

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Дворец Творчества Пушкинского района Санкт-Петербурга

**ПРИНЯТА**

Педагогическим советом  
протокол № 1  
от «29» 08 2019г.

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом № 174/4 от 30.08 2019 г.  
ВРИО директор ГБУ ДО ДТ Пушкинского р-на



Андреев А.М.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

## «Азбука общения»

Возраст учащихся: 7-12 лет

Срок реализации: 1 год

**Разработчик:**

Костененко Татьяна

Геннадьевна

педагог дополнительного  
образования, методист

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.**

**Направленность.** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука общения» (далее - программа) имеет социально-педагогическую направленность.

### **Актуальность**

Программа соответствует государственной политике в области дополнительного образования, социальному заказу общества и ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей.

Общение представляет собой активное взаимодействие людей друг с другом, оно является одним из важнейших условий формирования самосознания личности, процессом обмена информацией, средством понимания другого человека. Школьные науки ребенок начинает познавать в возрасте 7 лет. Этот период представляет собой большие возможности для организации общения со сверстниками. Проблема развития конструктивного общения младших школьников со сверстниками в образовательном процессе остается актуальной, так как не все дети способны конструктивно выстраивать межличностные взаимоотношения между людьми в силу ряда причин: особенности характера, индивидуальных особенностей личности, особенностей воспитания, жизненных ситуаций и множества других факторов.

### **Адресат программы**

Программа предназначена для учащихся 7-12 лет.

**Цель** - развитие эмоционально-личностной сферы учащихся, развитие навыков конструктивного общения со сверстниками и взрослыми.

### **Для достижения цели программы решаются следующие задачи:**

#### Развивающие

- Развитие потребности в саморазвитии.
- Развитие самостоятельности и активности.
- Развитие стремления к конструктивному общению.
- Развитие способности к эмпатии.
- Развитие межличностного доверия и группового сотрудничества.
- Развитие творческих способностей.

#### Воспитательные

- Формирование общественной активности личности, гражданской позиции.
- Формирование культуры общения и поведения в социуме.
- Формирование уважительного отношения к себе и к другим людям.
- Воспитание чувства ответственности за свои поступки.
- Воспитание самостоятельности.

#### Обучающие

- Научить осознавать свои потребности и мотивы поведения.
- Научить видеть взаимосвязь между поступками и потребностями.
- Дать знания о природе чувств, особенностях темперамента, типах поведения в конфликте.
- Научить понимать, что такое гражданская ответственность и толерантность.

## Условия реализации программы.

- **Условия набора и формирования групп.**

На 1-й год обучения принимаются дети в возрасте 7-12 лет. Группы могут быть разновозрастными и разновозрастными.

Наполняемость группы – не менее 15 человек.

- **Продолжительность** образовательного процесса 1 год, **объем образовательного процесса** 72 часа
- **Уровень освоения программы** – общекультурный.

Объем и сроки освоения программы, определяются на основании уровня освоения и содержания программы, а также с учетом возрастных особенностей учащихся и требований СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" (далее - СанПиН).

- **Форма организации деятельности** учащихся на занятии: групповая, фронтальная, индивидуальная и коллективная.  
Занятия проводятся со всем составом объединения.
- **Формы проведения занятий** - беседа, групповая дискуссия, личностно-ориентированный тренинг, практические задания, ролевые игры, арт-терапия.
- **Особенности организации образовательного процесса.**

**Режим занятий:** занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа.

Программа занятий рассчитана на работу в течение учебного года и делится на четыре темы:

I тема — «Учимся понимать себя» - развитие самопознания и рефлексии;

II тема — «Учимся понимать других» - развитие эмпатии;

III тема — «Конструктивное общение» - обучение навыкам позитивного общения;

IV тема — тренинг «Искусство строить отношения»

- **Материально-техническое оснащение.** Для успешной реализации программы необходимы:

- отдельный кабинет, оборудованный столами и стульями (помещение, соответствующее санитарно-гигиеническим нормам и технике безопасности)

- канцелярские товары (на каждого ребенка): цветные карандаши, бумага, ручки, маркеры, бейджи, листы ватмана.

## Планируемые результаты освоения программы учащимися.

### Предметные результаты

при освоении программы учащийся:

- научится осознавать свои чувства, желания, потребности и мотивы поведения;
- научится видеть взаимосвязь между поступками и потребностями;
- будет знать о природе чувств, типах поведения в конфликте;
- научится понимать, что такое гражданская ответственность и толерантность.

