

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»

**Принято**

на педагогическом совете  
ГБОУ «Альметьевская школа-интернат»  
протокол № 1 от "29" августа 2025г.

**Введено**

в действие приказом  
№ 115-О от "1" сентября 2025г

**Утверждаю:**

Директор государственного бюджетного  
общеобразовательного учреждения  
«Альметьевская школа-интернат для детей  
с ограниченными возможностями здоровья»  
Л.Р. Мартынова

**Рабочая программа курса по внеурочной деятельности**  
**«Основы коммуникации»**  
**для обучающихся 5-8 общеобразовательных классов**  
**1 час в неделю; 34 часа в год**  
Составитель: **Шакирзянова И. Р., педагог-психолог**

Согласовано:

Зам. директора по ВР: П.А. Денисова

Рассмотрено:

На заседании ШМО: протокол № 1 от «29» августа 2025г.

Руководитель ШМО: Г.З. Гимадиева



Альметьевск 2025г.

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа данного учебного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. № 1897);
- Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденной 24.11.2022 г. Минпросвещения РФ по № 1025;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- Методических рекомендаций Министерства просвещения РФ по организации внеурочной деятельности от 05.07.2022 г.;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р;
- Постановления СП 2.4 3648-20 «Об утверждении санитарных правил «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Учебного плана «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»;
- Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных курсов, предметов, дисциплин Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения ГБОУ «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»;
- Рабочей программы воспитания ГБОУ «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья».

### **Общая характеристика**

Одной из важнейших задач обучения является подготовка обучающихся к осознанному и ответственному устранению негативных проявлений личности, поведению с одновременным развитием, освоением разнообразных моделей коммуникативного поведения. Раскрытию внутренних целей и желаний обучающегося. Учащиеся должны научиться самостоятельно ставить цели и определять пути их достижения, использовать приобретенный в школе опыт деятельности в реальной жизни, в том числе и за рамками учебного процесса.

*Цели программы:*

1. Формирование сознания, чувства, убеждения, осознанного поведения.
2. Ориентирование на общечеловеческие ценности: милосердие, доброту, способность к состраданию, сопереживанию, терпимость, доброжелательность. Готовность оказывать помощь близким и дальним, стремление к миру, добрососедству, понимание ценностей человеческой жизни.
3. Воспитание таких качеств как патриотизм, честность, порядочность, ответственность, гуманизм, трудолюбие, уважение к старшим.
4. Социализация
5. Выработка положительных качеств
6. Формирование правильной оценки окружающих и самих себя
7. Нравственные отношения к окружающим.

*Задачи программы:*

- формирование у учащихся современного уровня культуры общения;
- развитие коммуникативных навыков;
- воспитание духовно-нравственных качеств.
- развитие навыка общения при коммуникации и соблюдении правил социального поведения;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к коммуникации в современном обществе.

### **Ожидаемые результаты и способы определения их результативности**

В результате прохождения программного материала обучающийся имеет представление о функциях и структуре общения, его видах, эффективных средствах взаимодействия, модальностях общения, видах невербального общения, эффектах межличностного восприятия; знает способы передачи информации при общении, коммуникативные барьеры и способы их преодоления, виды вопросов, правила хорошего слушания, способы кодирования и декодирования информации, особенности вербального и невербального поведения «визуалов», «аудиалов», «кинестетиков», механизмы взаимопонимания в процессе общения; умеет адекватно передавать свои чувства при восприятии собеседника по общению, вставать на позицию собеседника, определять ведущий канал восприятия как собственный, так и собеседника, использовать пространственное расположение собеседников для эффективной коммуникации, расшифровывать невербальные сигналы других участников общения; владеет различными способами вербальной и невербальной передачи информации в процессе коммуникации.

### Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Основы коммуникации» 5-6 класс

| №<br>п/п | Тема занятия                                          | Характеристика деятельности обучающихся                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Дата проведения |      |
|----------|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|------|
|          |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | План            | Факт |
| 1        | Диагностика коммуникативных умений.                   | Наблюдение, анкетирование, беседа, учебно-речевые ситуации                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 03.09           |      |
| 2        | Роль общения в жизни человека                         | Выполняют учебную задачу занятия; характеризуют роль общения в жизнедеятельности человека; приводят простейшие примеры общения (человек-человек, человек-информация, человек - природа); используют основные нормы и правила общения; применяют основные нормы и правила общения; описывают ситуации общения; понимают роль зрения, слуха, речи в ситуациях общения; отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения на занятии.                                              | 10.09           |      |
| 3        | Как мы общаемся                                       | Выполняют учебную задачу занятия; характеризуют речевое и неречевое общение; приводят простейшие примеры речевого и неречевого общения; используют зрительное восприятие для обследования моделей мимики, жестов и позы человека; развивают собственный опыт речевого и неречевого общения; отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения на занятии.                                                                                                                       | 17.09           |      |
| 4        | Образ человека и движение                             | Выполняют учебную задачу занятия; читают рисунки человека на наглядных пособиях; знают «схему тела»; моделируют наиболее характерные ,воспринимают схему собственного тела; самостоятельно воспроизводят наиболее характерные движения; отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения на занятии.                                                                                                                                                                           | 24.09           |      |
| 5        | Выражение эмоциональных состояний человека            | Выполняют учебную задачу занятия; самостоятельно обследуют по алгоритму объемную модель схемы лица; различают черты собственного лица; используют приемы зрительного восприятия основных эмоций человека, выраженных мимикой; воспринимают и воспроизводят базовые мимические движения; читают изображение базовых эмоций человека на наглядных пособиях; самостоятельно воспроизводят базовые характерные жесты; отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения на занятии. | 01.10           |      |
| 6        | Выражение эмоциональных состояний человека и движение | Выполняют учебную задачу занятия; знают внешний облик человека; используют приемы обследования основных пропорциональных отношений фигуры человека; моделируют наиболее характерные эмоциональные движения; читают основные эмоциональные движения человека ; понимают и воспроизводят основные (базовые) эмоции человека; знают и воспроизводят основные движения и действия человека в                                                                                               | 08.10           |      |

|    |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |       |  |
|----|----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--|
|    |                                                                      | ситуации общения; отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения на занятии.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |       |  |
| 7  | Эмоции как средства общения                                          | Выполняют учебную задачу занятия; знают базовые эмоции; знают названия базовых эмоций; воспринимают эмоции посредством зрения и тактильно-осознательного восприятия; самостоятельно воспроизводят базовые эмоции; отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения на занятии.                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 15.10 |  |
| 8  | Средства невербальной коммуникации: пантомимика                      | Выполняют учебную задачу занятия; Применяют невербальные средства коммуникации; выделяют выразительные движения индивида (изменения в походке, осанке, жестах, позах); самостоятельно приводят примеры проявления невербальных средств коммуникации при общении; воспринимают, анализируют и выполняют жестовые и пантомимические движения; отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения на занятии.                                                                                                                                                             | 22.10 |  |
| 9  | Средства невербальной коммуникации: мимика, взгляд и выражение лица. | Выполняют учебную задачу занятия; владеют представлениями о кинетических средствах невербального общения (жесты, поза, мимика); воспринимают базовые мимические движения; называют базовые мимические состояния; воспроизводят базовые мимические движения; отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения на занятии.                                                                                                                                                                                                                                             | 12.11 |  |
| 10 | Средства невербальной коммуникации: фонационные средства общения     | Выполняют учебную задачу занятия; развивают представления об интонационных средствах невербального общения; понимают возможности интонации и характеристики голоса; знают возможности темпа, тембра, громкости речи, заполнения пауз как средств невербальной коммуникации; отрабатывают практические навыки воспроизведения различного тембра голоса в конкретных ситуациях общения (моделирование ситуаций общения); воспроизводят различный уровень громкости речи (моделирование ситуаций общения); отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения на занятии. | 19.11 |  |
| 11 | Средства вербальной коммуникации                                     | Выполняют учебную задачу занятия развивают знания и умения в области вербальной коммуникации; имеют представление о речи как вербальном средстве коммуникации совершенствуют свою речь, знают правила русского языка; преодолевают боязнь установления контактов с другими людьми; приводят примеры проявления вербальных средств коммуникации при общении;                                                                                                                                                                                                                  | 26.11 |  |
| 12 | Речь как способ обмена информацией                                   | Выполняют учебную задачу занятия; Развивают представления о диалоге как форме речевого общения; осваивают основные речевые формы общения; развивают умение точно употреблять слова, развивают умение правильного построения фразы, ее доходчивости, выразительности и доступности для понимания собеседника; правильно произносят звуки и слова; отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения на занятии.                                                                                                                                                        | 03.12 |  |
| 13 | Речь как способ воздействия на собеседника                           | Выполняют учебную задачу занятия; развивают представления о диалоге как форме речевого общения; осваивают основные речевые формы общения; развивают умение грамотно использовать речевые звуковые явления (темп речи, тональность голоса, тембр и т.д.); развивают умение грамотно использовать во время общения, бесед собственные движения, собственное поведение и мимику; развивают умение правильного построения фразы, ее доходчивости выразительности и доступности для                                                                                               | 10.12 |  |

