

Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 88»

**Принято**

на педагогическом совете  
Протокол № 1 от  
«30» августа 2023 г.

**Согласовано**

Заместитель директора МОАУ  
«СОШ № 88»

\_\_\_\_\_ /Матвеева Е.Ю.

ФИО

«30» августа 2023 г.

**Утверждаю**

Директор МОАУ «СОШ № 88»

\_\_\_\_\_ /Васильченко Н.А./

Приказ № 524 от

«30» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по курсу внеурочной деятельности**

«Час общения», 10-11 классы

---

предмет, класс

10 класс - всего часов 34, количество часов в неделю 1

11 класс - всего часов 33, количество часов в неделю 1

## Содержание рабочей программы

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности
2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности
3. Тематическое планирование.

### 1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

**Личностные результаты** освоения программы отражают:

- развитие самосознания учащихся;
- формирование у них положительного самовосприятия и чувства своей изначальной ценности как индивидуальности, ценности своей жизни и других людей;
- развитие свойств и качеств личности, необходимых для полноценного межличностного взаимодействия;
- формирование уверенности в себе и коммуникативной культуры, навыков разрешения межличностных конфликтов;
- укрепление адаптивности и стрессоустойчивости, оптимизма в отношении к реальности.

**Предметные результаты** включают коммуникативные показатели:

- обеспечение успешного усвоения знаний, умений и навыков и формирования психологической компетентности;
- формирование представлений подростков о значении и законах конструктивного общения в школе, семье и будущей профессиональной деятельности;
- формирование навыков равноправного общения, культуры эмоциональной экспрессии, предотвращения и разрешения межличностных конфликтов, самовоспитания и саморазвития,
- формирование активной позиции школьника при решении задач в области социальных и межличностных отношений;
- формирование способности обучающихся к осознанному выбору конструктивных способов реагирования в конфликтных ситуациях.

**Метапредметные результаты освоения** программы включают:

- обеспечение возможностей ученика самостоятельно осуществлять такое действие как учение, ставить перед собой учебные цели, искать и использовать необходимые средства и способы их достижения, контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности;
- осознанно выбирать наиболее эффективные способы в межличностном взаимодействии, в решении учебно-познавательных и жизненно-важных задач;
- приобретение практического опыта работы в группе, сотрудничества со сверстниками, позитивных моделей поведения в обществе.

### 2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

#### 10 класс

##### Самопознание

Вот и стали мы на год взрослее. Проблемы выбора профессий. Анкетирование «Выбор будущего». Моя профессия: выбор детей или родителей. Как помочь себе перед экзаменами. Основные способы релаксации. Выборы как отстаивание своей гражданской позиции. Проблема отцов и детей в современном мире. Отношения с родителями: дружба

или подчинение? Современное поколение. Молодёжные субкультуры. Психологический тест «Кто ты в школе?» Взгляд в будущее. Мои планы. Кем я вижу себя через 10 лет. Высшее образование.

### **Позитивное общение**

Принципы и правила бесконфликтного общения. Универсальность правил и приемов эффективного бесконфликтного общения.

Принцип терпимости к собеседнику. Принцип благоприятной самоподачи. Принцип минимизации негативной информации.

Речевое воздействие как наука, изучающая законы, правила и приемы эффективного общения. История науки. Заслуги Д. Карнеги в развитии науки о речевом воздействии. Работы Д. Карнеги. Способы речевого воздействия: доказывание, убеждение, уговаривание, внушение, принуждение.

### **Проблемы в общении**

Противоречия как различия во мнениях по существенным вопросам. Разногласия как обсуждаемые противоречия. Спор как процесс обсуждения разногласий. Виды споров. Спор «на истину». Дискуссия как спор, направленный на выяснение истины. Спор «на победу». Полемика как спор, направленный на отстаивание своей точки зрения. Бытовой спор. Конфликт как эмоциональный спор. Скандал как крайне эмоциональный спор с упором на предъявление личных претензий собеседнику. Спор «ради спора». Вербальное и невербальное общение. Общение в Интернете – замена реальности.

### **Культура поведения**

Моя жизнь – мои правила. Я сам выбираю свой путь. Как перестань сквернословить. Слова-прилипалы. Проблемы наркомании. Что будет, если принимать наркотики. Как стать лидером. Могу ли я расположить людей к себе. Быть уверенным. Психологический тест «Моя позиция в классе». Самопомощь в ситуациях эмоционального дискомфорта. Благодарная память моим предкам. Мои родители – кто они для меня. Карта-желаний «Мой успех в будущем». Основы будущей профессии.

### **Промежуточная аттестация**

Защита проектов:

- Зачем человеку семья?
- Интерес подростков к текущим политическим событиям.
- Какие человеческие качества ценят современные подростки?
- Наука и искусство: два способа постижения мира.

## **11 класс**

### **Самопознание**

Путь к себе. Тепло человеческого общения. Мастерская ценностных ориентаций «Уважение других – повод к уважению самого себя». Что такое порядочность? Совесть и стыд- мерилла нравственности. Я глазами других. Милосердие-зеркало души. Жизненные ценности.

