МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ -

СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 25 ИМЕНИ В.Г. ФЕОФАНОВА

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
Протокол № 25 от 24.06.2026

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ-СОШ №25
_____ О.А. Добычина
Приказ № 576-о от 01.07.2026

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«СЛУЖБА МЕДИАЦИИ»

для основного общего образования (8 классы)

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Актуальность программы

Подростковый возраст характеризуется интенсивным формированием личности, повышенной эмоциональной чувствительностью и обострением конфликтов со сверстниками и взрослыми. В условиях современной образовательной среды особую значимость приобретает профилактика конфликтного поведения, буллинга и кибербуллинга, а также создание психологически безопасной атмосферы, способствующей продуктивному обучению и социализации обучающихся.

Программа «Служба медиации» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и ориентирована на развитие коммуникативной компетентности обучающихся 8-х классов, формирование навыков конструктивного разрешения спорных ситуаций и подготовку медиаторов-ровесников для школьной службы примирения (ШСП). Программа опирается на принципы восстановительного подхода, согласно которому конфликт рассматривается не только как проблема, но и как точка роста для его участников. Медиативный подход ориентирует на восстановление отношений и удовлетворение потребностей всех сторон, а не на поиск виновного.

Новизна программы заключается в интеграции трёх взаимосвязанных линий: развитие эмоционального интеллекта, освоение коммуникативных техник и практическое освоение медиативных процедур. Обучающиеся не просто получают знания о конфликтах, а становятся активными участниками создания безопасной школьной среды.

1.2. Цель программы

Формирование у обучающихся 8-х классов коммуникативной компетентности, навыков конструктивного общения и готовности к участию в деятельности школьной службы примирения для создания психологически безопасной среды.

1.3. Задачи программы

- сформировать системные знания о природе конфликта, его структуре и динамике;
- развить навыки эффективной коммуникации: активного слушания, «Я-сообщений», распознавания невербальных сигналов;
- обучить способам эмоциональной саморегуляции в напряжённых ситуациях;
- познакомить с медиативным подходом и этапами проведения примирительных процедур;
- создать условия для освоения позиции медиатора-ровесника;
- способствовать профилактике травли/буллинга и конфликтного поведения в школьной среде.

1.4. Формы организации и проведения занятий

Форма организации: школьная служба примирения (ШСП). Формы занятий: тренинговые упражнения, ролевые игры, дискуссии, кейс-стади, работа в малых группах, анализ видеосюжетов, рефлексивные практики.

2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

Программа курса «Служба медиации» рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю) и предназначена для обучающихся 8-х классов. Содержание курса структурировано по семи разделам, каждый из которых включает теоретическую и практическую части. Теоретический материал представлен в форме интерактивных лекций, дискуссий и анализа видеосюжетов; практическая часть — в виде тренинговых упражнений, ролевых игр и кейс-стади.

Курс реализуется в рамках социально-гуманитарного направления внеурочной деятельности и способствует достижению личностных, метапредметных и предметных результатов, предусмотренных ФГОС основного общего образования. Особое внимание уделяется формированию универсальных учебных действий: регулятивных (управление эмоциональным состоянием), познавательных (анализ конфликтных ситуаций) и коммуникативных (ведение конструктивного диалога).

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

3.1. Личностные результаты

- развитие эмпатии и толерантности к различным мнениям и позициям;
- формирование ответственности за собственное поведение в конфликтной ситуации;
- повышение конфликтоустойчивости и эмоциональной зрелости;
- осознание ценности конструктивных отношений и готовность их выстраивать;
- формирование активной гражданской позиции через участие в создании безопасной школьной среды.

3.2. Метапредметные результаты

- **регулятивные:** умение управлять своим эмоциональным состоянием, выбирать конструктивные стратегии поведения в конфликте;
- **познавательные:** умение анализировать конфликтные ситуации, определять их причины и возможные пути разрешения;
- **коммуникативные:** владение навыками активного слушания, ведения конструктивного диалога, аргументации своей позиции без агрессии; способность работать в команде и принимать групповые решения.

3.3. Предметные результаты

- знание структуры конфликта, его стадий и стратегий поведения;
- понимание принципов медиации (добровольность, нейтральность, конфиденциальность);
- владение базовыми техниками активного слушания и эмоциональной саморегуляции;
- представление об этапах примирительной встречи и круга сообщества;
- умение применять медиативные техники в моделируемых конфликтных ситуациях;
- готовность к участию в деятельности школьной службы примирения в качестве медиатора-ровесника.

