ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ПРОСТОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Документ отправлен на официальный сайт: sosh14simf.crimeaschool.ru
Уполномоченное лицо – руководитель образовательного учреждения:
Нарушева Евгения Валентиновна
Действителен с: с 15.09.2026, 07:45
Действителен до: до 09.12.2027, 07:45
Ключ подписи: 654AB0E56E1F6E81CC3305F8A45CAE02

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 14 имени Б.И. Хохлова»
муниципального образования
городской округ Симферополь Республики Крым

Рассмотрено	Согласовано	Утверждена
Школьное методическое объединение МБОУ «СОШ № 14 им. Б.И. Хохлова» г. Симферополя (протокол № _____ от «_____»_____ ___2026)	Заместитель директора по УВР МБОУ «СОШ № 14 им. Б.И. Хохлова» г. Симферополя _____М.Ю. Виноградова «____» _____2026	Приказ МБОУ «СОШ № 14 им. Б.И. Хохлова» г. Симферопол от «___» _____2026г. № ___

Рабочая программа учебного курса по внеурочной деятельности
«Психология общения»
Уровень освоения основного общего образования.
Срок освоения 2 года (10-11 класс)

Составитель:

2026 год

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Психология общения» для 6 класса разработана на основе программы формирования психологического здоровья школьников ХухлаеваО.В.«Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5—6 классы)». - М.: Генезис, 2012.

Программа составлена в соответствии с правовыми и нормативными документами:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ);
- Федеральный Закон от 01.12.2007 г. № 309 (ред. от 23.07.2013 г.) «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в части изменения и структуры Государственного образовательного стандарта»;
- Приказ Минобразования России от 05.03.2004 г. № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»;
- Приказ Минобрнауки России от 31.03.2014 г. № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования на 2014-2015 учебный год»;
- Приказ Минобразования России от 09.03.2004 г. № 1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 декабря 2015 г. № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 декабря 2015 г. № 1578 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413»;

Настоящая программа предназначена для развития коммуникативных способностей и мотивов, лежащих в основе межличностных отношений подростков.

Общение имеет огромное значение в формировании человеческой психики, ее развитии и становлении разумного, культурного поведения. Потребность в общении относится к числу основных потребностей человека. Общение является необходимым условием нормального развития человека как члена общества, как личности. Именно в общении, неразрывно связанном с деятельностью, индивид овладевает опытом, выработанным человечеством, в процессе общения индивид «присваивает» те духовные богатства, которые созданы другими людьми, и вместе с тем привносит в них то, что накопил в своем индивидуальном опыте. Через общение с психологически развитыми людьми, благодаря широким возможностям к научению, человек приобретает все свои познавательные высшие способности и качества. Через активное общение с развитыми личностями он сам превращается в личность.

Умению общаться необходимо учиться в течение всей жизни. С возрастом человек должен овладевать этим умением на все более высоком уровне. Особенно эта проблема актуальна в подростковом возрасте, т.к. центральным моментом в этом возрасте становится общение со сверстниками, взрослыми. На этом возрастном этапе общение

приобретает особую смысловую ценность. Мотивация межличностных отношений определяет все многообразие отношений индивида с другими людьми и в значительной мере определяет психологическое благополучие индивида, являясь показателем личностного здоровья. Мотивационно-смысловая система школьников 12-14 лет еще не сформирована и открыта позитивным изменениям.

Отличительными особенностями программы является то, что содержание ее включает небольшой объем теоретического материала, занятия строятся в основном из практических заданий, тренинговых упражнений, самонаблюдений, самоанализов, что позволяет детям приобретать практические навыки в области психологии.

На изучениепрограммы курса внеурочной деятельности «Психология общения» в 6 классе отводится 34 часа из расчёта 1 час в неделю.

Цель программы: развитие коммуникативных способностей, мотивов межличностных отношений.

Задачи:

- формирование умений и навыков в области коммуникативной компетентности;
- развитие представлений о ценности другого человека и себя самого;
- позитивное развитие мотивов межличностных отношений.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Даная программа рассчитана на достижение **2-хуровней 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:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию,
- сформированность мотивации к учению и познанию,
- ценностно-смысловые установки, отражающие их индивидуально-личностные позиции;
- социальные компетентности, личностные качества;
- сформированность основ российской, гражданской идентичности.

