

### Аннотация к рабочей программе по предмету «Психология общения»

|                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Название курса                                                  | Психология общения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Класс                                                           | 4Г                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Количество часов                                                | 34                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Составитель                                                     | Романова А.О.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Реализуемый УМК                                                 | Школа России                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Цель курса                                                      | Формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной школьной жизни.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Срок реализации программы                                       | 1 год                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Место учебного предмета в учебном плане                         | 4 класс – 34ч (1 час в неделю)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику) | <p><b>Личностные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Развивать творческие способности детей;</li> <li>• Создать условия для развития фантазии, утвердить ее ценность в глазах детей и взрослых;</li> <li>• Формировать и поддерживать реальный образ учителя, родителей.</li> </ul> <p><b>Метапредметные результаты</b></p> <p><i>Регулятивные УУД:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением</li> <li>• извлекать необходимую информацию из текста</li> <li>• определять и формулировать цель в совместной работе</li> <li>• учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях</li> <li>• осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит</li> <li>• реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми</li> <li>• планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого</li> <li>• соотносить результат с целью и оценивать его.</li> </ul> <p><i>Познавательные УУД:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей</li> <li>• наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять</li> <li>• обогатить представление о собственных возможностях и</li> </ul> |

|                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                 | <p>способностях</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения</li> <li>• оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости</li> <li>• учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта</li> <li>• находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию</li> <li>• адекватно воспринимать оценку учителя</li> </ul> <p><i>Коммуникативные УУД:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии</li> <li>• учиться контролировать свою речь и поступки</li> <li>• учиться толерантному отношению к другому мнению</li> <li>• учиться самостоятельно решать проблемы в общении</li> <li>• осознавать необходимость признания и уважения прав других людей</li> <li>• формулировать своё собственное мнение и позицию</li> <li>• учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге.</li> </ul> |
| Структура курса | <p><b>Раздел 1. Умение владеть собой (8 часов)</b></p> <p><b>Раздел 2. Фантазия характеров. Оценка человеческих поступков и отношений ( 8 часов)</b></p> <p><b>Раздел 3. Культура общения (8 часов)</b></p> <p><b>Раздел 4. Что такое сотрудничество? (10 часов)</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

средняя школа № 2 г. Вязьмы Смоленской области

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности «Психология общения» для 4Г класса

на 2019/2020 учебный год

Учитель Романова А.О.

Согласовано

на заседании  
методического совета

МБОУ СШ № 2

г. Вязьмы

Смоленской области,  
протокол № 1 от  
30.08.2019

Принято

на заседании  
педагогического совета

МБОУ СШ № 2

г. Вязьмы

Смоленской области,  
протокол № 1 от  
30.08.2019

Утверждено

приказом директора

МБОУ СШ № 2

г. Вязьмы

Смоленской области

№ 114/01.09 от 30.08.2019

Пояснительная записка

Программа кружка «Психология общения» соответствует федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования, планируемым результатам, составлена на основе программы Хухлаевой О. В. «Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе» - Издательство Генезис Москва, 2008.

Проблема формирования психологически здоровой личности в условиях обучения в общеобразовательной школе в настоящее время является очень актуальной, т.к. учебные нагрузки, несоответствие между внешними требованиями и психофизиологическими возможностями учащихся, слабая функциональная готовность к школе, отсутствие учебной мотивации приводят к тому, что школа для многих детей становится источником стресса. В особой ситуации риска находятся младшие школьники, поскольку именно им необходимо быстро адаптироваться к непростым условиям школьной жизни при физиологической незрелости организма.

Предлагаемая программа психологических занятий в начальной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников, т.к. способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению атмосферы дружелюбия, формирует коммуникативные навыки, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму. Программа предназначена для обучающихся 1-4 классов.

Курс психологических занятий с младшими школьниками направлен на формирование у них следующих умений и способностей:

- осознание себя с позиции школьника
- умение адекватно вести себя в различных ситуациях
- умение различать и описывать различные эмоциональные состояния
- способность справляться со страхами, обидами, гневом
- умение отстаивать свою позицию в коллективе, но в то же время дружески относиться к одноклассникам
- умение справляться с негативными эмоциями
- стремление к изучению своих возможностей и способностей
- успешная адаптация в социуме.

**Цель** курса психологических занятий: формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной школьной жизни.

**Задачи:**

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей, пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
2. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.
4. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
5. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения. Формировать терпимость к мнению собеседника.
6. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
7. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

### **Место в учебном плане:**

**Объём курса в 4 классе 34 ч. из расчета 1 ч. в неделю.**

### **Общая характеристика предмета:**

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы с младшими школьниками, которая включает три основных компонента: **аксиологический** (связанный с сознанием), **инструментально-технологический** и **потребностно-мотивационный**.

**Аксиологический** компонент содержательно представлен ценностями «Я»: собственного «Я» человека, его связи с «Я» других людей и с природными объектами. Он предполагает осознание ребёнком ценности, уникальности себя и окружающих, идентификацию как с живыми, так и неживыми объектами, осознание единства с миром во всей его полноте.

