УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ СТАРООСКОЛЬСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №28 С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ОТДЕЛЬНЫХ ПРЕДМЕТОВ ИМЕНИ А.А. УГАРОВА» СТАРООСКОЛЬСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА

Рассмотрена
Протокол заседания педагогического совета
от «31» августа 2021 года №18

Утверждена
Приказ МБОУ «СОШ №28 с УИОП имени А.А. Угарова»
от «31» августа 2021 года №619

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Академия социального общения»

Уровень программы: базовый

Срок реализации программы: 1 год

Общее количество часов: 72 часа

Возраст учащихся: 9 – 12 лет

Вид программы: авторская

Автор-составитель: Лобанова Алина Александровна,
педагог дополнительного образования

Старый Оскол

2021

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Академия социального общения» имеет социально-гуманитарную направленность и предназначена для реализации в системе дополнительного образования.

Программа поможет создать условия для развития у детей навыков эффективного межличностного взаимодействия с окружающими людьми.

Программа предназначена для получения школьниками дополнительного образования в области культуры общения в обществе.

Программа приобщает детей к духовным богатствам человечества, способствует формированию гармоничной, творческой личности человека, способствует сопереживанию и доброжелательному отношению ко всему окружающему.

Программа поможет овладеть своими эмоциями и чувствами к пониманию величия человеческой жизни и умение найти свое место в ней.

Программа может использоваться при реализации в сетевой форме. Программа может быть использована также для обучения детей с разным уровнем начальной подготовки.

Программа ориентирована на изучение межличностных взаимоотношений, адаптацию в коллективе, социальное самоопределение, профессиональную ориентацию подростков и развитие детской социальной инициативы. В результате изучения программы будут созданы условия для становления базовых компетенций личности, т.е. культуры жизненного (личностного и профессионального) самоопределения обучающихся; ознакомление обучающихся с возможностями выбора собственного жизненного пути в современном мире; выявление профессиональных интересов и склонностей обучающихся.

Актуальность. Человеческое общество немыслимо вне общения. Именно в процессе общения с другими людьми ребенок усваивает общечеловеческий опыт, накапливает знания, овладевает умениями и навыками, формирует свое сознание и самосознание, вырабатывает убеждения, идеалы. В процессе общения у ребенка происходит формирование не только отдельных психических функций, процессов и свойств, но и личности в целом. У ребенка формируются духовные потребности, нравственные и эстетические чувства, складывается его характер.

Школьник - это человек, активно овладевающий навыками общения. В этот период происходит интенсивное установление дружеских контактов. Приобретение навыков социального взаимодействия с группой сверстников и умение заводить друзей являются одной из важных задач развития на этом возрастном этапе. Зачастую школьники испытывают существенные проблемы в ходе общения.

Именно поэтому и возникла необходимость создания программы, направленной на развитие коммуникативных навыков у детей 9-12 лет. Главное назначение данной программы заключается в том, чтобы научить ребенка общаться. Ребенок, который не умеет организовать общение, быть интересным окружающим, чувствует себя уязвленным и отвергнутым, что может привести к эмоциональному неблагополучию: снижению самооценки, возрастанию робости в контактах, замкнутости, формированию тревожности, или, наоборот, к чрезмерной агрессивности поведения.

Программа «Академия социального общения» включает в себя освоение знаний и формирование навыков по следующим направлениям: командное взаимодействие, понимание окружающих, этика и этикет, эмоции и чувства, уверенность и навыки общения.

Занятия проходят с использование таких форм, как диспут, игра, тренинг, беседа, практикум и др. Успешное освоение программы позволит учащимся лучше узнать себя, свои сильные стороны, развить чувство собственного достоинства, преодолеть неуверенность и страх, наиболее успешно и полно реализовать себя в поведении и деятельности.

Новизна программы основана на комплексном подходе подготовки ребенка к жизни в современных социальных условиях: компетентного общения, мобильного взаимоотношения с высокой культурой речи и этики.

Отличительная особенность и социальная значимость данного курса состоит в том, что он призван помочь растущему человеку в постижении норм человеческих отношений и на их основе искать путь самовоспитания, саморазвития. Курс предполагает активное включение в творческий процесс учащихся, родителей, учителей. Практическая значимость данного курса состоит в том, что отношение к окружающей действительности формируется в совместной деятельности педагога и детей

Адресат программы:

Программа рассчитана на учащихся 9 - 12 лет.

