей. | Ритуал приветствия. Упражнение «Интонации». | Упражнение «Цветопись настроения». Игра «Краски». Секрет общения: умей понимать состояние другого. Упражнение «Мне кажется, что ты…» Упражнение «Цветик – многоцветик». Упражнение «Поделись настроением». | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **11** | Умение слушать. | Формирование толерантного отношения к людям. | Ритуал приветствия. Тест «Умение слушать». | Упражнение «Так будет справедливее». Секрет» общения: умей поставить себя на место другого, и ты сможешь понять его поступки. Упражнение «Ключ». Упражнение «Найди ведущего». Упражнение«На узкой тропинке». | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **РАЗДЕЛ 4. ПРОБЛЕМЫ ОБЩЕНИЯ (12 часов)** | | | | | | | | | |
| **12** | Почему люди ссорятся | Знакомство с понятием конфликта и его структурой. | Ритуал приветствия. Упражнение «Приветствие». | Беседа «Почему люди ссорятся?» Упражнение «Ссора» Игра «Разожми кулак». Игра «Дразнилки». Обучение способам выхода из конфликтных ситуаций. Упражнение "Взаимоотношения». | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **13** | Причины конфликтов | Выделение категорий причин конфликтов | Упражнение «Подарок» | Беседа. Конфликтные ситуации. Объедините по общим признакам и попробуйте классифицировать | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **14** | Стили поведения в конфликте | Исследование стилей поведения в конфликте | Ритуал приветствия.  Упражнение «Салфетки» | Тест Томаса | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **15** | Обида | Знакомство с понятием обида и способами ее разрешения. | Ритуал приветствия. Упражнение «Детские обиды». | Упражнение «Неоконченное предложение». | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **16** | Предотвращение конфликтов | Формирование навыков бесконфликтного общения. | Ритуал приветствия. | Игра «Перетягивание каната». Отработка навыков предотвращения конфликтов.  Игра «Петухи». Упражнение "Как бы ты поступил». Упражнение "Серебряное копытце". | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **17** | Нужна ли агрессия? | Знакомство с понятием агрессии и способами ее устранения. | Ритуал приветствия. Методика «Ежик» | Чтение и обсуждение притчи о змее. Упражнение «Выставка». Упражнение «Волшебный дождь». | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **18** | Наши чувства, желания, настроение | Формирование умения анализировать свое состояние. | Ритуал приветствия. Упражнение «Незаконченные предложения». | Упражнение «Вырази чувство» . | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **19** | Как справиться с раздражением, плохим настроением | Обучение способам справляться с плохим настроением. | Ритуал приветствия. Упражнение «Чувствую себя хорошо». | Упражнение «Аукцион». Упражнение «Вверх по радуге». Упражнение «Представь, что ты чувствуешь, когда…». | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **20** | Манипуляции | Знакомство со способами общения, мешающими выстроить правильную коммуникацию. | Ритуал приветствия. | Беседа «Невер­ные средства общения». Упражнение «Сидящий и стоящий». Упражнение «Спиной друг к другу». | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **21** | Как защититься от манипуляций | Формирование навыков анализа информации, которую нам транслирует собеседник | Ритуал приветствия. Упражнение «Атомы». | Беседа «Мы с тобой одной крови! Ты и я!».  Упражнения «Я тебя понимаю»,  «Язык тела».  Психогимнастика – «Превращение». | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **22** | Доверие в общении | Создание условий для анализа учащимися значения стереотипов в общении с людьми | Ритуал приветствия  Упражнение «Кто это?» | Психологическая игра «Фойманы и цеймины». Анализ игры. | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **23** | «Трудные люди». Бесконфликтное общение с «трудными людьми» | Создание условий для исследования учащимися «трудных людей».  Условия общения с ними. | Ритуал приветствия.  Упражнение «Сообщение» | Упражнение «Испорченный телефон»  Индивидуальная работа в тетради. | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **РАЗДЕЛ 5. УЧИМСЯ ОБЩАТЬСЯ (6 часов)** | | | | | | | | | |
| **24** | Эмпатия | Осознание роли доброты в межличностном общении. | Ритуал приветствия. Упражнение «Улыбнись другу». | Понятие «добро», «доброта». Игра «Сказочные герои». Упражнение «Добро-зло». Упражнение «Добрые поступки». | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **25** | Учимся вести беседу | Знакомство со структурой беседы и правильным ее построением. | Ритуал приветствия. Игра «Поговорим». | Игра с мячом «Обидно-необидно?»  Игра «У меня зазвонил телефон». Игра «Достань мяч». Игра *«Индеец Джо»* | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **26** | Просьба | Обучение правильному выражению просьб. | Ритуал приветствия. | Упражнение "Пирог с начинкой". Упражнение "Чемпионат". Упражнение "Интервью". Упражнение «Неоконченные предложения». | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **27** | Критика | Осознание места критики в структуре общения. | Ритуал приветствия. Упражнение "Привет, привет». | Понятие «критика». Игра с мячом «Что звучит обидно?» Упражнение «Я - сообщение». Упражнение «Взаимоотношения». | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **28** | Техники эффективного общения | Создание условий для самоанализа подростками умения слушать и слышать другого человека | Ритуал приветствия.  Упражнение «Диктант» | Упражнение –тест «Умею ли я слушать?»  Беседа «Техники активного слушания».  «Я сообщение» | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **29** | Доверие в общении | Создание условий для развития у подростков способности доверительно относиться к людям | Ритуал приветствия.  Упражнение «Лабиринт вслепую» | Упражнение «Слепой и поводырь». Анализ упражнения.  Индивидуальная работа в тетради. | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **РАЗДЕЛ 6. В КРУГУ ДРУЗЕЙ (2 часа)** | | | | | | | | | |
| **30** | Что такое дружба? Ищу друзей | Формирование навыков знакомства с людьми. | Ритуал приветствия. Упражнение «Доброе утро». | Беседа «Кто такой друг?».  Игра «Ищу друга». Упражнение «Хороший друг». Упражнение «Отдам тебе то, что у меня есть». | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **31** | Коммуникативная игра "Катастрофа в пустыне» | Закрепление знаний, умений и навыков по курсу. | Ритуал приветствия. Обсуждение результатов диагностики. | Коммуникативная игра "Путешествие на воздушном шаре». | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **РАЗДЕЛ 7. ВСТРЕЧИ С САМИМ СОБОЙ (3 часа)** | | | | | | | | | |
| **32** | Что такое уверенность в себе. | Обращение к опыту неуверенного поведения подростков. Формирование представлений о различиях между уверенным, неуверенным и самоуверенным поведением. | Ритуал приветствия.  Упражнение «Пальцы» | Упражнение «Три портрета»  Упражнение «Геометрия уверенности» | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **33** | Уверенное выступление | Закрепление представлений об уверенном и неуверенном поведении. Тренировка навыков уверенного выступления на модели игровой ситуации | Ритуал приветствия. | Упражнение «Шуточный экзамен».  Индивидуальная работа в тетради. | Рефлексия. Ритуал прощания. |  |  |  |  |
| **34.** | Психологическая игра | «СПАСАТЕЛИ» | Отработка навыков общения в различных жизненных ситуациях |  | Анализ игры |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО: 34 часа** | | | | | | | | |