


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 5»
301790, Тульская область, г.Донской, мкр. Северо-Задонск, ул. Горького, д.9
тел.8(48746)72572, e-mail: don.school5@tularegion.org

«Согласовано»

Руководитель МО

 /Соколова О.А. /
ФИО


Протокол № 1 от

«26» августа 2022г.

«Согласовано»

Заместитель директора


по ВРМБОУ «СОШ № 5»

 /Соколова О.А. /
ФИО

«26» августа 2022г.

«Утверждаю»

Директор МБОУ «СОШ № 5»

 /Зигаренко О.А. /
ФИО

Приказ № 27 от

«26» августа 2022г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
СОЦИАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
ПО ОБЩЕСТВОЗНАНИЮ

КРУЖОК «РОСТ: РАЗВИТИЕ, ОБЩЕНИЕ, САМООЦЕНКА, ТВОРЧЕСТВО»

ВОЗРАСТ ОБУЧАЮЩИХСЯ: 10-17 ЛЕТ

НОРМАТИВНЫЙ СРОК ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ: 1 ГОД

КОРОТКОВА ЕКАТЕРИНА АЛЕКСЕЕВНА – УЧИТЕЛЬ

Ф.И.О., категория

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол № 1
от «26» августа 2022г.

2022-2023 УЧЕБНЫЙ ГОД

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 5»
301790, Тульская область, г.Донской, мкр. Северо-Задонск, ул. Горького, д.9
тел.8(48746)72572, e-mail: don.school5@tularegion.org

«Согласовано»

Руководитель МО

_____/Соколова О.А. /
ФИО

Протокол № __ от

« __ » _____ 2022г.

«Согласовано»

Заместитель директора

по ВР МБОУ «СОШ № 5 »
_____/Соколова О.А. /
ФИО

« __ » _____ 2022г.

«Утверждаю»

Директор МБОУ «СОШ № 5 »

_____/Зигаренко О.А./
ФИО

Приказ № _____ от

« __ » _____ 2022г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
СОЦИАЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
ПО ОБЩЕСТВОЗНАНИЮ

КРУЖОК «РОСТ: РАЗВИТИЕ, ОБЩЕНИЕ, САМООЦЕНКА, ТВОРЧЕСТВО»

ВОЗРАСТ ОБУЧАЮЩИХСЯ: 10-17 ЛЕТ

НОРМАТИВНЫЙ СРОК ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ: 1 ГОД

КОРОТКОВА ЕКАТЕРИНА АЛЕКСЕЕВНА – УЧИТЕЛЬ

Ф.И.О., категория

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол № _____
от « __ » _____ 2022г.

2022-2023 УЧЕБНЫЙ ГОД

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «РОСТ» разработана на основе: Федеральный Закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 (в ред. Приказов Минобрнауки России от 29.12.2014 N 1644, от 31.12.2015 N 1577).

Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «СОШ № 5».

Цель преподавания - это овладение каждым обучающимся элементарной психологической культурой, которая является частью общей культуры и обеспечивает ему полноправное вступление в самостоятельную жизнь, развитие готовности к полноценному взаимодействию с миром.

2. Содержание с указанием форм организации и видов деятельности

Дополнительная общеобразовательная программа «РОСТ: развитие, общение, самооценка, творчество» направлена на сохранение психологического здоровья детей. Именно личностные, психологические факторы выступают на первый план в работе над этой важной задачей. Психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и самосовершенствованию, понимание интересов, мотивов, чувств и потребностей окружающих людей, умение строить свои отношения с окружающими, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом — все это относится к необходимым компонентам личности гражданина демократического общества.

Данный курс занятий направлен на изучение внутреннего мира, мыслей, чувств, причин поведения подростка. Почему одни люди относятся к нему хорошо, доброжелательно, а другие враждебно? Как избежать ссор со своими товарищами, друзьями, родственниками? Как справляться с домашними заданиями? Как стать умным и сильным, смелым, чтобы все ценили и уважали? Данный курс занятий поможет задуматься о своей роли, о том, каким подросток станет в будущем.

Содержание дополнительной общеобразовательной программы «РОСТ»

Привет, индивидуальность!

Тренинг личностного роста. Принятие себя таким, какой ты есть сегодня.

Тест «Каков я на самом деле?». Анкета «Какой я человек?». Зарядка позитивного мышления.

Здравствуй, люди!

