

**Муниципальное общеобразовательное учреждение «Гимназия № 6
Красноармейского района Волгограда»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Клуб общения старшеклассников»**

Класс: 10 -11

Количество часов: 68

Количество часов в неделю: 1

Срок освоения: 2 года

Пояснительная записка

Программа – нормативно – управленческий документ, который обеспечивает достижение планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности социально – педагогической направленности «Клуб общения старшеклассников»

Программа разработана в соответствии с

- требованиями Закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273-ФЗ,

Программа «Клуб общения старшеклассников» составлена с учетом «Требований к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования»,

- основной образовательной программой среднего общего образования

-

Данная программа удовлетворяет социальный заказ общества и составлена в соответствии с задачами и принципами работы гимназии.

Содержание курса «Клуб общения старшеклассников».

Клуб – это, прежде всего объединение по ИНТЕРЕСАМ. Следовательно, в него придут юноши и девушки, объединенные общими интересами. Но надо учитывать, что у каждого из них есть и свой личный мотив прихода, и реальные потребности, запросы и конкретные ожидания. Иными словами - свои ЦЕЛИ.

После проведения социологического опроса среди потенциальных членов клуба (старшеклассников гимназии) были выявлены реальные интересы и потребности данной категории. По результатам социологического исследования и была разработана ПРОГРАММА деятельности клуба старшеклассников.

Актуальность программы заключается в практическом применении полученных знаний и умений школьниками в повседневной жизни.

Полнота содержания - курс содержит сведения, необходимые для достижения запланированных целей обучения.

Практическая направленность содержания - содержание курса обеспечивает приобретение знаний и умений, позволяющих в дальнейшем использовать их как в процессе обучения в разных дисциплинах, так и в повседневной жизни для решения конкретных задач.

ЦЕЛЬ данного курса: помочь юношам и девушкам приобрести опыт социального успеха и подготовиться к будущему через развитие интеллектуально-творческого потенциала и коммуникативных способностей.

Для достижения поставленной цели решаются следующие **задачи**:

- расширение и углубление знаний в области психологии;
- формирование мотивации к самопознанию, духовно-нравственному совершенствованию, социальному самоопределению;
- обучение способам саморегуляции эмоциональных состояний и поведения, формирование навыков объективной самооценки и самоанализа, адекватной оценки себя и окружающей действительности;
- обучение активным формам, приемам организации свободного времени, развитие познавательной, социальной, творческой активности учащихся, развитие интеллектуальных, творческих, коммуникативных и организаторских способностей;

- расширение положительного опыта взаимодействия с окружающими людьми в различных видах деятельности, пополнение опыта работы и общения в группе, коллективе, социуме;

Программа включает следующие основные РАЗДЕЛЫ:

1. Познай себя - познай другого.
2. Диалог-клуб «Кругозория».
3. Лаборатория творческой мысли

Содержание разделов программы может изменяться, дополняться новыми материалами, исходя из свободно возникающих и растущих, в процессе познания интересов учащихся к различным сферам жизни и постоянно меняющихся индивидуальных социокультурных и образовательных потребностей.

Вводное занятие «Клуб объединяет друзей»

Раздел 1 «Познай себя - познай другого».

Темперамент и характер

Четыре типа темперамента: сангвиник, холерик, флегматик, меланхолик.

«Мой темперамент», «Я и мой характер», «Базовые характеристики личности».

Моделирование и проигрывание жизненных ситуаций по теме.

Способности и их развитие

В чем проявляются способности. С готовыми способностями не рождаются. Способности и задатки. От чего зависит уровень развития способностей. Факторы, влияющие на развитие способностей. Как развивать свои способности. Способности и уверенность в себе.

Особенности познавательных процессов

Как развить внимание и сделать его лучше (практические советы).

Психологические игры и упражнения на развитие внимания: «Кто быстрее?», «Наблюдательность», «Корректурка», «Концентрация», «Сверхвнимание» и др.

Как мы познаем окружающий мир и общаемся друг с другом? Пять органов чувств (глаза, уши, нос, кожа, язык). Пять чувств (слух, зрение, обоняние, осязание, вкус). Что означает понятие «шестое чувство»? Специальные упражнения для органов чувств: «Самый чувствительный», «Слепой, глухой, немой», «Жмурки» и др.

