

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОМОДАНОВСКИЙ РАЙОННЫЙ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»

РЕКОМЕНДОВАНО

Педагогическим советом
МБУ ДО «Ромодановский районный ДДТ»
Протокол №
от «1» сентября 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБУ ДО «Ромодановский районный ДДТ»


Е.Н. Плодухина
«1» сентября 2020 г.

Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа

«Школа общения»

Направленность: социальная

Уровень программы: ознакомительный

Возраст обучающихся: 11-14 лет

Срок реализации: 2 года (68 часов)

Автор-составитель:

Быкова Ольга Валентиловна

педагог дополнительного образования

Ромоданова, 2020 г.

Структура программы

Пояснительная записка программы	4
Цели и задачи программы	7
Учебно-тематический план программы	8
Содержание программы	10
Календарный учебный график программы	13
Календарно-тематическое планирование программы	13
Планируемые результаты освоения образовательной программы	16
Оценочные материалы программы	17
Форма обучения, методы, приемы, формы организации учебного процесса, формы и типы занятий, формы контроля	18
Материально - техническое обеспечение программы	20
Список использованной литературы	20

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Общение в жизни детей подросткового возраста играет важнейшую роль. Именно в общении дети усваивают систему нравственных принципов, типичных для общества и конкретной социальной среды, поэтому в работе с младшими подростками отдаётся предпочтение групповой форме проведения психологических занятий. Младший подростковый возраст является очень благоприятным временем для начала проведения подобной работы.

Общение со сверстниками воспринимается подростками как нечто очень важное и личностное.

Нормативные основания для создания дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы:

-Федеральный закон «Об образовании российской Федерации» от 29. 12. 2012 г. №273-ФЗ;

-Концепция развития дополнительного образования на 2015-2020 годы от 4.09.2014 г. №1726-р;

-Письмо Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006г. №06-1844

-«Примерные требования к программам дополнительного образования детей»;

-Методические рекомендации Министерства образования и науки РФ по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) от 18.11.2015 г. №09-3242;

-Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления

образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;

-Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития системы дополнительного образования детей»;

-СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

-Приказ Министерства образования республики Мордовия от 04.03.2019 г. № 211 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в республике Мордовия»;

-Устав МБУДО «Ромодановский ДДТ»;

-Локальный акт МБУДО «Ромодановский ДДТ» «Положение о разработке, порядке утверждения реализации и корректировки общеобразовательных программ».

Программа составлена на основе программ разработанных кандидатом психологических наук Н.П. Слободник «Учимся общению», А.С. Прутченкова «Трудное восхождение к себе», М. Евлампиевой «Перекрёстки возможностей».

Возраст детей, участников программы и их психологические особенности

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа

«Школа общения» ориентирована на работу с детьми 11-14 лет. Программа предусматривает возможность обучения в одной группе детей с разницей в возрасте не более одного года.

Программа предполагает освоение коммуникативных навыков в соответствии с психологическими особенностями возраста адресата программы.

Объём и сроки освоения программы

Срок реализации программы – 1 год

Продолжительность реализации всей программы 68 часов.

Формы и режим занятий

В процессе реализации программы используются различные *формы занятий*: традиционные, комбинированные и практические занятия; лекции, игры, праздники, конкурсы, соревнования и другие.

Методика предусматривает проведение занятий в различных формах: групповой, парной, индивидуальной.

Групповые занятия, с одной стороны, позволяют в игровой форме, при соблюдении различных игровых правил, подавать самый разнообразный материал, а с другой стороны, готовят ребенка к восприятию традиционных школьных форм подачи информации в системе «педагог- обучающийся». Игровые методики создают для детей

младшего подросткового возраста обстановку непринужденности, когда желание научиться чему бы то ни было возникает естественно, как бы само собой и постепенно перерастает в устойчивый познавательный интерес.

Парное взаимодействие способствует, с одной стороны, развитию коммуникативных навыков (умение договариваться, уступать, выслушивать другого; понятно и убедительно излагать свои пожелания и требования; совместно решать проблемы; радоваться достижениям другого ребенка и т.д.), а с другой стороны, закреплению знаний, умений и навыков, полученных при групповой форме обучения.

