

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №8» ГОРОДА ШАРЫПОВО**

---

Адрес: 662315, Россия, Красноярский край, город Шарыпово, 3-й микрорайон, д.32

Тел. 8 (39153) 3-07-72 E-mail: [maou8shkola32@mail.ru](mailto:maou8shkola32@mail.ru)

Согласовано:

Председатель МС \_\_\_\_\_

Протокол № 1 от 31.08.2018г.

Утверждена приказом № 213 от 31.08.2018г.

Директор МАОУ СОШ №8 г. Шарыпово

Т.Ю. Ботвинкина \_\_\_\_\_

**Рабочая программа**

курса внеурочной деятельности «Познай себя»

10-11 класс

Педагог-психолог  
Стрекаловская Галина Георгиевна

2017-2018

### **Пояснительная записка**

Настоящая рабочая программа по курсу внеурочной деятельности разработана на основе:

- Федерального государственного стандарта среднего общего образования;
- программы Л.П. Пономаренко, Р.В.Белоусовой «Психология успеха»
- основной образовательной программы среднего общего образования МАОУ СОШ № 8.

Преподавание курса психологии в средних общеобразовательных учреждениях представляется актуальной и важной задачей образования, получившего социальный заказ на подготовку подрастающего поколения к жизни в современном обществе. Именно личностные, психологические факторы выступают залогом успешной социализации и творческой реализации человека. Психологическая культура, толерантность, позитивное отношение, чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и самосовершенствованию, понимание мотивов, чувств и потребностей окружающих людей, умение строить отношения с окружающими – все это относится к необходимым компонентам успешной личности.

### **Цель и задачи курса**

**Цель:** создать условия для комплексного познания обучающихся самих себя в социуме, сформировать индивидуальный стиль поведения, развить основные коммуникативные качества личности, научить элементарным приемам психической саморегуляции и психологической помощи.

#### **Обучающие задачи:**

- познакомить обучающихся с теоретическими основами психологии;
- сформировать положительную «Я - концепцию»;
- сформировать социально-психологическую компетентность;
- сформировать навыки толерантного сознания и мышления старшеклассников;
- сформировать адекватные способы реагирования в ситуациях взаимодействия с окружающими людьми;
- сформировать способность к самопознанию, самосознанию, саморазвитию и самоутверждению;
- сформировать осознанный подход к принятию решения.

#### **Развивающие задачи:**

- развивать познавательную сферу обучающихся;
- развивать мотивационную сферу;
- развивать эмоционально – волевую сферу;
- развивать социально – коммуникативную сферу;
- развивать психофизические компоненты психики.

#### **Воспитывающие задачи:**

- воспитывать социально - психологическую культуру общения у старшеклассников;
- воспитывать толерантное отношение к личности другого человека;
- воспитывать интерес к самонаблюдению, самопознанию, самопрезентации.

- воспитывать позитивное мировоззрение.

Курс внеурочной деятельности «Познай себя» является модифицированной, относится к программам социальной направленности.

### **Место курса в учебном плане**

Курс внеурочной деятельности «Познай себя» предназначена для обучающихся 10-11 классов и рассчитана на 2 года обучения (69 учебных часов). Занятия проводятся 1 раз в неделю.

### **Планируемые результаты реализации программы внеурочной деятельности «Познай себя»**

#### **10 класс**

Личностные:

- сформирует положительную «Я-концепцию»;
- овладеет навыками социально-психологической компетентности;
- сформирует навыки толерантного сознания и мышления;
- сформирует способность к самопознанию, самосознанию, саморазвитию и самоутверждению;
- сформирует осознанный подход к ответственному принятию решения в ситуации выбора.
- познакомится с особенностями эмоционально-волевой сферы;
- овладеет навыками психической саморегуляции эмоционального состояния;
- расширит сферы самосознания и самопознания, саморазвития, самоопределения;
- расширит представления о собственной значимости и ценности, повысит уверенность в своих возможностях;
- приобретет опыт снижения эмоционально-психического напряжения;
- овладеет приемами рефлексивного развития личности;
- научиться управлять своим поведением, предвидеть результаты своих поступков, брать на себя ответственность;

Регулятивные:

- овладеет навыками целеполагания;
- овладеет навыками планирования;
- овладеет навыками прогнозирования;
- овладеет приемами волевой саморегуляции

Коммуникативные:

- овладеет навыками эффективного слушания, диалога, дискуссии;
- приобретет адекватные способы реагирования в ситуациях взаимодействия с окружающими людьми;
- овладеет приемами психологической диагностики особенностей личности.

