

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования Иркутской области

Администрация МО «Нукутский район»

МБОУ Новонукутская СОШ

**Рабочая программа  
элективного курса «Психология общения»  
для 11 класса**

п. Новонукутский, 2023 г.

## Программа элективного курса для старшекласников

### «Психология общения»

#### Пояснительная записка.

Рабочая программа разработана на основе требований к планируемым результатам освоения основной образовательной программы МБОУ «Новонукутская СОШ», реализующей ФГОС на уровне среднего общего образования.

Рабочая программа включает в себя планируемые результаты обучения, содержание, тематическое планирование, в т.ч. с учетом рабочей программы воспитания.

**Цель:** помочь старшекласнику стать более социально – адаптированным через овладение элементарными приемами психологической саморегуляции и познание самого себя, человеческих отношений.

#### Задачи:

- Дать школьнику знания о самом себе и научить его получать эти знания, способствовать формированию активного самосознания и навыков волевой саморегуляции, способствовать личностному росту, создать условия для раскрытия творческого потенциала, совершенствовать коммуникативные умения.
- Формирование адекватного представления учащихся о своем профессиональном потенциале на основе самодиагностики и знания мира профессий; ознакомление со спецификой современного рынка труда, правилами выбора и способами получения профессии.

Данный курс предназначен для учащихся старших классов средних школ, рассчитан на 1 учебный год по 1 учебному часу в неделю.

Количество учебных часов, на которые рассчитана программа:

	11 класс
Количество учебных недель	34
Количество часов в неделю всего	1
Количество часов в год	34

Место предмета в учебном плане: часть, формируемая участниками образовательных отношений

Программа курса « Психология общения» создана на основе следующих программ:

- программа учебного курса « Человек: психология» (автор Я.Л. Коломинский)
- программа учебного курса « Основы психологии семейной жизни» (авторский коллектив педагог-психологов школ г. Ангарска Барсем М.П., Гусева Л.В., Леонтьева Е.Н., Пашкова У.С., Гайнулина Н.Т., Колчина О.А)
- программа учебного курса « Психология и выбор профессии» (Резапкина Г.В.)

Занятия по форме напоминают групповые занятия социально-психологического тренинга.

#### **Методы**

- Лекционный метод передачи знаний
- Психодиагностические методы исследования личности
- Экспрессивные методы творческого самовыражения в движении, рисунках, в письменных работах.
- Методы социально- психологического тренинга: дискуссионный метод обсуждения различных психологических проблем; метод анализа конкретных ситуаций; игровое моделирование, имитационные игры

Продолжительность каждого занятия – 40 минут.

#### **Схема занятия**

- Формулирование темы занятия, основных целей
- Психологическая разминка, позволяющая задать темпоритм занятия и являющаяся прелюдией основной части
- Основная часть

## **I. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ЭЛЕКТИВНОГО КУРСА**

Ранняя юность - пора общественно необходимого выбора, определенный этап созревания и развития человека, который находится между переходом от зависимого детства к самостоятельной и ответственной взрослости.

Новые социальные изменения настолько быстры и значительны, что сегодняшним юношам и девушкам предстоит жить в мире, существенно отличающемся от того, в котором живут их родители и педагоги. Сегодня важно не только передать молодым свои знания и умения, но и подготовить их к самостоятельному принятию решения. Приоритетом в развитии юношества является развитие самостоятельного мышления, творческой инициативы и социальной ответственности.

#### **Личностные результаты**

##### **У выпускника будут сформированы:**

- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению;
- готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- социальные нормы, правила поведения, роли и формы социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- ценности здорового и безопасного образа жизни; - осознания значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- адекватная, дифференцированная и надежная самооценка;

#### **Метапредметные результаты**

##### **Регулятивные УУД.**

Выпускник научится:

- формировать новый тип саморегуляции личности – целевая регуляция, включающая отдаленные жизненные планы, с которыми соотносятся конкретные цели;
- формировать произвольную саморегуляцию, т.е. осознанного управления своим поведением и деятельностью, направленной на достижение поставленных целей;
- формировать самоэффективность, т.е. убеждения личности в способности успешно реализовать поведение, необходимое для достижения ожидаемых результатов;
- развивать основной компонент самоорганизации: целеполагание – возникновение, выделение, определение и осознание целей; - развивать основной компонент