Индивидуальные занятия предусмотрены как для детей, имеющих проблемы в обучении и развитии, так и для детей, опережающих своих сверстников. Оказание каждому ребенку эмоциональной поддержки обеспечивает ситуацию успеха, способствующую формированию устойчивой мотивации к обучению и общению в коллективе.

Большое внимание на занятиях уделяется обсуждению различных ситуаций, групповым дискуссиям, ролевому проигрыванию, творческому самовыражению, самопроверке и групповому тестированию.

При определении режима занятий учтены санитарно-эпидемиологические требования к организациям дополнительного образования детей. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу (продолжительность учебного часа 45 минут). Наполняемость группы составляет 10 – 12 участников.

Структура занятия каждого занятия включает в себя вступление (вступление может быть в виде прямого сообщения темы занятия или в виде вопроса к ученикам по обсуждаемой теме), основную часть (основная часть содержит обсуждение и проигрывание ситуаций по предложенной теме, игры с элементами тренинга, диагностика), заключение (заключительная часть направлена на анализ занятия, самопроверку и рефлексия).

В случае возникновения форсмажорных обстоятельств, программа может быть реализована с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель данной программы: Развитие эмоционально – личностной сферы детей и формирование навыков адекватного общения со сверстниками и взрослыми в окружающем социуме.

Задачи:

- Формировать позитивную мотивацию к взаимодействию.
- Развивать потребности в саморегуляции и освоение навыков регуляции собственного состояния и поведения.
- Обучать конструктивным способам выхода из конфликтных ситуаций.
- Обучать способам внутреннего самоконтроля и сдерживания негативных импульсов.
- Овладеть определёнными социально – психологическими знаниями.
- Диагностика и коррекция личностных качеств и умений, снятие барьеров, мешающих реальным и продуктивным действиям.
- Изучение и овладение индивидуализированными приёмами межличностного взаимодействия для повышения его эффективности.

3.УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙПЛАН

№ п.п	Наименование разделов и тем	Максимальная нагрузка учащегося, ч.	Из теоретическое обучение	них Практическое обучение
	Я и мои особенности	34		
	Личностные ресурсы	14	4	10
	1. Вводное занятие. Общение в жизни человека.	2	1/3	
	2. Какая бывает информация?	2	1/3	
	3. Я здесь для того, чтобы...	2	1/3	
	4. Я уникальный! Где искать ресурсы?	2	1/3	
	5. Я общаюсь! Зачем?	2	1/3	
	6. Хочу общаться! Где ресурс?	2	1/3	
	7. Интеграционное занятие по исследованию ресурсов	2	1/3	
	Личностные границы	8	2	6
	8. Я и мои границы	2	1/3	
	9. Границы – моя безопасность	2	1/3	
	10. Мои и чужие границы	2	1/3	
	11. Интеграционное занятие по исследованию границ	2	1/3	
	Эмоциональная сфера	12	4	8
	12. Язык чувств	2	1/3	

	13. Мои чувства и их выражение	2	1/3	
	14. Агрессия и гнев	2	1/3	
	15. Страх и тревога	2	1/3	
	16. Интеграционное занятие по первому модулю	2	1/3	
	17. Гора моей индивидуальности	2	1/3	
	Я и другие	34		
	Самопознание	14	4	10
	1. Общение в жизни человека	2	1/3	
	2. Зачем нужно знать себя?	2	1/3	
	3. Я глазами других.	2	1/3	
	4. Самооценка	2	1/3	
	5. Мои внутренние друзья и враги	2	1/3	
	6. Как справиться с плохим настроением	2	1/3	
	7. «Ярмарка» достоинств	2	1/3	
	Барьеры и конфликты	20	7	13
	8. Что такое конфликт?	2	1/3	
	9. Почему люди ссорятся?	2	1/3	
	10. Барьеры общения	2	1/3	
	11. Способы решения конфликтов с	2	1/3	

	родителями			
	12. Мои одноклассники и одноклассницы	2	1/3	
	13. Предотвращение конфликта.	2	1/3	
	14. Умение слушать	2	1/3	
	15. Уверенное и неуверенное поведение	2	1/3	
	16. Нужна ли агрессия	2	1/3	
	17. Пойми меня	2	1/3	
	Итого:	68		

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 модуль

«Я и мои особенности».