#### **11 класс**

Личностные:

обогатит опыт приобретения навыков социально-психологической адаптации;

- овладеет приемами психологической диагностики особенностей личности;
- познакомится с особенностями личности с помощью психологической диагностики;
- сформирует стремление к личностному росту и самоопределению;
- сформирует осознанное стремление к здоровому образу жизни;
- сформирует стремление к активному творческому самовыражению, раскрытию и утверждению своей индивидуальности;
- овладеет профилактическими психологическими приемами и средствами;
- повысит уровень социально-психологической грамотности и культуры.

Регулятивные:

- оценивать собственные ресурсы необходимые для поставленной цели;

Коммуникативные:

- познакомится с особенностями социально-коммуникативной сферы;
- овладеет конструктивными приемами взаимодействия с окружающими людьми в проблемных ситуациях;
- приобретет навыки вербальных и невербальных способов самовыражения;
- освоит психологические техники позитивного настроя на будущее;
- овладеет навыками социально-коммуникативного взаимодействия в группе;

**Диагностика результативности освоения программы** осуществляется через использование разных форм и методов:

- социально-психологический тренинг;
- индивидуальную и групповую работу;
- социально-психологическую диагностику;
- коррекционно-развивающую работу.

### **Промежуточная аттестация**

Одним из наиболее важных принципов преподавания данного курса является создание атмосферы доверия, свободного обмена мнениями. Поэтому формализованная оценка знаний может применяться только при повторении пройденного теоретического материала или выполнении дополнительных заданий, подготовке рефератов, докладов. При ответах на проблемные вопросы, высказываниях во время дискуссий, выполнении тестов и упражнений применять систему оценок не следует. Преподаватель может лишь отметить активность учащихся, оригинальность ответов, высказать свое восхищение или недоумение в форме «Я-высказываний»

При завершении изучения раздела или логически связанных тем одно занятие (приуроченное к окончанию полугодия) посвящается контролю знаний.

**Формы подведения итогов реализации программы:**

- результаты социально-психологической диагностики особенностей личности;
- презентация результатов индивидуальной и групповой деятельности учащихся (коллаж, проект, схема, плакат, рисунок);

- сочинения, психологические игры).

## Содержание курса 10 класс

### Раздел 1. Самопознание личности( 9 часов)

#### Занятие №1. Знакомство (занятие с элементами тренинга)

**Цель занятия:** Развитие чувства принадлежности к группе; сближение друг с другом;  
Формирование единого рабочего пространства и выработка правил поведения в группе на протяжении всех занятий

#### Занятие № 2. Вводное занятие «Что такое самопознание?» Нужно ли учиться познавать себя?»

##### Цели занятия:

- Знакомство учащихся с понятием «самопознание»;
- Погружение учащихся в свой внутренний мир и ориентация в нём;
- Формирование желания на активное участие в занятиях.

#### Занятие № 3 -4. «Кто я? Какой я?»

##### Цели занятия:

- Создание условий для формирования у учащихся положительного отношения к себе, принятия себя; развития толерантности к себе и другим;
- Стимулирование интереса к самому себе, формирование собственной культуры самопознания;
- Содействие расширению самосознания старшеклассников.

#### Занятие №5. «Навыки самораскрытия. Самопрезентация. Представление о себе». Тренинг.

**Цель:** знакомство с технологиями развития навыков самопрезентации.

#### Занятие №6. «Развиваем навыки самопознания. Тесты, как один из способов, помогающих познать себя».

**Цель:** исследование личностных качеств и самооценки старшеклассников.

#### Занятие №7. «Я в мире людей. Люди, которые рядом».

**Цель:** формирование и развитие установки на самопознание и саморазвитие, развитие личностно-значимых качеств.

##### Задача:

- осознание того, как тебя видят другие;
- отработка навыков сотрудничества и формирование умения нравиться, сопереживать;
- формирование адекватной самооценки.

