

Приложение № 1 к ООП ООО

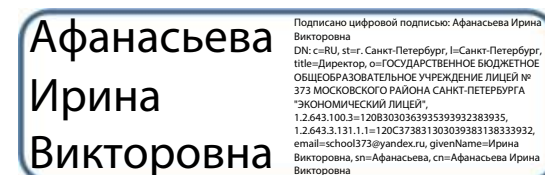
**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
лицей № 373 Московского района Санкт-Петербурга «Экономический лицей»**

ПРИНЯТА

решением Педагогического совета
Государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения лицей №
373 Московского района Санкт-Петербурга
«Экономический лицей», протокол
от 31.08.2026. № 1

УТВЕРЖДЕНА

приказом по Государственному бюджетному
общеобразовательному учреждению лицей
№ 373 Московского района Санкт-Петербурга
«Экономический лицей» от 31.08.2026 № 126-од



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности
«Искусство эффективного общения»

7-9 класс

Составитель:

Федорова Наталья Владимировна,
педагог – организатор ГБОУ лицей № 373
Московского района Санкт - Петербурга

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Искусство эффективного общения» разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 (с изменениями и дополнениями);
- Федеральной образовательной программы основного общего образования, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 (с изменениями и дополнениями);
- Положения «О рабочей программе учебного предмета, курса государственного бюджетного общеобразовательного учреждения лицей № 373 Московского района Санкт-Петербурга «Экономический лицей».

Для составления программы использованы материалы дополнительной общеразвивающей программы интерактивных занятий для детей, подростков и молодежи по вопросам ненасильственных методов разрешения споров и конфликтов «Курс юного переговорщика», разработанной ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей»

Настоящая рабочая программа является составной частью основной образовательной программы основного общего образования ГБОУ лицей № 373 Московского района Санкт-Петербурга и составлена с учётом рабочей программы воспитания.

На изучение курса в плане внеурочной деятельности выделено 68 часов.

При реализации данной программы применяются электронные образовательные ресурсы и могут применяться дистанционные образовательные технологии.

Программа направлена на формирование у обучающихся российской гражданской идентичности и таких компетенций, как:

- компетенция конструктивного, успешного и ответственного поведения в обществе с учетом правовых норм, установленных российским законодательством;
- социальная самоидентификация обучающихся посредством личностно значимой и общественно приемлемой деятельности, приобретение знаний о социальных ролях человека;
- компетенция в сфере общественной самоорганизации, участия в общественно значимой совместной деятельности.

Сегодня вектор государственной образовательной политики направлен на формирование безопасного образовательного пространства. Во многих образовательных организациях сегодня работают школьные службы медиации (далее - ШСМ). Службы, которые помогают в решении конфликтных ситуаций, профилактике деструктивного поведения, формировании безопасного образовательного пространства. ШСМ не ограничивается включением в ее состав только представителей педагогического сообщества. Она открыта для всех участников образовательных отношений и включает в себя представителей из числа обучающихся и их родителей.

Как и взрослые специалисты ШСМ обучающихся обязательно должны пройти обучение, в рамках которого приобретут навыки конструктивного разрешения конфликтов, повысят свой уровень толерантности и эмпатии, получат знания о технологии медиации и ее принципах, а главное отработают полученные навыки на практике.

Программа «Искусство эффективного общения» относится к образовательным (просветительским) программам, она направлена на повышение коммуникативной и социально-психологической компетентности подростков, формирование у них знаний в сфере психологии общения и конфликтологии, а также формирование умений и навыков, необходимых медиатору в решении конфликтных ситуаций.

Обучение детей, подростков и молодежи навыкам позитивного осознанного общения на основе медиативного подхода будет способствовать построению вокруг несовершеннолетнего максимально возможной бесконфликтной среды, позволит сформировать с учетом возрастных особенностей активную жизненную позицию и принимать на себя ответственность, проявлять эмпатию к окружающим

Цели программы:

Повышение коммуникативной и социально-психологической компетентности подростков, расширение диапазона стратегий поведения в конфликте, формирование умения находить оптимальные пути разрешения конфликтов.

