

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Удмуртской Республики

Управление образования Администрации города Ижевска

МБОУ ИЕГЛ "Школа - 30"

Рассмотрено на заседании ШМО

естественных наук

МБОУ ИЕГЛ «Школа-30»

«28» августа 2023 года

Принято на заседании педагогического совета № 11

«28» августа 2023 года

Утверждено

Приказ № 311 от «28» августа 2023 года

**Рудольская
Марина
Ивановна**

Подписано цифровой подписью: Рудольская Марина Ивановна
DN: c=RU, st=Удмуртская Республика, title=Директор, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ИЖЕВСКИЙ ЕСТЕСТВЕННО-ГУМАНИТАРНЫЙ ЛИЦЕЙ "ШКОЛА-30", 1.2.643.100.3-12083036303537383634333733, 1.2.643.3.131.1.1-120С313833343637303138313138, email=iegl-30@udm.ru, givenName=Марина Ивановна, sn=Рудольская, cn=Рудольская Марина Ивановна
Дата: 2023.08.29 15:04:30 +04'00'

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса «Я и другие. Основы коммуникативных умений»

для обучающихся 5 – 9 классов

Ижевск 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Ведущими идеями современной школы являются идеи гуманизации образовательного процесса. В связи с этим большое внимание уделяется личности ученика как субъекту учебного процесса, равноправному партнеру общения. Такой подход к организации образовательного процесса предполагает умение всех участников вести диалог, выбирать необходимые формы и средства общения, позволяющие конструктивно взаимодействовать (сотрудничать) как на уроке, так и во внеурочной деятельности. Не менее важным становится эмоциональное состояние собеседника, чтобы выбрать наиболее оптимальные способы и средства общения.

Главная особенность данной программы заключается в том, что она направлена, главным образом, на формирование социальной компетенции. Для развития социальных компетенций важен опыт активного социального взаимодействия. Поэтому, важным является специально организованное межличностное взаимодействие между детьми, с целью формирования социальных навыков и умений. К таким навыкам относятся вступление в контакт, совместная работа, распределение обязанностей, разрешение конфликтов, слушание другого, запрашивание помощи и т.д. Эти навыки формируются в групповой работе.

Формы и методы работы с обучающимися.

При организации деятельности с обучающимися используются следующие формы работы: групповые и индивидуальные занятия, психолого-педагогические занятия с элементами тренинга, интерактивные и ролевые игры, тестирование, анализ воспитывающих ситуаций, решение психологических и этических задач. Ведется специальная тетрадь с творческими заданиями, материалы анкет и тестов.

Игровые упражнения способствует созданию эмоционального настроения, облегчает самораскрытие участников, помогает сосредоточиться и внести элемент оптимизма. На занятиях используются упражнения, которые нужно выполнять в парах либо малыми группами это способствует сплочению классного коллектива.

Социальная компетентность в школьном возрасте базируется на таких личностных образованиях как мотивация достижения, произвольность, позитивное отношение к себе, адекватная самооценка, способность к конструктивному поведению в трудных ситуациях, которые исследуются на итоговых занятиях, а также в групповой работе по созданию и защите проектов.

Программа направлена на обучающихся 5-9 классов и выстроена с учетом психофизиологических изменений школьников, ведущих к изменению ведущего вида деятельности и познавательных интересов.

Цели и задачи курса

Цель программы – способствовать формированию личностных качеств как основы взаимоотношений с людьми, обществом и миром в целом в процессе социального становления через самопознание, общение, деятельность, а также развитие, формирование эффективных поведенческих стратегий для осознанного планирования дальнейшего образовательного маршрута, определения жизненной перспективы.

Задачи курса:

1. Формирование позитивной самооценки обучающегося, самоуважения;
2. Отработка навыков понимания других людей, себя, а также взаимоотношений между людьми;
3. Формирование коммуникативной компетентности в сотрудничестве: умение вести диалог, координировать свои действия с действиями партнеров по совместной деятельности; способности доброжелательно и чутко относиться к людям, сопереживать;
4. Владение способами взаимодействия с самим собой и окружающим миром;
5. Осознание необходимости самосовершенствования, постановки целей;

6. Активизация процесса самоактуализации и самопознания;
 7. Формулирование одного или нескольких образовательных маршрутов
- Формы и методы работы с обучающимися.

При организации деятельности с обучающимися используются следующие формы работы: групповые и индивидуальные занятия, психолого-педагогические занятия с элементами тренинга, интерактивные и ролевые игры, тестирование, анализ воспитывающих ситуаций, решение психологических и этических задач. Ведется специальная тетрадь с творческими заданиями, материалы анкет и тестов.

Игровые упражнения способствует созданию эмоционального настроения, облегчает самораскрытие участников, помогает сосредоточиться и внести элемент оптимизма. На занятиях используются упражнения, которые нужно выполнять в парах либо малыми группами это способствует сплочению классного коллектива.

Социальная компетентность в школьном возрасте базируется на таких личностных образованиях как мотивация достижения, произвольность, позитивное отношение к себе, адекватная самооценка, способность к конструктивному поведению в трудных ситуациях, которые исследуются на итоговых занятиях, а также в групповой работе по созданию и защите проектов.

Место предмета в учебном плане

Курс «Я и другие. Основы коммуникативных навыков» нацелен на создание экологичного пространства для общения, ситуацию успеха, условия для самовыражения. Программа призвана приобщить обучающихся к вопросам самопознания, саморазвития, к сохранению и укреплению психического и физического здоровья.

С опорой на психологию и этику изучаются возможности, потребности, способности и интересы человека. Во время занятий по программе происходит становление у детей развитых форм самосознания и самоконтроля, осознание своих возможностей, исчезает боязнь ошибочных шагов, снижаются тревожность и агрессивность поведения. Тем самым создаются необходимые личностные и интеллектуальные предпосылки для успешного протекания процесса обучения на всех последующих этапах образования.

Сроки реализации рабочей программы: 5 лет (5-9 классы)

При реализации Рабочей программы возможна интеграция очного обучения с обучением с применением дистанционных образовательных технологий, электронным обучением. При организации обучения с применением дистанционных образовательных технологий, электронного обучения используются утвержденные приказом директора электронные образовательные ресурсы, цифровые образовательные платформы и видеосервисы.

Реализация программы предусматривает работу как в двухчасовом формате (2ч в неделю), так и в одночасовом (1ч в неделю)

Название программы	Классы	Часов в неделю	Часов всего
Я и другие. Основы коммуникативных навыков»	5-е классы	2	68
	5-е классы	1	34
	6-е классы	2	68
	6-е классы	1	34
	7-е классы	2	68
	7-е классы	1	34
	8-е классы	2	68
	8-е классы	1	34
	9-е классы	2	68
	9-е классы	1	34

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

5классы

Раздел 1. Образ Я

Введение в курс.

Основные правила существования в формате тренинговой группы. Цели и задачи курса. Система оценивания.

Я расту. Я изменяюсь.

Моя семья. Мое детство. Этапы взросления. Подростковый возраст.

Индивидуальность.

Понятие индивидуальности и значимости личности. Роль индивидуальности в жизненном пространстве. Социальный статус в жизни человека.

Что я знаю о себе?

