

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение городского округа
Тольятти «Школа №80 имени Героя Социалистического Труда А.С. Мурысева» (МБУ
«Школа № 80»)**

Программа рассмотрена
на заседании МО классных
руководителей
Руководитель МО

_____/_____/_____
Затолюкина Т.В
Протокол № 1
от «27» 08. 2025г.

Согласовано
Зам. директора по УВР
_____/_____/_____
Рожкова Н.Р
«28» 08. 2025 г.

Утверждаю
Директор

Н.А.Кирсанова
«29» 08. 2025 г. пр. № 130/ОД

Рабочая программа внеурочной деятельности

«Общение на равных»

Уровень образования

Основное общее образование/ 5-7 классы

Аннотация

В настоящее время важнейшей целью современного отечественного образования является воспитание высоконравственного, творческого, компетентного гражданина России, принимающего судьбу своей страны как свою личную, осознающего ответственность за ее настоящее и будущее, укорененного в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации, подготовленного к жизненному самоопределению.

Духовно-нравственное развитие и воспитание учащихся являются первостепенной задачей современной образовательной системы и представляют собой важный компонент социального заказа для образования.

Безусловно, духовность и нравственность являются важнейшими, базисными характеристиками личности. Духовность определяется как устремленность личности к избранным целям, ценностная характеристика сознания. Нравственность представляет собой совокупность общих принципов поведения людей по отношению к друг другу и обществу. В сочетании они составляют основу личности, где духовность является основой нравственности.

Цель программы - расширение и углубление представлений обучающихся о ценностях и ценностных ориентациях в различных сферах жизни общества, формирование дискуссионной культуры в процессе совместного обсуждения со сверстниками и взрослыми актуальных проблем.

Отличительные особенности программы

Обсуждение различных нравственных, моральных, этических проблем в ходе занятий клуба позволяет направить ценностную ориентацию школьников, выработать у них собственное отношение к миру, сформировать их мировоззрение. Проблемный характер обсуждения, столкновение нескольких взглядов и подходов стимулирует школьника к самостоятельному решению мировоззренческих и нравственных проблем, к определению своих жизненных ценностей, к выработке субъектной позиции. Ведь именно в подростковом возрасте происходит активное формирование системы ценностных ориентаций, вырабатываются убеждения, которыми руководствуется личность при выборе поведения в течение жизни.

Характеристика обучающихся по программе

Главная потребность этого возраста – потребность в общении со сверстниками. Общение – это познание себя через других, поиск самого себя, внимание к своей внутренней жизни, самоутверждение личности.

В это время у подростка формируются навыки социального взаимодействия, то есть он учится подчиняться чужому мнению, но в это же время отстаивая свои права. Следствием чего становится проявление двух противоречий – принадлежность к группе сверстников и желание обособленности, то есть наличия своего индивидуального личного пространства.

Именно общение помогает в формировании человека как личности, дает ему возможность приобрести определённые черты характера, интересы, привычки, склонности, усвоить нормы и формы нравственного поведения, определить цели жизни и выбрать средства их реализовать.

Срок реализации программы: 5-7 классы, 1 раз в неделю 34 учебных часа.

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА;

Реализация предметных результатов программы внеурочной деятельности по курсу «Общение на равных» 5-7 классы должна обеспечить:

- формирование у детей навыков эффективной адаптации в группе, обществе; создание атмосферы психологической безопасности
- формирование у детей представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
- расширение универсальных учебных знаний детей о правилах здорового образа жизни, воспитание готовности соблюдать эти правила;
- формирование учебных умений оценивать себя (свое состояние, поступки, поведение) и других людей;
- формирование коммуникативных учебных представлений об особенностях своего характера, навыков управления своим поведением, эмоциональным состоянием;
- формирование учебных навыков противостоять негативному давлению со стороны окружающих.
- развитие социальной чувствительности;
- повышение самопонимания и понимания других;
- развитие эмпатии, способности к принятию себя и другого человека;

