

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
г. Мурманск

средняя общеобразовательная школа № 31

**Утверждаю**  
Директор С.А. Багурина  
Приказ № 176/3-Б от 31 августа 2016 г.

**Рабочая программа по психологии**

**«Я+Ты=Мы, или Как работать в команде»**  
5 класс

уровень – основной общеобразовательный

Количество часов по учебному плану 34

Часов в неделю - 1

Программу разработала: Рябкова А.А.  
Педагог – психолог МБОУ СОШ № 31

Программа рассмотрена на заседании  
МО классных руководителей  
МБОУ СОШ № 31  
Протокол № 1 от 31 августа 2016 г.  
Рук. МО Щастная О. А.

Программа рассмотрена на методическом  
совете МБОУ СОШ № 31  
Протокол №1 от 31 августа 2016 г.

**Мурманск**  
**2016 г.**

## Пояснительная записка

Работа в группах является одной из признанных форм повышения эффективности учебной и познавательной деятельности. В то же время организация групповой работы требует особых умений, как от педагога, так и от учащихся. Для этого необходимо, чтобы ученики были знакомы с основами продуктивного взаимодействия, умели правильно вести себя при возникающих конфликтах, быть готовыми разделить ответственность за результат коллективного труда – как при успехе, так и при неудаче.

Программа предназначена для учащихся 5 классов, при этом важно отметить, что с точки зрения психолога – педагогических особенностей возраста, эта работа приобретает особое значение для учащихся, так как помогает им определить свое место в коллективе, самоопределиваться в отношениях со сверстниками.

Среда сверстников является одной из наиболее важных областей социального поведения подростков. Общение со сверстниками необходимо формирующейся личности для развития коммуникативных навыков и самосознания. Опыт общения, приобретённый в подростковом возрасте, играет важную роль при вступлении во взрослую жизнь. Общаясь, подростки отрабатывают навыки социального взаимодействия.

Общение даёт подростку возможность пережить эмоциональный контакт с группой, чувство солидарности, групповой принадлежности, взаимной поддержки. А это приводит к переживанию подростком не только чувства автономии от взрослых, но и чувства устойчивости и эмоционального комфорта.

Подростковый коллектив – это своеобразный социальный “полигон”, на котором отрабатываются и усваиваются мужские и женские роли, устанавливаются более зрелые отношения со сверстниками, формируется социально ответственное поведение. В группах подростками отрабатывается также и умение разрешать конфликтные ситуации. В основном, конфликты с ровесниками являются проявлением борьбы. У мальчиков за лидерство, за успехи в физической или интеллектуальной областях или за чью-то дружбу, а у девочек – за представителя противоположного пола.

Всё вышесказанное говорит о важности и необходимости оказания своевременной помощи в развитии навыков общения и группового взаимодействия со стороны взрослых – родителей, педагогов, психологов.

**Цель программы:** формирование навыков группового взаимодействия как составляющих коммуникативной компетентности учащихся.

### **Задачи программы:**

1. Учить согласовывать процедуры совместного действия;
2. Содействовать в получении опыта выполнения различных ролей в команде;
3. Содействовать в получении опыта распределения зон ответственности за коллективный продукт;
4. Учить продуктивно разрешать конфликтные ситуации;
5. Воспитывать толерантное отношение к окружающим;
6. Формировать ценностное отношение к собственному психологическому здоровью.

Программа состоит из **3 блоков**: «Команда: понятие, правила поведения, командные роли», «Конфликтное и бесконфликтное общение в команде», «Продуктивное групповое взаимодействие». Всего 34 занятия. Время проведения одного занятия – 40 минут (может включать теоретическую часть продолжительностью не более 10 минут). При соблюдении режима проведения – 1 занятие в неделю.