Понятие личностных качеств и возможностей. Понятие самооценки и ее роли в построении отношений. Отличие уверенности от самоуверенности. Работа с самооценкой. Принятие личностных качеств. Мои сильные и слабые стороны.

Что я знаю о других?

Экологичное отношение к сходствам и различиям друг друга. Уникальность внутреннего мира.

Проектная работа «Моя символика»

Раздел «Эмоции и чувства»

Эмоции

Понятие базовых эмоций. Управление своими эмоциями. Для чего нужны негативные эмоции, как с ними справляться.

Чувства

Понятие чувств, их разновидность. Какие чувства мы скрываем. Маска. Чувство тревоги, страх оценки, вины. Признание важности всех чувств.

Раздел «Мир отношений»

Я и мое окружение. Почему важно уметь общаться.

Проблемы общения

Барьеры общения. Барьеры, которые я создаю сам. Стереотипы в общении.

Доверие

Кому мы доверяем? Кто доверяет нам? Кого я могу впустить в свой внутренний мир? Что значит верить? Дискуссия, игра

Как слушать, чтобы тебе доверяли

Доверие как дар. Общение – умение говорить и слушать. Правила активного слушания. Упражнения, дискуссия.

Как говорить, чтобы слушали

Этапы разговора. Умение начинать и поддерживать разговор. Упражнения.

Конструктивная критика

Границы личности. Техника конструктивной критики. Технология обратной связи. Дискуссия, игра

Невербальные средства общения

Средства общения: вербальные, невербальные. Роль жестов, мимики, позы в общении. Интерактивная игра.

Агрессия

Агрессия. Способы выражения агрессии. Типы реакций на агрессию. Агрессивный сверстник, взрослый, группа. Дискуссия, актерские этюды.

Основы уверенного поведения

Признаки уверенного и неуверенного поведения. Инструменты работы с уверенностью. Дискуссия, актерские этюды.

Интерактивная игра

Раздел «Каждый важен»

Буллинг в детской среде.

Актуализация феномена буллинга как недопустимого явления в школьной среде. Понимание различных социальных ролей в ситуации буллинга. Работа с видеофайлом «Молчание». Упражнение «Действующие лица»

Способы поведения в ситуации буллинга

Укрепление конструктивной активной позиции в ситуации буллинга. Возможные способы поведения. Работа с видеофайлом «Прачка». Упражнение «Стикеры»

Климат класса

Собственная роль и возможность влияния на взаимоотношения в классе. Важность позитивной атмосферы в классе, дружбы, принятия, доверия. Упражнение «Без слов»

Эмпатия

Навык эмпатии как фактор, препятствующий появлению и распространению буллинга. Работа с видеофайлом «Молчание». Упражнение «Как быть внимательным к другому»

Поддержка

Многообразие способов оказания поддержки жертв буллинга. Роль активного свидетеля. Навыки оказания поддержки. Работа с видеофайлом «Молчание», Упражнение «Послание другу»

Раздел «Этикет»

Актуализация понятий

Понятие и функции этикета. Этикет и этикетка.

Этикет внешнего вида

Как я вижу себя. Как меня видят другие. Избавление от стереотипов по внешнему виду.

Формулы речевого этикета

Значимость речевого этикета в общении со сверстниками, учителями, семьей. Языковой паспорт человека. Откуда берется сквернословие.

Этикет личной переписки

Безопасность в среде Интернет. Страница в социальной сети как личный бренд.

Раздел «Жизненные трудности»

Роль трудностей в развитии личности

Чему могут научить меня трудности? Какой опыт я извлеку? Развитие умения анализировать особенности поведения и окружающих людей.

Ресурсы в преодолении трудностей

Внешние и внутренние ресурсы в преодолении трудностей

Практическое занятие

Раздел «Точка личностного роста»

Мое будущее

Цели и мечты, их роль в выстраивании перспективы жизни. Здоровье как ресурс успешного будущего.

Кто такой свободный человек?

Права и обязанности школьника. Личные границы. Конфликты, их роль в общении. Навыки разрешения конфликтов.

Подведение итогов.

Выстраивание личной позиции в общении. Игра «Чемодан в дорогу»

Интеллектуально-развлекательный квиз по основам курса

6классы

Введение в курс.

Основные правила существования в формате тренинговой группы. Цели и задачи курса. Система оценивания.

Раздел 1. Как складывается впечатление о другом человеке

Я и другой человек. Я и другие люди. Что такое внешний вид человека. О чем говорят жесты. Речь говорит сама за себя

Раздел 2. Как люди воспринимают друг друга

Первое впечатление о человеке. Реакция на новизну. Расстояние и восприятие. Время и восприятие. Отношение к человеку и восприятие. Что такое установка. Прошлый опыт и восприятие человека

Раздел 3. Особенности восприятия человека детьми и взрослыми

Как воспринимают человека люди разных возрастов. Влияние профессии человека на восприятие других людей. Самовосприятие. Ошибки восприятия.

Раздел 4. Как общаются разные люди

Что такое потребность в общении. Психологические особенности человека и общение. Навык, стиль и манера общения. Пространство и время общения. Слушать и слышать. Подстройка в общении.

Раздел 5. Виды общения

Непосредственное общение. Особые виды общения. Что значит уметь общаться.

Раздел 6. Общение и отношение

Что такое межличностные отношения. Личные и деловые отношения. Как возникает симпатия. Товарищество и дружба. Любовь.

Раздел 7. Общение и понимание между людьми

Психические процессы и понимание. Стереотипы понимания. Эталоны понимания. Понимание чувств другого человека

Раздел 8. Особенности понимания человека детьми и взрослыми

Понимание человека детьми и подростками. Понимание человека школьниками. Понимание человека взрослыми людьми. Влияние профессии на понимание им детей и взрослых.

Раздел 9. Я живу среди людей

Что значит быть культурным человеком. Мы - пассажиры. Мы - зрители. Мы - путешественники. Как мы выглядим.

7классы

Раздел 1. Единицы общения

Введение в курс.

Основные правила существования в формате тренинговой группы. Цели и задачи курса. Система оценивания.

Слушание как важный аспект общения

Активное слушание. Правила активного слушания. Отработка навыка.

Средства общения

Понятие средств общения, их виды. Как мы передаем информацию. Язык жестов и поз.

Стили поведения

Агрессивный, неуверенный, уверенный стили поведения. Умение контроля и применения различных стилей поведения в жизни.

Раздел 2. Критика и возражения

Критика

Виды критики. Границы личности. Правила предъявления критики и обратная связь.

Работа с возражением и сопротивлением

Сопротивление. Поиск общего. Сотрудничество, компромисс

Аргументированное высказывание

Понятие аргумента, методика работы деловой игры «Дебаты»

Раздел 3. Я и группа

Я и группа

Я и группа в разрезе жизни. Моя роль в группе. Правила группового обсуждения

Структура и динамика группы

Структура, динамика группы. Групповые ценности, нормы и правила.

Групповые статусы

Понятие группового статуса. Авторитет. Харизма. Активность, паразитизм.

Интерактивная ролевая игра «Новый город»

Раздел 4. Мир эмоций

Эмоциональный интеллект

Понятие эмоционального интеллекта. Его роль в построении конструктивного общения.

