

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Учимся общаться»

для обучающихся классов

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА Учимся общаться

Общая характеристика

Программа курса «**Учимся общаться**» для 5 класса разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования .

Актуальность. Переход в среднее звено школы — это важный этап в жизни ребенка, связанный с изменением социальной ситуации развития, увеличением нагрузки и необходимостью адаптироваться к новым условиям и коллективу. В подростковом возрасте общение со сверстниками выходит на первый план и становится ведущей деятельностью . Умение строить конструктивные отношения, понимать себя и других, разрешать конфликты становится залогом успешной социализации и психологического благополучия. Данный курс помогает восполнить дефицит практических навыков общения, который не всегда может быть покрыт в рамках традиционных уроков

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА развитие социально-адаптивных возможностей младших подростков, формирование коммуникативной компетентности и воспитание толерантного отношения к окружающим

Задачи

1. **Обучающие:** Познакомить учащихся с основными понятиями психологии общения, этикета, видами и функциями коммуникации .
2. **Развивающие:** Способствовать развитию навыков самопознания, рефлексии, эмпатии, умения слушать и слышать собеседника, а также конструктивно разрешать конфликтные ситуации .
3. **Воспитательные:** Формировать положительный образ «Я», уважительное отношение к себе и другим людям, навыки сотрудничества и работы в команде

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Место курса

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА Учимся общаться

5 КЛАСС

Раздел 1. Введение. Мы – пятиклассники. (4 часа)

- **Тема 1. Знакомство. Цели и задачи курса.** (1 ч) Введение в программу, правила работы в группе. Игры на знакомство и сплочение коллектива .
- **Тема 2. Какой я? Познание самого себя.** (1 ч) Внутренний мир человека. Что такое личность, способности и потребности .
- **Тема 3. Мои чувства и эмоции.** (1 ч) Учимся распознавать и описывать свои эмоции и чувства. Эмоциональный интеллект .
- **Тема 4. Я и мой класс.** (1 ч) Отношения в новом коллективе. Отношение к учебе и одноклассникам .

Раздел 2. Азбука общения и этикет. (8 часов)

- **Тема 5. Что такое общение?** (1 ч) Понятие общения, его виды и функции. Речь и невербальные средства (мимика, жесты) .
- **Тема 6. Правила знакомства и приветствия.** (1 ч) Этикетные выражения при знакомстве со сверстниками и взрослыми. Ролевые игры .
- **Тема 7. Правила поведения в гостях и за столом.** (1 ч) Учимся быть гостеприимными и вежливыми гостями. Сервировка стола .
- **Тема 8. Поведение в общественных местах.** (1 ч) Нормы поведения в театре, кино, транспорте, магазине .
- **Тема 9. Вежливая просьба и вежливый отказ.** (1 ч) Учимся просить и отказывать, не обижая собеседника. Коммуникативный тренинг .
- **Тема 10. Искусство слушать и слышать.** (1 ч) Активное слушание. Внимание к собеседнику .
- **Тема 11. Учимся писать письма.** (1 ч) Эпистолярный этикет. Открытки, письма, электронные сообщения .
- **Тема 12. Обобщающее занятие «Путешествие в страну Этикета».** (1 ч) Игра-викторина или квест по пройденным правилам .

Раздел 3. Я и другие. Тайны межличностных отношений. (12 часов)

- **Тема 13. Я и мои друзья.** (1 ч) Что такое дружба? Качества настоящего друга. Мой «словарик дружбы» .
- **Тема 14. Я и взрослые.** (1 ч) Особенности общения с родителями, учителями и другими взрослыми .
- **Тема 15. Что такое конфликт?** (1 ч) Причины возникновения конфликтов. Стратегии поведения в конфликте .
- **Тема 16. Как разрешить конфликт?** (1 ч) Способы конструктивного разрешения конфликтов. Умение договариваться .
- **Тема 17. Эмпатия. Учимся понимать другого.** (1 ч) Развитие способности к сопереживанию и сочувствию .
- **Тема 18. Наши эмоции в общении.** (1 ч) Как эмоции влияют на общение. Управление своими эмоциями .

- **Тема 19-20. Развитие навыков сотрудничества.** (2 ч) Работа в группах: игры на командообразование, совместное решение задач .
- **Тема 21-22. Учимся принимать инаковость.** (2 ч) Толерантное отношение к людям с ограниченными возможностями, к разным культурам и национальностям .
- **Тема 23. Речевой этикет и культура речи.** (1 ч) Волшебные слова, интонация, тон разговора .
- **Тема 24. Обобщающее занятие «Я и другие».** (1 ч) Дискуссия или игровой практикум на тему взаимоотношений.

