

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ломоносовская гимназия»»**

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Коммуникация»**

10 класс

Срок освоения 1 год

2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов среднего общего образования.

Старший школьный возраст представляет собой достаточно напряженный этап развития, связанный с высокой стрессовой нагрузкой. Продолжается бурное развитие как в физиологическом, так и в психологическом плане. Культура поведения в старшем школьном возрасте включает систему знаний, норм, ценностей и образцов поведения, принятых в обществе. Это важное условие удовлетворенности отношений старшеклассника с окружающим миром, залог его психического, физического, эмоционального, социального и интеллектуального развития.

Важное значение приобретает исследование проблемы формирования социальной компетентности в старшем школьном возрасте, поиск научно обоснованных путей и методов организации процесса социализации, оказания своевременной и адекватной помощи старшим подросткам, в частности в кризисной ситуации взросления.

Новизна курса.

1) Социальная компетентность обеспечивает успешную социализацию личности, готовность нести ответственность за личное благополучие и благополучие общества. Но проблема состоит в том, что навыки социального взаимодействия у людей с течением времени начинают ослабевать. Представители социальной группы «молодёжь», а в особенности те, кого можно отнести к поколению Z (а именно они являются современными старшеклассниками), имеют запрос на взаимодействие, но из-за неумения реконструировать внутренний мир других людей, они не способны удовлетворить этот запрос для самих себя. Отсутствие сформированности навыков социального взаимодействия может вызывать сложности не только в учебной и трудовой деятельности, но и в повседневной жизни.

2) Снижение интереса к учебно-познавательной деятельности связано с особенностями развития в подростковом возрасте. Учебная деятельность перестает быть ведущей. Наибольшее значение приобретает интимно-личностное общение со сверстниками. Коммуникативная деятельность становится психикоразвивающей и наиболее значимой для подростка. Совместное времяпрепровождение, переписка в социальных сетях приобретают больший интерес и значимость в сравнении с учебными заданиями. Происходит снижение учебной мотивации и изменение иерархии мотивов. В то же время повышается осознанность познавательных мотивов, вырабатывается стремление к решению сложных задач, которые зачастую выходят за рамки школьной программы. Начинает формироваться осмысленное отношение к знаниям, необходимым для будущей профессии и развития личности. Эмоциональный компонент учебной мотивации сохраняет свое значение. Во многом он взаимосвязан с оценкой успешности учебной деятельности и зависит от взаимоотношений с педагогами.

Подростковый возраст характеризуется неустойчивой самооценкой. Негативные оценки со стороны педагогов и родителей отрицательно влияют на самоотношение подростка, его общее эмоциональное состояние, а также на учебную мотивацию

3) Возможность и целесообразность обучения, ориентированного на развитие ребенка, была основана еще в 30-е годы выдающимся русским психологом Л.В.Выготским. Его идею поддержали Д.Б.Эльконин, В.В.Давыдов, Г.А.Цукерман, А.В.Занков, И.С.Якиманская и др. Согласно этой теории построение учебных предметов должно способствовать формированию у школьников более высокого уровня мышления.

Современные требования к организации образовательной деятельности предполагают не только получение новых знаний, но и апробацию новых методик и технологий обучения, форм и способов работы с учащимися, обучение во взаимодействии, взаимообмен информацией и навыками, а также самообразование.

Поэтому нам представляется необходимым способствовать развитию мотивации, социальных навыков, интеллектуальных способностей старшеклассников в рамках дополнительного образования, так как школьные уроки по-прежнему в большей степени нацелены на прохождение программы.

Занятия по данной Программе способствуют развитию психологических знаний, самосознания (чувства собственного достоинства, адекватной самооценки); помогают раскрыть

сущность личностной направленности (потребностей, желаний, целей, смыслов, идеалов, ценностных ориентаций); способствуют развитию эмоциональной сферы (чувств, переживаний, настроений) и пониманию чувств и переживаний других людей.

Новизна данной дополнительной общеразвивающей программы опирается на понимание приоритетности воспитательной работы, направленной на развитие интеллекта ребёнка, его морально-волевых и нравственных качеств, мотивации, социальной компетентности.

Актуальность программы.

Знания психологии в целом, психологии общения в частности, являются важными для человека в современном обществе.

