

МКОУ «Мусковитская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрено:
на педагогическом совете
Протокол № ____
« ____ » _____ 2023 г.

Утверждаю:
Директор МКОУ «Мусковитская СОШ»
_____ А.А. Мондохонов
Приказ № ____ от « ____ » _____ 2023 г.

«Познай себя»

(рабочая программа факультативного занятия в 8 классе)

Учитель: И.П. Трофименко

2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Восьмой класс для учащихся является достаточно сложным периодом, так как они переходят к новым условиям обучения в среднем звене, требующим от них формирования новых психологических компетенций.

Начало процесса взросления учащихся обычно с неудовольствием воспринимается родителями, которые относят новые проявления в поведении своих детей к их недостаткам. Поэтому некоторые учащиеся к концу 8 класса начинают считать, что они стали «хуже, непослушнее», что может привести к снижению их самооценки. Полезно во второй половине учебного года особое внимание обратить на осознание учащимися начала своих изменений, подвести их к пониманию обязательности и позитивности изменений.

Актуальность и перспективность Общение подростка со сверстниками и взрослыми – главное условие личностного развития. Неудачи в общении ведут к дискомфорту и никакие другие факторы не могут это компенсировать. Общение со сверстниками имеет особое значение в жизни подростка. Для него это является некой школой социальных отношений и способом познания себя. Проблема общения рассматривалась в трудах таких выдающихся ученых как, В.М. Бехтерев, Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев и других отечественных психологов, которые рассматривали общение, как важное условие психического развития человека, его социализации и индивидуализации, формирования личности. Подростковый возраст является тем периодом, когда происходит затруднение в общении между ребенком и взрослым. Это обуславливается тем, что ребенок считает, что родители его не поймут. Чтобы найти выход из сложившейся проблемной ситуации, взрослый должен трансформировать свою позицию в сторону позиции ребенка. Психологический барьер нередко преодолевается с помощью рассказа родителя о том, как он сам вел себя в детстве в подобных ситуациях. При этом взрослый со своей стороны и со стороны ребенка дает оценку своим поступкам. Если же подросток пренебрежительно относится к общению с взрослым, то последний должен проявить больше терпения и выдержки к интересам и склонностям своего ребенка. В подростковом возрасте мотив общения с взрослыми приобретает новый мотив: у большинства школьников 14-15 лет преобладает потребность в доверительном общении с взрослыми. Характерной чертой подросткового возраста является чередование периодов «закрытости» и «открытости» в общении. «Закрытость» отмечается у учащихся 6-8-х классов, а «открытость» у учащихся 7-9-х классов. При «закрытости» подростки стремятся защититься от постороннего давления, оградить свой внутренний мир. В данный период неадекватную реакцию могут вызвать даже нейтральные вопросы. «Открытые» периоды характеризуются тем, что у подростка возникает потребность в беседах о своих переживаниях и проблемах, о происходящих 2 переменах в нем и его жизни. У семиклассников эта проблема удовлетворяется и сверстниками и взрослыми. У девятиклассников же преобладает острая необходимость общения именно со взрослыми, которым они доверяют. Такой выбор партнера по общению заключается в том, что перед этими детьми стоит задача жизненного самоопределения, выбора профессии, пути дальнейшего образования. Немалую поддержку в этом случае может оказать учитель, который пользуется большим авторитетом и уважением у учащихся.

Даная программа рассчитана на достижение **2-х уровней результатов:**

- **первый уровень** - приобретение школьником социальных знаний (об общественных

нормах, об устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

- **второй уровень** – получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Таким образом, внедрение новых стандартов дает большие возможности для развития творческих способностей обучающихся.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

По окончании курса внеурочной деятельности учащие **приобретут:**

- знание об отдельных процессах, происходящих в живых организмах, на основе физических законов, которое поможет им установить причинно-следственные связи, существующие в живой и неживой природе.

- личную ответственность за свои поступки, в результате сознательного вреда здоровью.