Раздел 4. Мы – вместе! Итоговое обобщение. (10 часов)

- **Тема 25-26. Семья – моя крепость.** (2 ч) Семейные традиции, история моей семьи, роль каждого члена семьи. Конкурс генеалогического древа .
- **Тема 27-28. Моя малая Родина.** (2 ч) Культура и традиции родного края, уважение к истории и культуре .
- **Тема 29-30. Проектная деятельность «Я и мир вокруг».** (2 ч) Подготовка и защита мини-проектов на тему межличностного общения.
- **Тема 31. Психологический тренинг «Мы – команда».** (1 ч) Упражнения на сплочение и доверие.
- **Тема 32-33. Итоговые игры и упражнения.** (2 ч) Повторение пройденного материала в игровой форме (ролевые игры, инсценировки) .
- **Тема 34. Итоговое занятие. «Чему мы научились?»** (1 ч) Рефлексия, подведение итогов курса, вручение сертификатов или грамот

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты:

- Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми .
- Формирование ответственного отношения к своим поступкам, умения контролировать свои действия .
- Развитие доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, понимания чувств других людей .
- Формирование мотивации к самопознанию и саморазвитию .

Метапредметные результаты:

- *Регулятивные УУД:* Овладеть навыками самоконтроля в общении, определять и формулировать цель деятельности на занятии .
- *Познавательные УУД:* Уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей, строить логические умозаключения .
- *Коммуникативные УУД:* Учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах, работать в паре и группе, слушать и понимать речь других, выполнять различные социальные роли .

Предметные результаты:

- Знание основных правил этикета (приветствия, знакомства, поведения в гостях и общественных местах) .
- Понимание важности вербальных и невербальных средств общения .
- Умение применять полученные знания для анализа простых практических ситуаций межличностного взаимодействия

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Раздел 1. Введение. Мы – пятиклассники	4	0	0	
2	Раздел 2. Азбука общения и этикет	8	0	0	
3	Раздел 3. Я и другие. Тайны межличностных отношений	12	0	0	
4	Раздел 4. Мы – вместе! Итоговое обобщение	10	0	0	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Вводное занятие. Что мы будем изучать? Знакомство с группой.	1	0	0		
2	Какой я? Познание самого себя. Мой внутренний мир.	1	0	0		
3	Мои чувства и эмоции. Учимся их распознавать.	1	0	0		
4	Я и мой новый класс. Адаптация к средней школе.	1	0	0		
5	Что такое общение? Вербальное и невербальное общение.	1	0	0		
6	Правила приветствия и знакомства.	1	0	0		
7	Поведение в гостях. Я – гость и я – хозяин.	1	0	0		
8	Мы в общественных местах (транспорт, театр, кино).	1	0	0		
9	Учимся просить и отказывать вежливо.	1	0	0		
10	Искусство слушать и слышать собеседника.	1	0	0		
11	Культура речи: секреты письма и сообщений.	1	0	0		

12	Обобщение: «Путешествие в страну Этикета».	1	0	0		
13	Я и мои друзья. Качества настоящего друга.	1	0	0		
14	Как общаться со взрослыми (родители, учителя).	1	0	0		
15	Что такое конфликт? Причины непонимания.	1	0	0		
16	Стратегии поведения в конфликте.	1	0	0		
17	Учимся договариваться. Конструктивное разрешение.	1	0	0		
18	Развиваем эмпатию. Как понять чувства другого?	1	0	0		
19	Управляем своими эмоциями в общении.	1	0	0		
20	Учимся сотрудничать: работа в команде.	1	0	0		
21	Учимся сотрудничать: общее дело.	1	0	0		
22	Мы такие разные (толерантность).	1	0	0		
23	Речевой этикет. Волшебные слова и интонации.	1	0	0		
24	Обобщение: «Я и другие».	1	0	0		
25	Моя семья. Семейные традиции.	1	0	0		
26	Семейные роли. Уважение и взаимопомощь в семье.	1	0	0		
27	Моя малая Родина. Культура и традиции края.	1	0	0		

28	Уважение к культуре других народов.	1	0	0		
29	Подготовка проекта «Я и мир вокруг».	1	0	0		
30	Защита проекта «Я и мир вокруг».	1	0	0		
31	Тренинг сплочения «Мы – команда».	1	0	0		
32	Итоговые ролевые игры «Мастер общения».	1	0	0		
33	Повторение правил общения в игровой форме.	1	0	0		
34	Итоговое занятие. Чему мы научились за год? Рефлексия.	1	0	0		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	0		