#### Занятие №8. Психологический тренинг «Я познаю себя, я познаю других, я сам изменяюсь»

**Цель:** Активизация процесса рефлексии; Дальнейшее самораскрытие, самопознание, прояснение «Я-концепции».

#### Занятие №9. «Встреча с самим собой». Рефлексия.

**Цель:** самоанализ; развить рефлексия как процесс познания и понимания старшеклассником самого себя; создать условия для раскрытия творческого потенциала;

### 2раздел. Саморазвитие личности.( 7 часов)

### **Занятие №10. «Мои жизненные интересы и пути их реализации. Самореализация. Интерес.**

**Цель:** формирование жизненных приоритетов, стремления к саморазвитию.

**Задачи:**

1. расширить понятийный аппарат, что позволит более четко определить ценности, на которых строиться жизнь.
2. продолжить формирование чувства самодостаточности и стремление к самосовершенствованию;
3. продолжить работу над формированием чувства ответственности через осознание «я делаю свою жизнь сам»;
4. продолжить работу над формированием коммуникативных и обще предметных навыков, а именно: умение слушать, вести диалог,

аргументировать свой ответ, анализировать, обобщать, делать выводы, рефлексировать.

### **Занятие №11. «Роль волевых качеств характера человека в его жизни»**

**Цель:** Дать учащимся возможность понять необходимость определения для себя жизненных целей. Обратить внимание учащихся на необходимость тренировать свою волю.

**Задачи:**

Научить учащихся анализировать свои возможности. Способствовать развитию желания работать над собой. Воспитывать интерес к самому себе, формировать собственную культуру самопознания, саморазвития, самовоспитания.

### **Занятие №12. «Как научиться жить в оптимальном режиме?».**

**Цель:** помочь в понимании того, как важно человеку уметь рационально использовать свое время.

**Задачи:**

- Помочь детям в осознании того, что основную часть времени нужно тратить на жизненные ценности.
- Воспитывать уважительное отношение к своему и чужому времени.
- Развивать в обучающихся открытость, умение говорить на аудиторию; умение анализировать себя и других.

### **Занятие №13. Можно ли научиться управлять собой?**

**Цель:** создание условий для формирования нравственных основ взаимоотношения между людьми, умение владеть собой в различных стрессовых ситуациях; составление практических советов, правил, которые помогут не конфликтовать по мелочам и уметь слышать и понимать другого человека.

### **Занятие №14. «Отрицательное и положительное самовнушение».**

**Цель:** обучение методам эмоциональной саморегуляции

### **Занятие №15. «Мои сильные стороны»**

**Цель:** создание условий для поиска своих сильных сторон

### **Занятие №16. Защита творческих идей и проектов по теме «Саморазвитие»**

**Темы проекта:**

1. Использование средств массовой информации для формирования интереса к самосовершенствованию.
2. Режим дня старшеклассника. Собственные методы и приемы, способствующие формированию культуры соблюдения режима дня.

3. Компьютерные игры и их влияние на саморазвитие обучающегося.
4. Примеры самовнушения и саморазвития в жизни великих людей мира.
5. Фактор времени и его влияние на саморазвитие старшеклассника.
6. Отрицательное самовнушение и его влияние на жизнь человека.
7. Методы и приемы формирования волевых качеств личности (на примере автора проекта).

### **3 Раздел. Самовоспитание личности.( 5 часов)**

#### **Занятие № 17. «Сущность самовоспитания. Самовоспитание и достижение жизненных целей»**

**Цель:** определение понятия «самовоспитания»; влияния самовоспитания на достижение жизненных целей.

#### **Занятие №18. «Самовоспитание и достижение жизненных целей». Тренинг**

**Цель:** Дать возможность обучающимся самим выяснить сущность и значение самовоспитания в жизни человека; стимулировать их собственный интерес к самовоспитанию.

#### **Занятие №19. «Направленность человеческой личности»**

**Цель:** актуализировать процесс социального самоопределения; способствовать осмыслению своей жизни в настоящем и будущем, ценностей жизни, предназначение человека.

#### **Занятие №20. «Самооценка и ее роль в самовоспитании». Тренинг.**

**Цель:** углубление процесса самопознания, самораскрытия; получение позитивной обратной связи для укрепления самооценки; познание себя при помощи группы; формирование навыков рефлексивной деятельности.

