

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ «ШКОЛА № 1566
«Марьинская гимназия с кадетскими классами
памяти Героев Сталинградской битвы»
(ГБОУ Школа № 1566)

Ответственный за дополни-
тельное образование по
корпусу 1566

 Комендантова М.А./

Согласовано:
на заседании
Педагогического совета

Протокол № 1
от «30» августа 2016 г..

Утверждено

Директор школы

 Смирнова Т. В./

Приказ №01-09-190
от «1» сентября 2016 г.

ПРОГРАММА
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Психология общения»
(3-4 класс)

на 2016-2017 учебный год

Составитель программы:
Пиликян Карина Георгиевна

Москва
2016

Программа дополнительного образования
«Психология общения»
(3 - 4 классы)

Пояснительная записка

На современном этапе развития российского общества, характеризующегося системными изменениями в социально-политической, экономической, духовной сферах жизни, возрастает степень ответственности образования за подготовку детей к взрослой жизни, предъявляющей достаточно высокие требования к уровню самостоятельности и ответственности за собственные решения и поступки, к уровню способности эффективно взаимодействовать с людьми для достижения значимых личных и общественных целей. Поэтому особую актуальность приобретает введение в традиционный учебный процесс дополнительных образовательных программ, формирующих основу личности, способной к созиданию и творчеству в ситуациях как индивидуальной деятельности, как и коллективного взаимодействия, к отстаиванию своей позиции социально приемлемыми способами. А начальная школа представляет собой наиболее благоприятный возраст для включения детей в область научного познания психологии, в частности, «для формирования психологического компонента мировоззрения, включающего в себя понимание человека как ценности, как активной и созидающей части реального мира».

Предлагаемая программа «Психология общения» направлена на:

- развитие личности обучающихся;
- обеспечение их эмоционального благополучия, укрепление психического и психологического здоровья детей;
- развитие мотивации к познанию себя и других людей и творческому самовыражению;
- развитие возможностей детей реализовывать себя в школьной среде и эффективно общаться в разных жизненных ситуациях;
- профилактику асоциального поведения.

Её главной **целью** является создание психолого-педагогических условий, способствующих успешной школьной и социальной адаптации обучающихся 3-4 классов, их самореализации в жизни и саморазвитии.

Достижению этой цели служит **системообразующая задача** наших занятий – формирование **психологической культуры обучающихся.**

В соответствии со структурными компонентами психологической культуры человека эта общая задача решается нами посредством решения следующих **конкретных задач:**

- 1) Формирование первичных основ **психологической грамотности** школьников через овладение психологическими знаниями (фактами, представлениями, понятиями, законами и т.д.), умениями, символами, правилами в сфере общения, поведения, обучения, психической деятельности.
- 2) Формирование первичных основ **психологической компетентности** через овладение способами эффективного применения психологических знаний и умений для решения стоящих перед обучающимися задач и проблем в сфере общения, их адекватное использование, перенос в конкретные условия.
- 3) Формирование **ценностно-смыслового компонента** психологической культуры личности через формирование системы личностно-значимых и личностно-ценных стремлений, идеалов, убеждений, отношений, взглядов в области психологии человека, его взаимоотношений с окружающими, его деятельности и т.д., которые представляют собой «духовные опоры», ориентирующие обучающихся в жизни, способствующие противостоянию негативным влияниям социума.
- 4) Формирование **рефлексивно-оценочного компонента** психологической культуры личности через обучение детей осмыслению целей, процесса и результатов своего общения с другими людьми, а также осознанию себя как изменяющейся личности, субъекта деятельности и отношений: осмыслению своих собственных действий и состояний, самопознанию своего духовного мира.
- 5) Формирование **культуротворческого компонента** психологической культуры личности через развитие самостоятельности и творческого поиска обучающихся в создании новых способов действий и поведения, новых способов и форм общения, новых решений жизненных проблем.

Важнейшим **условием** достижения указанных задач является создание доброжелательной и доверительной атмосферы в группе как необходимого фактора снятия психоэмоционального напряжения и развития у детей уверенности в себе.