Детям и взрослым приходится перерабатывать огромный массив информации. Проблема эффективной работы мозга для принятия правильных решений в современном мире особенно актуальна.

Кроме того, актуальность проблемы формирования учебной мотивации обусловлена обновлением содержания обучения, постановкой задач формирования у школьников приемов самостоятельного приобретения знаний и развития активной жизненной позиции.

Многие ученики имеют запрос на взаимодействие, но из-за неумения реконструировать внутренний мир других людей, они не способны удовлетворить этот запрос для самих себя.

Участники: ученики 10 классов, учитель обществознания, психолог, директор, зам. директора по ВР.

Цель:

Развитие у учащихся знаний и навыков, направленных на повышение мотивации к учебной деятельности, эффективное обучение и формирование социальных компетенций.

Задачи:

- 1) способствовать развитию интеллектуальной сферы старшеклассников;
- 2) сформировать общие представления учащихся о психологии как науке; оказать им помощь в открытии внутреннего мира человека, пробудить интерес к другим людям и к самому себе;
- 3) развить интерес познания себя и других людей, умения использовать психологические знания с прикладными задачами, с практикой общения и деятельности в коллективе;
- 4) выработать у учащихся собственную культуру самопознания, саморазвития и самовоспитания;
- 5) раскрыть желание работать над собой, постигать себя, видеть свои сильные и слабые стороны.

Методы и формы обучения:

- лекции, беседы, обсуждения, дискуссии;
- имитационные, ролевые, деловые игры;
- метод «репетиции поведения»;
- элементы психогимнастики;
- «мозговой штурм»;
- психологическое тестирование;
- техники и приемы саморегуляции;
- метод направленного воображения.

Нормативную правовую основу настоящей рабочей программы курса внеурочной деятельности «Коммуникация» составляют действующие нормативно-правовые документы.

Варианты реализации программы и формы проведения занятий

Программа реализуется в работе с обучающимися 10 классов. Запланировано проведение 34 внеурочных занятий. Занятия проводятся 1 раз в неделю по субботам.

Связь с программой воспитания гимназии

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом федеральных образовательных программ среднего общего образования. Это позволяет на практике соединить

обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребёнка. Это проявляется:

- в выделении в цели программы ценностных приоритетов;
- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших свое отражение и конкретизацию в программе воспитания;
- в интерактивных формах занятий для обучающихся, обеспечивающих их вовлеченность в совместную с педагогом и сверстниками деятельность.

Особенности реализации программы

Личностное развитие ребёнка – главная цель педагога. Личностных результатов, обучающихся педагог может достичь, увлекая школьников совместной и интересной многообразной деятельностью, позволяющей раскрыть потенциал каждого; используя разные формы работы; устанавливая во время занятий доброжелательную, поддерживающую атмосферу; насыщая занятия ценностным содержанием.

Задача педагога, транслируя собственные убеждения и жизненный опыт, дать возможность школьнику анализировать, сравнивать и выбирать.

Форма промежуточной аттестации – **зачет**.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

Тема 1. «Возможности мозга». Теоретические и практические занятия.

Мозг человека. Зоны мозга. Развитие памяти. Упражнения на развитие полушарий головного мозга. Влияние гаджетов на когнитивные способности человека. Нейротренажёры для развития мозга. Концентрация внимания. Упражнения для развития нейронных связей мозга.

Тема 2. «Коммуникация». Формирование социальных компетенций. Теоретические, практические занятия.

Как научиться общаться? «Я-высказывание». Барьеры в общении. Учимся слушать и слышать друг друга. Эмпатия. Умение вести беседу. Общение со сверстниками. Общение с представителями разных поколений.

Тема 3. «Мотивация». Мотивация к учебной деятельности. Теоретические, практические занятия.

