

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 692
Калининского района
Санкт-Петербурга**

Разработана и принята решением
Педагогического совета
Протокол № 10 /22-23 от 25.05.2023 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБОУ СОШ № 692 Калининского
района Санкт - Петербурга

_____ С.Ф. Бянкина

С учетом мнения Совета родителей
Протокол № 3 от 25.05.2023 г.

Приказ № 57 от 25.05.2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Познай себя»
11 класс
на 2023-2024 учебный год**

Киселева Е.В.

Санкт-Петербург
2023 год

Содержание

1.	Пояснительная записка	3
1.1.	Нормативная база	3
1.2.	Актуальность программы	4
1.3.	Общая характеристика внеурочной деятельности	4
1.4.	Цели и задачи	5
1.5.	Планируемые результаты освоения внеурочной деятельности	5
1.6.	Содержание внеурочной деятельности	7
2.	Календарно-тематическое планирование	15

1. Пояснительная записка

1.1. Нормативная база

Рабочая программа курса внеурочной деятельности для обучающихся 11 класса разработана в соответствии с:

1. Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
2. Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 (далее - ФГОС среднего общего образования);
3. Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115,
4. Постановлениями Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»,
5. Законом Санкт-Петербурга от 17.07.2013 № 461-83 «Об образовании в Санкт-Петербурге»,
6. Инструктивно-методическим письмом Комитета по образованию Правительства Санкт – Петербурга от 21.05.2015 № 03-20-2057/15-0-0 «Об организации внеурочной деятельности при реализации федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования в образовательных организациях Санкт-Петербурга»,
7. Письмом Комитета по образованию Правительства Санкт – Петербурга от 04.05.2016 № 03-20-1587/16-0-0 «О направлении методических рекомендаций по разработке рабочих программ учебных предметов, курсов»,
8. Уставом ГБОУ СОШ №692 Калининского района Санкт-Петербурга;
9. Планом внеурочной деятельности ГБОУ СОШ № 692 Калининского района Санкт - Петербурга на 2023-2024 учебный год,
10. Положением о внеурочной деятельности ГБОУ СОШ № 692 Калининского района Санкт – Петербурга.

1.2. Актуальность программы

Федеральный Государственный Образовательный Стандарт ставит перед педагогическим сообществом цель воспитать будущих выпускников основной школы, уважающими других людей, умеющими вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания и сотрудничать для достижения общих результатов. Формированию коммуникативной компетентности современный образовательный стандарт уделяет пристальное внимание, т.к. она относится к группе ключевых компетентностей, имеющих особую значимость в жизни человека.

Среди результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования Федеральный Государственный Образовательный Стандарт обозначает следующие составляющие:

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе

образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности (личностные результаты);

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение» (метапредметные результаты);
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью (метапредметные результаты).

Процесс внедрения в образовательное пространство технологии медиации инициирован Планом первоочередных мероприятий до 2014 года по реализации важнейших положений Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы, утвержденного распоряжением Правительства РФ от 1 октября 2012 г. № 1916-р. В соответствии с пунктом № 64 данного документа в образовательных организациях должны быть организованы службы школьной медиации, обеспечивающие защиту прав детей и создающие условия для формирования безопасного пространства, равных возможностей и защиты их интересов.

Согласно письму Министерства образования и науки Российской Федерации № ВК 844/07 от 18.11.2013 г., в современном обществе существует острая потребность в способности граждан конструктивно взаимодействовать. Для того чтобы эта потребность реализовывалась, необходимо развивать у подрастающих поколений социальный интеллект, формировать потребность в сотрудничестве и социальном партнерстве. «Метод школьной медиации способствует решению этих задач в работе с детьми, закладывая основу воспитания будущих поколений, опирающихся на гуманистические ценности, ставящих человеческую жизнь, благополучие и гармоничное развитие личности, позитивное общественное взаимодействие на первое место».

Таким образом, медиация в школе является одной из форм социально-психологической помощи всем участникам образовательного процесса в конфликтах, тяжелых жизненных ситуациях, случаях правонарушений обучающимися.

Одной из наиболее значимых составляющих функционирования службы школьной медиации в образовательной организации является создание «групп равных», позволяющих активно вовлекать в работу по урегулированию конфликтов среди учащихся самих учащихся. Программы для детей, благодаря которым развиваются коммуникативные навыки и умения эффективно разрешать конфликты с позиций сотрудничества возможно проводить с обучающимися с самого раннего возраста. Н.В.Гришина ссылается на опыт японских специалистов, работающих с дошкольниками.