Наряду с этим на занятиях по психологии общения необходимо руководствоваться следующими **принципами работы с детьми**:

- учёт возрастных особенностей детей младшего школьного возраста;
- принцип развития и саморазвития личности обучающегося на основе его индивидуальных особенностей как субъекта познания, предметной деятельности и общения;
- принцип связи теории с практикой;
- принцип самостоятельности и активности;

- принцип активного субъект-субъектного взаимодействия ребёнка и взрослого (сотрудничество);
- принцип поощрения любознательности;
- принцип толерантности;
- принцип обеспечения права ребёнка на невмешательство в его внутренний мир;
- конфиденциальность.

Организационное построение программы.

1. Предлагаемая программа представляет собой систему взаимосвязанных занятий, выстроенных в определённой логике и направленных на решение заявленных образовательных задач.
2. Курс рассчитан на 38 урочных часа в год. Занятия проводятся 1 раз в неделю.
3. Каждое занятие имеет стандартную форму проведения, продолжительность составляет 45 минут без учета перемены.
3. Занятия проходят в группах обучающихся наполняемостью до 15 человек.

Основное **содержание** занятий составляют психотехники, развивающие эмоционально-волевою, коммуникативную и личностно-мотивационную сферу, конструктивное социальное моделирование.

Эмоционально-волевое развитие подразумевает знакомство с чувствами, осознание их роли, умение понимать чувства других и выразить собственные, принятие важности чувства меры.

Коммуникативное развитие подразумевает формирование основ позитивных коммуникативных моделей, социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления конструктивных межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами, а также переживание опыта коллективного решения задач, проблем и преодоление трудностей, опыт совместного творчества.

Личностно-мотивационное развитие подразумевает формирование и тренинг навыков самоанализа, самостоятельности, самоконтроля, элементов рефлексивного поведения; формирование устойчивой познавательной мотивации на фоне позитивной «Я-концепции» детей, устойчивой самооценки.

Конструктивное социальное моделирование подразумевает формирование творческого конструктивного подхода к действительности и её изменению, формирование образа будущего, его разыгрывание; развитие

креативного мышления, поиск нестандартных решений поставленной коммуникативной задачи.

Конкретная реализация содержания занятий по психологии общения в начальной школе осуществляется с помощью следующих **методов**:

1) Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- **Словесный** (устное изложение, беседа, рассказ, обсуждение, дискуссия, чтение сказок, притч, диалог «психолог – ребёнок» с использованием устной и письменной речи и т.д.)

- **Наглядный** (показ мультимедийных материалов, иллюстраций, рисунков, наблюдение и т.д.)

- **Практичный** (выполнение конкретных методик по заданным инструкциям, схемам и образцам):

а) игры: релаксационные, снимающие психомышечное и эмоциональное напряжение; коммуникативные, помогающие формированию умений и навыков общения; развивающие, направленные на развитие познавательной и социальной рефлексии, отдельных психических процессов (мышления, внимания, памяти, воображения); поведенческие, предлагающие образцы желательного поведения, упражнения, развивающие произвольное поведение, рефлексивность;

б) психогимнастика;

в) рисунок;

г) театрализация;

д) развивающие упражнения (многофункциональные, позволяющие решать сразу несколько задач. Скажем, упражнение на развитие навыков общения может одновременно способствовать развитию внимания, способствовать сплочению группы, позволять ребёнку познать ещё какие-либо новые стороны своего «Я»);

е) элементы тренинга;

ж) выполнение заданий в рабочей тетради.

2) Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- **Объяснительно-иллюстративный** – обучающиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;

- **Репродуктивный** – обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;

- **Частично-поисковый** – участие детей в коллективном поиске решения поставленной психологом задачи;

- **Исследовательский** – самостоятельная творческая работа учащихся.

Выбор используемого метода зависит от темы и задач конкретного занятия. При этом предпочтение отдаётся поисково-исследовательской деятельности детей, предметом которой для них выступают они сами,

другие люди, окружающий их мир. Соответственно, ценностью и для нас, и для детей является новое понимание, «здесь и теперь» сформированные знания, открытие и принятие ими самих себя, развитие индивидуальных навыков взаимодействия с миром людей.

Структура группового занятия со школьниками включает в себя следующие элементы:

- ритуал приветствия (позволяет спланировать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия);
- психологическая разминка (выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность посредством воздействия на эмоциональное состояние детей, уровень их активности);
- рефлексия прошлого занятия (ретроспективная оценка занятия в двух аспектах: эмоциональном и смысловом) или разбор домашнего задания;
- основное содержание занятия (совокупность психотехнических упражнений и приёмов, направленных на решение задач данной программы);
- рефлексия сегодняшнего занятия (оценка занятия в двух аспектах: эмоциональном и смысловом, обратная связь друг другу и психологу);
- ритуал прощания (развивает чувство групповой сплочённости).