3.4. Формы аттестации и контроля

- **Текущий контроль:** наблюдение за активностью на занятиях, выполнение практических упражнений, участие в групповых обсуждениях и ролевых играх.
- **Итоговый контроль:** защита проекта по разрешению конфликтной ситуации с применением медиативных техник.
- **Форма аттестации:** зачёт (по результатам защиты проекта и посещаемости).

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Введение в курс (2 часа)

Тема 1. Знакомство. Правила группы. Что такое психологически безопасная среда? Принятие правил групповой работы. Понятие психологически безопасной и бесконфликтной образовательной среды, её признаки. Роль каждого обучающегося в создании безопасной атмосферы в классе.

Тема 2. Диагностика «Какой я в конфликте?» Самодиагностика индивидуальных стратегий поведения в спорных ситуациях. Рефлексия личного опыта участия в конфликтах.

Раздел 2. Эмоции и саморегуляция (6 часов)

Тема 3. Эмоции и чувства: словарь эмоций. Виды и свойства эмоций. Расширение эмоционального словаря. Связь эмоций и поведения в конфликте.

Тема 4. Эмоциональный интеллект: распознавание эмоций. Распознавание собственных эмоций и эмоций окружающих. Практикум по определению эмоциональных состояний.

Тема 5. Эмоциональное напряжение и стресс. Признаки эмоционального напряжения. Физиологические и психологические реакции на стресс в конфликтной ситуации.

Тема 6. Приёмы снятия эмоционального напряжения. Дыхательные техники, визуализация, переключение внимания, физическая разрядка.

Тема 7. Как выразить негативные эмоции конструктивно. Отработка навыков выражения злости, обиды, страха без агрессии и обвинений.

Тема 8. Практикум: саморегуляция в сложных ситуациях. Применение освоенных техник в моделируемых конфликтных ситуациях.

Раздел 3. Коммуникация без барьеров (6 часов)

Тема 9. Барьеры в общении: почему нас не понимают. Барьеры коммуникации: непонимание целей, неумение выразить эмоции, предубеждения, стереотипы.

Тема 10. Активное слушание: техники и приёмы. Техники активного слушания: перефразирование, уточнение, отражение чувств, резюмирование.

Тема 11. Практикум активного слушания. Отработка техник в парах и малых группах.

Тема 12. «Я-сообщения»: говорим о чувствах без обвинений. Формула «Я-сообщения». Сравнение с «Ты-сообщениями». Практическое применение.

Тема 13. Невербальное общение: язык тела. Распознавание невербальных сигналов. Позы, жесты, мимика, интонация в конфликтном взаимодействии.

Тема 14. Практикум: конструктивный диалог. Моделирование диалога с использованием освоенных техник.

Раздел 4. Конфликт: понять, чтобы управлять (6 часов)

Тема 15. Что такое конфликт: структура и стадии. Структура конфликта: объект, участники, условия. Стадии развития конфликта.

Тема 16. Стратегии поведения в конфликте (по Томасу). Классификация стратегий: избегание, приспособление, конкуренция, компромисс, сотрудничество.

Тема 17. Мои типичные стратегии: анализ ситуаций. Анализ личных стратегий поведения в конфликте. Определение их эффективности.

Тема 18. Карта конфликта: интересы и потребности сторон. Графический анализ конфликта через карту интересов. Различение позиций и интересов.

Тема 19. Анализ конфликтных ситуаций: практикум. Работа с кейсами реальных и моделируемых конфликтных ситуаций.

Тема 20. Буллинг и кибербуллинг: распознавание и противодействие. Признаки буллинга, его последствия, стратегии вмешательства. Особенности кибербуллинга.

Раздел 5. Медиация: искусство примирения (8 часов)

Тема 21. Что такое медиация. Принципы восстановительного подхода. Медиация как альтернативный способ разрешения конфликтов. Принципы: добровольность, нейтральность, конфиденциальность, ответственность сторон.

Тема 22. Медиатор: роль, ценности, компетенции. Профессионально важные качества медиатора. Этические нормы. Позиция нейтральности.

Тема 23. Этапы работы медиатора. Этапы подготовки медиатора. Особенности предварительных встреч с каждой стороной.

Тема 24. Предварительная встреча: подготовка к диалогу. Отработка навыков проведения предварительной встречи.

Тема 25. Примирительная встреча: ход и риски. Структура примирительной встречи. Возможные риски и способы их минимизации.

Тема 26. Отработка навыков ведения примирительной встречи. Ролевая игра «Медиация конфликта».

Тема 27. Круг сообщества как восстановительная практика. Программа «Круг сообщества». Цели, структура, правила проведения.

Тема 28. Практикум: проведение круга. Отработка навыков проведения круга сообщества.