Цель. Развитие личности младших подростков и формирование позитивного опыта взаимоотношений подростка со сверстниками и взрослыми (путём освоения социальных навыков и умения разрешать конфликты).

Задачи:

- Формировать позитивную мотивацию к взаимодействию.
- Создать условия для осознания участниками группы типичных для них способов взаимодействия, их индивидуально – типологических особенностей, собственных ограничений в общении.
- Развивать потребности в саморегуляции и освоение навыков регуляции собственного состояния и поведения.
- Развивать личностную активность.

Раздел 1. Личностные ресурсы (14ч)

Теория (4ч)

Понятие «общение». Общение в жизни человека. Личностные ресурсы, границы. Эмоциональная сфера.

Практика (10ч)

Анкета «Незаконченное высказывание». Игры, упражнения, динамическая пауза.

Раздел 2. Личностные границы (8ч)

Теория (2ч)

Понятие, свойство и функция границ. Значимость своих границ и создание условий уважительного отношения к чужим границам.

Практика (6ч)

Актуализация личностных ресурсов. Рисунок своих границ. Игры, упражнения.

Раздел 3. Эмоциональная сфера (12ч)

Теория (2ч)

Знакомство с понятиями «чувства», «эмоции», «страх», «гнев», «эмпатия». Типичные проявления эмоциональной сферы. Интеграция и обобщение полученных знаний. Ресурсы и ограничения эмоций гнева. Ресурсы и ограничения страха и тревоги.

Практика (10ч)

Актуализация и анализ опыта, полученного на занятиях. Игры, упражнения, диагностика.

2 модуль

2 модуль.

«Я и другие».

Цель. Формирование важнейших социальных навыков, способствующих успешной адаптации в обществе.

Задачи:

1. Формировать позитивную мотивацию к взаимодействию.
2. Создать условия для осознания участниками группы типичных для них способов взаимодействия, их индивидуально – типологических особенностей, собственных ограничений в общении.

3. Развивать потребности в саморегуляции и освоение навыков регуляции собственного состояния и поведения.
4. Развивать личностную активность.

Раздел 1. Самопознание (14ч)

Теория (4ч)

Зачем нужно знать себя? Я глазами других. Понятие «самооценка». Мои внутренние друзья и враги. Понятие «самооценка». Самопонимание и самосознание. Я - концепция.

Практика (10ч)

Упражнение «Цвет настроения». Упражнение «Я рад общаться с тобой». Игра «Ассоциации». Игра «Ярмарка». Тренинг.

Раздел 2. Барьеры и конфликты (20ч)

Теория (5ч)

Понятие «общение». Общение в жизни человека. Какие бывают барьеры общения. Понятие «конфликт», «агрессия». Стили разрешения конфликтов.

Практика (15ч)

Тест «Коэффициент моей общительности». Тест – игра «С тобой приятно общаться». Барьеры на пути информации. Барьеры, которые создаю я сам. Упражнение «Снежинки». Игра «Разожми кулак». Игра «Толкалки без слов». Игра «Необитаемый остров». Упражнение «Рисуем вдвоём». Упражнение «Кулак». Тест «Как я ориентируюсь в разных ситуациях». Тренинг.

5.Календарный учебный график на 2020-2021 учебныйгод

Годовой календарный учебный график учитывает в полном объеме возрастные психофизические особенности обучающихся и отвечает требованиям охраны их жизни и здоровья.

-количество учебных недель – 36;

-количество учебных дней – 252;

-продолжительность каникул – осенние с 19 октября 2020 г. по 1 ноября 2020 г.; зимние с 28 декабря 2020 г. по 10 января 2021 г.; весенние с 22 марта 2021 г. По28 марта 2021 г.; летние с 31 мая 2021 г. по 31 августа 2021 г.

-дата начала и окончания учебного периода – 01.09.2020 г. по 31.05.2021 г.

