

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с. Ленинское»

Рассмотрено
на заседании МО Пр. № 1
от «24» августа 2023г.
Мишенкова
С.С.

Согласовано
зам. директора по ВР
Ю.А. Бородина

Утверждено
директор МКОУ СОШ с.
Ленинское Пр. № 166
от «31» августа 2023г.
Э.А. Марсеева



**Рабочая программа
внеклассной деятельности
курс «Тропинка к своему я»**

Класс: 11 Б

Составитель: Яшина И.В., педагог-психолог МКОУ СОШ с. Ленинское

Учебный год: 2023-2024

с. Ленинское, 2023г.

Пояснительная записка

Рабочая программа курса «Тропинка к своему я» для обучающихся 11 класса составлена на основе Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» и Федерального компонента государственного образовательного стандарта, а также на основе:

1. Программы учебного курса по психологии (под ред. И.В. Дубровиной, 2003).
2. Программы учебного курса «Психология межличностных отношений» (Ташкина О. А.)
3. Программы спецкурса для учащихся 10–11-х классов "Психология" (Дерюгина М. В.)

Цели программы:

- обучение в процессе конкретной практической деятельности, учитывающей познавательные потребности школьников в области психологии.
- освоение знаний в области психологии: о месте психологии в системе наук о человеке, об основных понятиях психологической науки, о сущности психических процессов, об основных понятиях и категориях психологии личности, психологии конфликта, психологии общения.

Задачи программы:

- овладение умениями применять психологические техники на практике; находить и анализировать психологическую информацию;
- развитие социально-психологической и коммуникативной компетентности как важного условия эффективности профессиональной деятельности;
- воспитание ответственного отношения к процессу и результатам обучения;
- формирование интереса к изучению психологии, своего внутреннего мира, интереса к межличностному взаимодействию; формирование психологической готовности старшеклассника к реальной сложности его межличностных и деловых отношений.

Примерная программа разработана для обучения школьников X и XI классов. На изучение программы в 11 классе отводится 34 часа учебного времени.

Планируемые результаты освоения курса

Учащийся должен:

знать:

- основные понятия психологической науки, место и роль психологии в системе наук; методы психологии структуру психологической деятельности;
- познавательные процессы; типы темперамента;
- характеристики основных функций общения; особенности, закономерности процесса общения;

уметь:

- анализировать и интерпретировать психологическую информацию;
- объяснять, что изучает наука «психология», психологические термины.
- сравнивать развитие отечественной и зарубежной психологии, методы психологии; между собой такие понятия как: индивид, индивидуальность, личность, субъект деятельности.
- приводить примеры различных видов темперамента; всех видов познавательных процессов;

- оценивать поведение людей с точки зрения психологических норм,
- применять техники эффективного общения
- решать в рамках изученного материала познавательные и практические задачи, отражающие типичные ситуации в различных сферах деятельности человека;
- осуществлять поиск психологической информации по заданной теме из различных ее носителей (материалов СМИ, учебного текста и других адаптированных источников);
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: развития своих способностей, развития рефлексии, адекватного восприятия себя и окружающего мира.

Содержание курса «Тропинка к своему я» 11 КЛАСС

Раздел 1. ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ ОБЩЕНИЯ

Тема 1.1. Понятие и общие характеристики общения

Сущность общения. Виды, функции и структура общения.

Тренинг общения как способ повышения коммуникативной компетентности

Тема 1.2. Общение как обмен информацией

Средства коммуникации. Структура речевого акта.

Понятие о верbalном и неверbalном общении.

Искажение и потеря информации при общении: причины и пути преодоления.

Коммуникативные барьеры в общении. Барьер темперамента

Барьер характера. Барьер манеры общения. Барьер отрицательных эмоций

Барьер речи. Преодоление коммуникативных барьеров

Невербальные средства общения. Мимические выражения эмоциональных состояний.

Мимика и голос как экспрессивные составляющие общения. Экспрессия взгляда.

Организация пространства и времени общения. Территории и зоны в общении.