### Метапредметные результаты

при освоении программы учащийся:

- сформирует потребность в саморазвитии, самостоятельности и активности;
- сформирует стремление к конструктивному общению;

- разовьет самоконтроль, способность к рефлексии;
- разовьет способности к эмпатии;
- разовьет творческие способности.

### Личностные результаты

при освоении программы учащийся:

- сформирует гражданскую позицию;
- сформирует культуру общения и поведения в социуме;
- сформирует уважительное отношение к себе и к другим людям;
- повысит свою самооценку.

### Учебный план на 1 год обучения

№	Название раздела, тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Давайте знакомиться.	2	1	1	Анкетирование
2.	Учимся понимать себя	18	9	9	Наблюдение
3.	Учимся понимать других	12	6	6	Наблюдение
4.	Конструктивное общение	20	10	10	Наблюдение
5.	Друзья и приятели	16	8	8	Наблюдение
6.	Тренинг «Искусство строить отношения»	2	0	2	Наблюдение
7.	Итоговое занятие. Анкетирование.	2	0	2	Анкетирование
	Итого за учебный год:	72	31	41	

### Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных часов	Всего учебных недель	Режим занятий
1 год	10 сентября		72	36 недель	1 раза в неделю по 2 академических часа
Итого по программе			72	36 недель	1 раза в неделю по 2 академических часа

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

## Рабочая программа 1 года обучения

### Задачи I-го года обучения

#### Обучающие:

- Научить осознавать свои потребности и мотивы поведения.
- Научить видеть взаимосвязь между поступками и потребностями.
- Дать знания о природе чувств, особенностях темперамента, типах поведения в конфликте.
- Научить понимать, что такое гражданская ответственность и толерантность

#### Развивающие:

- Развитие потребности в саморазвитии.
- Развитие самостоятельности и активности.
- Развитие стремления к конструктивному общению.
- Развитие способности к эмпатии.
- Формирование межличностного доверия и группового сотрудничества.
- Развитие творческих способностей.

#### Воспитательные:

- Формирование общественной активности личности, гражданской позиции.
- Формирование культуры общения и поведения в социуме.
- Воспитание уважительного отношения к себе и к другим людям.
- Воспитание чувства ответственности за свои поступки.
- Воспитание самостоятельности.

## Планируемые результаты по окончании 1-го года обучения

### Предметные результаты

при освоении программы учащийся:

- научится осознавать свои чувства, желания, потребности и мотивы поведения.
- научится видеть взаимосвязь между поступками и потребностями.
- будет знать о природе чувств, особенностях темперамента, типах поведения в конфликте.
- научится понимать, что такое гражданская ответственность и толерантность.

### Метапредметные результаты

при освоении программы учащийся:

- сформирует потребность в саморазвитии, самостоятельности и активности;
- разовьет самоконтроль, способность к рефлексии;
- разовьет способности к эмпатии;
- разовьет творческие способности.

### Личностные результаты

при освоении программы учащийся:

- сформирует гражданскую позицию;
- сформирует культуру общения и поведения в социуме;
- сформирует уважительное отношение к себе и к другим людям;
- повысит свою самооценку.

## **Содержание программы**

### **Вводное занятие. «Давайте познакомимся!»**

*Теория.* Знакомство. Введение в программу. Введение правил работы.

*Практика.* Игры «Снежный ком», «Люблю - не люблю».

### **Тема 1 «Учимся понимать себя»**

*Теория.* Мое имя. Моя внешность. Мои чувства. Умение опираться на свои чувства: осознавать, что ты чувствуешь, принимать свои чувства, выражать их, не причиняя вреда себе и окружающим, справляться с гневом и страхом. Мой характер. Сильные и слабые стороны характера. Самооценка и чувство собственного достоинства. Уверенность в себе. Саморазвитие. Моя уникальность. Мои ценности.

*Практика.* Игра «Мое имя». Беседа «Я и моя внешность». Работа в малых группах «Наши чувства». Игра «Скульптура чувств». Упражнение «Пойми меня». Упражнение «Как правильно выражать свои чувства». Беседа «Гнев и страх». Упражнение «Человек-оркестр». Беседа «Я и мой характер». Упражнение «Сказочные герои». Игра «Поменяйтесь местами те, кто...». Упражнение «Самопрезентация». Упражнение «корзина дружеских качеств». Упражнение «Здравствуй, я рад вас видеть». Упражнение «Спутанные цепочки». Упражнение «Я уникальный». Упражнение «Шкала ценностей».