В результате освоения курса «Общение на равных» учащийся должен

Знать

- общественные нормы, устройство общества;
- социально одобряемых и неодобряемых форм поведения в обществе;
- правила общения с друзьями, родителями;
- способы общения, виды общения;
- основных моральных правил в общении с другими.
- отличие ссоры от спора;
- положительные качества человека: любовь к себе и другим, доброта, доверие, честность, справедливость, смелость, уважение, а также о проявлении негативных качеств и эмоций человека;
- об единстве человека и природы и позитивном влиянии природы на развитие человека;
- значимость сохранения здоровья; знать элементарные правила здорового образа жизни;

Уметь:

- ориентация в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей
 - адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач;
- ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
 - формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
 - соблюдать правила вежливости и красивых манер;

на практике применять методы самовоспитания и самоконтроля;

- проявлять тактичность и доброжелательность в общении;
- быть сострадательными к чужому горю;
- выражать свои мысли и впечатления;
- проявлять внимание и уважение к людям, уважение к самому себе, - поддерживать позитивные, дружеские взаимоотношения в группе, классе, дома, с незнакомыми людьми;
- делать осознанный выбор книг для чтения, оценивать собственное поведение через поступки литературных героев;
- воплотить свои этические знания в повседневном поведении, в привычках; осознавать себя гражданином Российской Федерации; понимать свою причастность к жизни страны, города, села, школы; понимать значимость служения обществу.

Личностные результаты

- формировать ценностное отношение к общению, взаимодействию;
- помочь детям осознать и раскрыть собственные достоинства, способности, достижения;
- подвести к осознанию: эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им.
- подвести к осознанию: толерантность как спокойное и терпимое восприятие чужих традиций, правил и норм поведения.
- усвоение моральных ценностей, как «семья», «друзья», «я — личность».
- усвоение моральных ценностей «мира взрослых».
- усвоение моральных ценностей «мои друзья, любовь».
- помочь учащимся осознать свои чувства в отношениях взросления.
- усвоение моральных ценностей «взросление».
- подвести к осознанию необходимости самосовершенствования на основе сравнений «Я» и хороший человек
- развитие умения видеть свои достоинства и недостатки.
- развивать мотивацию на дальнейшее самопознание и саморазвитие.

Метапредметные результаты:

Регулятивные и познавательные

- пробудить интерес к изучению своего внутреннего мира, изменению в своем физическом развитии и работоспособности;
- способствовать развитию у детей навыков рефлексии;
- создание атмосферы психологической безопасности;
- формирование учебно-познавательного интереса к новым областям знаний;
- понимание интересов разных сторон в конфликте, способствовать развитию навыков эффективного взаимодействия;
- развитие навыков невербального взаимодействия;
- формирование умения слушать и слышать другого, делать так, чтобы слышали тебя;
- показать значимость грамотной речи для правильного понимания друг друга в общении;
- раскрыть содержание понятий «спор» и «дискуссия»;
- развивать умение убеждать;
- показать важность использования аргументов в споре;
- способствовать получению опыта сотрудничества и конкуренции;

- помочь увидеть психологические различия людей и осознать важность наличия этих различий;
- содействовать осознанию своих отличий от других;
- формировать умение прекратить унижающие отношения, умение сказать «нет»;
- помочь учащимся осмыслить ценность дружеских отношений;
- развивать умение опираться на свои чувства: осознавать, что чувствуешь, принимать свои чувства, выражать их, не причиняя вреда себе и окружающим;
- развивать умение справляться с гневом и страхом;
- осознать свои особенности, сильные и слабые стороны, достоинства и недостатки;
- содействовать осознанию богатства и цельности собственного «Я» через ресурсы взаимодействия со сверстниками, взрослыми;
- формировать умение выбора взаимоотношений с другими;
- стимулировать интерес к самопознанию;
- содействовать осознанию полученного на занятиях опыта как актуального ресурса для решения развития своих возможностей;
- формировать позиции активного слушания, адекватной самооценки, показать значимость и развивать умение формулировать вопросы для правильного понимания собеседника;
- способствовать развитию умения сказать о своих чувствах;
- формировать умение общаться «снизу», «сверху», «на равных».