Объем и сроки реализации программы

1 год обучения – 72 часа.

Форма обучения – очно-заочная.

Режим организации занятий

1 раз в неделю по 2 учебных часа

Уровень программы –базовый.

Режим занятий - данная программа рассчитана на 72 часа (занятия проводятся один раз в неделю по 2 часа). В соответствии с целями и основными задачами программы предусмотрен рабочий план реализации программы на 1 года.

Особенности организации образовательного процесса. Содержание и условия реализации дополнительной общеобразовательной программы соответствуют возрастным и индивидуальным особенностям учащихся по программе.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы 9-12 лет. Количество учащихся в группе: 1 год – до 15 человек.

Цель и задачи программы

Цель:

создание условий для развития у детей навыков эффективного межличностного взаимодействия с окружающими людьми

Задачи:

Образовательные:

- обучать детей пониманию своего "Я" и умению «быть в мире с собой»;
- расширять знания детей о мире эмоциональных состояний, о себе и своих особенностях и способностях в этом мире;
- отрабатывать навыки понимания других людей, распознавания их чувств и мотивов поведения;

- обучать стратегиям поведения в конфликтных ситуациях;
- обучать навыкам снятия физического и психического напряжения, способам выражения сочувствия;
- обучать открытому проявлению эмоций и чувств различными социально приемлемыми способами.

Воспитательные:

- формировать ответственное отношение к порученному делу;
- воспитывать активную жизненную гражданскую позицию, стремление к личному участию в практической деятельности;
- воспитывать трудолюбие, целеустремлѐнность, чувство коллективизма, взаимопомощи.

Метапредметные:

- развивать навыки эффективного общения и адаптивного социального поведения;
- учить детей осуществлять самоконтроль в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения;
- развивать умение слушать, высказывать свою точку зрения;
- развивать умение приходить к компромиссному решению, аргументировать и отстаивать свою позицию;
- формировать умение принимать решения и нести за них ответственность.

В основу программы заложено формирование у обучающихся теоретических знаний и практических навыков. Содержание программы соответствует целям и задачам, изложенным в пояснительной записке

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	**Я и моя команда**	**20**	**8**	**12**	
1.1	Инструктаж по ТБ и ПБ. Давайте познакомимся. Игры и упражнения на знакомство	2	1	1	Устный опрос
1.2	Сплочение группы. Правила и ритуалы группы.	2	1	1	
1.3	Сплочение группы. Упражнения на снятие тактильного барьера.	2	1	1	
1.4	Кто я? Упражнения и игры на самоидентификацию.	2	1	1	

1.5	Что я знаю о себе	2	1	1	
1.6	Мои ценности	2	1	1	
1.7	Мои сильные стороны	4	2	2	
1.8	Мои слабые стороны	4	2	2	
2	**Понимая других, понимаю себя**	**6**	**3**	**3**	
2.10	Волшебные средства понимания. Интонация	2	1	1	
2.11	Волшебные средства понимания. Мимика.	2	1	1	
2.12	Волшебные средства понимания. Пантомимика.	2	1	1	
3	**Этика и этикет**	**10**	**5**	**5**	
3.14	О чем наука Этика?	2	1	1	
3.15	Что такое Этикет?	2	1	1	
3.16	Промежуточный контроль «Карта желаний».	2	1	1	Творческая работа
3.17	Деловой этикет	2	1	1	
3.18	Этикет за столом	2	1	1	
4	**Мир эмоций**	**6**	**3**	**3**	
4.20	Настроение и эмоции	2	1	1	
4.21	Для чего нужны негативные эмоции?	2	1	1	
4.22	Как управлять своими эмоциями?	2	1	1	
5	**Мои чувства**	**14**	**7**	**7**	
5.24	Мир чувств	2	1	1	
5.25	Какие чувства мы скрываем	2	1	1	
5.26	Маски, роли, игры...	2	1	1	
5.27	Что такое страх?	2	1	1	
5.28	Чувство тревоги	2	1	1	
5.29	Агрессия	2	1	1	