Эмоции и чувства

Понятия «эмоция» и «чувство». Регулирующая функция эмоциональных переживаний. Подавление эмоций. Социально приемлемые формы выражения чувств.

Эмоциональное реагирование в стрессовых ситуациях

Специфика выражения чувств в экстремальных ситуациях. Способы саморегуляции и оказания помощи ближнему.

Интерактивная игра

Раздел 5. Роль конфликта в жизни людей

Конфликт

Теория конфликта. Типы конфликтов, особенности, стадии.

Решение конфликта

Способы выхода из конфликта. Конструктивное поведение в конфликте. Отработка навыков конструктивного поведения в конфликте.

Регуляция эмоционального напряжения

Способы управления эмоциями в конфликте. Вербализация.

Техника «Я – высказывание»

Как управлять своим поведением и поведением партнера в конфликте. Структура Я-высказывания. Отработка навыка.

Раздел 6. Манипулирование в общении

Манипуляция

Понятие манипуляции. Как мы влияем на других, а они на нас. Виды манипуляторов.

Способы противостояния манипуляциям.

Групповое давление. Конформизм

Раздел 7. Точки личностного роста

Подведение итогов работы группы. Выстраивание маршрута индивидуального развития

8 классы

Введение в курс.

Основные правила существования в формате тренинговой группы. Цели и задачи курса. Система оценивания.

Раздел 1.

Понятие «экология» в русле отношений

Что такое экология? Расширение понятия экология. Основной закон экологии.

Принципы экологии отношений

4 принципа экологии отношений. Отношения – обмен, ответственность, обучение, ответ

Приединство человеческой сущности

Человек как организм, личность, носитель психики и духовных смыслов

Внутренний источник жестокости

Соотношение внутреннего содержания с внешними проявлениями каждого человека.

Внешний источник жестокости

Мы глазами других людей. Общественное мнение. Мнение и факт.

Конфликт

Понятие конфликта. Основные положения теории конфликта. Ресурсы в конфликте. Предмет конфликта. Позиции и интересы в конфликте. Позиция оппонентов. Интересы в конфликте. Способы разрешения конфликта: сотрудничество, соперничество, уход, компромисс и т.д.

Раздел 2.

Понятие транзакции

Транзакция. Стимул, ответ

Игры

Игры – манипуляции в отношениях. Место в манипуляций во взаимоотношениях.

Сценарии

Жизненные сценарии. Способы коррекции жизненного сценария.

Пути достижения гармоничного разума

Гармоничный разум. Рефлексия жизненного опыта. Планирование деятельности.

Отношение к себе

Понятие «самооценка». Виды самооценки. Роль самооценки во взаимоотношениях. Методы измерения самооценки. Способы работы с самооценкой.

Гармония

Привычки, влияющие на наши отношения. Что влияет на нас и делает более гармоничными во всех областях жизни.

Раздел 3. Психофизиологические основы общения

Мозг и поведение

Активность мозга. Влияние состояние мозговой активности на жизненные проекции.

Области мозга

Строение мозга. Пять основных областей мозга, активность которых влияют на качество нашей жизни. Кора лобных долей больших полушарий. Поясная извилина. Лимбическая система. Височные доли и базальные ганглии. Мозжечок.

Здоровье и качество коммуникации

Четыре круга оптимального здоровья. Биологический и социальный круги. Проявление и взаимосвязь каждого аспекта здоровья. Духовный и психологический круг здоровья. Смысл жизни, взаимосвязь между прошлым и будущим.

Раздел 4. Межличностные отношения

Границы личности.

Влюбленность и любовь

Условия необходимые для проявления любви. Обмен, ответственность.

Семейная система

Законы семейной системы. Взаимоотношения внутри семейной системы. Анализ своей семейной системы. Стадии жизни семьи. Кризисы. Мифы в семейных системах.

Подведение итогов. Защита практических работ.

9классы

Введение в курс.

Основные правила существования в формате тренинговой группы. Цели и задачи курса. Система оценивания.

Раздел 1. Роль тайм-менеджмента в жизненной системе

Тайм-менеджмент как система

Понятие тайм-менеджмента. Понятие и определение целеполагания. Учет социальных взаимодействий.

Подход к жизни

Проактивный и реактивный подход к жизни. Круг забот и влияния

Целеполагание

Понятие целеполагания. Ценности как основа целеполагания. Потребности в целеполагании.

Цель

Цели и ключевые области жизни. Человек как организм, личность, носитель психики и смыслов. Миссия. Подходы к определению целей. Рефлексия личного опыта. Осознанность личной истории. Метод критических ситуаций. Моделирование критических ситуаций.

Время

Время как невозполнимый ресурс. Модель жизненных интересов. Поглотители времени. Хронометраж.

Раздел 2. Планирование

Основа планирования

Подходы к планированию. Пирамида планирования Б.Франклина. Методы определения ценностей. Мемуарник – метод

Долгосрочное планирование

Капитал времени. Учет жизненных обстоятельств в долгосрочном планировании. Планирование на год, день.

Горизонты планирования

Метод структурированного внимания и горизонты планирования. Горизонты планирования и их взаимовлияние. Система планирования на основе структурированного внимания. Как вспоминать о нужных делах в нужное время. Роль подсознания.

Раздел 3. Приоритеты

Расстановка приоритетов

Понятие приоритет. Расстановка приоритетов. Основные способы. Матрица Эйзензхауера.

Приоритеты в целях и задачах

Приоритеты в долгосрочных целях. Многокритериальная оценка. Определение приоритетов в текущих задачах. Основы построения системы приоритетов текущих задач. Закон Парето.

Стратегии отказа

Прием логической аргументации. Использование навыков отказа в планировании.

Раздел 4. Психофизиологические основы эффективности

Распределение рабочей нагрузки

Распределение рабочей нагрузки как основа успеха и эффективности работы. Синдром Кароши. Баланс труда и отдыха.

Роль биоритмов

Понятие биоритмов. Работоспособность и биоритмы. Человек – биологическая система. Дневной, недельный, годовой биологический ритм.

Отдых

Правила организации эффективного отдыха. Ритмичность, переключение, смена контекста. Эффективный сон. Ритмичность, продолжительность, правильное пробуждение и засыпание.

Раздел 5. Мотивация

Понятие мотивации и самомотивации

Мотивация, ее виды. Способы самомотивации. Техника якорения.

Творческая лень

Понятие лени. Причины лени. Лень как защитная реакция.

Решение задач

Решение мелких «неприятных» задач. Эмоциональное отношение к решению трудоемких задач. Задачи «Слон», «Лягушка». Использование компьютера и гаджетов для выполнения задач тайм-менджмента.

Подведение итогов. Защита практических работ

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

5-е классы

Личностные результаты:

- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку;
- освоение социальных норм, правил поведения;
- формирование коммуникативной компетентности общения и сотрудничестве.

Метапредметные результаты:

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений;
- умение работать индивидуально и в группе;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение
- готовность и способность противостоять трудностям и помехам.

Предметные результаты:

- понимание роли и значения психологии в формировании личностных качеств;
- формирование умения вести наблюдение за динамикой своего развития и функциональных возможностей.