«Как мы храним то, что знаем» (о памяти). Типы запоминания: произвольное, произвольное, ассоциативное. Причины сохранения информации. ➤ упражнения на развитие памяти: «Ассоциация», «Заблудившийся рассказчик», «Калейдоскоп», «Домино».

«Откуда берутся наши мысли» (о мышлении).

Упражнения, диагностические методики и другие приемы развития мыслительной деятельности: «Ключ к неизвестному», «Сходство и различие», «Опечатка», «Поиск аналогов», «Выражение мысли другими словами», «Построение системы причин».

«Плохо ли быть фантазером» (о воображении). Знакомство с понятием. Роль воображения в деятельности человека. Особый вид воображения - мечта (мечта реальная и мечта нереальная (грезы)). Творческое воображение. Роль фантазии в игровой и творческой деятельности. Вдохновение. Упражнения и другие приемы развития

воображения: «Не может быть», «Что стало бы, если бы...», «Способы применения предмета», «Волшебный карандаш», «Перевоплощения», «Антивремя».

Эмоции, чувства, воля. Саморегуляция Эмоционально-чувственная сфера личности. Аффект, эмоции, настроение, стресс. Причины возникновения положительных и отрицательных эмоций. Воля как источник положительных и отрицательных эмоций. Воля и внушаемость. Привычки и воля. Способность человека сознательно регулировать, и активизировать свое поведение. Как воспитывать волю - (советы специалистов). О самоконтроле и саморегуляции. Трудные состояния: стресс, фрустрация, тревога, страх, одиночество, вина, стыд. Способы выхода из трудных состояний.

Потребности, мотивы, действия. «Я» и мои потребности. «Хочу, хочу, хочу!» - от чего зависит удовлетворение потребностей. Контроль своих потребностей. Потребности и интересы, их отличие.

Путь к самопознанию «Как любить и уважать свое «Я»», «Как определять и ценить свои достижения», «Как ставить реальные цели и планировать шаги их достижения», «Секреты успеха и счастья», «Как извлечь опыт из разных жизненных ситуаций», «Чувство собственного достоинства или как повысить уверенность в себе». Упражнения: «Рисую свой образ», «Оцени себя сам», «Я люблю себя даже когда...», «Я и мои страхи», «Если бы Я был...», «Уникальный дар», «Позаботься о себе». Искусство самонаблюдения: психологические упражнения, задания, игры: «Я - ты, ты -я», «Мой автопортрет», «Портрет моего друга», «Я вчера, сегодня, завтра», «Фиксирование мыслей и настроения». Приемы самоанализа: «Хвалить или ругать», «Критика и самокритика». Как повысить уверенность в себе. «Умей сказать нет», «Просьба: способы высказывания и способы отказа», «Мой портрет в лучах солнца», «Игра в радость», «Оборотная сторона медали».

Психология взаимоотношений

Общение. Роль общения в жизни человека. Проблема умения слушать и слышать собеседника. Метод активного слушания. Почему и как рождаются слухи. Техника эффективного общения.

Рольевые этюды и упражнения по технике эффективного общения: «Искушение», «Запретные друзья», «Работать, а не развлекаться», «Правильный выбор». Социально-психологический тренинг «Поиск общего решения». Рольевая игра «Кораблекрушение» (поиск лидера). Организационно-деятельностная игра «Необитаемый остров». Упражнения: «Защитим наш город» (анализ поведения людей в критической ситуации), «Что значит "договориться?"».

Конфликт. Типы поведения в конфликтной ситуации: мягкий, жёсткий, принципиальный. Работа по урегулированию конфликта. Анализ конфликта. Рольевая игра «Я и мой обидчик». Моделирование и проигрывание жизненных ситуаций по теме. Рольевые этюды.

Раздел 2 «Диалог-клуб «Кругозория»

1. Что такое диалог?

Диалог с учителем. Диалог с партнером. Диалог с группой. Моделирование и проигрывание ситуаций: «Собрание», «Организационная встреча» с помощью метода взаимодействия.