Язык жестов и поз в коммуникации. Виды жестов, используемых в повседневной жизни.

Важность анализа совокупности жестов.

Тема 1.3. Общение как взаимодействие

Место взаимодействия в структуре общения. Формы взаимодействия в процессе общения.

Формирование навыков социального взаимодействия

Тема 1.4. Общение как восприятие людьми друг друга

Сущность процесса восприятия одним человеком другого. Эффекты восприятия и оценки партнеров по общению (эффект ореола, эффект новизны, эффект первичности, стереотипизация).

Этнические стереотипы и их роль в процессе межличностного общения.

Раздел 2. ПСИХОЛОГИЯ КОНФЛИКТА

Тема 2.1. Классификация конфликтов. Конструктивные и деструктивные функции конфликта.

Тема 2.2. Стратегии и способы выхода из конфликта.

Тема 2.3. Способы и приёмы воздействия на поведение оппонента.

Тема 2.4. Последовательность оптимального разрешения конфликта. Алгоритм разрешения конфликта.

Тема 2.5. Методы психокоррекции конфликтного поведения. Предпосылки предупреждения конфликтов.

Раздел 3. ПСИХОЛОГИЯ ДЕЛОВОГО ОБЩЕНИЯ

Тема 3.1. Деловое общение и его особенности

Сущность делового общения и его специфические черты. Виды и формы делового общения.

Речевой этикет в деловом общении. Нормы делового общения.

Личный тайм-менеджмент. Правила распределения времени между различными видами деятельности.

Тема 3.2. Имидж делового человека

Понятие об имидже. Составляющие имиджа. Коммуникативные функции имиджа.

Создание имиджа – элемент психотехники оказания влияния на окружающих.

Психологические особенности публичного выступления. Секреты успешного публичного выступления.

Собеседование при приеме на работу. Составление резюме

Тематическое планирование (11 КЛАСС)

Тема	Кол-во часов
Раздел 1. ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ ОБЩЕНИЯ	20 ч.
<i>Тема 1.1. Понятие и общие характеристики общения</i>	2 ч.
<i>Тема 1.2. Общение как обмен информацией</i>	15 ч.
<i>Тема 1.3. Общение как взаимодействие</i>	2 ч.
<i>Тема 1.4. Общение как восприятие людьми друг друга</i>	1 ч.
Раздел 2. ПСИХОЛОГИЯ КОНФЛИКТА	5 ч.
<i>Тема 2.1. Классификация конфликтов. Конструктивные и деструктивные функции конфликта.</i>	1 ч
<i>Тема 2.2. Стратегии и способы выхода из конфликта.</i>	1 ч.
<i>Тема 2.3. Способы и приёмы воздействия на поведение оппонента.</i>	1 ч.
<i>Тема 2.4. Последовательность оптимального разрешения конфликта. Алгоритм разрешения конфликта.</i>	1 ч.
<i>Тема 2.5. Методы психокоррекции конфликтного поведения. Предпосылки предупреждения конфликтов.</i>	1 ч.

Раздел 3. ПСИХОЛОГИЯ ДЕЛОВОГО ОБЩЕНИЯ	9 ч.
<i>Тема 3.1. Деловое общение и его особенности</i>	4 ч.
<i>Тема 3.2. Имидж делового человека</i>	5 ч.
ИТОГО:	34 часа

Список литературы

1. Васильченко К.В. Путешествие в страну «Я». - Д.: «Сталкер», 1998 г.
2. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. - М.: изд-во «Ось», 2001 г.
3. Григорьева Т.Г., Линская Л.В., Усольцева Т.П. Основы конструктивного общения. - Новосибирск, 1997 г.
4. Жариков Е.С., Крушельницкий Е.Л. Для тебя о тебе. - М. «Просвещение», 1991 г.
5. Козлов Н.И. Лучшие психологические игры и упражнения. - Екатеринбург, 1997 г.
6. Коломинский Я.Л. Человек: психология. - М. «Просвещение», 1986 г.
7. Пономаренко П.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников. - М.: Гуманит. изд. центр «Владос», 2001 г.