6-е классы

Личностные результаты:

- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- формирование основ социально-критического мышления;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видах деятельности.

Метапредметные результаты:

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности, корректировать свои действия;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений;
- умение работать индивидуально и в группе;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- готовность и способность противостоять трудностям и помехам

Предметные результаты:

- понимание роли и значения психологии в формировании личностных качеств;
- формирование умения вести наблюдение за динамикой своего развития и функциональных возможностей.

7-е классы

Личностные результаты:

- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку;
- формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видах деятельности.

Метапредметные результаты:

умение устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

- ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их личностные позиции, социальные компетенции;
- умение работать индивидуально и в группе;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- готовность и способность противостоять трудностям и помехам.

Предметные результаты:

- понимание роли и значения психологии в формировании личностных качеств;
- владение навыками самоанализа и самооценки на основе наблюдений за собственным поведением и межличностными взаимодействиями

8-е классы

Личностные результаты:

- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видах деятельности;
- принятие ценности семейной жизни.

Метапредметные результаты:

- умение устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию;
- сформированность мотивации к обучению, познанию, выбору индивидуальной образовательной траектории;
- ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их личностные позиции, социальные компетенции;
- умение работать индивидуально и в группе;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- готовность и способность противостоять трудностям и помехам.

Предметные результаты:

- понимание роли и значения психологии в формировании личностных качеств;
- умение сформулировать и аргументировать собственную точку зрения по тем или иным психологическим проблемам, различным аспектам социального поведения людей и их социально-психологического взаимодействия..

9-е классы

Личностные результаты:

- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видах деятельности;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, выбору дальнейшего образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, осознанному построению индивидуальной образовательной траектории с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- сформированность мотивации к обучению, познанию, выбору индивидуальной образовательной траектории

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности, корректировать свои действия;
- умение планировать альтернативные пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения задач

Предметные результаты:

- понимание роли и значения психологии в формировании личностных качеств;
- формирование умения вести наблюдение за динамикой своего развития и функциональных возможностей.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс (68 часов)

№ п/п	Раздел	Количество часов	Формы реализации воспитательного потенциала раздела	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Как складывается впечатление о другом человеке		<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Использование интерактивных форм работы с обучающимися: рисуночная техника, игровые и тренинговые упражнения, самооценочные карты, коллажи и др.</p> <p>Использование ИКТ в процессе обучения</p>	Библиотека ЦОК
2	Как люди воспринимают друг друга	5	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Инициирование и поддержка исследовательской деятельности обучающихся в</p>	

			<p>рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст обучающимся возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения;</p> <p>Использование интерактивных форм работы с обучающимися</p>	
3	Особенности восприятия человека детьми и взрослыми		<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Использование интерактивных форм работы с обучающимися:, интерактивные игры.</p> <p>Использование дискуссий, бесед, работ в группах и парах.</p> <p>Использование ИКТ</p>	ЦОК
4	Виды общения	6	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими</p>	ЦОК

			<p>работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, использование воспитательных возможностей содержания раздела через подбор соответствующих упражнений, текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе</p> <p>Использование дискуссий, бесед, работ в группах и парах.</p> <p>Использование интерактивных форм работы с обучающимися: тренинговые упражнения, социальный театр</p> <p>Использование ИКТ в процессе урока</p>	
5	Как общаются разные люди	17	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Использование интерактивных методов работы с обучающимися:</p>	ЦОК

			тренинговые упражнения, практические занятия	
6	Общение и отношение	9	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Использование интерактивных методов работы с обучающимися: интерактивная игра</p> <p>Использование ИКТ</p>	
7	Общение и понимание между людьми	6	<p>Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, использование воспитательных возможностей содержания раздела через подбор соответствующих упражнений, текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе</p> <p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p>	ЦОК
8	Особенности понимания человека детьми и взрослыми	7	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими</p>	ЦОК

			<p>работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Использование интерактивных методов работы с обучающимися: тренинговые упражнения, практические занятия</p>	
9	Я живу среди людей	5	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, использование воспитательных возможностей содержания раздела через подбор соответствующих упражнений, текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе</p> <p>Использование дискуссий, бесед, работ в группах и парах.</p> <p>Использование интерактивных форм работы с обучающимися: тренинговые упражнения</p> <p>Использование ИКТ в</p>	ЦОК

			процессе урока	
--	--	--	----------------	--

5класс (34 часа)

№ п/п	Раздел	Количество часов	Формы реализации воспитательного потенциала раздела	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Как складывается впечатление о другом человеке	6	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Использование интерактивных форм работы с обучающимися: рисуночная техника, игровые и тренинговые упражнения, самооценочные карты, коллажи и др.</p> <p>Использование ИКТ в процессе обучения</p>	ЦОК
2	Как люди воспринимают друг друга	4	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Инициирование и поддержка исследовательской</p>	

			<p>деятельности обучающихся в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст обучающимся возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения;</p> <p>Использование интерактивных форм работы с обучающимися</p>	
3	Особенности восприятия человека детьми и взрослыми	2	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Использование интерактивных форм работы с обучающимися:, интерактивные игры.</p> <p>Использование дискуссий, бесед, работ в группах и парах.</p> <p>Использование ИКТ</p>	ЦОК
4	Виды общения	4	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими</p>	ЦОК

			<p>(педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, использование воспитательных возможностей содержания раздела через подбор соответствующих упражнений, текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе</p> <p>Использование дискуссий, бесед, работ в группах и парах.</p> <p>Использование интерактивных форм работы с обучающимися: тренинговые упражнения, социальный театр</p> <p>Использование ИКТ в процессе урока</p>	
5	Как общаются разные люди	7	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Использование интерактивных методов</p>	ЦОК

			работы с обучающимися: тренинговые упражнения, практические занятия	
6	Общение и отношение	3	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Использование интерактивных методов работы с обучающимися: интерактивная игра</p> <p>Использование ИКТ</p>	
7	Общение и понимание между людьми	2	<p>Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, использование воспитательных возможностей содержания раздела через подбор соответствующих упражнений, текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе</p> <p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p>	ЦОК
8	Особенности понимания человека детьми и взрослыми	3	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими</p>	ЦОК

			<p>(педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Использование интерактивных методов работы с обучающимися: тренинговые упражнения, практические занятия</p>	
9	Я живу среди людей	3	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, использование воспитательных возможностей содержания раздела через подбор соответствующих упражнений, текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе</p> <p>Использование дискуссий, бесед, работ в группах и парах.</p> <p>Использование интерактивных форм работы с обучающимися: тренинговые упражнения</p>	ЦОК

			Использование ИКТ в процессе урока	
--	--	--	------------------------------------	--

6 класс (68 часов)

№ п/п	Раздел	Количество часов	Формы реализации воспитательного потенциала раздела	Электронные образовательные ресурсы, цифровые образовательные платформы и видеосервисы.
1	Как складывается впечатление о другом человеке		<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Использование интерактивных форм работы с обучающимися: рисуночная техника, игровые и тренинговые упражнения, самооценочные карты, коллажи и др.</p> <p>Использование ИКТ в процессе обучения</p>	ЦОК
2	Как люди воспринимают друг друга	5	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Инициирование и поддержка исследовательской деятельности обучающихся в рамках реализации ими</p>	