Программа «Психология общения» ориентирована на достижение личностных, метапредметных и предметных результатов, соответствующих ФГОС нового поколения. В процессе её освоения ожидаются такие **личностные результаты** обучающихся, как:

- становление гуманистических ценностных ориентаций, в основу которых положено уважительное отношение к одноклассникам, к взрослым, к их мнению;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющейся и развивающейся школьной среде;
- принятие и освоение социальной роли участника коммуникации, развитие мотивов коммуникативной деятельности и формирование личностного смысла общения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, на основе представлений о психологической культуре личности, о законах психологии общения;
- развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- низкий уровень тревожности;
- позитивное отношение к себе, адекватная положительная самооценка

К ожидаемым **метапредметным результатам** программы относятся:

- развитие способности принимать и сохранять цели и задачи познавательной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование начальных умений планировать, контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха взаимодействия с другими людьми и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов;
- активное использование речевых средств для решения коммуникативных и познавательных задач;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;
- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.

К ожидаемым **предметным результатам** программы относятся:

- формирование первоначальных представлений о психологической сфере жизни человека, о сущности и особенностях социально-психологических объектов, процессов и явлений действительности;
- понимание обучающимися того, что психологическая культура представляет собой неотъемлемую часть общей культуры человека;
- сформированность позитивного отношения к развитию психологической культуры личности как показателю общей культуры и духовно-нравственной позиции человека;
- овладение первоначальными представлениями о нормах и психологических закономерностях общения;
- умение ориентироваться в целях, задачах, средствах и условиях общения, выбирать адекватные психологические средства для успешного решения коммуникативных задач.

Тематическое планирование в 3 классе

№	Тема	Содержание занятий	Уроки
1	Мы рады встрече.	До свидания, лето! Здравствуйте, одноклассники! Радость встречи.	1
2	Что можно узнать о себе.	Как человек узнаёт об окружающем его мире и о самом себе. Какой я? Моё настроение. Палитра моих эмоций и чувств. Мои интересы и увлечения. Мои желания и мотивы. Мои мечты.	2 - 4
3	Мои способности.	Я умею фантазировать и сочинять. Фантазии и ложь. Что я умею хорошо делать? Я уверен в своих способностях. Самооценка. Формирование позитивного отношение к своему «Я».	5 - 6
4	Я в школе.	Я и моя школа. Портрет третьеклассника. Что такое лень? Как справиться с «Немогучками». Хочу всё знать! Я и мой учитель. Формирование школьной мотивации.	7 - 9
5	Я в семье.	Моя семья. Я и мои родители. Эмоциональные аспекты общения в семье. Когда мы ссоримся с родителями. Я умею просить прощения. Почему родители наказывают детей? Взрослые и дети: пути взаимопонимания. Мама – надёжный защитник.	10 - 12
6	Я с друзьями.	Я и мои друзья. Настоящий друг. Умею ли я дружить? Трудности в отношениях с друзьями. Ссора и драка. Как помириться с другом? Развитие способности к эмпатии, сопереживанию. Формирование позитивного отношения к сверстникам.	13 - 15
7	Это дружное слово «Вместе».	Хорошо ли быть одному? Как работать вместе слаженно? Что такое сотрудничество? Что мешает договориться? Я умею договариваться с людьми. Коллективная работа. Мы умеем действовать сообща. Формирование чувства	16 - 19

		принадлежности к группе.	
8	Понимание – шаг к сотрудничеству.	Учимся понимать друг друга. Приёмы понимания друг друга. Умение слушать и слышать других людей. Правила «хорошего слушания». Приём «Пара фраз». Что помогает и мешает понимать друг друга. Я умею понимать другого.	20 - 22
9	Средства общения.	Вербальные и невербальные средства общения. Речь. Невербальные способы эмоционального самовыражения: мимика, жесты, поза, интонация, движения человека, походка. Гимнастика для лица. Умение понять эмоции другого человека. Умение передать своё эмоциональное состояние.	23 - 26
10	Психологическое пространство в общении.	Влияние организации пространства в межличностном общении. Что такое личное психологическое пространство и его границы? Какое расстояние между собеседниками помогает общению? Доверительное и формальное общение. Положение собеседников в пространстве и комфортное общение. Личностные особенности человека и выбор оптимальной дистанции. Организация пространства для разговора.	27 - 29
11	Приглашение к общению.	Как устроено общение? Начало общения. Вступление в контакт. Правила знакомства. Разговор. Активное слушание. Завершение общения. Выход из контакта.	30 – 33
12.	Подводим итоги: Я знаю правила общения.	Какие правила общения помогают дружить? Я человек, с которым приятно общаться.	34 - 38