### **Тема 2 «Учимся понимать других»**

*Теория.* Как понять чувства другого человека. Язык жестов и мимика. Причины поведения других людей. Как говорить о собственных чувствах и потребностях. Впечатление, которое мы производим. Из чего складывается впечатление о другом человеке. Эгоизм и альтруизм.

*Практика.* Игра «Пойми чувства другого». Упражнение «Бегущие огни». Упражнение «Привет». Игра «Детектив». Ролевая игра «Как сказать о чувствах». Задание «По фотографии рассказать о человеке. Ролевая игра «Первое впечатление». Упражнение «Подарок».

### **Тема 3 «Конструктивное общение»**

*Теория.* Диалог. Установление контакта. Активное слушание. Стили взаимодействия. Конфликт, способы поведения в конфликте. Конструктивное поведение в конфликте. Как отстаивать свою точку зрения, не обижая близкого человека. Как противостоять манипуляциям. Партнерские взаимоотношения. Умение договариваться. Лидерство и ответственность. Мы - команда.

*Практика.* Упражнение «Признак». Упражнение «Внимательный слушатель». Упражнение «Пустой стул». Упражнение «Инициатор движения». Ролевая игра «Стили поведения в конфликте». Игра «Аргументы». Игра «Верю - не верю». Упражнение «Совместный рисунок». Упражнение «Импульс». Задание «Обсуждение ситуации». Упражнение «Стулья». Упражнение «Сходства». Игра «Путаница». Игры на командное сплочение.

### **Тема 4 «Друзья и приятели»**

*Теория.* Доверие и уважение. Ценность дружбы. Портрет настоящего друга. Друзья и приятели. Какие нужно развивать качества, чтобы быть хорошим другом. Как проявлять внимание к другому человеку. Как стать хорошим другом. Круги близости.

Практика. Задание «Найди синоним». Игра «Зрительный контакт». Упражнение «Портрет друга». Упражнение «Доверие». Упражнение «Передай взглядом». Игра «Живые руки». Игра «Прояви симпатию» Упражнение «Портреты». Ролевая игра «День рождения». Ролевая игра «Совет другу». Игра «Выбери подарок». Игра «Конструктивное общение».

## **Тема 5 Тренинг «Искусство строить отношения»**

### **Итоговое занятие**

Практика. Обсуждение итогов работы за год. Выбор наиболее актуальных тем. Анализ собственных изменений. Игры на взаимодействие, анкетирование, чаепитие.

### **Календарно-тематическое планирование**

№ П/П	Планируемая дата	Тема занятия	Колич. часов	Дата проведения	Примечание
1.		Вводное занятие. Давайте знакомиться. Инструктаж по технике безопасности	2		
2.		Учимся понимать себя. Мое имя. Игры.	2		
3.		Учимся понимать себя. Мои чувства. Работа в малых группах.	2		
4.		Учимся понимать себя. Как правильно выражать свои чувства. Упражнения.	2		
5.		Учимся понимать себя. Беседа о гневе и страхе. Упражнения.	2		
6.		Учимся понимать себя. Мой характер. Игры.	2		
7.		Учимся понимать себя. Уверенность в себе. Упражнения.	2		
8.		Учимся понимать себя. Мечты и желания. Упражнения.	2		
9.		Учимся понимать себя. Моя уникальность. Упражнения.	2		
10.		Учимся понимать себя. Мои ценности. Работа в малых группах.	2		
11.		Учимся понимать других. Как понять чувства другого человека. Игры.	2		
12.		Учимся понимать других. Язык жестов и мимики. Упражнения.	2		
13.		Учимся понимать других. Причины поведения других людей. Игры. Упражнения.	2		
14.		Учимся понимать других. Как говорить о своих чувствах и потребностях. Упражнения.	2		
15.		Учимся понимать других. Впечатление, которое мы производим на других. Игры.	2		