самоорганизации: контроль – обнаружение отклонений от эталонного образца и внесение соответствующих корректив в действие;

- развивать основной компонент самоорганизации: коррекция – изменение содержания и последовательности операций в ответ на изменившиеся условия действия и на регуляцию действия во времени;

#### Коммуникативные УУД.

Выпускник научится:

- планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками (определение цели, функций участников, способов взаимодействия);

- ставить вопросы (инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации);

- разрешать конфликты (выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликтов, принятие решения и его реализация);

- управлять поведением партнера (контроль, коррекция, оценка действий партнера);

- выражать достаточно полно и точно свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;

- формировать и развивать личностные особенности, служащие средством коммуникации школьника: скрытость-общительность робость-смелость жесткость (черствость) – мягкость (чувствительность) доверчивость-подозрительность невозмутимость-напряженность.

#### **Предметные результаты:**

В результате освоения элективного курса «Психология общения» **выпускник научится:**

- владеть общими представлениями о психологии как науке;

- владеть основными понятиями психологической науки, знать место и роль психологии в системе наук, ориентироваться в психологической информации;

- владеть основными понятиями и элементарными представлениями о познавательных процессах, мышлении, воображении, интеллекте, эмоциональной сфере человека; – осознавать собственный внутренний мир;

– проявлять интерес к другим людям и к себе;

– адекватно понимать, интерпретировать сущности личностной направленности (потребности, желания, цели, идеалы, жизненные ориентации);

– владеть способами избегания конфликтных ситуаций;

- понимать психологические особенности межличностных отношений юношества, нравственные основы взаимоотношений, особенности дружбы и любви в юношеском возрасте;

- понимать психологические особенности молодой семьи;

- владеть общими представлениями о семейном воспитании, детско-родительских отношениях;

- выявлять свои способности и интересы

#### **Выпускник получит возможность научиться:**

- владеть элементарной психологической культурой, которая является необходимой частью общей культуры и обеспечивает полноправное вступление в самостоятельную жизнь;

- понимать чувства, переживания других людей;

- владеть основным приемам конструктивного общения;

- владеть навыками применения теоретических знаний для решения практических задач, эффективных способов межличностных коммуникаций.

## II. СОДЕРЖАНИЕ ЭЛЕКТИВНОГО КУРСА 11 класс (34 часа)

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования «направлен на обеспечение воспитания и социализации обучающихся, их самоидентификацию посредством лично и общественно значимой деятельности». Стандарт ориентирован на становление личностных характеристик выпускника ("портрет выпускника школы"): осознающий и принимающий традиционные ценности семьи, российского гражданского общества, многонационального российского народа, человечества, осознающий свою сопричастность судьбе Отечества; уважающий мнение других людей, умеющий вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания и успешно взаимодействовать.

Данные положения ФГОС могут быть реализованы в процессе преподавания данного курса, включающего в себя:

1. Введение в психологию . Введение. Психология общения. Модели общения. Коммуникативные барьеры. « Потерпевшие кораблекрушение» игра. Конфликты: причины и профилактика. Внимание и память. Воображение и мышление. Направленность и способности личность. Характер личности. Что я знаю о своих возможностях. Стресс и тревожность **11 часов**
2. Психологическая подготовка к ЕГЭ. **10 часов**
3. Психология и выбор профессии. Что я знаю о мире профессий. Интересы и склонности в выборе профессии. Способности и профессиональная пригодность. Мотивы и потребности. Пути получения профессии. Навыки самопрезентации. Направленность и способности личности. Характер и темперамент. **8 часов**
4. Основы психологии семейной жизни. Психология межличностных отношений. Психология межличностных отношений. Профилактика нарушений детско-родительских отношений. **3 часа**
5. Обобщающие уроки . **2 часа**

## III. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ, в т.ч. с учетом рабочей программы воспитания

### 3.1. Ключевые воспитательные задачи по курсу:

- установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;
- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;

- применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;
- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам 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.