Коммуникативные

формирование навыков навыков общения;

- использование речевых средств для разрешения различных образовательных задач;
- осмысление и развитие своих коммуникативных способностей;
- формулирование собственного мнения и позиции;
- формирование позитивных установок по отношению друг к другу в ходе совместного;
- мотивирование учащихся на сотрудничество при взаимодействии и сотрудничестве в команде, ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- формирование группы и групповых правил;
- различать понятия «слушать» и «слышать», вникать в содержание ситуаций;
- формирование умения учитывать позиции других людей;
- закрепление правил доброжелательного и эффективного общения;
- договариваться и приходить к общему решению, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- развитие навыков оказания психологической поддержки;

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА, КУРСА 5 КЛАСС

Раздел 1 «Я среди людей» (5ч)

Тема 1.1.Я человек и умею говорить (1ч)

Определение своего эмоционального состояния, выход из него. Общение с людьми в любом эмоциональном состоянии. Общение без конфликтов. Развитие диалогической речи, умение корректно выражать своё мнение. Работа над дикцией, темпом, тоном.

Тема 1.2.Я человек и умею чувствовать.(1ч)

Элементарные умения определять чужое эмоциональное состояние. Внимание к настроению

эмоциональному состоянию других людей. Условия эффективности разговора. Закрепление правил речевого этикета, развитие артикуляционной моторики и дикции.

Тема 1.3. Я человек и умею думать (1ч)

Объективная оценка своих умений, успехов и достижений. Умение предвидеть последствия своего поступка, слов и высказываний, контролировать свою деятельность. Развитие логической последовательности при пересказе.

Тема 1.4. О правах и правилах (1ч)

Речевой такт и уважение к окружающим. Учиться слушать другого человека, внимательно выслушивать мнение не только взрослого, но и сверстников. Наличие разных мнений обогащает общение. У каждого есть право на своё мнение.

Тема 1.5. Кто прав? (1ч)

Сравнение своего отношения и отношения других к одним и тем же обстоятельствам. Находить решения простых этических ситуаций. Считаться с занятиями, играми других людей, не мешать и не вмешиваться.

Раздел 2 «Интересно жить вместе!» (4ч)

Тема 2.1. Мы работаем (1ч)

Отношение учащегося к трудовой деятельности, интерес к той или иной профессии, наличие потребности участвовать в трудовой деятельности. Инициатива и активность в совместных трудовых действиях. Проявление вежливости и доброжелательности.

Тема 2.2. Труд в сказках (1ч)

Эффективность коллективного труда, работа в коллективе. Совершенствование диалогической и монологической речи.

Тема 2.3. Мы играем (1ч)

Участие в совместных играх и занятиях со сверстниками, в разговоре, беседах. Закрепление правил общения со сверстниками.

Тема 2.4 Мы взрослые (1ч)

Наблюдение за трудовой деятельностью взрослых. Названия и трудовые действия некоторых профессий.

Раздел 3 «Секреты успешного общения» (6ч)

Тема 3.1. Другое мнение(2ч)

Оценка успехов сверстников, принятие мнения другого человека. Гуманное отношение и толерантность. Элементарное обоснование своего мнения и корректное его высказывание.

Тема 3.2. Чтобы стать человеком (2ч)

Уважение, чуткость, терпимость, личностных качеств, позволяющих общаться с людьми. Развитие творческой инициативы.

Тема 3.3. Дал слово (2ч)

Чувство ответственности и порядочности. Быть точным и обязательным

Раздел 4 «Речевой этикет» (6ч)

Тема 4.1. Культура речи (1ч)

Что такое культура речи. Чистота, точность, ясность, правильность речи. Правила речевого общения, умение пользоваться «волшебными» словами. Правила монологической и диалогической речи. Совершенствовать умение детей логично и связно излагать свои мысли. Развивать коммуникативные навыки.

Тема 4.2. Речь и поведение (1ч)

Использование слова в конфликтах. Формы обращения к разным людям. Сила улыбки. Роль дикции. Работа в парах, взаимоуважение.