#### **Занятие №21. «Я в ситуации выбора»**

**Цель:** формирование самосознания подростка, личностный рост.

**Задачи:** развитие навыка уверенного поведения, ответственности за свои поступки; развитие коммуникативных навыков

### **4 раздел. Нравственность и самовоспитание(6 часов)**

#### **Занятие №22. «Я и мои ценности»**

**Цель:** осознание собственных жизненных ценностей; повышение уровня коммуникативной компетенции; формирование умения сотрудничать; сплочение коллектива.

#### **Занятие №23. «Мой жизненный ориентир. Компания и я»**

**Цель:** показать, какую ответственность люди несут друг перед другом; воспитывать чувство ответственности за свои поступки, формировать стойкую нравственную позицию.

#### **Занятие №24. «Помощь твоей семье в преодолении жизненных трудностей»**

**Цель:** подготовить обучающихся к осознанию и пониманию сложности мира взрослых; изменить отношение к своему дому, своей роли в семье, открыть для себя значение семьи в жизни человека.

### **Занятие №25. «Одиночество»**

**Цель:** обсудить проблемы одиночества. Выяснить причины одиночества и способы преодоления чувства одиночества.

### **Занятие №26. «Мужество и трусость человека. Каковы их последствия?»**

**Цель:** развивать умение правильно оценивать себя и других, формировать навыки критического анализа жизненных ситуаций, опыт нравственных взаимоотношений в коллективе, развивать умение высказывать и отстаивать свои взгляды.

### **Занятие №27. Дискуссионный клуб**

**Вопросы для обсуждения:**

- может ли человек прожить жизнь, не испытывая трудностей?
- интересной ли будет жизнь человека, если он будет лишен трудностей?
- каких трудностей не хотелось бы иметь на своем жизненном пути?
- как нужно принимать трудности, которые встречаются на пути?
- можно ли избежать жизненных трудностей?
- как можно помочь себе и другим в трудных жизненных ситуациях?

## **Браздел. На пороге взросления.( 8 часов)**

### **Занятие №28. Психологические особенности развития. Юность»**

**Цель:** познакомить старшеклассников с особенностями раннего юношеского возраста.

### **Занятие № 29. «Эмоции и чувства»**

**Цель:** расширение знаний старшеклассников об эмоциональной сфере, особенностях переживания и проявления эмоций.

**Задачи:**

- информирование о видах и функциях эмоций, особенностях их проявления и переживания;
- создание условий для развития способности к осознанию старшеклассниками собственного мира эмоций и чувств;
- создание условий, для развития способности обучающихся понимать эмоциональные состояния других людей и умения выразить свое состояние.

### **Занятие № 30. «Дружба»**

**Цель:** выявить личностное и социальное значение категории дружба как высшего из человеческих чувств.

**Задачи:**

- воспитать уважительное отношение к окружающим людям, устремление к взаимопомощи;
- сформировать такие качества, как умение дружить и ценить дружбу;
- сплотить коллектив класса и помочь установить более дружеские отношения;

### **Занятие №31. «Любовь. Экология любви»**



**Цель:** формирование нравственной культуры старшеклассников; понимание значения чистой настоящей любви для каждого молодого человека.

**Задачи:**

- рассмотреть этапы формирования любви как истинного чувства;
- сформировать правильное представление о взаимоотношениях влюбленных;
- изучить особенности юношеской любви;
- раскрыть на примерах произведений классической литературы истинно прекрасные человеческие отношения;
- воспитывать бережное отношение к глубокому чувству любви.

**Занятие 32. «Тренинг целеполагания и построения жизненной перспективы»**

**Цель тренинга:** овладение навыком постановки целей, развитие компетенции целеполагания, рост уровня самоактуализации и осмысленности жизни участниками тренинга.

**Занятие 33. «Профессиональное самоопределение». Тренинг.**

**Цель:** помочь подросткам найти смысл своей жизни и оказание помощи в профессиональном самоопределении.

**Занятие 34. «Препятствия и ресурсы в профессиональном саморазвитии». Тренинг.**

**Цель:** осознать препятствия на пути профессионального саморазвития; выявить внутренние ресурсы участников для их преодоления.