Применительно к данной программе

- сформированность у обучающихся уважения и интереса к чувствам других людей;
- сформированность умения анализировать свое поведение на основе общих морально-нравственных понятий (о добре и зле, должном и недопустимом);
- сформированность уважительного отношения к отличительным особенностям чувств и эмоций других людей;
- сформированность у обучающихся мотивации к изучению психологии, с целью самосовершенствования и дальнейшей самореализации;
- сформированность у обучающихся готовности и способности к духовному развитию;
- сформированность нравственных качеств обучающихся, основанных на духовных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;
- сформировнность у обучающихся мотивации к обучению и познанию.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- осознавать свои личные качества, способности и возможности;
- осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции;
- овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями;
- научиться контролировать собственное агрессивное поведение;
- осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки;
- учиться прогнозировать последствия собственных поступков.

Познавательные УУД:

- учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе;
- планировать свою учебную деятельность с учетом индивидуального стиля учебнойдеятельност;
- адекватно воспринимать оценки учителей;
- уметь распознавать чувства других людей;
- обогатить представления о собственных ценностях и их роли в жизни;
- уметь формулировать собственные проблемы.

Коммуникативные УУД:

- учиться строить взаимоотношения с окружающими;
- учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации;
- учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других;
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями;
- формулировать свое собственное мнение и позицию;
- учиться толерантному отношению к другому человеку.

СОДЕРЖАНИЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ЕЕ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№ п/п	Тема занятий	Кол-во часов	Формы и виды деятельности	ЭОР
1.	Приятно с вами познакомиться	1 час	Лекция	https://infourok.ru/klassnyy_chas_s_psihologom_sekrety_obscheniya_6_klass-293844.htm
2.	Язык жестов и мимики	2 часа	Лекция, практикум	https://infourok.ru/korrekcionnorazvivayuschie-zanyatiya- na-temu-mezhlichnostnie-otnosheniya- klass-1681678.html
3.	Давай поговорим	8 часов	Лекция, практикум	https://infourok.ru/klassnyy_chas_s_psihologom_sekrety_obscheniya_6_klass-293844.htm
4.	Агрессия и ее роль в	5 часов	Лекция, практикум	http://licey.rubinst.ru/s

	развитии человека			ites/default/files/documents/%D0%A7%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%B5%D0%BC..pdf
5.	Конструктивное преодоление конфликтов	6 часов	Лекция, практикум	http://licey.rubinst.ru/sites/default/files/documents/%D0%A7%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%B5%D0%BC..pdf
6.	Мир чувств	11 часов	Лекция, практикум	https://urok.1sept.ru/articles/595094
7.	Итоговое занятие	1 час		

Содержание курса

«Приятно с вами познакомиться»

1. Вводное занятие. ТБ.

Понятие общения.
Сообщение цели, задач программы.
Знакомство с правилами поведения на занятиях.
Упражнения: «Пересядьте все те, кто…», «Я и мое имя», «Ассоциации», «Футболка с надписью».

«Язык жестов и мимики»

1. Невербальные средства общения.

Понятия: общение вербальное и невербальное. Невербальные средства общения: мимика, жесты, позы, походка, межличностное пространство.
Упражнения: «Автобус», «Через стекло», «Таможня», «Крокодил», «Шериф».

2. Внимание к поведению другого человека.

Тест «Понимаете ли вы язык мимики и жестов».
Упражнения: «Вживание в образ», «Продемонстрируй состояние», «Узнай по фотографии».
Анализ ситуаций.

«Давай поговорим»

1. Речевые средства общения.

Понятия: речевые средства общения: интонация, темп и громкость речи, форма изложения.
Упражнения: «Эмоциональная фраза», «Скажи, как…»

2. Умение слушать.

Понятия: методы активного слушания: перефразирование, отражение чувств, резюмирование.
Упражнения: «Испорченный телефон», «Аквариум», «Спина к спине», «С закрытыми глазами».

3. Умение вести разговор.

Правила ведения разговора. Приемы, способствующие достижению понимания между собеседниками.
Упражнения: «Установление контакта», «Разговор», «Телефонный разговор».

4. Умение говорить комплименты.

Понятие: комплимент.
Знакомство с «правилами» комплимента.
Упражнения: «Комплимент», «Просьба».

5. Поведение уверенное, неуверенное.

Упражнение: «Перевоплощение», «Умение говорить «нет».
Разыгрывание ситуаций.

«Агрессия и ее роль в развитии человека»

1. Я повзрослел.

Изменения во мне. Сказка «Лабиринт души». Символ моего Я. Игра «Спрячь игрушку».

2. У меня появилась агрессия.

