Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Школа № 2 с кадетскими классами»

РАССМОТРЕНО:
на ШМО учителей истории и обществознания
протокол № 6
от 10 июня 2026 г.

СОГЛАСОВАНО:
Заместитель директора по УВР
_____ Т. В. Клестова
10 июня 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса **«Психология дружбы»**

для основного общего образования

5 класс

2026-2027 учебный год

Составители:
Поташ С.А., педагог-психолог

Губаха, 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность курса: 5 класс — это период кризиса адаптации к среднему звену. Ведущей деятельностью становится интимно-личностное общение со сверстниками. Именно в этом возрасте закладываются основы эмоционального интеллекта, умения разрешать конфликты и противостоять буллингу. Курс «Психология дружбы» направлен на создание безопасной психологической среды в классе, развитие эмпатии и профилактику деструктивного поведения.

Цель курса: Формирование у обучающихся коммуникативной компетентности, эмоционального интеллекта и навыков конструктивного межличностного взаимодействия.

Задачи курса:

- Образовательные: познакомить с понятиями «эмоции», «границы», «конфликт», «буллинг»; научить распознавать свои и чужие чувства.
- Развивающие: развить навыки эмпатии, активного слушания, саморегуляции и умения работать в команде.
- Воспитательные: воспитать культуру уважения к различиям людей, толерантность, ответственность за свои слова и поступки в группе.

Нормативная база: ФЗ «Об образовании в РФ» (ст. 41 «Охрана здоровья обучающихся», ст. 48 «Обязанности педагога»), ФГОС ООО, Программа воспитания школы.

Место курса в учебном плане: 1 час в неделю, всего 17 часов (рассчитан на одно полугодие или модуль).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

5 КЛАСС

Раздел 1. Что такое дружба? (Самопознание и ценности)

Введение в курс. Правила групповой работы (конфиденциальность, «стоп-слово», безоценочность). Самопрезентация. Исследование своего социального круга. Формирование образа «идеального друга» и соотнесение его с реальностью.

Раздел 2. Я в общении (Коммуникативный тренинг)

Блок из 4 занятий, посвященных инструментам общения: невербальные сигналы (язык тела), активное слушание, экологичное выражение недовольства через «Я-высказывания» и понятие личных границ.

Раздел 3. Мы разные! (Эмоциональный интеллект и эмпатия)

Изучение эмоций. Как дружба проявляется в знаках и ритуалах. Что разрушает доверие (сплетни, предательство, буллинг). Умение считывать эмоции других. Уважение к тому, что все люди разные (темперамент, интересы).

Раздел 4. Конфликты и групповая динамика

Природа конфликта. Конструктивные и деструктивные стратегии поведения. Сплочение классного коллектива. Осознание себя как части группы («Мы — это много Я»).

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные:

- Осознание собственных эмоций и умение ими управлять.
- Развитие эмпатии и способности понимать чувства других людей.
- Уважительное отношение к сверстникам, принятие индивидуальных различий.

Метапредметные:

- **Коммуникативные:** умение использовать «Я-высказывания», слушать и слышать собеседника, аргументировать свою позицию без агрессии.
- **Регулятивные:** умение выходить из состояния эмоционального напряжения, применять стратегии поведения в конфликте.

Предметные:

- Знать признаки настоящей дружбы и факторы, ее разрушающие.
- Уметь распознавать вербальные и невербальные сигналы в общении.
- Знать алгоритм конструктивного разрешения споров.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1.	Что такое дружба?	8			
2.	Мы разные!	8			
3.	Практикум	1			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		17	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Введение	1				
2.	Вот я какой!	1				
3.	Мои друзья	1				
4.	Настоящий друг	1				
5.	Я в общении	1				
6.	Я в общении	1				
7.	Я в общении	1				
8.	Я в общении	1				
9.	Знаки дружбы	1				
10.	Разрушитель дружбы	1				
11.	Что такое чувства?	1				
12.	Чувства других людей	1				
13.	Каждому свое	1				
14.	Что такое конфликт?	1				
15.	Поведение в конфликте	1				
16	Мы это много-Я	1				
17.	Практикум	1				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		17	0	0		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

ИНТЕРНЕТ