|    |                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |       |  |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--|
|    |                                                                                                    | понимания собеседника; отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения на занятии.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |       |  |
| 14 | Овладение приемами вербальной и невербальной коммуникации                                          | Выполняют учебную задачу занятия; знают основные средства общения и уметь их применять; приобретают опыт восприятия и понимания партнера по общению; приобретают опыт моделирования ситуаций общения; развивают умения оценивать результативность общения, освоение основных форм общения; отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения на занятии.                                                      | 17.12 |  |
| 15 | Овладение приемами невербальной коммуникации: пантомимика                                          | Выполняют учебную задачу занятия; знают выразительные движения индивида (изменения в походке, осанке, жестах, позах); самостоятельно приводят примеры проявления невербальных средств коммуникации при общении (моделирование ситуаций общения); выполняют жестовые и пантомимические движения (моделирование ситуаций общения); отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения на занятии.                | 24.12 |  |
| 16 | Овладение приемами невербальной коммуникации: мимика, взгляд и выражение лица.                     | Выполняют учебную задачу занятия; развивают практические навыки использования мимики и пантомимики как средств невербальной коммуникации; приобретают практический опыт применения мимики и жестов в конкретных ситуациях общения (моделирование ситуаций общения); воспроизводят базовые мимические движения (моделирование ситуаций общения); отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения на занятии. | 14.01 |  |
| 17 | Трудности коммуникации и способы ее устранения.<br>Развитие внимания, памяти, восприятия, мышления | Выполняют учебную задачу занятия; развивают внимание, память, восприятие, мышление для совершенствования навыков коммуникации в процессе выполнения упражнений; моделируют ситуации устранения трудностей коммуникации; отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения на занятии.                                                                                                                         | 21.01 |  |
| 18 | Развитие речевой коммуникации                                                                      | Выполняют учебную задачу занятия; развивают речевую культуру; осваивают основные речевые формы общения (моделирование ситуаций общения); умеют использовать темп речи, тональность голоса, тембр в различных ситуациях общения; развивают практический опыт использования речевых форм общения; отвечают на итоговые вопросы и оценивают свои достижения на занятии.                                                 | 28.01 |  |
| 19 | Средства невербального общения                                                                     | Формирование представлений о мимических, антомимических, интонационных средствах невербального общения. Ознакомление с фонацией (темп, тембр, громкость речи, заполнение пауз). Ознакомление с кинетикой (жесты, поза, мимика) невербальных средств коммуникации. Взгляд как средство коммуникации.                                                                                                                  | 04.02 |  |
| 20 | Средства вербальной коммуникации                                                                   | Формирование знаний о средствах речевой коммуникации: слово, предложение. Речевая культура.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 11.02 |  |
| 21 | Диалог                                                                                             | Формирование представлений о диалоге как форме речевого общения. Основы риторики.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 18.02 |  |
| 22 | Средства общения                                                                                   | Способности выражать свои мысли, чувства, идеи, способности понимать, что было сказано или сделано для тебя. Умение продуцировать и интерпретировать невербальные и вербальные средства общения.                                                                                                                                                                                                                     | 25.05 |  |
| 23 | Социальное взаимодействие                                                                          | Социальное взаимодействие. Умение привлечь внимание к себе, к предмету, к явлению, к другому человеку.                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 04.03 |  |
| 24 | Взаимодействие с партнером по                                                                      | Умение предлагать и вступать во взаимодействие, брать предметы и другое.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 11.03 |  |