5.30	Как справиться со злостью	2	1	1	
6	**Уверенность в себе**	**8**	**4**	**4**	
6.32	Я в себе уверен! (?)	2	1	1	
6.33	Развитие уверенности в себе. Повышение самооценки.	2	1	1	
6.34	Отличие уверенности от самоуверенности	2	1	1	
6.35	Умение сказать "Нет!"	2	1	1	
7	**Конфликт**	**8**	**4**	**4**	
7.37	Что такое конфликт? Причины конфликта.	2	1	1	
7.38	Как разрешить конфликт	2	1	1	
7.39	Стили поведения в конфликте	2	1	1	
7.40	Итоговая аттестация. Творческая работа "Академия социального общения" коллаж группы	2	1	1	Творческая работа
	Итого:	72	34	38	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Раздел 1 «Я и моя команда» (20 часов)

1.1. Инструктаж по ТЮ и ПБ. Давайте познакомимся. Игры и упражнения на знакомство

Теория: Знакомство с инструкциями, правилами поведения в ЦНТТУ.

Практика: Игры на знакомство. Устный опрос.

1.2. Сплочение группы. Правила и ритуалы группы.

Теория: Разработка правил и ритуалов малой группы

Практика: Игры на сплочение. Практикум по отработке ритуалов, закреплению правил работы в группе

1.3. Сплочение группы. Упражнения на снятие тактильного барьера

Теория: Беседа «Наша группа – это..»

Практика: Упражнения на снятие тактильного барьера в парах, малых группах, общей группе

1.4. Кто я? Упражнения и игры на самоидентификацию.

Теория: Беседа «Главный вопрос самоидентификации»

Практика: Тренинг «Кто я?». Упражнения и игры на самоидентификацию.

1.5. Что я знаю о себе

Теория: Час размышления «Знакомьтесь, это я!»

Практика: Упражнения «Интервью», «Письмо себе»

1.6. Мои ценности

Теория: Понятие «ценность». Личные ценности. Общечеловеческие ценности.

Практика: Творческий проект по созданию коллажа «Мои ценности»

1.7. Мои сильные стороны

Теория: Дискуссия «В чем сила, брат?»

Практика: Упражнения «Без маски», «Какой он», «Мои сильные стороны», «Восковая палочка»

1.8. Мои слабые стороны

Теория: Беседа «Развитие слабых сторон»

Практика: Упражнения «Рисунок себя», «Мои слабые стороны», «Если бы я был…», «Цепочка следствий»

Раздел 2 «Понимая других, понимаю себя» (6 часов)

2.1. Волшебные средства понимания. Интонация

Теория: Понятие «Интонация». Владение интонацией при общении

Практика: игра «Чувства в интонациях», коммуникационное упражнение «Передача интонации».

2.2. Волшебные средства понимания. Мимика.

Теория: Невербальное общение. Понятие «Мимика». Роль мимики в общении.

Практика: игра «Зеркало», упражнение «Обмани меня», упражнение «Чувства в мимике»

2.3. Волшебные средства понимания. Пантомимика.

Теория: Невербальное общение. Понятие «Пантомимика».

Практика: игра «Крокодильчик», игра «Аукцион скульптур», упражнение «Видеокамера»

Раздел 3 «Этика и этикет» (10 часов)

3.1. О чем наука Этика?

Теория: Понятие «Этика». Этика в общении

Практика: Интерактивная беседа «Мир без этики», упражнение «Лицом к лицу», упражнение «Первое знакомство», игра «Ассоциации»

3.2. Что такое Этикет?

Теория: Понятие «Этикет». Этикет и этика – в чем различие.

Практика: практикум «Этикет в моей жизни»

3.3. Промежуточный контроль « Карта желаний»

3.4. Деловой этикет

Теория: Понятие «Деловой этикет». Этикет в школе.

Практика: упражнение «Здравствуй, друг!», ситуационные игры

3.5. Этикет за столом

Теория: Правила этикета за столом. Сервировка стола.

Практика: викторина «Как это едят?», игра-практикум «приятного аппетита», упражнение «Званый ужин»

Раздел 4 «Мир эмоций» (6 часов)

4.1. Настроение и эмоции

Теория: Отличие настроения и эмоции. Контроль эмоций. Что влияет на настроение.

Практика: игра «Смешинки и злючки», техника «Разрывание бумаги», упражнение «Два зеркала», игра «Гаражи»

4.2. Для чего нужны негативные эмоции?