Тема 4.3. Сила слова (1ч)

Показать силу слова и умение его применения. Словом можно убить. Слово может спасти.

Тема 4.4. Когда я ем (1ч)

Учить общению и поведению за столом. В гости ходят пообщаться, а не наедаться.

Тема 4.5. Молчать некрасиво (1ч)

Развивать умение поддерживать разговор во время обеда, находить общие темы для бесед. Как есть, чтобы можно было вести беседу.

Тема 4.6. Говорить обо всем (1ч)

Умение слушать, как способ поддержания беседы. Как правильно задать вопрос и ответить.

Раздел 5 «Искусство спора и диалога» (4ч)

Тема 5.1. Быль и небылицы (1ч)

Реальность и выдумка. Понятия «случай, история» и «вымысел, фантазия». Навыки речевого общения в модельной ситуации.

Тема 5.2. Так, да не так (1ч)

Правила гостевого этикета, тренироваться ведению непринуждённого разговора с использованием небылиц. Воспитывать навыки доброжелательного общения, уверенности в себе. Развивать интонационную выразительность, желание импровизировать речевые диалоги.

Тема 5.3. Небылица – небывальщина (1ч)

Обсуждение рассказа П.Бажова «Серебряное копытце». Реальность и выдумка в сказке.

Тема 5.4. Попробуй угадай (1ч)

Слушание русских потешек, выделение в них реальности и вымысла. Умение аргументировать, желание импровизировать речевые формы общения.

Раздел 6 «Развитие связной речи» (9ч)

Тема 6.1. Диалог и монолог (2ч)

Понятия «диалог, монолог». Развитие голосового аппарата (умение регулировать громкость, темп, логическое ударение). Правильное использование интонационных средств выразительности.

Тема 6.2. Монолог-описание (1ч)

Обучать описательному пересказу и умению соблюдать логическую последовательность при пересказе. Качественное совершенствование речи через работу с синонимами в словосочетаниях.

Тема 6.3. Монолог-рассуждение (1ч)

Закрепление монолога-рассуждения по данной модельной ситуации. Усвоение композиции и способов словесного оформления.

Тема 6.4. Монолог-поветствование (1ч)

Обучение выборочному пересказу, творческому рассказыванию. Обучение рассказу по вопросам (полные, развёрнутые ответы). Умение работать в парах.

Тема 6.5. Рассказ из личного опыта (2ч)

Обучение пересказу в лицах. Закрепление общения в паре или в диалоге с участием нескольких лиц

Тема 6.6. Коллективное пересказывание (2ч)

Творческий пересказ с изменением лица, пересказ по «цепочке».

СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА, КУРСА . 6 КЛАСС

Тема1. «Я — ты- группа» (4 ч)

Психологические основы организации совместного продуктивного творческого общения друг с другом; развитие и совершенствование навыков бесконфликтного общения; воспитание толерантности, уважительного отношения друг к другу. Основы психологической поддержки и безопасности.

Тема 2. «Мы- шестиклассники» (3ч)

Особенности возраста, интересы. Инициативность и пассивность, умение слушать и говорить. Умение следовать групповым правилам. Добиваться своих целей и интересов мирным путем. Взаимодействие в группе. Личные чувства. Умение противостоять негативному воздействию

окружающей среды. Отношение к вредным привычкам (курение, алкоголь, наркотики).

Тема 3. «Учимся общаться» (4ч)

Речь-средство для решения задач. Тонкости речевой культуры. Неречевое общение: жесты, мимика, взгляд, соблюдения дистанции. Разноводности конфликтов. Преодоление смущения, страха. Стереотипы. Толерантность и умение слушать. Значимость грамотной речи для правильного понимания друг друга в общении.

Тема 4. Конкуренция или сотрудничество?(4ч)

Понятия: «конкуренция», «сотрудничество», «эмпатия». Распознавание интересов разных сторон в конфликте, способствовать развитию навыков эффективного взаимодействия. Развитие навыков невербального взаимодействия. Содержание понятий «спор» и «дискуссия». Аргументы и позиция. Наши чувства в конфликте, стратегия поведения в конфликтных ситуациях.