			<p>индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст обучающимся возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения;</p> <p>Использование интерактивных форм работы с обучающимися</p>	
3	Особенности восприятия человека детьми и взрослыми		<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Использование интерактивных форм работы с обучающимися; интерактивные игры.</p> <p>Использование дискуссий, бесед, работ в группах и парах.</p> <p>Использование ИКТ</p>	ЦОК
4	Виды общения	6	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки</p>	ЦОК

			<p>зрения Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, использование воспитательных возможностей содержания раздела через подбор соответствующих упражнений, текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе</p> <p>Использование дискуссий, бесед, работ в группах и парах.</p> <p>Использование интерактивных форм работы с обучающимися: тренинговые упражнения, социальный театр</p> <p>Использование ИКТ в процессе урока</p>	
5	Как общаются разные люди	17	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Использование интерактивных методов работы с обучающимися: тренинговые упражнения, практические занятия</p>	ЦОК
6	Общение и отношение	9	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования</p>	

			и отстаивания своей точки зрения Использование интерактивных методов работы с обучающимися: интерактивная игра Использование ИКТ	
7	Общение и понимание между людьми	6	Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, использование воспитательных возможностей содержания раздела через подбор соответствующих упражнений, текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации	ЦОК
8	Особенности понимания человека детьми и взрослыми	7	Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения Использование интерактивных методов работы с обучающимися: тренинговые упражнения, практические занятия	ЦОК
9	Я живу среди людей	5	Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими	ЦОК

			<p>работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, использование воспитательных возможностей содержания раздела через подбор соответствующих упражнений, текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе</p> <p>Использование дискуссий, бесед, работ в группах и парах.</p> <p>Использование интерактивных форм работы с обучающимися: тренинговые упражнения</p> <p>Использование ИКТ в процессе урока</p>	
--	--	--	---	--

6класс (34 часа)

№ п/п	Раздел	Количество часов	Формы реализации воспитательного потенциала раздела	Электронные образовательные ресурсы, цифровые образовательные платформы и видеосервисы.
1	Как складывается впечатление о другом человеке	6	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p>	ЦОК

			Использование интерактивных форм работы с обучающимися: рисуночная техника, игровые и тренинговые упражнения, самооценочные карты, коллажи и др. Использование ИКТ в процессе обучения	
2	Как люди воспринимают друг друга	4	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Инициирование и поддержка исследовательской деятельности обучающихся в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст обучающимся возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения;</p> <p>Использование интерактивных форм работы с обучающимися</p>	
3	Особенности восприятия человека детьми и взрослыми	2	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и</p>	ЦОК

			<p>самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Использование интерактивных форм работы с обучающимися:, интерактивные игры.</p> <p>Использование дискуссий, бесед, работ в группах и парах.</p> <p>Использование ИКТ</p>	
4	Виды общения	4	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, использование воспитательных возможностей содержания раздела через подбор соответствующих упражнений, текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе</p> <p>Использование дискуссий, бесед, работ в группах и парах.</p> <p>Использование интерактивных форм работы с обучающимися: тренинговые упражнения, социальный театр</p> <p>Использование ИКТ в процессе урока</p>	ЦОК
5	Как общаются разные люди	7	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими</p>	ЦОК

			<p>работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Использование интерактивных методов работы с обучающимися: тренинговые упражнения, практические занятия</p>	
6	Общение и отношение	3	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Использование интерактивных методов работы с обучающимися: интерактивная игра</p> <p>Использование ИКТ</p>	
7	Общение и понимание между людьми	2	<p>Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, использование воспитательных возможностей содержания раздела через подбор соответствующих упражнений, текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе</p> <p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы</p>	ЦОК

			учебной дисциплины и самоорганизации	
8	Особенности понимания человека детьми и взрослыми	3	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Использование интерактивных методов работы с обучающимися: тренинговые упражнения, практические занятия</p>	ЦОК
9	Я живу среди людей	3	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации</p> <p>Развитие навыков публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения</p> <p>Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, использование воспитательных возможностей содержания раздела через подбор соответствующих упражнений, текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе</p> <p>Использование дискуссий, бесед, работ в группах и парах.</p> <p>Использование интерактивных форм работы с обучающимися: тренинговые упражнения</p>	ЦОК

			Использование ИКТ в процессе урока	
--	--	--	------------------------------------	--

При реализации Рабочей программы возможна интеграция очного обучения с обучением с применением дистанционных образовательных технологий, электронным обучением. При организации обучения с применением дистанционных образовательных технологий, электронного обучения используются указанные в данном разделе электронные образовательные ресурсы, цифровые образовательные платформы и видеосервисы.

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5класс (68 часов)

№ урока	Раздел Тема урока	Количество часов	Основное содержание по темам рабочей программы, включая практическую часть
Раздел 1 «Как складывается впечатление о другом человеке» (10ч)			
1	Введение в курс.	1	Основные правила существования в формате тренинговой группы. Цели и задачи курса. Система оценивания.
2		1	Упражнение «Бинго». Арт-терапевтическое упражнение «Каким ты видишь...»
3	Я и другой человек.	1	Роль личностных особенностей в жизни. Диагностика индивидуальных особенностей.
4	Я и другие люди	1	Признание индивидуальности в обществе. Практическое задание «Подарок другу»
5	Что такое внешний вид человека	1	Облик человека. Собственные и сопутствующие внешние элементы, воспринимаемые зрительно.
6		1	Этикет внешнего вида. Коммуникативная игра «Дебаты»
7	О чем говорят жесты	1	Жесты. Виды жестов.
8		1	Роль жестов-адаптеров Практическая работа «Как совладать с жестами-адаптерами во время выстраивания коммуникации»
9	Речь говорит сама за себя	1	Речь как средство коммуникации. Функции речи: коммуникативная, когнитивная.
10		1	Речь как элемент вербальной коммуникации. Практикум «Речевые ошибки»
Раздел «Как люди воспринимают друг друга» (5ч)			
11	Первое впечатление о человеке	1	Роль первого впечатления в коммуникации. Формирование первого впечатления.
12		1	Роль головного мозга в формировании первого впечатления.
13		1	Ошибки первого впечатления. Факторы, влияющие на ошибки восприятия человека. Реакция на новизну. Эффект ореола в общении.
14	Восприятие	1	Расстояние и восприятие. Время и