Тренинг коммуникативных умений. Формирование навыков и умений общения личности с разными группами людей.

Тест «Диагноз, или какой я в общении?». Анкета «Общественное мнение». Инструкция «Как укреплять свою коммуникабельность»

Голосуйте за меня!

Тренинг лидерских качеств. Сравнение понятий «менеджер» и «лидер». Образ «Я концепция». Участник проверит себя, свою готовность к лидерской деятельности. Увидит и почувствует свои сильные и слабые стороны. Наметит конкретную программу дальнейшего самосовершенствования.

Кодекс поведения в конфликте

Самодиагностика «Лидер ли я?»

Разработка рекомендаций по формированию качеств, необходимых успешному человеку.

Проведение тестирования участников программы (повторная диагностика проводится в конце в конце учебного года), диагностика личностных качеств учащихся. Анализ и

выявление сильных и слабых сторон участников программы. Рекомендации по развитию качеств, необходимых успешному человеку, лидеру: умение управлять собой; осознание цели; умение решать проблемы; наличие творческого подхода; влияние на окружающих; знание правил организаторской работы; организаторские способности; умение работать с группой.

Целеполагание

1 Самооценка и саморазвитие.

Самооценка, определение понятия, проведение теста на определение самооценки. Заниженная и завышенная самооценка. Способы повышения самооценки. Адекватная самооценка.

2 Целеполагание. Мечты и планы

Значение цели в жизни человека. Различие мечты и цели. Правила постановки цели. Определение приоритетной области жизни. Составление индивидуальной диаграммы целей.

3 Эффект призмы и принципы, управляющие человеческой эффективностью

Понятие установки. Влияние установок на восприятие человеком ситуации. Сущность «эффекта призмы». Знакомство с основным принципом изменения ситуации. Определение принципов, управляющих человеческой эффективностью.

4 Навык и привычка. Навык проактивной личности

Влияние привычек на формирование характера человека. Навык, как базовая фундаментальная привычка. Введение понятий реактивной и проактивной личности. Конструкция реактивной и проактивной речи.

5 Проектная деятельность.

Введение понятий «проектная деятельность», «социальное проектирование»; «программа», «концепция», «проект».

Этапы подготовки социального проекта:

- постановка проблемы;
- формулировка цели проекта;
- постановка задач;
- методы и участники проекта;
- ресурсы проекта;
- PR- кампания проекта;
- план реализации;
- ожидаемые результаты реализации проекта.

6 Практическое занятие по разработке социального проекта

Управление временем

1 Тайм-менеджмент

Анкетирование «Эффективно ли вы используете время?». Анализ полученных данных. Ценность времени и денег, сравнение понятий. Важность тайм-менеджмента. Скрытые ресурсы и основные правила тайм-менеджмента: выполнение работы вовремя, выполнение сложной работы и правила экономии времени.

2 Планирование

Первый закон Паркинсона. Правила выполнения работы в установленные сроки. Время недоступности. Планирование: основные принципы планирования. Похитители времени. Методика подготовки и проведения встреч

3 Практическое занятие по отработке техники планирования

Установление отношений и разрешение конфликтов

1 Общение, формальное и неформальное общение. Принципы эффективного общения.

Общение как многомерное явление. Формальное, неформальное общение. Нормы общения. Эффективное и неэффективное общение, их виды: понимающее общение, рефлексивное общение, принижающее, агрессивное и защитно-агрессивное общение. Установление контакта, активное слушание. Открытые и закрытые вопросы, невербальное сообщение. Тестовая диагностика «Умеете ли вы слушать и воспринимать собеседника?»

2 Коммуникативные навыки. Вербальное и невербальное общение. Типы собеседников.

Вербальное и невербальное общение. Формальное и неформальное общение. Стратегия эффективной коммуникации. Навыки эффективного общения. Приемы и техники эффективного общения.

«Трудный собеседник» и «агрессивный собеседник»: разница понятий. Типология «трудных собеседников». Стратегии взаимодействия с представителями различных «проблемных категорий». «Плюсы» и «минусы» поведения разных категорий «трудных собеседников» для окружающих.

3 Межличностные отношения, коллектив. Конфликт. Основы конфликтологии.

Личность, группа, коллектив, межличностные отношения в коллективе. Межличностное взаимодействие. Формальный, неформальный коллектив, уровни развития коллектива. Стабильная команда, социальные командные роли. Личность и группа, стадии и стратегии вхождения в группу.