6.КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п. п	Наименование разделов и тем	Максимальная нагрузка учащегося, ч.	Из теоретическое обучение	них практическое обучение	Планируемая дата	Фактическая дата	Форма контроля
	Я и мои особенности	34					
	Личностные ресурсы	14	4	10			
	1. Вводное занятие. Общение в жизни человека.	2	1/3				опрос
	2. Какая бывает	2	1/3				опрос

	информация?						
	3. Я здесь для того, чтобы...	2	1/3				опрос
	4. Я уникальный! Где искать ресурсы?	2	1/3				анкетирование
	5. Я общаюсь! Зачем?	2	1/3				опрос
	6. Хочу общаться! Где ресурс?	2	1/3				опрос
	7. Интеграционное занятие по исследованию ресурсов	2	1/3				тестирование
	Личностные границы	8	2	6			
	8. Я и мои границы	2	1/3				опрос
	9. Границы – моя безопасность	2	1/3				опрос
	10. Мои и чужие границы	2	1/3				опрос
	11. Интеграционное занятие по исследованию границ	2	1/3				тестирование
	Эмоциональная сфера	12	4	8			опрос
	12. Язык чувств	2	1/3				опрос
	13. Мои чувства и их выражение	2	1/3				опрос
	14. Агрессия и гнев	2	1/3				анкетирование

15. Страх и тревога	2	1/3				опрос
16. Интеграционное занятие по первому модулю	2	1/3				тестирование
17. Гора моей индивидуальности	2	1/3				тестирование
Я и другие	34					
Самопознание	14	4	10			
1. Общение в жизни человека	2	1/3				опрос
2. Зачем нужно знать себя?	2	1/3				опрос
3. Я глазами других.	2	1/3				беседа
4. Самооценка	2	1/3				Тестирование
5. Мои внутренние друзья и враги	2	1/3				опрос
6. Как справиться с плохим настроением	2	1/3				опрос
7. «Ярмарка» достоинств	2	1/3				опрос
Барьеры и конфликты	20	7	13			
8. Что такое конфликт?	2	1/3				опрос
9. Почему люди ссорятся?	2	1/3				наблюдение
10. Барьеры общения	2	1/3				наблюдение

11. Способы решения конфликтов с родителями	2	1/3				опрос
12. Мои одноклассники и одноклассницы	2	1/3				Тестирование, беседа
13. Предотвращение конфликта.	2	1/3				опрос
14. Умение слушать	2	1/3				опрос
15. Уверенное и неуверенное поведение	2	1/3				опрос
16. Нужна ли агрессия	2	1/3				опрос
17. Пойми меня	2	1/3				тестирование
Итого	68					

7. Планируемые результаты освоения программы.

В результате прохождения программы у участников будут сформированы *личностные, регулятивные, познавательные и коммуникативные* универсальные учебные действия.

В сфере личностных универсальных учебных действий у участников занятий будет сформировано умение оценивать жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей: отмечать конкретные поступки в предложенных ситуациях, которые можно оценить, самостоятельно определять и высказывать общие для всех правила поведения в социуме.

В сфере коммуникативных универсальных учебных действий участники научатся навыкам сотрудничества. Овладеют методами убеждения, аргументации своей позиции, установления контактов с окружающими.

В сфере познавательных универсальных учебных действий участники научатся работать с информацией, пользоваться словарями, анализировать и делать логические выводы по создавшимся ситуациям. Диагностировать и корректировать личностные качества и умения.

В сфере регулятивных универсальных учебных действий участники овладеют навыками управления своими действиями, научатся контролировать и корректировать свою самостоятельную деятельность.

8.ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Аттестация обучающихся проводится согласно Локального акта

«Положение об аттестации обучающихся детских творческих объединений МБУДО «Ромодановский ДДТ» » и осуществляется в следующих формах: опрос, тестирование.

Анализ полученных результатов позволяет педагогу подобрать необходимые способы оказания помощи отдельным детям и разработать адекватные задания и методики обучения и воспитания.

