

Муниципальное казенное учреждение
«Управление образования Администрации Северодвинска»

Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Детский центр культуры»

Принято на заседании
педагогического совета
от 18.04.2024 года
Протокол № 5

Утверждаю
Директор МАОУ ДО «ДЦК»

Левченко Е.Б.

Приказ МАОУ ДО «ДЦК»
от 19.04.2024 № 34-увр

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
«Лабиринт личности. Вход»**

Возраст обучающихся: 10-13 лет
Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:
Корельская Оксана Васильевна,
педагог дополнительного образования

Северодвинск,

2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лабиринт личности. Вход» имеет социально-гуманитарную направленность и разработана для детей 10-13 лет. Программа направлена на развитие субъектной позиции личности младшего подростка через обучение способам рассматривать проблемную ситуацию, возникшую в процессе деятельности, как задачу, предполагающую поиск, нахождение и реализацию оптимального варианта решения.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лабиринт личности. Вход» разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Федеральным законом Российской Федерации от 14.07. 2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»,
- Федеральным проектом «Успех каждого ребенка» - Приложение к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 № 3;
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р),
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 № 629),
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ (приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391),
- Профессиональным стандартом «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (утверждён приказом Министерства труда России от 22 сентября 2021 г. № 652н),
- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо

министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 года № 09-3242),

- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разноуровневые программы в области физической культуры и спорта (ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания») (2021 год),

- Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (письмо Министерства просвещения РФ от 31.01.2022 №ДГ-245/06,

- Методическими рекомендациями Федерального государственного бюджетного научного учреждения «Институт изучения детства, семьи и воспитания» «Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной программы» (2023 год),

- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи СП 2.4. 3648-20 (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28),

- Уставом МАОУ ДО «ДЦК», утвержденным распоряжением муниципального казенного учреждения «Управление образования Администрации Северодвинска» от 12.04.2023 № 212-р;

- Положением о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах, реализуемых в муниципальном автономном образовательном учреждении дополнительного образования «Детский центр культуры», утвержденным приказом МАОУ ДО «ДЦК» от 04.02.2020 № 24/1-од;

- Положением о промежуточной аттестации и текущем контроле муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Детский центр культуры», утвержденным приказом МАОУ ДО «ДЦК» от 25.05.2020 № 56/1-од;

и с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, обучающихся на занятиях социально-гуманитарной направленности, а также с учетом специфики работы учреждения.

Актуальность программы

Актуальность программы определяется прежде всего социальным заказом.

Результаты опроса обучающихся и их родителей (законных представителей) показали, что все респонденты отметили необходимость занятий по саморазвитию и оценили положительное влияние этих занятий на умение воспитанников более конструктивно выстраивать взаимоотношения с окружающими, чем до занятий по данной программе.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лабиринт личности. Вход» имеет большой воспитательный и развивающий потенциал. Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Лабиринт личности. Вход» направлено на развитие способности обучающихся рассматривать проблемную ситуацию, возникшую в процессе деятельности, как задачу, предполагающую поиск, нахождение и реализацию оптимального варианта решения, что является важной составной частью субъектной позиции личности. При этом использование развивающей технологии обучения, через коллективный поиск истины, сопровождающийся постоянным обменом мнениями, дает возможность стимулирования внутренних процессов психических новообразований, а именно развития индивидуальной способности к самоизменению, к установлению границ «Я-самости». Обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Лабиринт личности. Вход» обеспечивает личностное, социальное, познавательное, коммуникативное развитие обучающихся. Данная программа предусматривает личностно-ориентированный подход в обучении, учёт индивидуальных психофизиологических особенностей воспитанников. Использование традиционных и современных приёмов обучения способствует гармонизации отношений детей с окружающей средой, их социализации. В ходе реализации программы, обучающиеся младшего подросткового возраста, преодолевают характерные для них трудности: повышение тревожности, неуверенности, страхов.

Следует отметить, что конкретные задачи воспитательной работы и ожидаемые результаты сформулированы в соответствующих разделах программы.