Теория: Эмоции позитивные и негативные. Роль негативных эмоций.

Практика: упражнения «Заземление», «Два барана», «Ругаемся овощами», «Уменьшение роста оппонента», «Лучевая пушка», «Гора с плеч»

4.3. Как управлять своими эмоциями?

Теория: Скрытые эмоции. Управление эмоциями.

Практика: упражнение «Презентация эмоций», упражнение «Сидячий круг», упражнение «Сбрось усталость», тренинг «Властелин своих эмоций»

Раздел 5 «Мои чувства» (14 часов)

5.1. Мир чувств

Теория: Что такое чувство. Отличие чувства от эмоции.

Практика: игра «Передача чувств», упражнение «Подарок», упражнение «Пальцы»

5.2. Какие чувства мы скрываем

Теория: Почему скрывают свои чувства. Какие чувства мы скрываем.

Практика: упражнения «Имена чувств», «Пиктограмма», «Скульптор - глина»

5.3. Маски, роли, игры...

Теория: Игры, в которые играют люди. Социальные роли.

Практика: упражнения «Камушек», «Сними маску», игра «Примеряем маски», игра «Маска, я тебя знаю»

5.4. Что такое страх?

Теория: Откуда берется страх. Чего я боюсь. Можно ли побороть страх.

Практика: тест на выявление фобий, упражнение «Волшебная надпись», игра «Песчаная фигура», упражнение «Заводящий жест», игра «Сурдоперевод»

5.5. Чувство тревоги

Теория: Когда я испытываю тревогу.

Практика: упражнение «Дыхание», анкетирование «Шкала тревожности», упражнение «Как понять самого себя», упражнение «Проблема», упражнение «Даже если…В любом случае», упражнение «Мусорное ведро»

5.6. Агрессия

Теория: Почему возникает гнев и агрессия. Как победить агрессию. Правила общения с агрессивным человеком. Агрессия как ресурс

Практика: упражнения на снятие агрессии «Качели», «Воздушный шарик», «Улыбка Будды», отработка технологий «Я разозлился», «Стоп на 10 секунд», «На месте другого», упражнение «ДА, НЕТ», игровое упражнение «Снежки»

5.7. Как справиться со злостью

Теория: Почему я злюсь. Злость плохая или хорошая. Как можно справиться со злостью.

Практика: упражнение «Оживи камень», упражнение «Пара ласковых», упражнение «Сникерс»

Раздел 6 «Уверенность в себе» (8 часов)

6.1. Я в себе уверен! (?)

Теория: Что нам дает уверенность. Когда я уверен.

Практика: упражнения «Ступеньки», «Великий мастер», «Я сильный, я слабый», «Кто я?», «Уверен на все 100»

6.2. Развитие уверенности в себе. Повышение самооценки. Объективность самооценивания

Теория: Что мешает быть уверенным. Можно ли развить уверенность

Практика: упражнение «Контраргументы», «Красавчик!», изготовление «Коллажа достоинств»

6.3. Отличие уверенности от самоуверенности

Теория: Понятия «Уверенность», «Самоуверенность». Видеоряд «Просто супер!»

Практика: упражнения «Рисунок по кругу», «Откровенно говоря», «Разборка имени», «Круг уверенности», обсуждение видеоролика «Просто супер!»

6.4. Умение сказать "Нет!"

Теория: Опасности, которые тебя подстерегают. Как сделать выбор. ЗОЖ

Практика: Упражнение «Степной огонь», игра «Откажись по-разному», ситуативные игры

Раздел 7 «Конфликт» (8 часов)

7.1. Что такое конфликт? Причины конфликта.

Теория: Понятие «Конфликт». Как зарождается конфликт.