|    |                                       |                                                                                                                                                                               |       |  |
|----|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--|
|    | общению                               | Совершенствование пространственных, предметно - пространственных, социально-бытовых представлений и умений, актуальных для социального взаимодействия с партнером по общению. |       |  |
| 25 | Взаимодействие с партнером по общению | Развитие координации совместных с партнером действий. Развитие контролирующей и регулирующей роли зрения в совместных с партнером действиях.                                  | 18.03 |  |
| 26 | Взаимодействие с партнером по общению | Формирование компенсаторных способов устранения коммуникативных трудностей. Развитие зрительного и слухового восприятия как способа ориентации в коммуникативной ситуации     | 01.04 |  |
| 27 | Ситуации общения                      | Формирование умений моделировать ситуацию общения. Эмпатия, самоконтроль.                                                                                                     | 08.04 |  |
| 28 | Речевые модели                        | Формирование речевых моделей. Способность к координации очередности высказываний.                                                                                             | 15.04 |  |
| 29 | Эмоции в общении                      | Эмоции в процессе общения. Представлений о нормах поведения в определенных ситуациях.                                                                                         | 22.04 |  |
| 30 | Конфликты                             | Конфликты и их последствия. Умение выслушать и понять собеседника Умение решать конфликтную ситуацию                                                                          | 29.04 |  |
| 31 | Конфликты и способы их преодоления.   | Способы решения конфликтных ситуаций. Умение учитывать мнение и интересы собеседника                                                                                          | 06.05 |  |
| 32 | Диагностика коммуникативных умений.   | Учебно-речевые ситуации.                                                                                                                                                      | 13.05 |  |
| 33 | Диагностика коммуникативных умений.   | Учебно-речевые ситуации.                                                                                                                                                      | 20.05 |  |
| 34 | Обобщающее занятие                    | Повторение                                                                                                                                                                    | 26.05 |  |

#### Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Основы коммуникации» 8 класс

| №  | Тема занятия                                | Характеристика деятельности обучающихся   | Дата проведения |      |
|----|---------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------|------|
|    |                                             |                                           | план            | факт |
| 1. | Личность и её индивидуальные особенности    | Лекция с элементами беседы                | 4.09            |      |
| 2. | Теории личности                             | Лекция с элементами беседы                | 11.09           |      |
| 3. | Темперамент. Определение типа темперамента. | Лекция с элементами беседы. Тестирование. | 18.09           |      |
| 4. | Способности общие и специальные.            | Лекция с элементами беседы, упражнения    | 25.09           |      |
| 5. | Мои эмоции.                                 | Беседа, интерактивные упражнения          | 2.10            |      |
| 6. | Характер. Акцентуации характера             | Лекция. Тестирование                      | 9.10            |      |
| 7. | Я-концепция                                 | Лекция с элементами беседы                | 16.10           |      |