Тема 5. «Другие». Проблемы подростковой толерантности. (4ч)

Толерантное отношение к другому мнению в ситуации совместного принятия группового решения. Противостояния против вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики). Навыки сотрудничества в команде. Моральные ценности, как «семья», «друзья», «я — личность».

Тема 6. «Мои друзья» (4ч)

Доверие – недоверие в дружбе. Ценность дружеских отношений. Разобраться в понятиях : «ревность», «зависть», «взаимопонимание». Осознание сходства людей и важность этого. Психологические особенности людей. Моральные ценностей «мои друзья», «любовь». «Треугольники» - появление третьего в парных отношениях. Умение сказать «нет».

Тема7. «Я – взрослый?» (3ч)

Ценности и трудности мира взрослых, в чем я уже взрослый, а в чем – еще нет? Усвоение моральных ценностей «мира взрослых». Умение брать ответственность и снимать ее, если невозможно нести. Цель и умение довести до конца задуманное дело. Проблемы выбора и умение его сделать. Ценность человеческих взаимоотношений. Сталкивание интересов, сотрудничество.

Тема 8. «Наши сильные чувства» (4ч)

Чувства и их разновидность.. Мои особенности, сильные и слабые стороны, достоинства и недостатки. Формирование положительной адекватной самооценки. Распознавание чувств, эмоций по выражению лица, жестов, взглядов. Умение правильно выражать свои чувства. Эмоциональный контакт.

Тема 9. «Кто, я» (4ч)

Личностные особенности, сильные и слабые стороны, достоинства и недостатки. Я - глазами других людей. Ответственность к своим поступкам, умение делать правильный выбор, обеспечить закреплению правил комфортного общения. Самопознание и саморазвитие путь к личному росту.

СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА, КУРСА 7 КЛАСС

Раздел 1. Познакомимся поближе

Тема 1.1. Моя индивидуальность (5ч)

Возрастные особенности, формирование внутреннего мира личности. Какой я? Что я знаю о себе? Мои достоинства, способности и достижения. Сильные и слабые стороны. Я не такой как все. Все мы разные. Я в своих глазах и в глазах других людей. Как победить своего дракона. Рассмотреть психологические различия людей и осознать важность наличия этих различий.

Тема 1.2. Я творец своей жизни (5ч)

Собственная позиция, умение противостоять вредным привычкам. Общение «снизу», «сверху», «на равных». Формирования собственного мнения и позиции. Усвоение моральных ценностей, как «я - личность». Я «могу», «хочу». Как достичь цели. ценности и трудности мира взрослых, в чем я уже взрослый, а в чем – еще нет?

Раздел 2 .Эмоции и поведение людей

Тема 2.1. Какие бывают эмоции (5ч)

Эмоции человека. Выражение эмоций. Не навреди окружающим. Как узнать эмоцию. Важность формирования собственного мнения и позиции. Грамотная речь — половина успеха в общении. Конфликт. Виды конфликта. Причины конфликтов. Наши чувства в конфликте. Эмоции правят мной или я ими? Как управлять своими эмоциями? Роль негативных эмоций по выражению лица, жестам, взглядам. Выражать свои эмоции с помощью неречевых средств.

Тема 2.2. Чувства полезные и вредные (3ч)

Как справиться с плохим настроением. В поисках достойных путей выражения чувств. Примеры из литературы. Рассмотреть психологические различия людей и осознать важность наличия этих различий. умение расшифровывать послания, которые несут в себе чувства,

Тема 2.3. Поведение -уверенное и неуверенное (5ч)

Конструктивное поведение в конфликте. Способы преодоления и выхода из конфликтов. Умение наладить общение и контакт после конфликта. Понятия: «спор» и «дискуссия», «сотрудничество», «конкуренция». Важность аргументов. Как избежать стресс. Усвоение моральных ценностей, как «семья», «друзья». Рассмотреть психологические различия людей и осознать важность наличия этих различий.