Программа «Познай себя» направлена на формирование у подростков мотивации к участию в деятельности школьных служб медиации; знакомство с эффективными методами взаимодействия и конструктивными методами поведения в конфликте.

1.3. Общая характеристика внеурочной деятельности

«Познай себя» - дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа для учащихся 10 - 11 классов. Программа направлена на развитие навыков эффективного поведения в конфликте и освоению медиативных технологий. В основу программы положена рабочая программа "Медиация от А до Я. Букварь медиатора" авторов Александровой Н.А. и Быковой Л.В., прошедшая апробацию в школах Василеостровского района СПб и в 2016 году ставшая призером городского конкурса инноваций "Петербургская школа 2020".

Адресат программы

Учащиеся 10 – 11 классов общеобразовательной школы.

Технология, формы, методы работы

Форма работы - групповые занятия с элементами тренинга.

На занятиях используются следующие виды работ:

- Краткие информационные сообщения, направленные на знакомство с основными закономерностями, особенностями и правилами процесса общения, возникновения конфликтов, основ медиации и переговорного процесса;
- Беседы и дискуссии;
- Мозговой штурм;
- Самооценка сильных и слабых сторон участников группы, способствующих или затрудняющих поведение в конфликтных ситуациях, общении со сверстниками и взрослыми, в проведении процедуры медиации;
- Ролевое проигрывание различных ситуаций, возникающих в процессе общения и конфликтов;
- Получение обратной связи от группы, позволяющей контролировать и исправлять поведение, затрудняющее процесс межличностного взаимодействия.

Организация занятий

Программа рассчитана на 34 занятия по 1 академическому часу каждое (1 раз в неделю).

Технология оценки результативности программы

Критерии

Оценка освоения содержания программы выражается в наличие у подростков:

- навыков сотрудничества и продуктивного общения в командной работе;
- проявлении личностной ответственности в учебных смоделированных ситуациях конфликтного взаимодействия;
- демонстрации навыков познавательной рефлексии
- знаний об эффективных способах разрешения конфликтов, принципах и процедуре медиации.

Методы, сроки диагностики

- наблюдение за поведением в специально смоделированных учебных конфликтных ситуациях;
- индивидуальные собеседования с участниками по окончании программы для выяснения понимания и объема пройденного материала.
- Анализ результатов групповых занятий так же может проводиться на основе отзывов, полученных от учащихся, родителей, педагогов и администрации школы в конце всех занятий.

1.4. Цель и задачи

Цель: обучение навыкам эффективного разрешения конфликтов с использованием медиативного подхода.

Задачи:

1. Знакомство с понятием, структурой и динамикой конфликта.
2. Развитие навыков анализа конфликта.
3. Знакомство с принципами и процедурой медиации.
4. Тренировка навыков эффективного общения, необходимых для работы медиатора

1.5. Планируемые результаты освоения внеурочной деятельности **Личностные результаты:**

- у подростков развиваются навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, и других видах деятельности;
- у подростков развиваются личная ответственность за свои поступки.

2. Метапредметные результаты:

- у подростков развиваются умения продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- у подростков развиваются навыки познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых задач и средств их достижения.

1.6. Содержание внеурочной деятельности

<p>Раздел 1. Введение Тема 1.1. Знакомство. Медиатор-ровестник и медиация в школе. Знакомство с участниками группы. Правила занятий. Краткое содержание курса. Основы медиации. Принципы и процедура. Коммуникативная разминка. Рефлексия, тематическое сообщение.</p>
<p>Раздел 2. Конфликтология Тема 2.1. Конфликты вокруг нас. Структура конфликта. Участники, предмет конфликта. Конфликтогены. Источники конфликта. Граница полномочий ровестников в самостоятельном урегулировании конфликта. Конфликтные ситуации в художественных произведениях. Групповая дискуссия, диагностический опрос.</p>
<p>Раздел 2. Конфликтология Тема 2.1. Конфликты вокруг нас. Структура конфликта. Участники, предмет конфликта. Конфликтогены. Источники конфликта. Граница полномочий ровестников в самостоятельном урегулировании конфликта. Конфликтные ситуации в художественных произведениях. Групповая дискуссия, диагностический опрос.</p>
<p>Тема 2.2. Динамика конфликта Формирование навыка распознавания конфликтных ситуаций. Анализ динамики конфликта. Стадии конфликта. Разбор учебного случая на основе художественных произведений. Ролевые игры, групповая дискуссия.</p>
<p>Тема 2.3. Стратегии поведения в конфликте Диагностика индивидуальных способов поведения в конфликтной ситуации. Преимущества и ограничения каждой стратегии поведения. Групповое обсуждение.</p>
<p>Тема 2.4. Интересы сторон в медиации. Способы прояснение интересов. Открытые и закрытые вопросы. Деловая игра, учебные ситуации.</p>
<p>Раздел 3. Коммуникативные инструменты медиатора Тема 3.1. Контакт Техника установления контакта и вызывание доверия. Деловая игра на проведение дискуссии.</p>
<p>Тема 3.2. Обмен информацией в конфликте Вербальная и невербальная коммуникация. Передача информации без обратной связи. Проблемы коммуникации в конфликте.</p>
<p>Тема 3.3. Искажение информации в конфликте</p>