Тематическое планирование в 4 классе

№	Тема	Содержание занятий	Уроки
1	Моё лето.	Как мы изменились за лето. Позитивный эмоциональный контакт. Формирование позиции взаимодействия.	1
2	Кто я?	Мои силы и возможности. Мои способности. Мой характер. Мой выбор, мой путь. Мои чувства и действия.	2 - 4
3	Мой внутренний мир.	Уникальность моего и твоего внутреннего мира. Кого я могу впустить в свой внутренний мир? Как помочь себе, когда на душе плохо?	5 - 6
4	Я и время	Моё детство: я расту. Я изменяюсь. Моё будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? Хочу вырасти здоровым человеком. Кто такой интеллигентный человек? Хочу вырасти интеллигентным человеком.	7 - 9
5	Что такое «идеальное Я»?	Кто такой свободный человек? Права и обязанности школьника. Что такое «право на уважение»?	10 - 12
6	Поведение в конфликте	Как люди воспринимают друг друга. Психологические проблемы общения. Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. Как разрешать конфликты мирным путём? Учимся справляться с чувством обиды.	13 - 15
7	Общение в разных жизненных ситуациях: просьба.	Обращение с просьбой. Что помогает общению в ситуации просьбы? Что помогает общению в ситуации просьбы?	16 - 19
8	Общение в разных жизненных ситуациях: отказ.	Мои потребности и потребности других. Вежливый отказ. Общение в ситуации вежливого отказа.	20 - 22
9	Общение в разных жизненных ситуациях: извинение.	Учимся говорить честно о проступке. Когда опасен гнев? Зачем человеку чувство стыда? Почему трудно признать свою вину? Извинение.	23 - 26
10	Общение в разных	Сочувствие и сопереживание. Чувства	27 - 29

	жизненных ситуациях: сочувствие.	другого человека. Проявление сочувствия. Понимание и активное выражение эмоционального переживания других людей.	
11	Общение с радостью.	Что помогает и мешает общению. Приём «Я-высказывание». Поддержка и доверие в общении.	30 – 33
12.	Подводим итоги: я строю дружеские отношения.	Наказ самому себе: твори добро и уважай людей! Я умею хорошо дружить.	34 – 38

Литература:

1. Архипова Ю.С. и др. Жизненные навыки. Уроки психологии в 3 классе. – М.: Генезис, 2009.
2. Архипова Ю.С. и др. Жизненные навыки. Уроки психологии в 4 классе. – М.: Генезис, 2009.
3. Клюева Н. В., Касаткина Ю. В. Учим детей общению. – Ярославль, 1996.
4. Колмогорова Л.С. Диагностика психологической культуры школьников: Практическое пособие для школьных психологов. – М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002.
5. Крюкова С. В. «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь». – М., 2003.
6. Николаева Е.И. Практическая психология для начальных классов. Пособие по работе с Книгой для размышления «Я в мире других». – СПб.: Специальная Литература, 2003.
7. Овчарова Р. В. Практическая психология в начальной школе. – М., 1996.
8. Пилипко Н.В. Приглашение в мир общения. Часть 2, тетрадь 1. – М.: УЦ «Перспектива», 2010.
9. Пилипко Н.В. Приглашение в мир общения. Часть 2, тетрадь 2. – М.: УЦ «Перспектива», 2010.
10. Преподавание психологии в школе, 3 – 11 классы: Учебно-методическое пособие / Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: Изд-во Московского психолого-социального института; Изд-во НПО «МОДЭК», 2007.
11. Семенака С.И. Социально-психологическая адаптация ребёнка в обществе. Коррекционно-развивающие занятия. - М.: АРКТИ, 2011.
12. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. – М., 2010.