### 3.2. Тематическое планирование

№	Тема	Количество часов	Дата проведения
<b>1 четверть</b>			
1	Введение. Психология общения.	1	1 неделя
2	Модели общения	1	2 неделя
3	Коммуникативные барьеры	1	3 неделя
4	« Потерпевшие кораблекрушение» игра	1	4 неделя
5	Конфликты: причины и профилактика	1	5 неделя
6	Внимание и память	1	6 неделя
7	Воображение и мышление	1	7 неделя
8	Психологическая подготовка к ЕГЭ	1	8 неделя
<b>2 четверть</b>			
9	Психологическая подготовка к ЕГЭ	1	9 неделя
10	Направленность и способности личности	1	10 неделя
11	Характер личности	1	11 неделя
12	Что я знаю о своих возможностях	1	12 неделя
13	Стресс и тревожность	1	13 неделя
14	Психологическая подготовка к ЕГЭ	1	14 неделя
15	Психологическая подготовка к ЕГЭ	1	15 неделя
16	Психологическая подготовка к ЕГЭ	1	16 неделя
<b>3 четверть</b>			
17	Что я знаю о мире профессий	1	17 неделя
18	Интересы и склонности в выборе профессии	1	18 неделя
19	Способности и профессиональная пригодность	1	19 неделя
20	Мотивы и потребности	1	20 неделя
21	Пути получения профессии	1	21 неделя
22	Навыки самопрезентации	1	22 неделя

23	Психологическая подготовка к ЕГЭ	1	23 неделя
24	Психологическая подготовка к ЕГЭ	1	24 неделя
25	Направленность и способности личности	1	25 неделя
26	Характер и темперамент	1	26 неделя
<b>4 четверть</b>			
27	Психология межличностных отношений	1	27 неделя
28	Психология межличностных отношений	1	28 неделя
29	Профилактика нарушений детско-родительских отношений	1	29 неделя
30	Психологическая подготовка к ЕГЭ	1	30 неделя
31	Психологическая подготовка к ЕГЭ	1	31 неделя
32	Психологическая подготовка к ЕГЭ	1	32 неделя
33	Обобщающий урок	1	33 неделя
34	Обобщающий урок	1	34 неделя
<b>Итого</b>		<b>34</b>	

### **Диагностический инструментарий**

#### **Структура, функции и средства общения.**

1. Тест «КОС» Методика изучения коммуникативных и организаторских умений.
2. Д. Коновалов. Тест «Понимаете ли вы язык жестов?» (Жариков Е, Крушельницкий Е. «Для тебя и о тебе»).
3. Тест «Три Я»
4. 12 рекомендаций Дейла Карнеги. Тест «Манипулятор» (А. С. Прутченков Наедине с собой. )

#### **Условия и технологии эффективной коммуникации**

1. Упражнение «Безоценочное общение». Ролевая игра «Нейтрализация негативных эмоций».
2. Тест «Умеете ли вы слушать»
3. Упражнения «Комплимент», «Самопрезентация».

#### **Конструктивное преодоление конфликтов**

1. Тест К. Томаса «Стили разрешения конфликтов»
2. Упражнение «Разногласие».

#### **Психология семейных отношений.**

1. Упражнение «Неприятность на работе»
2. Методика «РОП» (Ролевые ожидания и притязания в браке. Психологическая помощь и консультирование в практической психологии под. ред. М. К. Тутушкиной)

#### **Психология малых групп.**

1. Тест на выявление ценностно-ориентационного единства класса (ЦОЕ).Фридман Л. М.
2. Упражнение «Предвыборная программа»

3. Тест «Поддаётесь ли вы чужому мнению».

4. Упражнение «Умей сказать «нет!»»

**Деловое общение.**

1. Ролевая игра «Приём на работу»

2. Тест Голланда «Профессиональные предпочтения» и другие профориентационные тесты.

3. Опросник на выявление профессиональных склонностей «ДДО».