Способы снижения искажений. Отработка навыка разделения информации на факты, чувства, интерпретаций
Тема 3.4. Виды слушания Обратная связь при общении. Упражнения. Коммуникативная эстафета.
Тема 3.5. Вопросы как инструмент медиатора Открытые и закрытые вопросы. Барьеры общения и способы их преодоления. Коллективная дискуссия. Упражнения на прояснение ситуации.
Тема 3.6. Трудности при обмене информацией. Способы получения достоверной информации от собеседника. Диагностика лжи по поведению.
Тема 3.7. Уверенное поведение. Как сказать «нет». Умение противостоять давлению.
Уверенное поведение. Продолжение. «Я»-высказывания. Что такое манипуляция. Как вести себя с манипулятором.
Раздел 4. Эмоции и чувства.
Тема 4.1. Эмоции в конфликте Навык распознавания эмоций, определения причин их возникновения. Виды эмоций. Эмоции в конфликте. Гнев, злость, раздражение. Способы саморегуляции. Упражнения, деловая игра.
Тема 4.2. Управление эмоциями в конфликте. Страх, тревога, неуверенность. Приемы саморегуляции. Упражнения на повышение уверенности в себе. Страх публичных выступлений (страх отвечать перед классом). Упражнения по самопрезентации.
Тема 4.3. Способы эмоциональной поддержки. Печаль, грусть, разочарование. Приемы взаимодействия с человеком, подверженным сильным эмоциям. Приемы саморегуляции. Зарядка для мозга- восстанавливающие упражнения.
Тема 4.4. Способы безопасного выражения эмоций. Вербальные и невербальные техники отработки эмоций. Вентиляция эмоций в медиации.
Раздел 5. Переговоры
Тема 5.1. Переговоры, как Форма урегулирования конфликта. Переговорная игра, обсуждение2
Тема 5.2. Подготовка к переговорам. Групповая дискуссия. Переговорная игра.
Тема 5.3. Как достигнуть соглашения Проверка соглашения на реальность. Переговорные игры. Упражнения на проверку соглашения.
Тема 5.4. Практикум переговорщика Переговорные игры по сюжетам литературных произведений.
Практикум переговорщика. Продолжение. Переговорные игры по сюжетам художественных произведений.
Практикум переговорщика. Продолжение. Переговорные игры по сюжетам художественных произведений.
Раздел 6. Служба Школьной Медиации
Тема 6.1. Школьные конфликты Создание банка школьных конфликтных ситуаций. Обсуждение вариантов их урегулирования.
Тема 6.2. Реклама школьной службы Создание эмблемы и рекламы СШМ. Презентация школьной службы. Коллаж.
Тема 6.3. Практикум медиатора-ровесника Разбор конфликтных ситуаций на основе сюжетов художественных произведений. Анализ урегулирования конфликтов.
Практикум медиатора-ровесника. Продолжение. Разбор конфликтных ситуаций, типичных для школы. Учебная медиация. Анализ

конфликта.
Практикум медиатора-ровесника Учебные медиации. Анализ поведения в конфликтных ситуациях.
Практикум медиатора-ровесника Учебные медиации. Анализ поведения в конфликтных ситуациях.
Личность медиатора-ровесника. Что помогает и что мешает разрешать конфликты. Необходимые компетенции конфликтолога. Групповое обсуждение.
Тема 6.4. Создание учебных кейсов Групповая дискуссия. Написание кейса конфликтной ситуации из школьной жизни. Деловая игра- создание кейса.
Создание учебных кейсов. Продолжение. Репетиция и видеозапись учебной ситуации. Просмотр, обсуждение.
Заключительное занятие. Подведение итогов. Диагностика. Обсуждение результатов.