			восприятие. Отношение к человеку и восприятие.
15	Установки	1	Понятие установок. Прошлый опыт и восприятие человека.
Раздел «Особенности восприятия человека детьми и взрослыми» (3ч)			
16	Особенности восприятия человека детьми и взрослыми	1	Как воспринимают человека люди разных возрастов. Влияние профессии человека на восприятие других людей.
17	Самовосприятие	1	Теория самовосприятия. Ошибки самовосприятия
18		1	Способы развития самовосприятия
Раздел «Виды общения» (6ч)			
19	Общение	1	Общение как социально-психологический феномен
20	Виды общения	1	Непосредственное и опосредованное общение.
21		1	Особые виды общения.
22	Типы межличностного общения	1	Диалогическое и монологическое общение Императивное и манипулятивное общение
23	Типы коммуникаций	1	Ролевая коммуникация
24		1	Личностная коммуникация
Раздел «Как общаются разные люди» (17ч)			
	Потребность в общении	1	Потребность. Потребность в общении. Виды потребностей в общении.
		1	Практическая работа «Мои виды потребностей в общении»
	Особенности человека и общение	1	Общение и темперамент. Характеристика темпераментов.
		1	Диагностика темперамента.
		1	Общение и характер человека.
		1	Диагностика характерологических особенностей.
		1	Ролевая игра «Общение с различными по характеру собеседниками»
	Навык, стиль и манера общения	1	Понятия «навыки общения», «стиль общения». Классификация и характеристика стилей общения.
		1	Практикум «Определение стиля общения». Анализ собственного стиля общения.
		1	Манера общения. Отличительные особенности манеры общения.
		1	Манера общения в кинематографе. Анализ видеороликов.
	Пространство и время общения	1	Организация пространства и времени коммуникативного процесса. Пространство общения. Время общения.
	Слушать и слышать	1	Понятия «слышать» и «слушать», принципиальные различия и взаимосвязь.
		1	Активное слушание. Пассивное слушание.

		1	Инструменты активного слушания: уточнения и повторения, открытые вопросы, пауза, невербальные инструменты слушания.
		1	Видеолекторий «10 способов стать хорошим собеседником»
	Подстройка в общении	1	Понятие «подстройка». Линии и уровни подстройки.
Раздел «Общение и отношение» (9 ч)			
	Межличностные отношения	1	Понятие межличностных отношений, структура. Компоненты межличностных отношений
		1	Этапы развития межличностных отношений
	Виды межличностных отношений	1	Личные и деловые отношения. Формальные и неформальные отношения.
	Товарищество и дружба	1	Товарищество и дружба как нравственные ценности. Соотношение понятий «товарищество и дружба».
		1	Потребность в близости. Место дружбы в структуре потребностей и основных социальных установок личности.
		1	Роль дружбы в формировании образа собственного «Я»
	Любовь	1	Любовь как нравственно-эстетическое чувство. Этапы возникновения симпатии
		1	Любовь с физиологической точки зрения
		1	Любовь с точки зрения психологии
Раздел «Общение и понимание между людьми» (6ч)			
	Понимание	1	Понимание как операция мышления. Функции понимания
		1	Ошибки понимания: «ошибка меткого стрелка», «дверь в лицо», «иллюзия чистоты», «игнорирование базового уровня», «эффект мнимой правды»
		1	Эталоны понимания
	Понимание чувств другого человека	1	Эмпатия, ее значение в понимании. Идентификация и эмпатия, различия
		1	Уровни эмпатии. Диагностика уровня эмпатии
		1	Способы развития эмпатии. Практикум по развитию навыков эмпатии
Раздел «Особенности понимания человека детьми и взрослыми» (7ч)			
	Понимание человека детьми и подростками	1	Подросток как субъект восприятия и понимания других людей и самого себя в системе межличностных отношений и различных видах деятельности
		1	Подросток как субъект восприятия и понимания других людей и самого себя в системе межличностных отношений и различных видах деятельности

		1	Роль школы в формировании понимания
		1	Творческая работа «Понимание через призму подростка»
	Понимание человека взрослыми людьми	1	Особенности понимания человека взрослыми людьми
	Влияние профессии на понимание им детей и взрослых	1	Роль деятельности в формировании знаний о людях
		1	Оценочные стереотипы при познании окружающих их людей
Раздел «Я живу среди людей» (5ч)			
	Что значит быть культурным человеком	1	Культура как социально-психологическое понятие. Кинопросмотр «Ценная бандероль»
		1	Внешние признаки культурного человека
		1	Внутренние составляющие культурного человека
	Мы-пассажиры. Мы – зрители. Мы - путешественники	1	Подготовка сценария к ролику «Мы-пассажиры. Мы – зрители. Мы – путешественники»
	Итоговое занятие	1	Демонстрация роликов «Мы-пассажиры. Мы – зрители. Мы – путешественники»

5класс (34 часа)

№ урока	Раздел Тема урока	Количество часов	Основное содержание по темам рабочей программы, включая практическую часть
Раздел 1 «Как складывается впечатление о другом человеке» (6ч)			
1	Введение в курс.	1	Основные правила существования в формате тренинговой группы. Цели и задачи курса. Система оценивания.
2		1	Упражнение «Бинго». Арт-терапевтическое упражнение «Каким ты видишь...»
	Я и другой человек. Я и другие люди.	1	Роль личностных особенностей в жизни. Диагностика индивидуальных особенностей. Признание индивидуальности в обществе.
	Что такое внешний вид человека	1	Облик человека. Собственные и сопутствующие внешние элементы, воспринимаемые зрительно.
	О чем говорят жесты	1	Жесты. Виды жестов.
	Речь говорит сама за себя	1	Речь как средство коммуникации. Функции речи: коммуникативная, когнитивная. Речь как элемент вербальной коммуникации.
Раздел «Как люди воспринимают друг друга» (4ч)			

	Первое впечатление о человеке	1	Роль первого впечатления в коммуникации. Формирование первого впечатления. Роль головного мозга в формировании первого впечатления.
		1	Ошибки первого впечатления. Факторы, влияющие на ошибки восприятия человека. Реакция на новизну. Эффект ореола в общении.
	Восприятие	1	Расстояние и восприятие. Время и восприятие. Отношение к человеку и восприятие.
	Установки	1	Понятие установок. Прошлый опыт и восприятие человека.
Раздел «Особенности восприятия человека детьми и взрослыми» (2ч)			
	Особенности восприятия человека детьми и взрослыми	1	Как воспринимают человека люди разных возрастов. Влияние профессии человека на восприятие других людей.
	Самовосприятие	1	Теория самовосприятия. Ошибки самовосприятия
Раздел «Виды общения» (4ч)			
	Общение	1	Общение как социально-психологический феномен
	Виды общения	1	Непосредственное и опосредованное общение.
	Типы межличностного общения	1	Диалогическое и монологическое общение Императивное и манипулятивное общение
	Типы коммуникаций	1	Ролевая коммуникация Личностная коммуникация
Раздел «Как общаются разные люди» (7 ч)			
	Потребность в общении	1	Потребность. Потребность в общении. Виды потребностей в общении.
	Особенности человека и общение	1	Общение и темперамент. Характеристика темпераментов.
		1	Общение и характер человека. Ролевая игра «Общение с различными по характеру собеседниками»
	Навык, стиль и манера общения	1	Понятия «навыки общения», «стиль общения». Классификация и характеристика стилей общения. Манера общения. Отличительные особенности манеры общения.
	Пространство и время общения	1	Организация пространства и времени коммуникативного процесса. Пространство общения. Время общения.
	Слушать и слышать	1	Понятия «слышать» и «слушать», принципиальные различия и взаимосвязь. Активное слушание. Пассивное слушание.