**Инструментальный** компонент предполагает овладение рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими.

**Потребностно- мотивационный** компонент обеспечивает появление у ребёнка потребности в саморазвитии, самоизменении, побуждает к последующей самореализации.

**Задачи развития** являются четвёртым компонентом в данной модели. Работа с ними осуществляется параллельно, т.е. при построении каждого занятия учитываются все направления, но, в зависимости от целей, делается акцент на одном из них.

Занятия проходят по определённой схеме, каждая часть которой выполняет свои задачи:

1. Введение в тему.
2. Развёртывание темы.
3. Индивидуализация темы.
4. Завершение темы

#### **Формы организации :**

Используются групповые и индивидуальные занятия. Индивидуальные занятия необходимы для отработки важных моментов поведения и деятельности ребёнка, которые по тем или иным причинам он не усвоил в группе.

Индивидуальные занятия являются продолжением групповой работы, т.к. помогают ребёнку более эффективно справиться со своими проблемами.

**Формы контроля:** входная, промежуточная, итоговая диагностика.

### **Планируемые результаты освоения обучающимися программы курса:**

#### **Личностные результаты:**

- Развивать творческие способности детей;
- Создать условия для развития фантазии, утвердить ее ценность в глазах детей и взрослых;
- Формировать и поддерживать реальный образ учителя, родителей.

#### **Метапредметные результаты**

##### *Регулятивные УУД:*

- осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением
- извлекать необходимую информацию из текста
- определять и формулировать цель в совместной работе
- учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях

- осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит
- реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми
- планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого
- соотносить результат с целью и оценивать его.

#### *Познавательные УУД:*

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей
- наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять
- обогатить представление о собственных возможностях и способностях
- учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения
- оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости
- учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта
- находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию
- адекватно воспринимать оценку учителя

#### *Коммуникативные УУД:*

- ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии
- учиться контролировать свою речь и поступки
- учиться толерантному отношению к другому мнению
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении
- осознавать необходимость признания и уважения прав других людей
- формулировать своё собственное мнение и позицию
- учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге.

Средствами формирования УУД служат психогимнастические и ролевые игры, психодрама, дискуссионные игры, эмоционально-символические, релаксационные и когнитивные методы. Основной формой работы является психологический тренинг.

### **Содержание программы**

#### **Раздел 1. Умение владеть собой (8 часов)**

Я – третьеклассник. Как я изменился за лето?

Умение владеть собой. Что это значит? Уметь управлять своим поведением, следить за своей речью и поступками, внимательно слушать собеседника – это и есть умение владеть собой. Это умение очень важно для общения с другими людьми.

Что значит быть хозяином своего «Я»? Какого человека называют ответственным.

Что значит «уметь расслабиться», и в каких случаях это нужно делать?

#### **Раздел 2. Фантазия характеров. Оценка человеческих поступков и отношений ( 8 часов)**

Мой любимый герой. Кто он? Почему я хотел бы на него походить, и какие качества меня в нём привлекают?

Добро и зло. Всегда ли добро побеждает зло? Что значит «делать добро»?

Что такое хорошо и что такое плохо? Какие привычки можно назвать полезными, а какие вредными? Как избавиться от плохих привычек, которые мне мешают?

Конфликт. Как он возникает? Моё поведение в трудных ситуациях

### **Раздел 3. Культура общения (8 часов)**

Что такое «этикет»? Для чего нужно соблюдать правила общения? Правила общения, которые вырабатывались людьми в течение многих веков, необходимо соблюдать, чтобы не обидеть собеседника и самому не попасть в неловкую ситуацию. Всегда важно помнить, что есть граница между тем, что хочется, и тем, что можно.

Волшебные слова: приветствие, благодарность. Как правильно начать, поддержать и вести разговор.

Правила хорошего тона. Как вести себя в различных ситуациях: в школе, в театре, дома, на улице, в магазине. Как эти правила помогают в общении.

Мальчик и девочка. Культура общения полов. Внешний вид мальчика. Внешний вид девочки.

Как правильно познакомиться?

Как правильно держать себя, чтобы понравиться?

### **Раздел 4. Что такое сотрудничество? (10 часов)**

Сотрудничество – это умение делать дело вместе. Оно складывается из многих умений:

- из умения понять другого;
  - из умения договориться;
  - из умения уступить, если это нужно для дела;
  - из умения правильно распределить роли в ходе работы.
- Что значит понимать другого и как можно этому научиться?
- Как научиться договариваться с людьми?
- Что такое коллективная работа?

#### ***Учебно - методическое обеспечение программы кружка:***

Ведение курса психологических занятий обеспечивается следующими пособиями:

1.О.В.Хухлаева «Тропинка к своему Я». Программа формирования психологического здоровья у младших школьников.

Москва, «Генезис», 2008.

2.Р.В.Овчарова «Практическая психология в начальной школе», Москва, «Сфера», 2001.