Оценка эффективности осуществления программы

- сформированность у обучающихся системы знаний о конструктивном общении (итоговый тест по пройденному модулю);
- умение мыслить, исследовать и анализировать свои действия в социуме (наблюдение, беседа);
- умение решать собственные проблемы без агрессии и конфликта (социометрия, тестирование сформированности социального опыта участников, анализ воспитательной работы в классе);
- мотивация к формированию активно – социальной позиции у обучающихся (мониторинг посещения занятий, анкетирование обучающихся);

Критерии оценки усвоения программного материала

Критерии	Уровни		
	Низкий	Средний	Высокий
Интерес	Работает только под контролем, в любой момент может бросить начатое дело	Работает с ошибками, но доводит дело до конца самостоятельно	Работает с интересом, ровно, систематически, самостоятельно
Знания и умения	До 50 % усвоения данного материала	От 50-70% усвоения материала	От 70-100% возможный (достижимый) уровень знаний и умений
Активность	Работает по алгоритму, предложенному педагогом	При выборе решения поставленной задачи советуется с педагогом	Самостоятельное решение задачи

9. Формы обучения, методы, приемы, педагогические технологии

Формы занятий: наблюдение, тестирование, контрольный опрос (устный), собеседование (групповое, индивидуальное)

Методы и приемы организации образовательного процесса:

Методы:

- научности;
- доступности (обучающимся);
- результативности;
- воспроизводимости (другими педагогами);
- эффективности.

Приёмы:

- приёмы работы с текстовыми источниками информации;
- игровые приёмы;
- вербальные приёмы обучения.

Педагогические технологии:

- здоровьесберегающие (направлены на максимальное укрепление здоровья обучающихся);
- личностно-ориентированные (в центре внимания которых – неповторимая личность, стремящаяся к реализации своих возможностей и способная на ответственный выбор в разнообразных жизненных ситуациях);
- игровые (обладают средствами, активизирующими и интенсифицирующими деятельность учащихся. В их основу положена

педагогическая игра как основной вид деятельности, направленный на усвоение общественного опыта);

- технологии коллективной творческой деятельности (предполагают организацию совместных действий, коммуникацию, общение, взаимопонимание, взаимопомощь, взаимокоррекцию);

- коммуникативные (обучение на основе общения. Участники обучения - педагог - ребенок. Отношения между ними основаны на сотрудничестве и равноправии).

10. Материально-техническое обеспечение программы

Для проведения занятий имеются следующие условия:

Кабинет психологической разгрузки, кабинет педагога-психолога

Оборудование:

- спортивные коврики;
- мячики;
- магнитофон;
- компьютер;
- мультимедийное оборудование (проектор, экран);
- раздаточный материал.

11. СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бим-Бад, Б.М. Психология и педагогика [Текст] : учебное пособие / Б.М. Бим-Бад. - М.: Флинта, 2014. - 158 с.
2. Воропаева, И.П. Коррекция эмоциональной сферы младших школьников [Текст]: Практическое пособие / И.П. Воропаева. – М.: Айрис – пресс, 2008. – 136 с.
3. Евлампиева М. Перекрёстки возможностей [Текст]: Программа развития социальных навыков младших подростков / М. Евлампиева. – М.: Чистые пруды, 2010. – 31с.
4. Микляева, А.В. Я-подросток. Я среди других людей [Текст]: Программа уроков психологии/И.В. Микляева. СПб.: Издательство «Речь», 2005. – 118с.
5. Слободяник, Н.П. Психологическая помощь школьникам с проблемами в обучении [Текст]: Практическое пособие / Н.П. Слободяник. – 3-е изд. – М.: Айрис – пресс, 2006. – 536 с.

6. Прутченков, А.С. Трудное восхождение к себе [Текст]: Практическое пособие / А.С. Прутченков. – М.: Российское педагогическое агенство, 1995. – 140.
7. Понамаренко Л.П. Основы психологии для старшеклассников [Текст]: Пособие для педагога / Л.П.Пономаренко. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2001. – 192 с.
8. Игры – обучение, тренинг, досуг. Педагогические игры [Текст]: Практическое пособие / под редакцией В.В. Петрусинского. – М.: ГЦ «ЭНРОФ», 1994. – 132 с.
9. Я и другие. Тренинги социальных навыков [Текст]: для учащихся 1-11-х классов / под ред. В.А. Родионова. – Ярославль: Академия развития, 2003. – 224 с.
10. Федоренко Л.Г. Позитивная (проектирующая психология) в школе. М.: КАРО, 2017.- 160 с.
- 11.Фоппель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения [Текст]: Практическое пособие / К. Фоппель – в 4-х томах. Т.2. – М.: Генезис, 1998. – 160 с.