

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и науки Республики Хакасия**

**Правительство Республики Хакасия**

**Государственное бюджетное общеобразовательное  
учебно-воспитательное учреждение Республики Хакасия  
«Боградская специальная школа-интернат открытого типа»**

Согласовано  
Педагогическим советом  
Протокол №  
от 29.08.2023 г.

«Утверждаю»  
Директор  
  
Медведев А.С.  
Приказ № 127-1 от 30.08.2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**курса внеурочной деятельности для учащихся 9 класса**  
**«Час психолога»**  
**(психолого – педагогическое направление)**  
**на 2023 – 2024 учебный год**

с. Боград 2023

## Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Час психолога» для 9 класса составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, представленных в ФГОС ООО, а также федеральной рабочей программы воспитания.

В соответствии с учебным планом ГБОУ ВУ РХ «Богградская спецшкола» на проведение курса внеурочной деятельности «Час психолога» в 9 классе отводится 1 час в неделю, всего 33 часа.

Рабочая программа разработана на основе авторской программы уроков психологии А.Микляевой «Я-подросток», СПб.: Издательство «Речь». 2006 год. (Я-подросток. Я среди других людей). Программа уроков психологии (9класс).

Курс предназначен для групповой работы с подростками. Обучающимся предлагаются темы, которые важны для них в силу возрастных особенностей развития. Например, отношения в семье, контроль собственной раздражительности, застенчивость и неуверенность в себе, пути решения конфликтов. Особое внимание уделяется развитию социальной адаптивности, умению преодолевать жизненные трудности, освоению вербальных и невербальных каналов передачи информации, развитию интереса к познанию собственных возможностей, формированию коммуникативных навыков, умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей.

**Цель программы:** создание условий для успешной социально - психологической адаптации обучающихся, личностного развития с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.

### **Задачи программы:**

- обеспечивать обучающихся средствами самопознания;
- развивать способности к дифференциации эмоциональных состояний и рефлексии эмоционального поведения;
- расширять представления обучающихся о ценности самого себя и других людей; способствовать формированию положительного образа «Я»;
- развивать навыки и умения, необходимые для уверенного поведения;
- воспитывать умение адекватно реагировать в различных бытовых, учебных и других видах деятельности, способствовать формированию адекватной самооценки, развивать коммуникативные способности.

## Планируемые результаты

### **Личностные результаты:**

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам

### **Метапредметные результаты**

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в

познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

### **Регулятивные УУД:**

- Сознательно планировать и организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата);
- Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.
- Адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.
- Контролировать своё поведение в зависимости от ситуации.

### **Коммуникативные УУД:**

- Оценивать свои учебные достижения, поведение, черт своей личности с учетом мнения других людей, в том числе для корректировки собственного поведения в окружающей среде, выполнение в повседневной жизни этических и правовых норм, экологических требований.
- Определение собственного отношения к явлениям современной жизни, формулирование своей точки зрения.
- Адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач.
- Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.
- Конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

Формы организации деятельности обучающихся применяемые при освоении курса: индивидуальная, фронтальная, групповая. Занятия проводятся в форме дискуссий, психологических упражнений, тренингов.

## **Содержание курса**

Создание условий: для обращения подростков к собственному опыту общения на модели игровой ситуации; для анализа обучающимися собственного опыта общения и формулирования правил эффективной подачи информации и самооценки; для исследования подростками информационных барьеров в общении. Ознакомление обучающихся с видами каналов приема и передачи информации. Самодиагностика ведущего канала восприятия и тренировка навыка передачи информации в различных репрезентативных системах, анализ значения стереотипов в общении с людьми, исследование собственных стереотипов. Изучение психологического содержания доминантной и недоминантной позиции в общении, а также самоанализа по выделенным признакам. Знакомство с различными стилями общения и их эффективностью. Тренировка способности определять стиль общения, выбранный партнером.

Формулирование понятия конфликта, понимание амбивалентного смысла конфликта (отрицательного и положительного). Демонстрация значимости эмоциональной сферы человека и ее влияния на общение в ходе конфликта. Развитие способности анализировать собственное эмоциональное состояние в конфликте. Актуализация личного опыта, связанного с использованием различных стилей поведения в конфликте, на модели игровой ситуации. Самоанализ стилей поведения в конфликте и умения слушать и слышать другого человека. Актуализация опыта общения в ситуации наличия коммуникативных барьеров на модели игровой ситуации «зануда». Обобщение опыта общения с «трудными людьми» – людьми, для которых характерны особенности общения, являющиеся коммуникативными барьерами. Оценка подростками своих достижений в овладении навыками общения на модели игровой ситуации.

### Тематическое планирование.

№ п/п	Содержание занятия	Количество часов
1	Общаться – это так легко	1
2	Какая бывает информация	1
3	Невербальная информация	1
4	О чем говорит наша мимика	1
5	О чем говорят наши жесты	1
6	Как лучше подать информацию	1
7	Как лучше понять информацию	1
8	Барьеры на пути информации	1
9	Барьеры, которые создаю я сам	1
10	Каналы обработки информации	1
11	Стереотипы в общении	1
12	Позиции в общении	1
13	Доминантность и недоминантность в общении	1
14	Стили общения	1
15	Подходящий стиль общения	1
16	Что такое конфликт	1
17	Причины конфликтов	1
18	Человек в конфликте	1
19	Конфликтные эмоции	1
20	Эмоциональная тропинка	1
21	Стили поведения в конфликте	1
22	Я в бумажном зеркале	1
23	Плюсы и минусы различных стратегий поведения в конфликте	1
24	Все дело в шляпе	1
25	Психоанализ конфликтов	1
26	А зачем мне это?	1
27	Доверие в общении	1
28	Доверительный урок	1
29	Умею ли я слушать	1
30	Бесконфликтное общение с «Трудными людьми»	3
31	Подведение итогов	1
	<b>ИТОГО</b>	<b>33 часа</b>