По окончании курса внеурочной деятельности учащиеся **получат возможность:**

- овладеть навыками выполнения практических работ и постановка эксперимента пригодятся в дальнейшей научно-технической деятельности.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

По окончании курса внеурочной деятельности учащиеся **научатся:**

- формулировать учебные задачи как шаги достижения цели деятельности;

- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ ресурсы для решения задачи /достижения цели;

- выдвигать версии решения проблемы, превосходить конечный результат.

Содержание программы «Познай себя. 8 класс» (34 ч., 1 ч. в неделю)

№ п/п	№ урока в теме	Наименование разделов и тем	Количество часов
		Введение в практическую психологию общения (2 часа)	
1	1	Тренинговое занятие «Знакомство».	1
2	2	Роль общения в жизни и развитии человека.	1
		Уверенность в себе (6 часов)	
3	1	Речь. Речь как средство коммуникации. Особенности речевого общения.	1
4	2	Коммуникативная игра «Пойми меня»	
5	3	Уверенность в себе. Умение оценивать свои достоинства и недостатки.	1
6	4	Чувства и эмоции. Их общая характеристика.	2
7	5	Выражение чувств и эмоций в межличностном взаимодействии (практикум)	2
		Виды общения (8 часов)	
8	1	Формальное и неформальное общение.	1
9	2	Вербальное общение. Фазы речевого общения.	1
10	3	Невербальное общение. Выражение своего эмоционального состояния невербальными средствами (практикум)	1
11	4	Язык жестов. Умение понимать язык жестов (практикум)	1
12	5	Три стороны общения. Модель коммуникативного процесса. Функции общения.	2
13	6	Зона психологического комфорта. Исследование личностных границ (практикум)	1
14	7	Стратегии общения.	1
		Технологии коммуникации (8 часов)	
15	1	Социальные роли человека.	1
16	2	Психологические установки в общении.	1
17	3	Психологические позиции в общении.	1
18	4	Барьеры общения. Личные особенности и врожденные факторы, осложняющие общение. Темперамент (практикум)	1
19	5		1

20	6	Эмпатия. Развитие эмпатии (практикум)	1
21	7	Активное слушание (практикум)	1
22	8	Коммуникативная игра «Пойми меня»	1
		Конфликт. Общение в конфликте (3 часа)	
23	1	Причины конфликтов. Типы конфликтогенов.	2
24	2	Стратегии поведения в конфликтных ситуациях.	1
25	3	Практическое занятие по стратегиям поведения в конфликтных ситуациях.	1
		Критика (2 часа)	
26	1	Понятие «критика». Тест «Как я реагирую на критику»	1
27	2	Умение реагировать на критику (практикум)	1
		Типы и механизмы психологического воздействия (2 час)	
28	1	Манипулирование. Заражение. Внушение. Убеждение.	2
		Саморегуляция (1 час)	
29	1	Понятия: самообладание, самоирония. Аффект.	1
		Социальное взаимодействие (1 час)	
30	1	Деловое общение. Его характеристика.	1
		Заключительное занятие (1 час)	
31	1	Коммуникативная игра «Душевный разговор»	1
		Итого: 34 часа	

Используемая литература:

1. Е.В. Загорная, Справочник школьного психолога. Тексты, упражнения, задания на CD.- СПб: Наука и техника, 2012-288с.
2. Справочник школьного психолога / Костромина С.- М.:Астрель, 2012-512 с.
3. Книга для подростков: мой первый учебник по психологии / В.Яровицкий.- Изд.3-е, стереотип.- Ростов на/Д: Феникс,2014- 256 с.
4. Кипнис М. 100+2. Психологические этюды, упражнения, задания. _М.: Ось -89, 2014.- 192 с.
5. Лучшие психологические тесты для школьного психолога / авт.-сост. Г.И. Колесникова. _Ростов н/Д: Феникс, 2016. – 147 с.
6. Психологические тесты для психологов, педагогов, специалистов по работе с персоналом / Н.Ф. Гребень.- 2-е изд. – Минск: Букмастер, 2014.- 480 с.