Конфликтные ситуации. Толерантность в общении. Формирование конфликтной компетентности учащихся и способности толерантного поведения. Эмоциональное общение. Диагностика сформированных методов решения конфликтов у участников программы – самотестирование: «Оценка собственного поведения в конфликтной ситуации», «Уровень конфликтности личности» (повторное тестирование проводится после тренингов. Сказки, как пример конфликта и его разрешения. Социально – психологические и межличностные причины конфликтов. Стадии конфликта. Виды конфликтов. Временные модели конфликтных реакций. Конфликтные типы личностей. Стили реагирования в конфликтных ситуациях. Тест К.Томаса «Стили разрешения конфликтов». Конструктивный и деструктивный способы выхода из конфликта. 9 способов изменить мнение людей, не вызывая обиды или негодования Дейла Карнеги. Рост личности через конфликт.

4 Пути разрешения конфликтных ситуаций

Стратегии поведения в конфликтах. Пути выхода их конфликта на основе взаимовыгодных уступок и соглашений. Варианты решения конфликта. Медиатор-посредник в конфликте. Интегрированное занятие «Конфликт и пути его преодоления» Ролевая игра «Сглаживание конфликтов». Отработка умения разрешать конфликтные ситуации. Тестирование.

Публичное выступление и техника речи

1 Ораторское мастерство. Принципы, правила публичного выступления; структура выступления

Формирование понятия стратегии вербального воздействия коммуникатора на аудиторию. Определение публичного выступления. Знакомство с видами публичного выступления. Основные принципы, правила публичного выступления. Знакомство со структурой выступления, правилами подготовки текста выступления.

2 Правила подготовки к выступлению

Требования к внешнему виду выступающего. Приёмы установления контакта со слушателем. Виды контакта: зрительный, эмоциональный, вербальный, невербальный, содержательный. Приёмы управления вниманием слушателей. Методы и приёмы преодоления страха и волнения.

3 Техника речи. Упражнения для тренировки основных органов речи

Органы речи, речевой аппарат. Упражнения для тренировки основных органов речи.

4 Практические занятия по подготовке и проведению публичного выступления

Принятие решений

1 Решение как выбор альтернативы.

Природа процесса принятия решений. Интуитивные решения и решения, основанные на суждениях. Рациональные решения. Этапы принятия рационального решения. Условия оптимального решения. Стратегии поведения человека, стоящего перед необходимостью принять важное решение. Основные правила принятия решений. Принятие решения в группе

2 Практикум

Тренинги по командообразованию, по разработке и принятия решений в группе.

3 Практикум

Моделирование ситуаций, позволяющих научиться делать выбор с опорой на ценностную шкалу, включающую в себя такие основополагающие общечеловеческие ценности, как «добро», «ответственность», «свобода», «выбор», «гражданственность».

Этика лидерства

1 Эффективно работающая команда

Создание командного видения и ориентация команды на достижение цели. Навыки уверенного поведения. Формирование и развитие команды. Постановка целей и планирование работы команды. Контроль достижений и мотивирование на достижения команды. Предоставление обратной связи и оценки команде. Управление решением задач и проблем в команде.

Знакомство с принципами формирования эффективно работающей команды, с основными принципами командной работы. Формирование умения и готовности понимать и принимать общие цели, сотрудничать, воспринимать мнения других, доверять друг другу. Создание команды с высоким уровнем внутригрупповой этики.

Основные принципы командной работы.

2 Лидер и команда. Лидерские качества

Целостность личности и комплексность свойств лидера. Структура личности лидера. Особенности психотипа, как предрасположенность к развитию личности. Плоскость психологических и плоскость этических особенностей личности лидера. Общественная ценность лидера – носителя нравственных установок. «Масштаб» лидера, логика и закономерности изменения масштаба.

Типы, виды лидерства, классификация лидеров. Модель лидерства. Ключевые лидерские качества, навыки и ступени становления лидеров. Стили лидерства.

3 Управленческая этика

Нормы, правила, принципы управленческой этики. Группы норм управления (нормы, связанные с процессом принятия решения и нормы, регулирующие процесс общения с подчинёнными и другими руководителями.). Развитие управленческой эффективности.