Раздел 6. Я — миротворец (4 часа)

Тема 29. Коммуникативная компетентность: что я умею. Обобщение освоенных знаний и навыков. Самооценка уровня конфликтности и умения выходить конструктивно из конфликта.

Тема 30. Профилактика конфликтов: моя роль в классе. Определение личной роли в профилактике конфликтов. Разработка идей для класса.

Тема 31. Разработка профилактической акции для школы. Создание и презентация профилактического мероприятия для параллели 8-х классов.

Тема 32. Итоговая рефлексия: мой путь медиатора. Рефлексия личностных изменений за период освоения программы.

Раздел 7. Итоговый контроль (2 часа)

Тема 33. Защита проектов «Я — медиатор». Презентация проектов по разрешению конкретной конфликтной ситуации с использованием медиативного подхода.

Тема 34. Итоговое занятие: подведение итогов. Рефлексия курса, вручение сертификатов.

5. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Знакомство. Правила группы. Что такое психологически безопасная среда?	1
2	Диагностика «Какой я в конфликте?»	1
3	Эмоции и чувства: словарь эмоций	1
4	Эмоциональный интеллект: распознавание эмоций	1
5	Эмоциональное напряжение и стресс	1
6	Приёмы снятия эмоционального напряжения	1

№ п/п	Тема	Количество часов
7	Как выразить негативные эмоции конструктивно	1
8	Практикум: саморегуляция в сложных ситуациях	1
9	Барьеры в общении: почему нас не понимают	1
10	Активное слушание: техники и приёмы	1
11	Практикум активного слушания	1
12	«Я-сообщения»: говорим о чувствах без обвинений	1
13	Невербальное общение: язык тела	1
14	Практикум: конструктивный диалог	1
15	Что такое конфликт: структура и стадии	1
16	Стратегии поведения в конфликте (по Томасу)	1
17	Мои типичные стратегии: анализ ситуаций	1
18	Карта конфликта: интересы и потребности сторон	1
19	Анализ конфликтных ситуаций: практикум	1
20	Буллинг и кибербуллинг: распознавание и противодействие	1
21	Что такое медиация. Принципы восстановительного подхода	1
22	Медиатор: роль, ценности, компетенции	1

№ п/п	Тема	Количество часов
23	Этапы работы медиатора	1
24	Предварительная встреча: подготовка к диалогу	1
25	Примирительная встреча: ход и риски	1
26	Отработка навыков ведения примирительной встречи	1
27	Круг сообщества как восстановительная практика	1
28	Практикум: проведение круга	1
29	Коммуникативная компетентность: что я умею	1
30	Профилактика конфликтов: моя роль в классе	1
31	Разработка профилактической акции для школы	1
32	Итоговая рефлексия: мой путь медиатора	1
33	Защита проектов «Я — медиатор»	1
34	Итоговое занятие: подведение итогов	1
ИТОГО		**34**

6. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Материалы и оборудование: отдельный кабинет для тренингов, пространство для круга, мультимедийное оборудование, раздаточные материалы (карточки с ситуациями, бланки «Карта конфликта», памятки по техникам), видеотека.

Список литературы:

1. Методические рекомендации по организации служб медиации и примирения. — М.: ФГБОУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2024.
2. Гагай В.В. Создание психологически безопасной образовательной среды: учебное пособие. — Сургут: Сургутский государственный педагогический университет, 2020. — 126 с.
3. Коновалов А.Ю. Школьная служба примирения и восстановительная культура взаимоотношений. — М., 2012.
4. Солдатова Г.В. Коммуникативная компетентность педагога и медиация в образовании: учебно-методическое пособие. — СПб.: СПб АППО, 2020. — 160 с.
5. Волченкова Е.В., Потягова М.А. Возможности медиации в профилактике буллинга среди подростков // Динамика социальной среды как фактор развития потребности в новых профессионалах в сфере социальной работы и организации работы с молодежью: сб. материалов науч.-практ. Междунар. конф. — Нижний Новгород, 2019. — С. 278–282.
6. Гордиенко Н.В., Кирсанова В.Г., Першина Л.А. Оценка результативности работы школьной службы медиации как ресурса воспитания обучающихся // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Педагогика. — 2022. — № 3. — С. 29–42.
7. Пастухова Е.Г. От наказания к диалогу: практика школьных служб примирения // Социальная психология и общество. — 2025. — Том 16. — № 2. — С. 155–176.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 145792345010397423411790935696345598984963060873

Владелец Добычина Ольга Александровна

Действителен С 08.04.2026 по 08.04.2027