*Приложение к ООП СОО,*

*утв. пр.№266 от 01.09.2020*

**Учебный курс «Эффективная коммуникация»**

Предлагаемый курс направлен на формирование речевой и коммуникативной культуры учащихся.

Он предполагает формирование умений и навыков учащихся в сфере эффективного и бесконфликтного общения.

Программа носит выраженный обучающий характер. Она отвечает на вопросы: как преодолеть коммуникативные барьеры; как формулировать вопросы, как готовиться к ответам, и как отвечать; как эффективно взаимодействовать и принимать коллективные решения.

**Цель обучения:** развитие у старшеклассников навыков эффективного общения; формирование умений адекватного и равноправного взаимодействия, способности к предотвращению и разрешению межличностных конфликтов с окружающими людьми.

**Задачи обучения:**

* формировать навыки ценностного отношения к собственному психологическому здоровью и толерантного отношения к окружающим;
* способствовать формированию у старшеклассников адекватных представлений  о себе, своих возможностях и способностях;
* формировать  навыки взаимодействия с другими людьми на основе самораскрытия, самопринятия и принятия других;
* развивать навыки публичной самопрезентации;
* развивать навыки  саморефлексии;
* способствовать формированию доброжелательного психологического климата в коллективе.

**Планируемые результаты освоения учебного курса «Эффективная коммуникация»**

**Личностные результаты**

– ориентация обучающихся на достижение личного счастья, реализацию позитивных жизненных перспектив, инициативность, креативность, готовность и способность к личностному самоопределению, способность ставить цели и строить жизненные планы;

– готовность и способность обучающихся к отстаиванию личного достоинства, собственного мнения

– готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самовоспитанию в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества,

– принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, бережное, ответственное и компетентное отношение к собственному физическому и психологическому здоровью.

**Метапредметные образовательные результаты**

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы представлены тремя группами универсальных учебных действий (УУД).

**1. Регулятивные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

– самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;

– оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;

– ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

– оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;

– выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты;

– организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;

– сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

**2. Познавательные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

– искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи;

– критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;

– использовать различные модельно-схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках;

– находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;

– выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;

– выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;

– менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

**3. Коммуникативные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

– осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;

– при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);

– координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;

– развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;

– распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

**Предметные образовательные результаты**

**Обучающийся научится:**

* активно использовать навыки самопознания, самоконтроля, саморегуляции, рефлексии  при взаимодействии с окружающими людьми в различных жизненных ситуациях;
* применять навыки адекватного общения со сверстниками и взрослыми, учитывать свои сильные и слабые стороны, преодолевать слабости и использовать преимущества, изучать свой потенциал в разных сферах деятельности.

**Обучающийся получит возможность научиться:**

* работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;
* учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
* аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом;
* осуществлять коммуникативную рефлексию как осознание оснований собственных действий и действий партнёра.

**Содержание курса**

Коммуникация: понятие, классификация

Современное общество, образование, профессия. Общение как взаимодействие.

Виды общения.

Межличностное общение

Качества, важные для межличностного общения.

Механизмы общения: эмпатия, рефлексия, идентификация.

Вербальные и невербальные средства общения.

Правила эффективного общения.

Фазы общения.

Практическое занятие: ролевая игра «Давайте познакомимся».

Вербальные коммуникации

Особенности вербальной коммуникации.

Барьеры общения.

Обратная связь.

Практическое занятие: упражнение «Мысль одна, а слов много». Рефлексия.

Невербальные коммуникации

Особенности вербальной коммуникации.

Социальный статус. Жесты, мимика, позы.

Практическое занятие: игры: «Зеркало», «Пантомима».

Искусство убеждения

Правила искусства убеждения.

Схема убеждения.

Практическое занятие: упражнения «Убеждение, игры «Комплимент», «Прокуроры и адвокаты», «Поединок ораторов». Рефлексия.

Эффективные приёмы общения. Общение как обмен информацией. Деловое общение. Общение по телефону.

Как стать специалистом в деловых переговорах.

Умение вести конструктивный диалог.

Практическое занятие: составить текст объявления «ищу работу», «приём на работу».

Игра «Экстренные звонки». Упражнение: «Отправь SMS другу». Закрепление материала. Притча: «Как важно правильно слушать». Рефлексия. Упражнение «Самопохвала».

Конфликты и их разрешение

Приветствие. Упражнение «Вежливые слова». Теория (конфликтные типы личности). Формула конфликта.

Беседа (как себя вести, если возникла конфликтная ситуация?). Управление конфликтом.

Правила бесконфликтного общения.

Проявление агрессивности, эгоизма. Стресс.

Практическое занятие: ролевая коммуникативная игра «Как разрешить конфликт». Рефлексия, упражнение «Живая анкета». Проигрывание поведения в стрессовой ситуации.

Манипуляции

Скрытое управление собеседником против его воли. Блок-схема «Защита от манипуляций».

Практическое занятие: проигрывание «выхода из неудобных ситуаций, не теряя чувства собственного достоинства».

Коммуникация в группе

Что такое малая и большая группы. Группа и коллектив.

Положение человека в группе и коллективе. Психологический климат в группе и коллективе.

Формальные и неформальные группы.

Радиослушатели и телезрители как большие социальные группы.

Пользователи Интернета как большая группа.