**Занятие №35. Круглый стол «Дороги, которые мы выбираем»**

**Цель:** помочь учащимся в выборе будущей профессии.

**Задачи:** скорректировать профессиональные предпочтения учащихся; показать, какие профессии являются перспективными в современном обществе.

**Календарно-тематическое планирование 10 класс**

№	Название темы	Количество часов		
		всего	теория	практика
	1 раздел. Самопознание личности			
1	Знакомство.	1		1
2	Что такое самопознание? Нужно ли человеку учиться познавать себя?	1	0,5	0,5
3-4	Кто Я? Какой Я?	2	1	1
5	Навыки самораскрытия. Самопрезентация. Представление себя.	1		1
6	Развиваем навыки самопознания. Тесты, как один	1		1

	из способов, помогающий познать себя.			
7	Я в мире людей. Люди, которые рядом.	1	-	1
8	Психологический тренинг Я познаю себя, я познаю других, я сам (а) изменяюсь.	1	-	1
9	Встреча с самим собой. Рефлексия	1		1
<b>2 раздел. Саморазвитие личности</b>				
10	Мои жизненные интересы и пути их реализации. Самореализация. Интерес.	1	0,5	0,5
11	Роль волевых качеств характера человека в его жизни	1	0,5	0,5
12	Как научиться жить в оптимальном режиме?	1	-	1
13	Можно ли научиться управлять собой?	1	0,5	0,5
14	Отрицательное и положительное самовнушение	1	-	1
15	Мои сильные стороны	1		1
16	Защита творческих идей и проектов по теме «Саморазвитие»	1		1
<b>3 раздел. Самовоспитание личности</b>				
17	Сущность самовоспитания. Самовоспитание и достижение жизненных целей.	1	0,5	0,5
18	Самовоспитание и достижение жизненных целей.	1		1
19	Направленность человеческой личности	1	0,5	0,5
20	Самооценка и ее роль в самовоспитании	1	0,5	0,5
21	Я в ситуации выбора	1		1
<b>4 раздел. Нравственность и самовоспитание</b>				
22	Я и мои ценности	1		1
23	Мой жизненный ориентир. Компания и я.	1	0,5	0,5
24	Помощь твоей семье в преодолении жизненных трудностей	1	0,5	0,5
25	Одиночество	1	0,5	0,5
26	Мужество и трусость человека. Каковы их последствия?	1	0,5	0,5
27	Дискуссионный клуб	1		1
<b>5 раздел. На пороге взросления</b>				
28	Психологические особенности развития. Юность	1	1	

29	Эмоции и чувства	1	0,5	0,5
30	Дружба	1	0,5	0,5
31	Любовь. Экология любви	1	1	
32	«Тренинг Целеполагания и построения жизненной перспективы»			
33	Профессиональное самоопределение. Тренинг	1		1
34	«Препятствия и ресурсы в профессиональном саморазвитии». Тренинг	1		1
35	Урок-практикум «Дороги, которые мы выбираем»	1		1
	Итого	35	9,5	25,5

### Содержание курса 11 класс

#### Раздел I. Структура, функции и средства общения(9 часов)

##### Занятие № 1. Общение. Структура и средства общения.

**Цель:** познакомить обучающихся с задачами курса «Психология общения», раскрыть значение понятия «общения», рассмотреть структуру и средства общения.

##### Занятие № 2 - 3. Невербальные средства общения.

**Цель:** познакомить обучающихся с понятием «невербальное общение», раскрыть приемы невербальной коммуникации, развить навыки интерпретации невербальных сигналов в общении, идентификации эмоциональных состояний людей по невербальным проявлениям в поведении.

##### Занятие № 4. Речевые средства общения.

**Цель:** раскрыть значение интонации в общении, развить навыки распознавания эмоционального состояния людей по интонации, а также навыки использования в общении различных речевых средств.

##### Занятие № 5. Позиции в общении.

**Цель:** познакомить обучающихся с основами теории Э.Берна об эго-состояниях личности; рассмотреть особенности каждого из эго-состояний личности; углубить самопонимание путем определения собственного доминирующего эго-состояния; раскрыть преимущества и недостатки разных позиций в общении.