Раздел 3 «Уверенность в себе- залог успеха в жизни»

Тема 3.1. Типичные проблемы (3ч)

Управление собственными чувствами. Способность самовыражения. Эгоизм и чувства других. Как правильно знакомиться. Доводить задуманное дело до конца. Отсутствие ответственности к своим поступкам. Период «взросления». Комфортное общение. Выражение симпатий, умение принимать комплименты, умение сказать о себе в метафорической форму.

Тема 3.2. Жизненные ценности. Факторы разрушающие здоровье (6ч)

Осмысление дружеских отношений. Как правильно дать отпор негативному влиянию со стороны окружающих. Моральные ценности, как «я - личность», «дружба», «понимание друг друга», «мои друзья, любовь». Как не причинять вреда себе и окружающим, осознавать свое взросление. Жизненные ценности и трудности мира взрослых, в чем я уже взрослый, а в чем — еще нет? Ценность здоровья.

Тема 3.3. Звездная карта жизни (2ч)

Нахождение собственных ресурсов. Самопознание и саморазвитие. Использование полученных знаний для решения развития своих возможностей.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов
	Раздел 1. Я среди людей (развитие потребности общения)	5
1.1	Я человек и умею говорить.	1
1.2	Я человек и умею чувствовать.	1
1.3	Я человек и умею думать	1
1.4	О правах и правилах	1
1.5	Кто прав?	1
	Раздел 2. Интересно жить вместе! (развитие потребности в общении со сверстниками)	4

1	Мы работаем	1
2	Груд в сказках	1
3	Мы играем	1
4	Мы взрослые	1
	Раздел 3. Секреты успешного общения (язык общения, навык общения с внешним миром)	6
1.	Другое мнение.	2
2.	Чтобы стать человеком...	2
3.	Дал слово...	2
	Раздел 4. Речевой этикет (формы обращения - приветствие, благодарность, прощание, обращение, извинение)	6
1.	Культура речи	1
2.	Речь и поведение	1
3.	Сила слова	1
4.	Когда я ем....	1
5.	Молчать некрасиво.	1
6.	Говорим обо всём	1
	Раздел 5. Искусство спора и диалога (мини-диалоги, речевые формулы общения)	4
1.	Быль и небылицы	1
2.	Так , да не так	1
3.	Небылица-небывальщина	1
4.	Попробуй угадай!	1
	Раздел 6. Развитие связной речи (композиция и построение публичного выступления: рассказа, рассуждения и других текстов)	9
1.	Диалог и монолог	2
2.	Монолог- описание	1
3.	Монолог-рассуждение	1
4.	Монолог-повествование	1
5.	Рассказ из личного опыта (с использованием диалога)	2
6.	Коллективное рассказывание	2
	Всего:	34

Тематическое планирование 6 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов
1.	Я – ты - группа	4
2.	«Мы - шестиклассники»	3
3.	Учимся общаться	4
4.	Конкуренция или сотрудничество?	4
5.	«Другие». Проблемы подростковой толерантности	4

6.	Мои друзья	4
7.	Я – взрослый?	3
8.	Наши сильные чувства	4
9.	Кто я?	4
	Итого	34

**Тематическое планирование
7 класс**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов
	Раздел 1. Познакомимся поближе	10
1.1.	Моя индивидуальность	5
1.2.	Я - творец своей жизни	5
	Раздел 2. Эмоции, чувства и поведение людей.	13
2.1.	Какие бывают эмоции	5
2.2.	Чувства полезные и вредные	3
2.5.	Поведение -уверенное и неуверенное	5
	Раздел 3. Уверенность в себе- залог успеха в жизни	11
3.1.	Уверенность в себе- залог успеха в жизни	
3.2	Типичные проблемы 1	1
3.3.	Типичные проблемы 2	1
3.4.	Жизненные ценности. Факторы, разрушающие здоровье	1
3.5.	Опасные последствия	1
3.6.	Учимся говорить «нет»	1
3.7.	Сопротивление насилию	1
3.8.	Без дружбы никакое общение между людьми не имеет ценности	2
3.9.	Звездная карта жизни	2
	Итого	34