		Упражнения.			
16.		Учимся понимать других. Эгоизм и альтруизм. Задание. Упражнения.	2		
17.		Конструктивное общение. Диалог. Установление контакт. Упражнения.	2		
18.		Конструктивное общение. Диалог. Установление контакта. Упражнения.	2		
19.		Конструктивное общение. Стили взаимодействия. Упражнения.	2		
20.		Конструктивное общение. Конфликт, способы поведения в конфликте. Игры. Упражнения.	2		
21.		Конструктивное общение. Конструктивное поведение в конфликте. Упражнения.	2		
22.		Конструктивное общение. Как отстоять свою точку зрения, не обижая близкого человека. Игры. Упражнения.	2		
23.		Конструктивное общение. Как противостоять манипуляциям. Игры. Упражнения.	2		
24.		Конструктивное общение. Лидерство и ответственность. Игры. Упражнения.	2		
25.		Конструктивное общение. Дружеские взаимоотношения. Игры. Упражнения.	2		
26.		Конструктивное общение. Мы - команда. Игры. Упражнения.	2		
27.		Друзья и приятели. Доверие и уважение. Задания.	2		
28.		Друзья и приятели. Портрет настоящего друга. Упражнения.	2		
29.		Друзья и приятели. Какие нужно развивать качества, чтобы быть хорошим другом. Игры. Упражнения.	2		
30.		Друзья и приятели. Круги близости. Упражнения.	2		
31.		Друзья и приятели. Как договариваться с друзьями, когда желания не совпадают. Упражнения.	2		
32.		Друзья и приятели. Как проявлять внимание другому человеку. Игры. Упражнения.	2		
33.		Друзья и приятели. Как отвечать на внимание к себе. Игры. Упражнения.	2		
34.		Друзья и приятели. Игра «Конструктивное общение».	2		



35.		Тренинг «Искусство строить отношения»	2		
36.		Итоговое занятие. Обсуждение итогов работы за год. Анкетирование.	2		

### **ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

**педагогические методики**, и технологии, методы организации образовательного процесса с описанием применения в процессе реализации программы:

- «Конспекты занятий»
- Информационно-справочная литература для обучающихся.

**дидактические материалы:**

- раздаточный материал (карточки, настольные игры, предметы для проведения ролевых игр)
- разработки игр, бесед
- лекционные материалы

**система контроля** результативности обучения с описанием форм и средств выявления, фиксации и предъявления результатов обучения, а также их периодичности.

- **Входной контроль** проводится на первых занятиях с целью выявления отношения ребенка к выбранной деятельности, его способностей и возможностей в данном виде деятельности, а также личностных качеств (анкетирования, собеседования, педагогические наблюдения). Полученные данные фиксируются в карте наблюдений педагога.
- **Текущий контроль** осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся. Используется педагогическое наблюдение.
- **Промежуточный контроль** проводится по окончании первого полугодия. Проходиться в форме наблюдения.
- **Итоговый контроль** проводится по окончанию обучения по программе. Для оценки личностных изменений используется педагогическое наблюдение, анкетирование, собеседование. Формы предъявления результатов – это формы итоговых занятий.

## **Информационные источники, используемые при реализации программы**

### **Литература для педагогов и родителей:**

1. *Байярд Р.Т., Байярд Д.* Ваш беспокойный подросток: Практическое руководство для отчаявшихся родителей. М., 1991.
2. *Григорьева Т.Г.* Основы конструктивного общения: Практикум. Новосибирск; М., 1997.
3. *Кан-Калик В.А.* Грамматика общения. М., 1995.
4. *Лецинская Е.А.* Тренинги общения для учащихся 4–6-х классов. Киев, 1994.
5. *Прихожан А.М.* Психологический справочник, или Как обрести уверенность в себе. М., 1994.
6. *Прутченков А.С.* Трудное восхождение к себе. М., 1995.
7. *Фопель К.* Как научить детей сотрудничать? (1–4 ч.) М., 1998.
8. Я в мире людей. /Под ред. Б.П. Битинаса. М., 1997.

### **Литература для учащихся:**

1. *Ермакович Д.И.* Первая энциклопедия для мальчиков, Минск;Харвест, 2012
2. *Захаренко О.В.* Главная книга для девочек. М; Астрель, АСТ, 2010
3. *Кан-Калик В.А.* Грамматика общения. М., 1995.  
Селиванова М.С. Правила поведения в школе. М;-Литера, 2010
4. *Прихожан А.М.* Психологический справочник, или Как обрести уверенность в себе. М., 1994
5. *Прутченков А.С.* Трудное восхождение к себе. М., 1995
6. *Софи Мараваль-Ютен* Искусство общения, друзья и родители. М;-Махаон, 2009
7. *Шалева Г.П.* Как вести себя в школе. М;-АСТ, 2010