##### Занятие № 6. Стили Общения.

**Цель:** познакомить обучающихся с разными типами стилей общения, дать представление об особенностях наиболее эффективных в общении стилей; изучить правила этикета.

##### Занятие № 7. Манипулирование.

**Цель:** раскрыть один из видов неконструктивного общения – манипулирование; проанализировать его проявления в поведении, причины, заставляющие людей использовать этот стиль, основные приемы манипуляции; развить навыки распознавания и противостояния манипулированию со стороны других людей.

**Занятие № 8. Урок – дискуссия «Что мешает открытому общению?»**

**Занятие № 9. Самоанализ**

## **Раздел 2. Условия и технологии эффективной коммуникации.( 8 часов)**

**Занятие № 10. Механизмы межличностного восприятия**

**Цель:** познакомить обучающихся с основными феноменами межличностного восприятия; эффектом ореола, ошибками атрибуции; проанализировать причины, ведущие к искажению информации в процессе восприятия людьми друг друга; развить способность более глубокого понимания влияния этих механизмов на процесс общения.

**Занятие № 11. Психологические защиты.**

**Цель:** дать обучающимся представление о механизмах психологических защит, изучить наиболее распространенные виды защит; развить навыки распознавания и анализа особенностей проявлений психологических защитных механизмов, их функций и роли в поведении человека.

**Занятие № 12 - 13. Барьеры в общении.**

**Цель:** дать обучающимся представление о барьерах в общении, разобрать основные психологические феномены, препятствующие эффективному общению, развить навыки преодоления барьеров в общении.

**Занятие № 14. Конструктивное общение. Контроль эмоций.**

**Цель:** проанализировать трудности и барьеры, возникающие в повседневном общении; рассмотреть приемы управления своими эмоциями; научиться конструктивно реагировать на негативные эмоции партнеров по общению; изложить правила конструктивного общения; развить у обучаемых способность к выработке собственных способов эффективной коммуникации.

**Занятие № 15. Активное и пассивное слушание.**

**Цель:** раскрыть важность умения слушать для эффективного общения; познакомить обучающихся с видами слушания, техниками активного слушания; развить навыки эмпатического слушания.

**Занятие № 16. Приемы расположения к себе. Самопрезентация.**

**Цель:** познакомить обучающихся с приемами расположения к себе собеседника; изучить функции и конструкции комплиментов и других знаков внимания; развить навыки использования знаков внимания, эффективной самопрезентации.

**Занятие № 17. Самоанализ. Рефлексия.**

## **Раздел 3. Конструктивное преодоление конфликтов.( 4 часа)**

**Занятие № 18. Конфликт. Стили разрешения конфликтов.**

**Цель:** познакомить обучающихся с понятием «конфликт»; дать представление о различных стилях разрешения конфликта; углубить самопонимание путем выявления своего собственного стиля, характерного для поведения в конфликте.

**Занятие № 19 - 20. Управление конфликтом.**

**Цель:** рассмотреть способы конструктивного поведения в конфликте, методы управления конфликтом, роль эмоций в динамике конфликта; развить навыки творческого разрешения конфликтных ситуаций.

**Занятие № 21. Самоанализ**

**Раздел 4. Психология семейных отношений.( 3 часа)**

**Занятие № 22. Психологические аспекты семейных отношений.**

**Цель:** рассмотреть некоторые из проблем, возникающих на ранних этапах существования семьи, проанализировать факторы, влияющие на стабильность брака; изучить некоторые методы конструктивного разрешения семейных конфликтов.

**Занятие № 23. Функции семьи. Стили семейного воспитания.**

**Цель:** познакомить обучающихся с функциями семьи, более детально остановиться на воспитательной функции; изучить стили гармоничного и негармоничного воспитания; дать представление о психологических проблемах родителей в семьях с негармоничным стилем воспитания; углубить понимание собственных ожиданий от брака.

**Занятие № 24. Интимные отношения.**

**Цель:** повысить уровень культуры обучающихся в сфере интимных отношений.

**Раздел 5. Психология малых групп и коллективов.( 5 часов)**

**Занятие № 25. Коллектив и личность.**

**Цель:** познакомить обучающихся с видами малых групп, с этапами формирования коллектива; дать представление о распределении ролей в коллективе.

