

ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ ОКТЯБРЬСКОГО РАЙОНА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ « ЦЕНТР ПСИХОЛОГО –
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ ОКТЯБРЬСКОГО
РАЙОНА»

Принята на заседании
Педагогического совета
от «01» 01 2025 г.
Протокол № 1

Утверждаю
Директор МБУ «ЦППМСП
Октябрьского района»
Каменцева Е.С.
«01» 01 2025 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Я УЧУСЬ ОБЩАТЬСЯ»
НАПРАВЛЕННОСТЬ: КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩАЯ**

Категория обучающихся: младшие школьники
Возраст обучающихся: 8-11 лет
Срок реализации: 5 месяцев

Составитель (разработчик): Русинова Е.В. ;
педагог-психолог
МБУ «ЦППМСП Октябрьского района»

п. Каменоломни

2025 год

Оглавление

Аннотация.....	3
Пояснительная записка	4-7
Учебно-тематический план	8
Библиографический список.....	9

Аннотация

Программа «Я учусь общаться» является дополнительной общеобразовательной общеразвивающей социально-гуманитарной программой, направлена на создание основы для гармоничного общения детей как друг с другом, так родителями и другими окружающими их людьми. Посредством формирования психологических знаний, повышение уровня психологической осведомленности и психологической компетентности детей, а также отработки полученных навыков на практике, посредством упражнений.

Актуальность программы заключается в том, что проблема общения традиционно находится в центре внимания отечественных социальных психологов в связи с ее значимостью во всех сферах жизнедеятельности человека и социальных групп. Общение всегда было значимым в жизни человека и его личностном развитии. Человек без общения не может жить среди людей, развиваться и творить.

Программа «Я учусь общаться» ориентирована на личностно-развивающий и познавательный характер взаимодействия между детьми. Данная программа опирается на научно-методологические взгляды Д.Б. Эльконина, А.В. Запорожец, которые представляют детское развитие.

Для реализации программы планируется использовать технологии: интерактивная доска, флип-чарт, мультимедийный проектор, компьютерное оборудование, портативная акустическая колонка с разъемом для флешки. А также здоровьесберегающие технологии (гимнастика для глаз; гимнастика дыхательная; гимнастика пальчиковая; подвижные игры; динамическая пауза; коррекционные технологии (технологии музыкального воздействия; сказкотерапия; цветотерапия; арт-терапия; психогимнастика).

Программа рассчитана на 18 занятий. Её целевой аудиторией являются дети младшего школьного возраста. Её реализация будет осуществляться в ЦППМСП. Количество участников: 8-12 человек. Группа будет открытая.

С целью оценки эффективности психологической помощи до и после реализации программы, с детьми будет проведено психологическое исследование, посредством теста Уилсона «Дерево с человечками», на исследование эмоционального состояния детей на период обучения, и диагностика развития общения со сверстниками (Орлова И.А., Холмогорова В.М.) с целью выявления уровня сформированности коммуникативных навыков: интерес к сверстникам, чувствительность к воздействиям, инициативности ребенка в общении, просоциальные действия, сопереживание и средства общения.

Пояснительная записка

В структуре межличностного общения выделяют основное содержание общения, а именно: передачу информации, взаимодействие, познание людьми друг друга. Передача информации рассматривается как коммуникативный аспект общения; взаимодействие как интерактивный аспект общения; понимание и познание людьми друг друга. Поэтому детям важно уметь общаться, грамотно доносить свои мысли, что бы их могли понять.

Актуальностью для написания программы послужило увеличение обращений в центр родителей детей с нарушениями в общении: недоверчивость, неубедительная речь, низкий уровень эмпатии, непонимание поведения окружающих и многое другое.

Реализация программы «Я учусь общаться», позволит детям с низким уровнем коммуникативных навыков обучиться приемам саморегуляции, научиться понимать себя и других, что, в конечном счете, повысит уровень жизни ребенка и качество взаимодействия ребенка с другими.

Цель программы: повышение уровня коммуникативной компетентности у детей младшего школьного возраста.

Задачи программы:

- расширение возможностей установления контакта в различных ситуациях общения;
- улучшение уровня коммуникации; отработка навыков понимания других людей, себя, а также взаимоотношений между людьми;
- овладение навыками эффективного слушания;
- развитие речи: способность говорить точно, кратко, по существу;
- умение принимать и в конструктивной форме давать обратную связь;
- закрепление новых стереотипов межличностного поведения учащихся;
- развитие чувства «мы», группового единства; закрепление навыков взаимодействия в команде.

Участники программы (целевая аудитория): дети младшего школьного возраста.

Оптимальное количество участников: группе 8-12 человек.