	Подстройка в общении	1	Понятие «подстройка». Линии и уровни подстройки.
Раздел «Общения и отношение» (3 ч)			
	Межличностные отношения	1	Понятие межличностных отношений, структура. Компоненты межличностных отношений. Виды межличностных отношений
	Товарищество и дружба	1	Товарищество и дружба как нравственные ценности. Соотношение понятий «товарищество и дружба». Роль дружбы в формировании образа собственного «Я»
	Любовь	1	Любовь как нравственно-эстетическое чувство. Любовь с физиологической точки зрения. Любовь с точки зрения психологии
Раздел «Общение и понимание между людьми» (2ч)			
	Понимание	1	Понимание как операция мышления. Функции понимания. Ошибки понимания. Эталоны понимания
	Понимание чувств другого человека	1	Эмпатия, ее значение в понимании. Уровни эмпатии. Способы развития эмпатии.
Раздел «Особенности понимания человека детьми и взрослыми» (3ч)			
	Понимание человека детьми и подростками	1	Подросток как субъект восприятия и понимания других людей и самого себя в системе межличностных отношений и различных видах деятельности.
	Понимание человека взрослыми людьми	1	Особенности понимания человека взрослыми людьми
	Влияние профессии на понимание им детей и взрослых	1	Роль деятельности в формировании знаний о людях. Оценочные стереотипы при познании окружающих
Раздел «Я живу среди людей» (3ч)			
	Что значит быть культурным человеком	1	Культура как социально-психологическое понятие. Внешние признаки культурного человека. Внутренние составляющие культурного человека
	Мы-пассажиры. Мы – зрители. Мы - путешественники	1	Подготовка сценария к ролику «Мы-пассажиры. Мы – зрители. Мы – путешественники»
	Итоговое занятие	1	Демонстрация роликов «Мы-пассажиры. Мы – зрители. Мы – путешественники»

6 класс (68 часов)

№ урока	Раздел Тема урока	Количество часов	Основное содержание по темам рабочей программы, включая практическую часть
---------	-------------------------	------------------	--

Раздел 1 «Как складывается впечатление о другом человеке» (10ч)			
1	Введение в курс.	1	Основные правила существования в формате тренинговой группы. Цели и задачи курса. Система оценивания.
2		1	Упражнение «Бинго». Арт-терапевтическое упражнение « <i>Каким ты видишь...</i> »
3	Я и другой человек.	1	Роль личностных особенностей в жизни. Диагностика индивидуальных особенностей.
4	Я и другие люди	1	Признание индивидуальности в обществе. Практическое задание «Подарок другу»
5	Что такое внешний вид человека	1	Облик человека. Собственные и сопутствующие внешние элементы, воспринимаемые зрительно.
6		1	Этикет внешнего вида. Коммуникативная игра «Дебаты»
7	О чем говорят жесты	1	Жесты. Виды жестов.
8		1	Роль жестов-адаптеров Практическая работа «Как совладать с жестами-адаптерами во время выстраивания коммуникации»
9	Речь говорит сама за себя	1	Речь как средство коммуникации. Функции речи: коммуникативная, когнитивная.
10		1	Речь как элемент вербальной коммуникации. Практикум «Речевые ошибки»
Раздел «Как люди воспринимают друг друга» (5ч)			
11	Первое впечатление о человеке	1	Роль первого впечатления в коммуникации. Формирование первого впечатления.
12		1	Роль головного мозга в формировании первого впечатления.
13		1	Ошибки первого впечатления. Факторы, влияющие на ошибки восприятия человека. Реакция на новизну. Эффект ореола в общении.
14	Восприятие	1	Расстояние и восприятие. Время и восприятие. Отношение к человеку и восприятие.
15	Установки	1	Понятие установок. Прошлый опыт и восприятие человека.
Раздел «Особенности восприятия человека детьми и взрослыми» (3ч)			
16	Особенности восприятия человека детьми и взрослыми	1	Как воспринимают человека люди разных возрастов. Влияние профессии человека на восприятие других людей.
17	Самовосприятие	1	Теория самовосприятия. Ошибки самовосприятия
18		1	Способы развития самовосприятия
Раздел «Виды общения» (6ч)			
19	Общение	1	Общение как социально-психологический

			феномен
20	Виды общения	1	Непосредственное и опосредованное общение.
21		1	Особые виды общения.
22	Типы межличностного общения	1	Диалогическое и монологическое общение Императивное и манипулятивное общение
23	Типы коммуникаций	1	Ролевая коммуникация
24		1	Личностная коммуникация
Раздел «Как общаются разные люди» (17ч)			
24	Потребность в общении	1	Потребность. Потребность в общении. Виды потребностей в общении.
25		1	Практическая работа «Мои виды потребностей в общении»
26	Особенности человека и общение	1	Общение и темперамент. Характеристика темпераментов.
27		1	Диагностика темперамента.
28		1	Общение и характер человека.
29		1	Диагностика характерологических особенностей.
30		1	Ролевая игра «Общение с различными по характеру собеседниками»
31	Навык, стиль и манера общения	1	Понятия «навыки общения», «стиль общения». Классификация и характеристика стилей общения.
32		1	Практикум «Определение стиля общения». Анализ собственного стиля общения.
33		1	Манера общения. Отличительные особенности манеры общения.
34		1	Манера общения в кинематографе. Анализ видеороликов.
35	Пространство и время общения	1	Организация пространства и времени коммуникативного процесса. Пространство общения. Время общения.
36	Слушать и слышать	1	Понятия «слышать» и «слушать», принципиальные различия и взаимосвязь.
37		1	Активное слушание. Пассивное слушание.
38		1	Инструменты активного слушания: уточнения и повторения, открытые вопросы, пауза, невербальные инструменты слушания.
39		1	Видеолекторий «10 способов стать хорошим собеседником»
40	Подстройка в общении	1	Понятие «подстройка». Линии и уровни подстройки.
Раздел «Общение и отношения» (9 ч)			
41	Межличностные отношения	1	Понятие межличностных отношений, структура. Компоненты межличностных отношений
42		1	Этапы развития межличностных отношений
43	Виды межличностных	1	Личные и деловые отношения. Формальные и неформальные отношения.

	отношений		
44	Товарищество и дружба	1	Товарищество и дружба как нравственные ценности. Соотношение понятий «товарищество и дружба».
45		1	Потребность в близости. Место дружбы в структуре потребностей и основных социальных установок личности.
46		1	Роль дружбы в формировании образа собственного «Я»
47	Любовь	1	Любовь как нравственно-эстетическое чувство. Этапы возникновения симпатии
48		1	Любовь с физиологической точки зрения
49		1	Любовь с точки зрения психологии
Раздел «Общение и понимание между людьми» (6ч)			
50	Понимание	1	Понимание как операция мышления. Функции понимания
51		1	Ошибки понимания: «ошибка меткого стрелка», «дверь в лицо», «иллюзия чистоты», «игнорирование базового уровня», «эффект мнимой правды»
52		1	Эталоны понимания
53	Понимание чувств другого человека	1	Эмпатия, ее значение в понимании. Идентификация и эмпатия, различия
54		1	Уровни эмпатии. Диагностика уровня эмпатии
55		1	Способы развития эмпатии. Практикум по развитию навыков эмпатии
Раздел «Особенности понимания человека детьми и взрослыми» (7ч)			
56	Понимание человека детьми и подростками	1	Подросток как субъект восприятия и понимания других людей и самого себя в системе межличностных отношений и различных видах деятельности
57		1	Подросток как субъект восприятия и понимания других людей и самого себя в системе межличностных отношений и различных видах деятельности
58		1	Роль школы в формировании понимания
59		1	Творческая работа «Понимание через призму подростка»
60	Понимание человека взрослыми людьми	1	Особенности понимания человека взрослыми людьми
61	Влияние профессии на понимание им детей и взрослых	1	Роль деятельности в формировании знаний о людях
62		1	Оценочные стереотипы при познании окружающих их людей
Раздел «Я живу среди людей» (5ч)			
63	Что значит быть культурным человеком	1	Культура как социально-психологическое понятие. Кинопросмотр «Ценная бандероль»
64			

