

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа с. Ядрино»  
Архаринского района Амурской области**

РАССМОТРЕНО  
на заседании ШМО учителей МБОУ  
"СОШ с. Ядрино"

Руководитель ШМО

 (Лозовик Г. В.)

Протокол №1

от "30" августа 2022 г.

СОГЛАСОВАНО  
заместителем директора по УВР

 (Третьяк О. С.)

Протокол №1

от "30" августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

директор МБОУ "СОШ с. Ядрино"

 (Пермина М. Н.)

Приказ № 136

от "30" августа 2022 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Наименование факультативного курса	Уроки общения
Класс	8
Срок реализации программы	2022 - 2023
Автор	Щёголева Светлана Александровна

**Ядрино  
2022**

### **Планируемые результаты**

1. Развитие чувства собственного достоинства, внутренних критериев самооценки.
2. Развитие навыков межличностного общения, способов взаимопонимания.
3. Развитие интереса к себе, стремления разобраться в своих способностях, поступках.
4. Развитие представлений школьника о ценности самого себя и других людей; формирование положительного образа «Я»;
5. Развитие эмпатии, способности к принятию себя и другого человека;
6. Развитие умения адекватно реагировать в различных критических ситуациях;
7. Развитие навыков и умений, необходимых для уверенного поведения, преодоления затруднений в учебе и других видах деятельности;
8. Развитие навыков конструктивного взаимодействия с окружающими людьми.
9. Развитие умения ориентироваться в мире социальных, нравственных и эстетических ценностей – различать факты, суждения и оценки, их связь с определенной системой ценностей, формулировать и обосновывать собственную позицию;
10. Развитие умения решать проблемы, связанные с выполнением человеком определенной социальной роли, обладать способностью анализировать конкретные жизненные ситуации и выбирать и реализовывать способы поведения, адекватные этим ситуациям;

## Содержание программы.

Занятия построены как по схеме урока с элементами тренинга, так и в тренинговой форме. Сначала ребятам предоставляется психологическая информация, которая затем, для того чтобы быть усвоенной, «отыгрывается» в течение 1-2 занятий.

Для решения поставленных задач в программе используются следующие методы и техники психолого-педагогического воздействия:

- элементы сказкотерапии (анализ сказок, притч);
- визуализация;
- психогимнастика (этюды на выражение различных эмоций);
- телесно-ориентированные техники (психомышечная релаксация);
- игровые методы;
- арт-терапия (свободное и тематическое рисование);
- моделирование и анализ проблемных ситуаций;
- групповая дискуссия;
- ассоциативный метод;
- мозговой штурм;
- песочная терапия;
- проективные методы вербального и рисуночного типа;
- ролевая игра.

*Сказки* являются непосредственным отображением психических процессов бессознательного. По своей ценности они превосходят любую другую форму донесения информации до человека. В этом возрасте ребята еще сохраняют непосредственность восприятия сказок, с удовольствием слушают и обсуждают их. Благодаря метафоричности изложения сказки и притчи помогают им глубже понять свои сложности и проблемы и не вызывают у них сопротивления.

*Арт-терапия* является средством свободного самовыражения и самоосознавания. Помимо этого, проективные рисунки служат для диагностики внутренних проблем.

*Элементы аутотренинга* используются на занятиях для снятия нервно-психического напряжения.

*В групповой дискуссии* ребята учатся находить компромисс и отстаивать свои взгляды и жизненные позиции. Обсуждение помогает проанализировать те чувства, которые они испытали, осознать их, сформулировать, чему они научились в результате работы, и определить, как они могут в дальнейшем применить полученные знания и навыки.

Различного вида *игры* необходимы для эмоционального развития, повышения уровня активности и улучшения межличностного взаимодействия.

*Визуализация* дает возможность с помощью самовнушения и саморегуляции создавать в воображении яркие образы, которые могут как отражать стремления самих детей, так и создаваться в соответствии с описанием ведущего.

*Мозговой штурм* предлагается для создания новых идей, направленных на решение проблемы. Принимая в нем участие, ребята учатся высказывать свои предложения, которые совместно обсуждаются, с тем чтобы потом выбрать самые лучшие.

*Ролевая игра* создает возможности для получения опыта другого поведения. Она является очень эффективным средством обучения, так как позволяет ребятам поупражняться в различных типах поведения, посмотреть на свое поведение и действия других со стороны.

Участвуя в ролевой игре, школьники используют новые для них способы поведения в ситуациях, приближенных к реальным, а также учатся по-новому смотреть на происходящее с ними.

### Календарно-тематическое планирование.

№ Дата	Дата проведения		Тема занятия	Кол-во часов	Дата по плану	Дата по факту
	план	факт				
1.	02.09.		Мы - вместе!	1		
2.	10.09		Какие мы разные.	2		
	17.09					
3.	24.09		Познаем себя.	1		
4.	01.10		У нас новенький!	1		
5.	08.10 15.10 22.10 05.11		Я и учеба.	4		
6.	12.11		Я и мои друзья.	1		
7.	19.11		Я в своих глазах и в глазах других людей	1		
8.	26.11 03.12 10.12		Я и планета чувств.	3		
9.	17.12		Чувства людей и их поведение	1		
10.	24.12 14.01		Как победить своего дракона	2		
11.	21.01		Мои сильные стороны	1		
12. 11	28.01		Как достичь цели?	1		
13.	04.02 11.02		Я и мои способы преодоления тревожности.	2		
14.	18.02 25.02		Я и мои социальные навыки.	2		
15.	04.03 11.03		Учимся решать конфликты вместе.	2		
16.	18.03 25.03		Как научиться жить без драки?	2		
17.	08.04		Я и мои одноклассники.	1		
18.	15.04 22.04		Наш корабль успешного общения.	2		
19.	29.04		Наш класс	1		
20.	06.05 13.05		Мы - команда	2		
21.	20.05 27.05		Наши достижения	2		

22.	30.05		Зажги свою звезду (итоговое занятие)	1		
-----	-------	--	---	---	--	--