Программа «Я учусь общаться» построена на основании научных и методологических взглядов Д.Б. Эльконина, А.В. Запорожец, которые представляют детское развитие.

Структура и содержание программы. Программа состоит из четырёх блоков: теоретический, практический, коммуникативно-интерактивный, рефлексия и включает в себя 18 занятий.

1. *Теоретическая часть* – проводится в форме живого диалога, дети в доступной форме получают информацию по теме занятия, задают вопросы, формулируют проблемы, активно участвуют в обсуждении.

2. *Практическая часть* – предполагает реализацию (или хотя бы «репетицию» реализации) приёмов, подходов, методов, способствующих разрешению обозначенных проблем.

3. *Коммуникативная, интерактивная часть* – подразумевает обязательное взаимодействие всех участников в различных специально созданных ситуациях (игровых, тренинговых).

4. *Обратная связь* – момент рефлексии, тот этап, на котором все участники могут проанализировать полученную информацию и впечатления, поделиться своими мыслями и ощущениями. На этапе «обратной связи» дети могут получить небольшое «домашнее задание» по теме заседания, буклеты, распечатки с рекомендациями, заданиями и тому подобные практические материалы, чтобы использовать их в процессе дальнейшей жизни.

Также в процессе реализации программы используются: технологии коучинга, дискуссия, метод «мозгового штурма», рефлексия и др. Их применение обусловлено желанием «оживить» детей, то есть превратить их из пассивных слушателей в активных участников, заинтересованных в самостоятельном поиске решения собственных проблем.

В качестве диагностического инструментария выступают тест Уилсона «Дерево с человечками» и диагностика развития общения со сверстниками (Орлова И.А., Холмогорова В.М.).

Гарантия прав участников программы обеспечивается посредством соблюдения основных принципов реализации программы:

1. Принцип равенства – подразумевает, что все участники имеют равные права.

2. Принцип эмпатии – означает, что каждый участник имеет право на психологическую поддержку со стороны педагога–психолога.

3. Принцип фасилитации – каждый участник имеет право на оказание ему своевременной квалифицированной помощи педагога–психолога.

4. Принцип конфиденциальности – предполагает, что каждый участник имеет право на неразглашение своей личной информации за пределами психологического центра.

5. Принцип добровольного участия – означает, что каждый участник имеет право отказаться от участия в том или ином упражнении, занятии, не объясняя, при этом, причины отказа.

6. Принцип отсутствия экспертной оценки – высказывания участника в рамках тренинга не может быть подвергнуто критике, осуждению или другому виду оценки со стороны педагога–психолога и других участников.

7. Принцип деятельностного подхода – предполагает формирование у детей психологических знаний в процессе их самостоятельной и совместной деятельности.

8. Принцип комплексности методов и приёмов психологической поддержки – подразумевает, что дети получают психологическую поддержку посредством комплекса взаимосвязанных методов и приёмов в рамках объединения вокруг одной темы.

9. Принцип обратной связи – каждый участник имеет право высказать свою точку зрения по поводу актуальности темы, целесообразности предложенных педагогом-психологом методов и приёмов, а также качества оказания психологической помощи.

Ресурсы, необходимые для эффективной реализации программы:

Перечень учебных и методических материалов, необходимых для реализации программы:

- Разработки упражнений, бесед, дискуссий. Лекционный материал.
- Раздаточный материал: тест Уилсона «Дерево с человечками», диагностика развития общения со сверстниками (Орлова И.А., Холмогорова В.М.), бланки рефлексии, памятки, бланки с домашним заданием, арт-упражнения, практические ситуации.

Методы обучения на занятиях:

- имитационные и ролевые игры;
- психогимнастика;
- рисуночные методы;
- элементы групповой дискуссии;
- техники и приемы саморегуляции;
- метод направленного воображения.

Эти методы являются хорошим средством формирования у детей навыков эмоциональной регуляции поведения, навыков группового взаимодействия.

Сроки и этапы реализации программы. Курс занятий по программе рассчитан на 5 месяцев, 1 занятия в неделю по понедельникам. Продолжительность одного занятия – 1 час.

Ожидаемые результаты реализации программы:

- повышение уровня коммуникации, навыков понимания других людей, себя, а также взаимоотношений между людьми;
- установление контакта в различных ситуациях общения;
- овладение навыками взаимодействия в команде.

Система организации внутреннего контроля за реализацией программы:

- изучение эмоционального состояния детей посредством теста Уилсона «Дерево с человечками», до и после реализации программы (итоговый контроль);
- исследование уровня сформированности коммуникативных навыков: интереса к сверстникам, чувствительность к воздействиям, инициативности ребенка в общении, просоциальных действий, сопереживания и средств общения, с помощью диагностики «Развитие общения со сверстниками» (Орлова И.А., Холмогорова В.М.) (итоговый контроль);
- рефлексия до и после каждого занятия, наблюдение в процессе занятия (промежуточный контроль).