|     |                                                 |                                                     |       |  |
|-----|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------|--|
| 8.  | Знания и убеждения (Образ «Я»)                  | Лекция с элементами беседы                          | 23.10 |  |
| 9.  | Самооценка.                                     | Практикум                                           | 6.11  |  |
| 10. | Поведение в «Я-концепции»                       | Лекция с элементами беседы                          | 13.11 |  |
| 11. | Защитные механизмы психики                      | Лекция с элементами беседы                          | 20.11 |  |
| 12. | Стереотипы и убеждения.                         | Лекция с элементами беседы                          | 27.11 |  |
| 13. | Нравственность и ценностные ориентации          | Практикум                                           | 4.12  |  |
| 14. | Активность личности и ведущие стороны жизни     | Лекция с элементами беседы, практические упражнения | 11.12 |  |
| 15. | Игра, как инструмент самопознания               | Лекция с элементами беседы                          | 18.12 |  |
| 16. | Психология человеческих взаимоотношений         | Беседа, интерактивные упражнения                    | 15.01 |  |
| 17. | Восприятие при общении                          | Лекция с элементами беседы                          | 22.01 |  |
| 18. | Содержание межличностного восприятия            | Лекция с элементами беседы, практические упражнения | 29.01 |  |
| 19. | Роль межличностного общения в развитии личности | Лекция с элементами беседы                          | 5.02  |  |
| 20. | Общение и психологические средства общения      | Лекция с элементами беседы                          | 19.02 |  |
| 21. | Психология эффективного влияния                 | Практикум                                           | 26.02 |  |
| 22. | Общение и проблемы его изучения                 | Лекция с элементами беседы, практические упражнения | 4.03  |  |
| 23. | Барьеры общения                                 | Лекция с элементами беседы                          | 11.03 |  |
| 24. | Техника общения                                 | Лекция с элементами беседы                          | 18.03 |  |
| 25. | Этика и этикет                                  | Лекция с элементами беседы                          | 1.04  |  |
| 26. | Культура поведения                              | Лекция с элементами беседы                          | 8.04  |  |
| 27. | Культура общения                                | Лекция. Практикум. Тестирование.                    | 15.04 |  |
| 28. | Правила хорошего тона                           | Лекция с элементами беседы                          | 22.04 |  |

|     |                                                      |                                |       |  |
|-----|------------------------------------------------------|--------------------------------|-------|--|
| 29. | Общение дома                                         | Лекция с элементами беседы     | 29.04 |  |
| 30. | Общение в школе                                      | Лекция с элементами беседы     | 6.05  |  |
| 31. | Общение в быту                                       | Лекция с элементами беседы     | 10.05 |  |
| 32. | Линия жизни.                                         | Занятие с элементами тренинга. | 13.05 |  |
| 33. | Правила поведения и общения в непредвидимой ситуации | Лекция с элементами беседы     | 20.05 |  |
| 34. | Правила общения и поведения на дороге                | Лекция с элементами беседы     | 24.05 |  |

Приложение 1

Лист корректировки рабочей программы

| Класс | Название раздела, темы | Дата проведения по плану | Причина корректировки | Корректирующие мероприятия | Дата проведения по факту |
|-------|------------------------|--------------------------|-----------------------|----------------------------|--------------------------|
|       |                        |                          |                       |                            |                          |
|       |                        |                          |                       |                            |                          |
|       |                        |                          |                       |                            |                          |
|       |                        |                          |                       |                            |                          |
|       |                        |                          |                       |                            |                          |
|       |                        |                          |                       |                            |                          |



Лист согласования к документу № Основы коммуник 5-8кл от 01.09.2025  
Инициатор согласования: Мартынова Л.Р. Директор  
Согласование инициировано: 18.09.2025 09:20

| Лист согласования |                |                   | Тип согласования: <b>последовательное</b>                                                                           |           |
|-------------------|----------------|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| N°                | ФИО            | Срок согласования | Результат согласования                                                                                              | Замечания |
| 1                 | Мартынова Л.Р. |                   |  Подписано<br>18.09.2025 - 09:21 | -         |