Задачи программы:

Обучающие задачи программы:

- познакомить с базовыми основами конфликтологии;
- обучить навыкам конструктивного решения конфликтов;
- обучить навыкам ведения переговорного процесса и медиации;
- дать знания в области эффективной коммуникации;
- познакомить с профессиями в сфере психологии, конфликтологии, права;

Развивающие задачи программы:

- расширить возможности подростков в самопознании и саморазвитии;
- пробудить интерес к конфликтологии;
- развивать способы конструктивного разрешения конфликтных ситуаций;
- расширить диапазон используемых стратегий поведения в конфликте;

Воспитательные задачи программы:

- воспитывать познавательную активность, самостоятельность, взаимопомощь;
- способствовать формированию умения оценивать свое поведение;
- мотивировать обучающихся к осознанному выбору будущей профессии;
- способствовать формированию коммуникативных компетентностей.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

В результате освоения программы обучающимися предполагается достижение следующих результатов:

Личностные результаты:

- гражданская позиция как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
- сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

- навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;
- умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
- владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;
- владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

По окончании срока реализации программы обучающиеся будут иметь представление:

- о природе конфликтов и способах их регулирования;
- о медиации как методе урегулирования споров;
- об особенностях проведения медиативной беседы.

По окончании срока реализации программы обучающиеся будут знать:

- принципы медиации;
- показания к применению медиативного и восстановительного подходов.

По окончании срока реализации программы обучающиеся будут владеть:

- техникой «Я- сообщение»;
- начальными навыками активного слушания;
- способностью понимать позицию активной ответственности.

Способы определения результативности освоения программы

Текущий контроль осуществляется в конце каждого занятия, итоговый контроль осуществляется в конце всех занятий в форме дискуссии по темам программы.

Содержание курса внеурочной

Вводное занятие. Для чего нужна служба школьной медиации.

Упражнение «Знакомство». Согласование правил работы группы. Упражнение «Моё имя: почему меня так называли?». Что такое служба школьной медиации. Упражнение «Змейка»

Конфликт. Понятие конфликта. Виды и причины конфликта. Способы урегулирования.

Знакомство с понятиями «конфликт», «спор», «дискуссия». Определение «конфликт», «спор», «дискуссия». Стратегии поведения в конфликтной ситуации. Игра «Мостик». Тест Томаса «Поведение в конфликтной ситуации». Виды школьных конфликтов. Изучение правил ведения спора. Упражнение «Приветствие». Кто такие медиаторы? Упражнение «Общение в парах из разных позиций». Упражнение «Выбрасывание пальцев». Принципы медиации. Упражнение «Телеграмма». Изучение причин возникновения конфликта. Изучение видов протекания конфликта. Лекция. Упражнение «Неуверенные, уверенные и агрессивные ответы». Упражнения «Передерни веревочку», «Хвосты», «Наблюдательные марсиане», «Покажи ситуацию». Изучение стадий протекания конфликта. Стратегии поведения в конфликтной ситуации. Лекция. Обсуждение видеофрагментов – стратегия поведения в конфликтных ситуациях. Тесты конфликтности и тактика поведения в конфликте общения (Методика Томаса-Килмена). Способы урегулирования конфликтов. Способы профилактики конфликтов. Изучение способов урегулирования конфликтов. Упражнения «Комплимент», «Я спешу». Ролевая игра «Контакты». Упражнение «Контакты».

Агрессия: мотивы поведения, проявления агрессии. Способы управления агрессией. Беседа «Что такое агрессия. Причины агрессивного поведения». Упражнение «Пишем синквейны». Осознание различных проявлений агрессии и умение проводить ее мониторинг. Диагностика агрессии. Упражнение «Я – властелин своего тела». Упражнение «Сигналы гнева». Знакомство с методами саморегуляции: дыхательная гимнастика, нервно-мышечная релаксация, аутотренинг. Беседа «Как справиться с гневом». Упражнение «Лист гнева». Упражнение «Я спокоен. Я сердит». Упражнение «Победить дракона». Отработка конструктивных способов управления собственной агрессией и агрессией оппонентов. Упражнение «Представь свое Имя». Обсуждение притчи «Безвредная змея», Упражнение «Разожми кулак». Упражнение «Лозунг против агрессии». Упражнение «Выпусти пар». Упражнение «Подарок». Работа с гневом и злостью. Тренинг. Упражнение «Мой гнев». Групповая дискуссия «Путь гнева». Упражнение «Мешочек криков». Упражнение «Рисуем гнев». Упражнение «Как я зол». Упражнение «Выпусти джина» Упражнение «Рецепт агрессивности». Упражнение «Гнев на сцене». Упражнение «Две собаки», Упражнение «Бокс». Релаксация.