**Занятие № 26. Лидерство.**

**Цель:** познакомить обучающихся с типами лидерства, стилями управления коллективом; дать представление о психологических качествах, необходимых лидеру; углубить понимание своих способностей к руководству людьми; развить навыки конструктивной презентации лидерских качеств.

**Занятие №27. Социально-психологические особенности взаимодействия людей в малой группе. Конформизм.**

**Цель:** познакомить обучающихся с понятием «групповые нормы», феноменом группового давления, понятием «конформизм», с причинами высокого уровня конформности; развить навыки отстаивания своей позиции в группе.

**Занятие № 28. Развитие навыков уверенного отказа.**

**Цель:** дать обучающимся рекомендации, направленные на развитие способности противостоять давлению сверстников, умения сказать «нет»; сформировать навыки уверенного отказа.

## **Занятие № 29. Самоотчет**

### **Раздел 6. Деловое общение.( 2 часа)**

#### **Занятие № 30. Деловая беседа.**

**Цель:** познакомить обучающихся с условиями и приемами эффективного ведения деловой беседы, фазами беседы; проанализировать различные тактики и стили ведения беседы; развить навыки правильного построения делового разговора, конструктивной критики.

#### **Занятие № 31. Психологические особенности публичного выступления.**

**Цель:** познакомить обучающихся с компонентами и различными стратегиями публичного выступления, развить навыки публичного выступления.

### **Раздел 7. Профориентация.( 3 часа)**

#### **Занятие № 32. Профессиональное самоопределение.**

**Цель:** формирование общей готовности к самоопределению, активизация проблемы выбора профессии; выявление профессиональных интересов и склонностей обучающихся.

#### **Занятие № 33. Проектирование профессионального жизненного пути.**

**Цель:** дать обучающимся представление об основах стратегии выбора профессии.

#### **Занятие № 34. Урок-практикум**

## **Календарно-тематическое планирование 11 класс**

№	Название темы	Кол-во часов		
		всего	теория	Практика
	<b>Раздел I. Структура, функции и средства общения</b>			
1	Общение. Структура и средства общения	1	0,5	0,5
2 - 3	Невербальные средства общения	2	1	1
4	Речевые средства общения	1	0,5	0,5
5	Позиции в общении	1	0,5	0,5

6	Стили общения	1	1	
7	Манипулирование	1	0,5	0,5
8	Урок-дискуссия «Что мешает открытому общению?»	1		1
9	Самоанализ	1		1
<b>Раздел II. Условия и технологии эффективной коммуникации</b>				
10	Механизмы межличностного восприятия	1	1	
11	Психологические защиты	1	1	
12-13	Барьеры в общении	2	1	1
14	Конструктивное общение. Контроль эмоций	1	0,5	0,5
15	Активное и пассивное слушание	1	0,5	0,5
16	Приемы расположения к себе. Самопрезентация	1	0,5	0,5
17	Самоанализ	1		1
<b>Раздел III. Конструктивное преодоление конфликтов</b>				
18	Конфликт. Стили разрешения конфликтов	1	0,5	0,5
19-20	Управление конфликтом	2	1	1
21	Самоанализ	1		1
<b>Раздел IV. Психология семейных отношений.</b>				
22	Психологические аспекты семейных отношений	1	0,5	0,5
23	Функции семьи. Стили семейного воспитания	1	0,5	0,5
24	Интимные отношения	1	1	
<b>Раздел V. Психология малых групп и коллективов.</b>				

25	Коллектив и личность	1	0,5	0,5
26	Лидерство	1	0,5	0,5
27	Социально-психологические особенности взаимодействия людей в малой группе. Конформизм	1		1
28	Развитие навыков уверенного отказа	1		1
29	<b>Самоотчет</b>	1		1
<b>Раздел VI. Деловое общение</b>				
30	Деловая беседа	1	1	1
31	Психологические особенности публичного выступления	1	0,5	0,5
<b>Раздел VI. Профориентация</b>				
32	Профессиональное самоопределение	1		1
33	Проектирование профессионального жизненного пути	1		0,5
34	Урок -практикум	1		1
	<b>Итого:</b>	34	14	20