Практика: упражнения «Пульс», «Кошка, собака», «Уход от конфликта»

7.2. Как разрешить конфликт

Теория: Конструктивные и деструктивные конфликты. Четыре способа решения конфликта

Практика: упражнения «Руки», «Другими словами», «Согласие»,

7.3. Стили поведения в конфликте

Теория: Конфронтация или сотрудничество в конфликте. Уход от конфликта

Практика: упражнения «Швейцар», «Линия», «Смена акцентов»

7.4. Итоговая аттестация. Творческая работа "Академия социального общения" коллаж группы

Практика: коллаж группы

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные	• потребность сотрудничества со сверстниками, доброжелательное отношение к сверстникам, бесконфликтное поведение, стремление прислушиваться к мнению одноклассников; • целостность взгляда на мир средствами литературных произведений; • этические чувства, эстетические потребности, ценности и чувства на основе опыта
Метапредметные	• умение аргументировано излагать свое мнение; • признавать возможность существования точек зрения отличных от собственных; • объективно оценивать свои и чужие достоинства и недостатки; • прогнозировать собственное и чужое поведение и реакции; • давать объективную оценку событиям.
Предметные	• владение навыками публичного выступления; • умение принимать решения и брать на себя инициативу и • ответственность; • владение навыками произвольной регуляции поведения

Раздел №2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации».

Календарный учебный график

Начало занятий	01 сентября нового учебного года
Окончание занятий	31 мая учебного года
Количество учебных недель	36
Сроки каникул	Июнь - август
Форма контроля	Устный опрос, игра, тренинг, творческая работа

Формы контроля

Вид контроля	Входной	Текущий	Промежуточный	Итоговый
Сроки контроля/форма контроля	сентябрь / устный опрос	после изучения отдельных тем / тренинг, игра	декабрь ежегодно /творческая работа	май /творческая работа

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Аспекты	Характеристика
Материально-техническое обеспечение	– Отдельное помещение, оборудованное мультимедийным комплексом (ПК, проектор, цветной принтер, аудиоколонки, экран), – Доска маркерная на ножках – Магнитно-меловой доской, – Магниты, маркеры, бумага для принтера – Пиктограммы с эмоциями – Репродукции с различными эмоциональными сюжетами – Наборы художественных материалов для творческой работы
Информационное обеспечение	– Коллекции аудиозаписей по темам "Классическая музыка" – видеотека по темам – тематические презентации – аудиосаписи «Звуки природы»

Кадровое обеспечение

Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими высшее образование, соответствующее направленности дополнительной общеобразовательной программы.

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Входной контроль проводится в форме анкетирования на вводных уроках с целью выявления уровня начальных знаний. На основе полученных данных выявляется готовность к усвоению программного материала.

Текущий контроль за усвоением знаний, умений и навыков проводится в течение всего года на каждом занятии и представляет собой основную форму контроля.

Промежуточный контроль осуществляется в конце I полугодия учебного года. В практической деятельности результативность оценивается качеством выполнения практических заданий. Анализируются положительные и отрицательные стороны работы, корректируются недостатки. Контроль знаний осуществляется с помощью творческих заданий.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года.

По итогам первого полугодия и по итогам года заполняется сводная ведомость, в которой проставляется степень усвоения программы каждым учащимся объединения.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методы обучения:

- Словесный
- Наглядный
- Объяснительно-иллюстративный
- Репродуктивный
- Частично-поисковый
- Игровой
- Дискуссионный

Формы организации занятий:

- Индивидуальная
- Индивидуально-групповая
- Групповая
- Практическое занятие
- Открытое занятие
- Беседа
- Выставка
- Диспут
- Игра
- Тренинг

Дидактические материалы:

- Раздаточный материал
- Инструкции

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аверин В.А. Психология детей и подростков: учеб.пособие. 2-е изд., перераб. СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1998. 379 с.;
2. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: учеб. Пособие. М., Ось-89, 1999 г. 176 с.;
3. Гриндер Д., Бэндлер Р. Из лягушек в принцы. Воронеж.: НПО "МОДЭК", 1993. 208 с.;
4. Клюева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Ярославль.: Академия развития, 1997 г. 240 с.;
5. Копытин А.И. Руководство по групповой арт-терапии. СПб.: Речь, 2003 г. 320 с.;
6. Обозов Н.Н. Психология конфликта и способы его решения. СПб.: Союз, 2009. 248 с.;
7. Усов В.В. Деловой этикет. М.: Академия, 2013 г. 400 с.;
8. Фопель К. Как научить ребенка сотрудничать? Психологические игры и упражнения: практическое пособие: Пер. с нем.: в 4-х томах. М.: Генезис, 1998 г. 160 с, ил.;
9. Шмидт Р. Искусство общения, М.: Интерэксперт, 2009 г. 177 с.