Агрессия и развитие. Различия между агрессией и агрессивностью. Как научиться контролировать собственной агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других. Золотые мысли. Ассоциации.

3. Как выглядит агрессивный человек.

Как распознать агрессивного человека. Трудности агрессивного человека и причины агрессивного поведения. Игра «Покажи агрессию». Отбрось старое, чтобы измениться. Агрессивный …продавец».

4. Конструктивное реагирование на агрессию.

Упражнение «Моя реакция на агрессию». Если я сильный… Притча «Живот с пристежками».

5. Учимся договариваться.

Игра «На приеме у психолога». Мои маски. Притча «Дом масок».

«Конструктивное преодоление конфликтов»

1. Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице.

Понятия: конфликт, стили разрешения конфликтов: конкуренция, уклонение, приспособление, сотрудничество, компромисс.
Тест «Стили разрешения конфликтов».
Анализ, разыгрывание ситуаций.
Упражнения: «Выбор тактики», «Разногласие», «Репетиция поведения».
Роль конфликта в жизни человека. Как научиться конструктивно разрешать конфликты. Первый шаг разрешения конфликта – умение его предвидеть. Сигналы конфликта. Конфликт – это хорошо или плохо? Стиль входа в конфликт. Как выглядит человек в конфликте?

2. Способы поведения в конфликте.

Поведение в процессе конфликта: наступление, обсуждение, отступление, уход от конфликта. Какой способ быстрее ведет к конфликту и почему. Как проявляются способы поведения в конфликте? Конфликтные ситуации.

3. Конструктивное разрешение конфликтов.

Лучшее разрешение конфликта — то, при котором выигрывают оба участника. Моделирование ситуации «Конфликт». Типичные конфликтные ситуации шестиклассников. Как выиграть обоим участникам конфликта. Как оставаться спокойным.

4. Конфликт как возможность развития.

Творческий подход к конфликту позволяет превратить проблемы в возможности. Конфликт как возможность. Пробуем договориться.

5. Готовность к разрешению конфликта.

Иногда конфликт может быть приятным и желательным. В чем выгода? Игра «В стране

вещей».

«Мир чувств»

1. Эмоции и чувства

Понятия: Эмоции, настроение, чувства, аффекты.
Роль эмоций и чувств в жизни человека
Источники настроения.
Упражнения: «Островок чувств», «Рисуем чувства», «Скульптор», «Пиктограммы», «Что я чувствую», «Замороженный и реаниматор»

2. Методы и приемы саморегуляции.

Понятие: психическаясаморегуляция. Методы саморегуляции.
Упражнения: «Очищающее дыхание», «Водопад», «Путешествие на облаке», «Избавление от негативных мыслей», «Поза кучера».

3. Чем мы обязаны другим. Чувство благодарности.

Притча «Дерево».
Упражнения: «Особые дары», «Благодарность без слов», «Волшебный магазин», «Благодарность», «Давать и получать».

4. Чувство эмпатии.

Понятия: эмпатия, толерантность.

5. Толерантность в отношениях с людьми.

Упражнения: «Паутина», «Я – реальный, идеальный, глазами других», «Как все», «Различия, которые объединяют», «Синхронные движения», «Зеркало», «Живые руки», «Передача эмоций»

Итоговое занятие.

Подведение итогов работы за год.
Упражнения: «Листок за спиной», «Чемодан в дорогу», «Подарок».

Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятия	План	Факт
1	Вводное занятие «Знакомство»		
2	Невербальные средства общения.		
3	Внимание к поведению другого человека.		
4	Речевые средства общения.		
5	Умение слушать.		
6	Умение вести разговор.		
7	Умение говорить комплименты. .		
8	Поведение уверенное, неуверенное.		
9	Я повзрослел.		
10	У меня появилась агрессия.		

11	Как выглядит агрессивный человек.		
12	Конструктивное реагирование на агрессию.		
13-14	Учимся договариваться.		
15	Что такое конфликт? Конфликты в школе, дома, на улице.		
16-17	Способы поведения в конфликте.		
18-19	Конструктивное разрешение конфликтов.		
20	Конфликт как возможность развития.		
21	Готовность к разрешению конфликта.		
22	Эмоции и чувства		
23-24	Методы и приемы саморегуляции.		
25-26	Чем мы обязаны другим. Чувство благодарности.		
27-28	Чувство эмпатии. .		
29-30	Толерантность в отношениях с людьми.		
31-33	Практикум		
34	**Итоговое занятие.**		