Техники и приемы эффективного общения. Активное слушание Техника активного слушания. Техники и приемы эффективного общения. Активное слушание Введение «Правила слушания». Упражнение «Восточный базар». Игра «Глухой диалог», Упражнение «Цепочка». Видеоматериал «Приемы активного слушания». Упражнение «Пойми меня». Рефлексия

Программа примирения. Восстановительные технологии медиации. Лекторий. Восстановительная медиация: принципы и цели. Позиция медиатора. Как передать ответственность за нахождение решения сторонам конфликта. Этапы работы с конфликтом в процессе восстановительной медиации. Обсуждение вопросов. Как провести беседу с участниками конфликта? Восстановительные технологии медиации. Упражнение «Каруселька». Порядок работы ведущего в программе восстановительной медиации.

Упражнение «Общие рисунки». Этапы восстановительной медиации. Ролевое обыгрывание ситуации

Компетенции медиатора. Качества и навыки медиатора. Коммуникативные техники. Техники партнерского взаимодействия. Обсуждение вопросов: Как грамотно предложить медиацию. Вступительные слова медиатора. Практикум «Предварительная встреча и передача ответственности» с участниками конфликта. Работа в мини-группах, демонстрация и общее обсуждение каждой мини-группы Упражнение «Построиться по...». Этический кодекс медиатора. Ролевое обыгрывание ситуации.

Этапы медиации. Отработка первого этапа – получение дела. Беседа: Этапы и стадии медиации. Презентация. Что такое 1 этап в медиации. Проигрывание ситуаций. Отработка второго этапа – предварительная встреча с обидчиком и с потерпевшим. Лекторий: Цели и задачи 2 этапа медиации. Просмотр видеофрагментов. Обсуждение ситуаций. Отработка третьего этапа – примирительной встречи конфликтующих сторон. Лекция: Алгоритм проведения примирительной встречи. Этапы примирения. Практикум «Примирительная встреча». Работа в мини-группах, демонстрация и общее обсуждение результата. Обсуждение потребности обидчика на встрече. Обсуждение потребности жертвы на встрече. Потребности обидчика и потребности жертвы. Какие фразы нельзя использовать. Работа в мини-группах, демонстрация и общее обсуждение результата. Заключение примирительного договора. Правила оформления примирительного договора (соглашения). Работа в мини-группах, демонстрация и общее обсуждение результата. Заполнение документации по программам примирения. Согласие на участие в восстановительной программе. Регистрационная карточка. Протокол по результатам встречи сторон. Примирительный договор.

Интерактивное занятие с элементами тренинга Занятия «Мастерская общения». Этюды «Смелые ребята». Игры «В темной норе», «Тень», «Слепой и поводырь», «На лесной поляне». Занятия «Разноцветный мир эмоций». Обсуждение видеофрагментов. Типичные ошибки обращения с эмоциями. Упражнения «Война и мир». Дискуссия «Эмоции правят мною или я ими? Упражнения «Польза и вред эмоций», «Зато», «Хлопки». Рефлексия.

Сущность медиативной службы. Повторение основных концептуальных моментов работы школьных медиаторов. Проектная мастерская: символика ШСМ, наши цели, планы, направления, наша рекламная компания.

Итоговое занятие. Рефлексия. Обратная связь. Анализ результатов. Упражнение «таблица самооценки».

Основные формы проведения занятий

- беседы;
- практикумы;
- творческие работы.

Тематическое планирование

№ п\п	Наименование разделов и тем	Количество часов
1	Введение. Для чего нужна служба школьной медиации	2
2	Конфликт. Понятие конфликта. Виды и причины конфликта. Способы урегулирования.	8
3	Агрессия: мотивы поведения, проявления агрессии. Способы управления агрессией	6
4	Техники и приемы эффективного общения. Активное слушание	6
5	Конфликт. Стратегии поведения	5
6	Программа примирения. Восстановительные технологии медиации	8
7	Компетенции медиатора. Качества и навыки медиатора. Коммуникативные техники. Техники партнерского взаимодействия	6
8	Этапы медиации	14
9	Интерактивные занятия с элементами тренинга	10
10	Сущность медиативной службы	2
11	Итоговое занятие	1
	Итого	68

Электронные образовательные ресурсы, используемые при реализации программы

Федеральный закон "Об альтернативной процедуре урегулирования споров с участием посредника (процедуре медиации)" от 27.07.2010

https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_103038