3. Результаты освоения программы

При освоении курса «РОСТ» формируются следующие результаты:

Личностные результаты:

Самоопределение:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию;
- внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе;
- принятие образа «хорошего ученика»;
- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;
- гражданская идентичность в форме осознания «Я» как гражданина России, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю;
- осознание ответственности человека за общее благополучие;
- осознание своей этнической принадлежности;
- гуманистическое сознание;
- социальная компетентность как готовность к решению моральных дилем, устойчивое следование в поведении социальным нормам;
- начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире.

Смыслообразование:

- мотивация любой деятельности (социальная, учебно-познавательная и внешняя);
- самооценка на основе критериев успешности этой деятельности;
- целостный, социально-ориентированный взгляд на мир в единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;

- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им.

Нравственно-этическая ориентация:

- уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов;
- навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- эстетические потребности, ценности и чувства;
- этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость;
- гуманистические и демократические ценности многонационального российского общества.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

В сфере коммуникативных универсальных учебных действий участники научатся навыкам сотрудничества, снятию барьеров, мешающих реальным и продуктивным действиям.

В сфере познавательных универсальных учебных действий участники научатся анализировать и делать логические выводы по создавшимся ситуациям.

В сфере регулятивных универсальных учебных действий участники изучат и овладеют индивидуализированными приёмами межличностного взаимодействия для повышения его эффективности.

Формы организации учебного процесса:

Для успешной реализации учебного процесса используются групповые и индивидуальные занятия. Индивидуальные занятия необходимы для отработки важных моментов поведения и деятельности ребёнка, которые по тем или иным причинам он не усвоил в группе.

Индивидуальные занятия являются продолжением групповой работы, т.к. помогают ребёнку более эффективно справиться со своими проблемами.

Большое внимание на занятиях уделяется обсуждению различных ситуаций, групповым дискуссиям, ролевому проигрыванию, творческому самовыражению, самопроверке и групповому тестированию.

III. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

Дата	Кол-во часов	№ п/п	Наименование раздела, темы занятий
Привет, индивидуальность!			
	2	1	Вводное занятие. Привет, индивидуальность!
	2	2	Скажу откровенно
	2	3	Вселенная нашего «Я»
	2	4	Что нам помогает ориентироваться в мире?
	2	5	Приятный разговор
	2	6	Принимаю ответственность на себя
	2	7	Пойми меня
	2	8	«Я реальный» и «я идеальный»
	2	9	Каким меня видят окружающие
Здравствуйте, люди!			
	2	10	Социальные роли
	2	11	Я тебя понимаю...
	2	12	Способы выражения своего эмоционального состояния
	2	13	Чтение эмоций и чувств у других
	2	14	Преодоление психологических барьеров.

	2	15	Регуляция эмоционального состояния
Голосуйте за меня!			
	2	16	Характер людей. Мой характер. Моя самооценка. Тест «Портрет и автопортрет».
	2	17	Кто такой лидер? Как воспитать в себе лидера. Мини – тренинг - игра «Твори, выдумывай, пробуй»
	2	18	Понятие «успешный человек», «лидер». Социальный договор участников программы
	2	19	Самодиагностика «Лидер ли я?»
Целеполагание			
	2	20	Самооценка и саморазвитие.
	2	21	Целеполагание. Мечты и планы
	2	22	Эффект призмы и принципы, управляющие человеческой эффективностью
	2	23	Навык и привычка. Навык проактивной личности
	2	24	Проектная деятельность
	2	25	Практическое занятие по разработке проекта
Управление временем			
	1	26	Тайм-менеджмент
	1	27	Планирование+ практика
Установление отношений и разрешение конфликтов			
	1	28	Общение. Формальное и неформальное общение. Принципы эффективного общения
	1	29	Коммуникативные навыки. Вербальное и невербальное общение. Типы собеседников
	1	30	Межличностные отношения, коллектив. Конфликт. Основы конфликтологии
	1	31	Пути разрешения конфликтных ситуаций. Тренинги
Публичное выступление			
	2	32	Ораторское мастерство. Виды публичного выступления. Принципы, правила публичного выступления; структура выступления
	2	33	Правила подготовки выступления
	2	34	Техника речи. Упражнения для тренировки основных органов речи
	2	35	Практические занятия по подготовке и проведению публичного выступления
Принятие решений			
	2	36	Решение как выбор альтернативы
	2	37	Практические занятия 2
Этика лидерства			
	2	38	Понятие «эффективно работающая команда»
	2	39	Лидер и команда. Лидерские качества
	2	40	Управленческая этика