65		1	Внешние признаки культурного человека
66		1	Внутренние составляющие культурного человека
67	Мы-пассажиры. Мы – зрители. Мы - путешественники	1	Подготовка сценария к ролику «Мы-пассажиры. Мы – зрители. Мы – путешественники»
68	Итоговое занятие	1	Демонстрация роликов «Мы-пассажиры. Мы – зрители. Мы – путешественники»

6класс (34 часа)

№ урока	Раздел Тема урока	Количество часов	Основное содержание по темам рабочей программы, включая практическую часть
Раздел 1 «Как складывается впечатление о другом человеке» (6ч)			
1	Введение в курс.	1	Основные правила существования в формате тренинговой группы. Цели и задачи курса. Система оценивания.
2		1	Упражнение «Бинго». Арт-терапевтическое упражнение « <i>Каким ты видишь...</i> »
	Я и другой человек. Я и другие люди.	1	Роль личностных особенностей в жизни. Диагностика индивидуальных особенностей. Признание индивидуальности в обществе.
	Что такое внешний вид человека	1	Облик человека. Собственные и сопутствующие внешние элементы, воспринимаемые зрительно.
	О чем говорят жесты	1	Жесты. Виды жестов.
	Речь говорит сама за себя	1	Речь как средство коммуникации. Функции речи: коммуникативная, когнитивная. Речь как элемент вербальной коммуникации.
Раздел «Как люди воспринимают друг друга» (4ч)			
	Первое впечатление о человеке	1	Роль первого впечатления в коммуникации. Формирование первого впечатления. Роль головного мозга в формировании первого впечатления.
		1	Ошибки первого впечатления. Факторы, влияющие на ошибки восприятия человека. Реакция на новизну. Эффект ореола в общении.
	Восприятие	1	Расстояние и восприятие. Время и восприятие. Отношение к человеку и восприятие.
	Установки	1	Понятие установок. Прошлый опыт и восприятие человека.

Раздел «Особенности восприятия человека детьми и взрослыми» (2ч)			
	Особенности восприятия человека детьми и взрослыми	1	Как воспринимают человека люди разных возрастов. Влияние профессии человека на восприятие других людей.
	Самовосприятие	1	Теория самовосприятия. Ошибки самовосприятия
Раздел «Виды общения» (4ч)			
	Общение	1	Общение как социально-психологический феномен
	Виды общения	1	Непосредственное и опосредованное общение.
	Типы межличностного общения	1	Диалогическое и монологическое общение Императивное и манипулятивное общение
	Типы коммуникаций	1	Ролевая коммуникация Личностная коммуникация
Раздел «Как общаются разные люди» (7 ч)			
	Потребность в общении	1	Потребность. Потребность в общении. Виды потребностей в общении.
	Особенности человека и общение	1	Общение и темперамент. Характеристика темпераментов.
		1	Общение и характер человека. Ролевая игра «Общение с различными по характеру собеседниками»
	Навык, стиль и манера общения	1	Понятия «навыки общения», «стиль общения». Классификация и характеристика стилей общения. Манера общения. Отличительные особенности манеры общения.
	Пространство и время общения	1	Организация пространства и времени коммуникативного процесса. Пространство общения. Время общения.
	Слушать и слышать	1	Понятия «слышать» и «слушать», принципиальные различия и взаимосвязь. Активное слушание. Пассивное слушание.
	Подстройка в общении	1	Понятие «подстройка». Линии и уровни подстройки.
Раздел «Общения и отношение» (3 ч)			
	Межличностные отношения	1	Понятие межличностных отношений, структура. Компоненты межличностных отношений. Виды межличностных отношений
	Товарищество и дружба	1	Товарищество и дружба как нравственные ценности. Соотношение понятий «товарищество и дружба». Роль дружбы в формировании образа собственного «Я»
	Любовь	1	Любовь как нравственно-эстетическое чувство. Любовь с физиологической точки зрения. Любовь с точки зрения психологии
Раздел «Общение и понимание между людьми» (2ч)			
	Понимание	1	Понимание как операция мышления.

			Функции понимания. Ошибки понимания. Эталоны понимания
	Понимание чувств другого человека	1	Эмпатия, ее значение в понимании. Уровни эмпатии. Способы развития эмпатии.
Раздел «Особенности понимания человека детьми и взрослыми» (3ч)			
	Понимание человека детьми и подростками	1	Подросток как субъект восприятия и понимания других людей и самого себя в системе межличностных отношений и различных видах деятельности.
	Понимание человека взрослыми людьми	1	Особенности понимания человека взрослыми людьми
	Влияние профессии на понимание им детей и взрослых	1	Роль деятельности в формировании знаний о людях. Оценочные стереотипы при познании окружающих
Раздел «Я живу среди людей» (3ч)			
	Что значит быть культурным человеком	1	Культура как социально-психологическое понятие. Внешние признаки культурного человека. Внутренние составляющие культурного человека
	Мы-пассажиры. Мы – зрители. Мы - путешественники	1	Подготовка сценария к ролику «Мы- пассажиры. Мы – зрители. Мы – путешественники»
	Итоговое занятие	1	Демонстрация роликов «Мы-пассажиры. Мы – зрители. Мы – путешественники»

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

1. Хухлаева «Тропинка к своему «Я» (средняя школа 5-6 класс).М:Генезис, 2010

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

2. Абрамова Г.Практическая психология. – М., 1999
3. Амен Дн.Дж. Великолепный мозг в любом возрасте. М.:ЭКСМО. 2011г
4. Архангельский Г.А. Тайм-менеджмент.М.:МФПА, 2011
5. Бачков И.В. Основы технологии группового тренинга. – М., 1999
6. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры.М.:ЭКСМО, 2010
7. Битянова Н.Р.Психология личностного роста. – М., 1995
8. К.Фопель. Как научить детей сотрудничать?Ч.1,2. М.:Генезис, 2001
9. Кривцова С. Навыки конструктивного взаимодействия с подростками. – М., 1997
10. Лещинская Е.А. Тренинг общения для обучающихся 4-6 классов. – Киев, 1996
11. Лидерс А.Г.Тренинг для подростков.М.:Академия, 2004
12. Осмина Е.В. Истоки жестокости (по материалам авторского семинара)
13. Смид Р.Групповая работа с детьми и подростками. – М., 1998
14. Хейм Дж.Джиннот Групповая психотерапия с детьми. М.:ЭКСМО, 2001
15. Хухлаева «Тропинка к своему «Я» (средняя школа 5-6 класс).М:Генезис, 2010

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Библиотека ЦОК