### **Позитивное общение**

В человеке всё должно быть прекрасно. Толерантное отношение поколений. Общение и уважение. Общение с разными людьми, общение с природой. Я в своих глазах и глазах других людей. Эмоции и чувства – краски здоровья. Доблесть- то почитать, что действительно достойно.

### **Проблемы общения**

Общение и его роль трудных жизненных ситуациях. «Я и закон». Мои права и права других людей. Выбор есть всегда. Мужество и трусость человека. Каковы их последствия. Прививка от нацизма. Цена сомнительных удовольствий. «Не знал! – не освобождает от ответственности. Выслушай всех, обдумай и реши...

### Культура поведения

Слово, а где же смысл? Хочу – могу – надо! Вверх по лестнице или мои жизненные ценности. Современная молодежная мода и здоровье. Влияние стресса на наше здоровье. Благодарная память моим предкам.

### Промежуточная аттестация

Защита проектов:

- Образ жизни современного подростка.
- Отношение подростков к профессии педагога.
- Мотивы учебной деятельности старшеклассников.
- Социальный портрет класса.

## 3. Тематическое планирование 10 класс

№ занятия	Раздел (количество часов) Тема	Кол-во часов	Дата план	Дата факт
<b>Самопознание (12 часов)</b>				
1	Вот и стали мы на год взрослее.	1		
2	Как помочь себе перед экзаменами.	1		
3	Выборы - это важно!	1		
4	Хочу – могу – надо!	1		
5	Ты и твоё поколение.	1		
6	Проблема отцов и детей в современном обществе.	1		
7	Найди себя.	1		
8	Кто ты, мой современник?	1		
9	Взгляд в будущее. Мои планы. В поисках своего призвания.	1		
10	На что потратить жизнь?	1		
11	Как научиться выбирать профессию? Профессии, которые мы выбираем.	1		
12	Где получить нужную мне профессию?	1		
<b>Позитивное общение (5 часов)</b>				
13	Эффективное речевое воздействие.	1		
14	Секреты позитивного общения.	1		
15	Вверх по лестнице или мои жизненные ценности.	1		
16	Мы – активные, креативные!	1		
17	Дорога, которую мы выбираем.	1		
<b>Проблемы общения (8 часов)</b>				
18	Совесь-мерило нравственности.	1		
19	Законы общения.	1		
20	Эти вредные конфликты.	1		
21	Любимец публики (трудности в общении).	1		
22	Принципы и правила бесконфликтного общения	1		

23	Невербальное и вербальное общение.	1		
24	Общение в кризисных ситуациях.	1		
25	Поведение в споре.	1		
<b>Культура поведения (10 часов)</b>				
26	Жизнь по собственному выбору.	1		
27	Ставим условие: долой сквернословие!	1		
28	Наркомания – это беда, наркомания – путь в никуда!	1		
29	Секреты уверенности в себе. Быть уверенным - это здорово.	1		
30	Самопомощь в ситуациях эмоционального дискомфорта.	1		
31	Благодарная память моим предкам.	1		
32	Мой кристалл успеха.	1		
33	Промежуточная аттестация. Защита проектов	1		
34	На подступах к карьере.	1		

### 11 класс

№ занятия	Раздел (количество часов) Тема	Кол-во часов	Дата план	Дата факт
<b>Самопознание (11 часов)</b>				
1	Урок «Мира».	1		
2	Вот и стали мы на год взрослее.	1		
3	Я и моя семья.	1		
4	«Свой» или «чужой»?	1		
5	Быть человеком. Человек и его поступки.	1		
6	Кто легко склонен терять уважение к другим, тот, прежде всего не уважает себя.	1		
7	Вокруг меня мир. Как нужно в нем жить?	1		
8	Как рождается агрессия?	1		
9	В единстве наша сила.	1		
10	Что в моей жизни происходит не так, как мне хотелось бы?»	1		
11	«Потерянные души».	1		
<b>Позитивное общение(6 часов)</b>				
12	В человеке всё должно быть прекрасно.	1		

13	Толерантное отношение поколений.	1		
14	Общение и уважение. Общение с разными людьми, общение с природой.	1		
15	Я в своих глазах и глазах других людей.	1		
16	Эмоции и чувства – краски здоровья.	1		
17	Доблесть- то почитать, что действительно достойно.	1		
<b>Проблемы общения (9 часов)</b>				
18	Общение и его роль трудных жизненных ситуациях.	1		
19	«Я и закон».	1		
20	Мои права и права других людей.	1		
21	Выбор есть всегда.	1		
22	Мужество и трусость человека. Каковы их последствия.	1		
23	Прививка от нацизма.	1		
24	Цена сомнительных удовольствий.	1		
25	«Не знал! – не освобождает от ответственности.	1		
26	Выслушай всех, обдумай и реши...	1		
<b>Культура поведения (8 часов)</b>				
27	Слово, а где же смысл?	1		
28	Хочу – могу – надо!	1		
29	Вверх по лестнице или мои жизненные ценности.	1		
30	Современная молодежная мода и здоровье.	1		
31	Влияние стресса на наше здоровье.	1		
32	Промежуточная аттестация. Защита проектов	1		
33	Благодарная память моим предкам. Это стоит запомнить.	1		