Мотивация к учёбе. Прокрастинация. Постановка цели.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО КУРСА

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижений школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

Личностные результаты:

- ориентация обучающихся на достижение личного счастья, реализацию позитивных жизненных перспектив, инициативность, креативность, готовность и способность к личностному самоопределению, способность ставить цели и строить жизненные планы;
- готовность и способность обеспечить себе и своим близким достойную жизнь в процессе самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- готовность и способность обучающихся к отстаиванию личного достоинства, собственного мнения;
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самовоспитанию в соответствии с общечеловеческими ценностями;
- готовность и способность к повышению собственной мотивации к учебной деятельности;
- принятие и реализация ценностей здорового образа жизни, бережное, ответственное и компетентное отношение к собственному психологическому здоровью;
- готовность обучающихся к конструктивному участию в принятии решений, затрагивающих их права и интересы, в том числе в различных формах общественной самоорганизации, самоуправления, общественно значимой деятельности;
- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей, толерантного сознания и поведения в поликультурном мире, готовности и способности вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;
- принятие гуманистических ценностей, осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению;
- способность к сопереживанию и формирование позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам; бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью других людей;
- формирование выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра, нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей и нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);

Метапредметные результаты:

1. Регулятивные универсальные учебные действия.

Учащийся научится:

- оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- оценивать ресурсы, в том числе время и нематериальные, необходимые для достижения поставленной цели;
- организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;
- сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

2. Познавательные универсальные учебные действия.

- критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия;
- находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;
- менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности;
- применять знания о способах развития мозга.

3. Коммуникативные универсальные учебные действия.

Учащийся научится:

- осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;
- при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);
- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;
- развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;
- распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

Предметные результаты

- психологические знания (понятия, факты, идеи, законы науки психологии, способы психической деятельности);
- психологические умения (самоконтроль и принятие себя, рефлексия своих потребностей, умение принимать решения, просить, благодарить, отказывать, конструктивно высказывать своё мнение,

сотрудничать, работать в команде);

- навыки (привычка мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой, эмоционально-целостное отношение к психологической реальности и действительности в целом. Навык знакомства, эффективного контакта, передачи информации без искажения; навык управления конфликтами, защиты от манипуляций и давления).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10 класс (1 час в неделю)

№	Тема раздела	Количество часов	ЭОР	Форма проведения занятий	Деятельность учителя с учетом программы воспитания
1	«Возможности мозга». Теоретические и практические занятия	10	Интернет-портал: «Пси-фактор» - Центр практической психологии http://psyfactor.org/cd.htm	Тренинг	На каждом занятии устанавливаются доверительные отношения между педагогическим работником и обучающимися, способствующие позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания к обсуждаемой на занятии информации, активизации познавательной деятельности; побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации; привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на занятии социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения; использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе; темы, применение на занятии интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся; дискуссий, которые дают обучающимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые участвуют командной работе и взаимодействию с другими детьми; включение в занятие игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной
2	«Коммуникация». Формирование социальных компетенций. Теоретические, практические занятия.	16	Персональный сайт психологов и психиатров http://vocabulary.ru/sites/12 Сайт «Мир психологии» http://psychology.net.ru/		
3	«Мотивация». Мотивация учебной деятельности. Теоретические, практические занятия	6	Сайт «Мир психологии» http://psychology.net.ru/		
4	Итоговое занятие	2			

					<p>атмосферы во время урока; организация шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего им социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи; инициирование и поддержка исследовательской деятельности обучающихся в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст обучающимся возможность приобрести навыки самостоятельного решения теоретической проблемы, генерирования и оформления собственных идей, уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.</p>
--	--	--	--	--	---

ТЕМЫ ЗАНЯТИЙ

№ темы	Тема раздела	Количество часов
1	Мозг человека. Зоны мозга.	1
2	Развитие памяти.	1
3	Упражнения на развитие полушарий головного мозга.	1
4	Влияние гаджетов на когнитивные способности человека.	1
5	Нейротренажёры для развития мозга.	2
6	Концентрация внимания.	2
7	Упражнения для развития нейронных связей мозга.	2
8	Как научиться общаться?	2
9	«Я-высказывание».	2
10	Барьеры в общении.	2
11	Учимся слушать и слышать друг друга.	2
12	Эмпатия.	2
13	Умение вести беседу.	2
14	Общение со сверстниками.	2
15	Общение с представителями разных поколений.	2
16	Мотивация к учёбе.	2
17	Прокрастинация.	2
18	Постановка цели.	2
19	Итоговое занятие	2