Критерии оценки достижения планируемых результатов.

Количественные характеристики:

- 85%-95% детей понимают себя, окружающих и их поведение;
- у 75%-80% детей повысится уровень эмоциональной регуляции поведения;
- 50%-60% детей повысят уровень эмпатии.

Данные критерии позволяют более точно определить, что включает в себя понятие «межличностное общение».

Достаточная осведомленность детей о границах других, конструктивных формах обратной связи, приемах эффективного слушания, понимании себя и других людей помогает более полно раскрыть понимание навыков коммуникативного взаимодействия.

Качественные характеристики:

- дети принимают активное участие в играх и упражнениях, испытывают позитивные эмоции от общения друг с другом, а также активны в стремлении самостоятельно найти конструктивные способы решения собственных психологических проблем, связанных с взаимодействием с другими людьми.

Учебно-тематический план

№ п.п.	Название темы	Всего часов	Из них		Форма контроля
			Лекции	Практ.	
1	Диагностический этап	2 часа	30 мин	1ч 30 мин	Диагностика
2	Практический этап	14 часов	6 часов	8 часов	Обратная связь
3	Заключительная диагностика	2 часа	30 мин	1ч 30 мин	Диагностика
	Итого:	18 часов	7 часов	11 часов	

Учебно-тематический план программы для младших школьников «Я учусь общаться»

№ п.п.	Название темы	Всего часов	Из них		Дата проведения
			Лекции	Практ.	
1	Знакомство с собой	1 ч	20 мин	40 мин	02.11.22
2	Кто «Я»	1 ч	20 мин	40 мин	09.11.22
3	Какой «Я»	1 ч	15 мин	45 мин	16.11.22
4	Приятно ли со мной общаться	1ч	20 мин	40 мин	23.11.22
5	Как наладить общение	1 ч	20 мин	40 мин	30.11.22
6	Такие разные настроения	1 ч	15 мин	45 мин	07.12.22
7	Как управлять своим настроением	1 ч	15 мин	45 мин	14.12.22
8	Формирование позитивного отношения к себе	1 ч	20 мин	40 мин	21.12.22
9	Ищем выход из трудных ситуаций	1 ч	20 мин	40 мин	28.12.22
10	Изменение отношения к трудной ситуации	1 ч	15 мин	45 мин	11.01.23
11	Мысли могут управлять нашими поступками	1 ч	15 мин	45 мин	18.01.23
12	Мои поступки и поступки других людей	1 ч	15 мин	45 мин	25.01.23
13	Чем мы отличаемся друг от друга	1 ч	20 мин	40 мин	01.02.23
14	Коммуникативные качества личности	1 ч	20 мин	40 мин	08.02.23
15	Чаша доброты	1 ч	20 мин	40 мин	15.02.23
16	Способы саморегуляции	1 ч	20 мин	40 мин	01.03.23
17	Учимся управлять собой	1 ч	15 мин	45 мин	15.03.23
18	Подведение итогов	1 ч	15 мин	45 мин	22.03.23

Библиографический список.

1. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. – М., 1997.
2. Глухова Т.Г. Арт-терапия. Методические рекомендации. – Самара, 2001.
3. Данилова В.Л. Как стать собой. Психотехника индивидуальности. Пособие для самообразования. М.: - Интерпракс, 1994.
4. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем.; В 4-х томах. Т. 1. – М.: Генезис, 2000.
5. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе / Р.В. Овчарова. – М.: Сфера, 1996.
6. Клюева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: Академия развития, 1996.
7. Г.П. Звездина, Т.Н. Щербакова «Развитие навыков позитивного взаимоотношения с миром» / Под ред. С.Ф. Хлебуновой – г. Ростов-на-Дону, 2007.
8. Г.П. Беляева «Я принимаю мир» - / Под ред. С.Ф. Хлебуновой – г.Ростов-на-Дону, 2007.
9. Белопольская И.Л. и др. Азбука настроений. Развивающая эмоционально-коммуникативная игра для детей 4-10 лет / И.Л. Белопольская – М.: Когито-центр, 1994.
10. Чистякова Г.И. Психогимнастика. — М., 1990.
11. Н.П.Слободяник «Я учусь владеть собой» (КрюковаС.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвалюсь, и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие. – М: Генезис. 2002
12. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды / Под ред. В.В. Давыдова, В.П. Зинченко.- М., 1989.
13. Белинская Е. В. Программы Сказочные тренинги для дошкольников и школьников., г— СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008г.