Учитывая возрастные особенности учащихся 5 классов, их стремление к индивидуализации и рефлексии, для проведения занятий целесообразно деление класса на подгруппы. Это повышает эффективность занятия, т.к. дает больше возможности для осуществления индивидуального подхода и диалогизации образовательного процесса, доверительности общения, что снижает тревожность

подростка и способствует его самораскрытию. Основные формы проведения занятий: беседа, лекция с элементами беседы, игры, тестирование, практикум, тренинг. Применяемые методы работы на занятиях: мозговой штурм, групповая дискуссия, ролевая игра, игровые коммуникативные упражнения, просмотр видеороликов с последующим анализом.

Занятия имеют определенную структуру: каждое занятие начинается с разминки или приветствия - это короткое, динамичное упражнение, задача которого повысить энергию группы, создать благоприятную атмосферу. Затем следует презентация темы, то есть краткое объяснение того, о чем пойдет речь на занятии и почему это важно. Задача презентации - заинтересовать учащихся. После этого происходит информирование - сообщение необходимых сведений, которые обязательно должны проигрываться и подкрепляться, что и происходит в содержательной части. Завершается занятие рефлексией.

**Описание условий для реализации программы.** Работа на занятиях организуется за партами в классе, но при изучении отдельных тем, где требуется работа в режиме тренинга, занятие проводится в круге, сидя на стульях, учащиеся на каждом уроке ведут записи в тетрадях. Для видеоуроков используются компьютер, проектор.

#### **Прогнозируемые результаты обучения:**

1. Учащиеся получают представление о:

- основных ролях участников группового взаимодействия;
- процедурах групповой работы;
- основных причинах возникновения конфликта и способах продуктивного выхода из него.

2. Учащиеся получают опыт:

- выполнения различных ролей в команде;
- участия в переговорном процессе, в процедурах согласования;
- различного поведения в конфликтной ситуации;
- распределения зон ответственности за коллективный продукт.

3. Учащиеся научатся:

- согласовывать процедуры совместных действий;
- обращаться за помощью в сложных ситуациях группового взаимодействия;
- действовать для достижения консенсуса при конфликте интересов.

## Учебно-тематический план

**Цель:** формирование навыков группового взаимодействия как составляющих коммуникативной компетентности учащихся.

**Категория обучающихся:** учащиеся 5 классов.

**Срок обучения (количество часов):**

**Режим занятий:** 1 занятие в неделю.

№ п/п	Наименование темы	Всего часов
1	Внутренний мир человека и возможности его познания. Цели и задачи курса. Формирование позиции взаимодействия на занятиях.	1
2	Культура общения и жизненного самоопределения.	1
3	Образ «Я» и самооценка.	1
4	Секреты уверенности в себе.	1
5	Роль и методы рефлексии. Нравственные основы жизнедеятельности.	1
6	Умение слушать.	1
7	Взаимопомощь в классе.	1
8	Резервы развития и саморазвития.	1
9 - 10	Межличностное взаимодействие. Виды общения.	2
11	Психологические защитные механизмы в общении.	1
12	Что такое команда?	1
13 – 14	Кто со мной, или роли участников группового взаимодействия	2
15	Конфликты в нашей жизни.	1
16	Понятие о конфликте.	1
17	Оценка личностного потенциала участников конфликтов: роль самооценки.	1
18	Оценка личностного потенциала участников конфликтов: владение эмоциями.	1
19	Человек в конфликте.	1
20	Поведение в конфликте.	1
21 – 22	Стратегии поведения в конфликте.	2
23	Искусство переговоров.	1
24	Барьеры общения.	1
25	Ищу друга: преодоление барьеров общения.	1
26	За и против: искусство разрешения конфликта.	1
27	Сотрудничество как одна из форм эффективного взаимодействия.	1
28	Как работать вместе: способы группового взаимодействия.	1
29	Развитие группового единства.	1
30	Я имею право чувствовать и выражать свои чувства.	1
31	Навыки эмпатии, умение слушать партнера.	1
32	Доверие в группе.	1
33	Я – концепция подростка.	1
34	Подведение итогов.	1
<b>Итого:</b>		<b>34</b>