2. Календарно-тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов
1	Знакомство. Медиатор-ровесник и медиация в школе.	1
2	Конфликты вокруг нас.	1
3	Конфликты вокруг нас.	1
4	Динамика конфликта	1
5	Стратегии поведения в конфликте	1
6	Интересы сторон в медиации.	1
7	Коммуникативные инструменты медиатора. Контакт	1
8	Обмен информацией в конфликте	1
9	Искажение информации в конфликте	1
10	Виды слушания	1
11	Вопросы как инструмент медиатора	1
12	Трудности при обмене информацией.	1
13	Уверенное поведение.	1
14	Уверенное поведение. Продолжение.	1
15	Эмоции в конфликте	1
16	Управление эмоциями в конфликте.	1
17	Способы эмоциональной поддержки.	1

18	Способы безопасного выражения эмоций.	1
19	Переговоры, как Форма урегулирования конфликта.	1
20	Подготовка к переговорам.	1
21	Как достигнуть соглашения	1
22	Практикум переговорщика	1
23	Практикум переговорщика. Продолжение.	1
24	Практикум переговорщика. Продолжение.	1
25	Школьные конфликты	1
26	Реклама школьной службы	1
27	Практикум медиатора-ровесника	1
28	Практикум медиатора-ровесника. Продолжение	1
29	Практикум медиатора-ровесника. Продолжение	1
30	Практикум медиатора-ровесника. Продолжение	1
31	Личность медиатора-ровесника.	1
32	Создание учебных кейсов	1
33	Создание учебных кейсов. Продолжение.	1
34	Заключительное занятие	1

3. Учебно-методическое обеспечение

Временные и материальные ресурсы

Сроки реализации:

В курсе программы 34 часа: 34 занятия по 1 академическому часу каждое. В течение учебного года участники программы могут принимать участие во внутришкольных, районных турнирах команд школьных медиаторов или в городских конкурсах медиаторов-ровесников.

Материальное оснащение:

- помещение, оборудованное доской (флипчатом), предназначенное для групповой работы
- материалы для рисования и записи (в достаточном количестве): фломастеры, карандаши, ручки; бумага формата А4, А3 (в достаточном количестве).

Литература

1. Алахвердова О.В., Карпенко А.Д. Медиация - конструктивное разрешение конфликтов. СПб, 2008 .
2. Баева И.А. Тренинги психологической безопасности в школе. – СПб, “Речь”, 2002.
3. Бесемер Х. Медиация. Посредничество в конфликтах. – Калуга, 2004
4. Быкова Л.В., Александрова Т.В., Александрова Н.А. Опыт организации службы медиации в ППМС-Центре Василеостровского района. Сб. материалов XIX

- международной научно-практической конференции «Служба практической психологии в системе образования: психологическая компетентность специалистов (состояние, факторы, условия формирования)» (12-13 февраля 2015 г. СПб), СПб.: АППО, 2015.
5. Гришина Н.В. Психология конфликта. СПб.: Питер, 2016
 6. Коновалов А.Ю. Служба примирения в системе школьного самоуправления. // Журнал “Директор школы” 9 – 2008, с.12–20
 7. Макарычева Г.И. Тренинг для подростков: профилактика асоциального поведения. СПб.: Речь, 2007
 8. Маслоу А. Мотивация и личность. СПб.: Питер, 2007. 352 с.
 9. Методические рекомендации по созданию и развитию служб школьной медиации в образовательных организациях. - ФГБУ «Федеральный институт медиации». - М., 2015
 10. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № ВК 844/07 от 18.11.2013 г.
 11. Солдатова Г.В. Служба медиации в образовательной организации: Учебно-методическое пособие. СПб., 2015
 12. Хазанова М. А. Значение и возможности метода медиации в современной образовательной системе // Медиация и право. 2012. № 4. С. 66–74.
 13. Хазанова М. А. Путь становления личности. Психологические основы и социальная значимость «школьной медиации» // Медиация и право. 2008. № 2. С. 18–23.
 14. Чалдини Р., Кенрик Д., Нейберг С. Социальная психология. Пойми других, чтобы понять себя! (серия “Главный учебник”). – СПб.: прайм_ЕВРОЗНАК, 2002.
 15. Шамликашвили Ц.А. Что такое «Школьная медиация» в теории и на практике? // Медиация и право. 2008г., Методические рекомендации по созданию и развитию служб школьной медиации в образовательных организациях. - ФГБУ «Федеральный институт медиации». - М., 2015
 16. Шамликашвили Ц.А. Основы медиации как процедуры урегулирования споров. Учебное пособие.-М., 2013
 17. Шапиро Д. Конфликт и общение. Путеводитель по лабиринту регулирования конфликтов. Кишинев, 1997.
 18. <http://pms-centr.spb.ru/main/pedagogam> ссылка на Программу Н.А.Александровой и Л.В.Быковой «Букварь медиатора» ГБУ ДО ЦППМСП В.О. р-на.