2. Дискуссия и проблемное обсуждение

Принцип «Каждый имеет право на свою точку зрения, свое мнение, свое суждение». Основные правила подготовки и проведения дискуссий и проблемных обсуждений. Роль ведущего. Памятка ведущему (практические советы). Упражнения на развитие восприятия чужих точек зрения и уважения своего и чужого мнения: «Потери и прибыли», «Трое слепых и слон», «Школа общения».

3. Публичное выступление

Практикум по развитию навыков публичного выступления (репетиция выступающего перед зеркалом, видеозапись выступления, просмотр, обсуждение). Критерии оценки публичного выступления. Правила и этика обсуждения публичного выступления. Памятка выступающему (полезные советы). Как знаменитые ораторы готовились к выступлению (примеры из истории).

4. Обмен информацией и мнениями по различным проблемам, волнующим молодежь

Организация и проведение дискуссий, проблемных обсуждений, деловых и ролевых игр, организация и проведение творческих встреч с интересными людьми. Примерные темы встреч, дискуссий: «Путешествие к успеху и счастью», «Фантазии о цели жизни», «Легко ли быть молодым?», «Бизнес и молодежь или где взять деньги?», «Лидер, кто он?», «Как создать свой имидж», «Искусство говорить комплименты», «Поговорим о хобби», «А если это любовь?», «Отрицательные эмоции и как от них избавиться», «О комплексах», «Проблемы молодежного досуга», «Белая ворона», «В чьих руках твое здоровье?», «Родители как партнеры», «Совершенствуя себя, мы совершенствуем мир», «Проблемы выживания в современных условиях».

Раздел 3. «Лаборатория творческой мысли»

Развитие интеллектуально-творческого потенциала, творческой инициативы и активности, организаторских способностей через систему:

- ✓ индивидуальных и коллективных творческих заданий и психологических упражнений, творческих, сюжетно-ролевых игр и этюдов, творческих импровизаций;
- ✓ развивающих игровых программ, интеллектуальных конкурсов, игр интенсивного обучения;
- ✓ творческих вечеров, любительских спектаклей, инсценировок.

1. Знакомство с понятиями «творчество», «творческие способности». Упражнения «Ассоциирование», «Банк оригинальных идей», «Как преодолеть жизненные трудности», «Сила творческой мысли», «Как найти свое призвание», «Импровизация на тему» и другие.

2. Секреты сценарного мастерства. Разработка сценариев и проведение творческих и игровых программ, любительских спектаклей, инсценировок и т. д.

Итоговое занятие.

Общий сбор членов клуба. Подведение итогов года в форме творческого отчета, перспективы развития клуба. Творческий «капустник», развлекательная программа «Друзья, прекрасен наш союз...».

Для освоения программы используются разнообразные ФОРМЫ:

- ✓ мини-лекции;
- ✓ мотивационные, рефлексивные и другие диалоги;
- ✓ направленный рассказ, беседа;

- ✓ проблемные обсуждения, дискуссии;
- ✓ упражнения;
- ✓ учебно-игровые тренинги;
- ✓ коммуникативные и игровые практикумы;
- ✓ творческие мастерские;
- ✓ организационно - деятельностные игры;
- ✓ деловые, ролевые, творческие игры;
- ✓ игры-импровизации, ролевые этюды, любительские инсценировки и спектакли;
- ✓ творческие встречи и т. д.

Одним из условий эффективной реализации программы является применение активных МЕТОДОВ:

- ✓ метода взаимодействия;
- ✓ методов интенсивного обучения;
- ✓ метода коллективно-творческой деятельности.

Описание места учебного предмета в учебном плане.

Курс «Клуб общения старшеклассников» входит во внеурочную деятельность по социальному направлению развития личности.

В соответствии с базисным учебным планом данный курс изучения в 10-11 классах рассчитан на 1 час в неделю (68 часов).

Предполагаемые результаты освоения данного курса.

Пройдя курс обучения по данной программе, обучающиеся расширят и приобретут новые знания, умения и навыки, которые необходимы в жизни для достижения **СОЦИАЛЬНОГО УСПЕХА:**

- познакомятся с азами общей, возрастной и социальной психологии;
- повысят познавательную активность, познакомятся с некоторыми приемами развития внимания, памяти, мышления, воображения;
- научатся некоторым способам саморегуляции эмоциональных состояний и поведения;
- разовьют коммуникативные способности, научатся применять на практике некоторые модели эффективного общения;
- приобретут навык публичного выступления;
- разовьют творческую инициативу, организаторские навыки и лидерские качества;
- овладеют методикой подготовки и организации творческих вечеров, встреч, разнообразных игровых программ.

Таким образом, программа, в ее целостности, предоставляет обучающимся **ВОЗМОЖНОСТЬ** найти и раскрыть себя, свое «Я», свой «образ», определить конкретные цели и способы их достижения, более эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми, создавать мир, где каждый человек ценится за уникальный вклад в общее дело, повысить самооценку, развить чувство ответственности, ощутить себя более самостоятельным, уверенным в себе, иметь большой успех в жизни - а это и есть предполагаемый планируемый результат.

Тематическое планирование

№	Название темы	10 класс Количество час.	11 класс Количество часов
1	«Познай себя – познай другого»	4	4
2	Диалог-клуб «Кругозория»	15	15
3	«Лаборатория творческой мысли»	15	15

Календарно-тематический план 10 класс

№	Название темы занятия	Количество часов
1.1.	Вводное занятие «Клуб собирает друзей»	1
«Познай себя, познай другого».		
1.2.	Темперамент и характер. Четыре типа темперамента	1
1.3.	Мой темперамент. Я и мой характер. Базовые характеристики личности.	1
1.4.	Способности и их развитие.	1
1.5.	Как развить внимание и сделать его лучше?	1
1.6.	Как мы храним то, что знаем? Особенности памяти.	1
1.7.	Откуда берутся наши мысли?	1
1.8.	Плохо ли быть фантазером?	1
1.9.	Мечты и желания. В чем разница? Нужно ли мечтать?	1
1.10.	Эмоции, чувства. Саморегуляция.	1
1.11.	Моли страхи. Как с ними справиться?	1
1.12.	Разум и чувство. Как найти гармонию?	1
1.13.	Итоговое занятие по разделу «Познай себя, познай других»	1
Диалог-клуб «Кругозория»		
2.1.	Что такое диалог? Диалог с учителем. Диалог с партнером. Диалог с группой.	1
2.2.	Дискуссия и проблемное обсуждение	1
2.3.	Просмотр и обсуждение фильма	2
2.4.	Подготовка и проведение дискуссии на тему «белая ворона. Легко ли быть не таким как все?»	2
2.5.	Подготовка и проведение дискуссии «А если это любовь?» (по материалам из биографии И.С. Тургенева)	2
Лаборатория творческой мысли		
3.1.	Знакомство с понятием «творчество», «творческие способности»	1
3.2.	Развитие творческих способностей	1
3.3.	Подготовка и проведение тематического поэтического вечера на природе	1
3.4.	Встреча в районной библиотеке с вологодской поэтессой Марией Марковой	2
3.5.	«Таланты с нами рядом». Школьное поэтическое творчество	1
3.6.	Таинственный мир театра. За кулисами.	2
3.7.	Посещение Камерного театра г. Череповец	2
3.8.	Обсуждение просмотренного спектакля	2
3.9.	Итоговое занятие «Друзья» Прекрасен наш союз...!»	1

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение.

Литература для учителя:

1. 21 урок о лидерстве. - М.: АЮЛ, 1996.
2. Платонов К. Занимательная психология. - С.-Пб., 1997.
3. Чернышев А.С., Белянский Ю.В. и др. Программа молодёжных лидеров и социально-психологической помощи подросткам и юношам. – Курск, 1994.
4. Берклен-Ален М. Забытое искусство слушать. – СПб.: Питер Пресс, 1997. – 256с.
5. Валкер Д. Тренинг разрешения конфликтов. – Санкт-Петербург, 2001.
6. Мастеров Б.М. Психология саморазвития: психотехника риска и правила безопасности. – Рига – М., 1997.
7. Основы конструктивного общения. Хрестоматия. Составители: Т.Г. Григорьева, Т.П. Усольцева. – Новосибирск – Москва, 1997.
8. Соколова В.В. Культура речи, культура общения. – М., 1995.
9. Ханин М. Как правильно научиться красиво и правильно говорить. – Санкт-Петербург, 1997.
10. Цукерман Г. Психология саморазвития: задача для подростков и их педагогов. – Рига – М., 1997.