Усвоение знаний о нормах, духовно-нравственных ценностях, традициях

обеспечивается информированием детей и организацией общения между ними. Формирование и развитие личностных отношений к нравственным нормам реализуется через вовлечение детей в различную деятельность, организацию их активностей. Опыт нравственного поведения, практика реализации нравственных позиций, обеспечивают формирование способности к нравственному отношению к собственному поведению и действиям других людей. Основной формой воспитательной деятельности в детском объединении является учебное занятие. В ходе учебных занятий в соответствии с предметным и метапредметным содержанием программы, обучающиеся: усваивают необходимую информацию, имеющую воспитательное значение; получают опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации; осознают себя способными к нравственному выбору; участвуют в освоении и формировании среды своего личностного развития, творческой самореализации.

В воспитательной деятельности с детьми по программе используются следующие методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей младшего возраста) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

Возможность использования программы в других образовательных системах

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лабиринт личности. Вход» реализуется в рамках муниципального образовательного учреждения дополнительного образования «Детский центр культуры».

Цель программы

- развитие социальной компетентности младших подростков через обучение навыкам сотрудничества и проектной деятельности.

Задачи программы

Обучающие (предметные):

1. обучать способам разумного подхода к построению взаимоотношений;
2. формировать основы проектного мышления;
3. формирование у школьников представлений о типах проблемных ситуаций и подходов к их решению.

Развивающие:

1. создать условия для формирования позитивной Я-концепции и свободы самовыражения;
2. развивать и совершенствовать навыки саморегуляции;
3. развивать способность к адекватной оценке себя и сверстников;
4. развивать коммуникативные навыки;
5. развивать навыки рефлексии;
6. развивать навыки сотрудничества;

Воспитательные:

1. создавать условия для совершенствования различных нравственных качеств;
2. развивать толерантность;
3. создавать условия психологической безопасности на занятиях.

Перечисленные задачи решаются в комплексе, во время прохождения групповых занятий теории и практики, а также в индивидуальных беседах с обучающимися.

Отличительные особенности

Данная программа в соответствии с уровнем сложности содержания относится к базовому уровню.

Программа выстроена с учетом следующих основополагающих идей:

1. субъект-субъектного подхода, который предполагает активность самих обучающихся в процессе идентификации «образа Я»;

2. активизации интеллектуально-творческого потенциала, который ориентирует подростков на поиск самостоятельного выхода за пределы привычных представлений о себе самом и о своих возможностях;

3. креативности, который характеризуется созданием новых ценностей, развитием умения по-иному посмотреть на привычное, умения возразить самому себе, т.е. развитием творческого отношения к жизни;

4. сотрудничества, который предполагает включенность каждого участника группы в совместную работу;

5. доминантности, понимаемый как направленность каждого занятия на осознание и переживание подростком какого-то отдельного аспекта своей Я-концепции на основе всех остальных представлений о себе как сопровождающих ведущее переживание и актуализирующихся в процессе творческого сотрудничества со сверстниками.

Основная же идея, на которой базируется программа, заключается в том, что она направлена на комплексное решение основных задач данного возраста: поиск своего подлинного Я, как основы развития целостной структуры Я-концепции; развитие навыков конструктивного поведения; развитие готовности и способности решать проблемные ситуации.

Программа базируется на общепедагогических принципах:

1. Доступности, т.е. соответствия возрастным и индивидуальным особенностям обучающихся;

2. Наглядности, т.е. иллюстративности, наличия дидактического материала;

3. Научности, т.е. обоснованности, наличия методологической базы и теоретической основы;

4. Усложнения, т.е. изучение материала «от простого к сложному».

Содержание программы включает образовательные блоки, которые предусматривают не только усвоение теоретических знаний, но и формирование деятельностно-практического опыта. Теоретическая часть занятия включает в себя следующие элементы: объяснение специальных терминов по теме занятия, смысла используемых психологических упражнений; описание и анализ причин поведения человека в определенных ситуациях, правила техники безопасности.

Практические занятия по программе связаны с использованием практики

групповой работы с детьми в форме творческого сотрудничества со сверстниками и проектного подхода к рассмотрению проблемной ситуации, который включает в себя развитие умений у обучающихся анализировать проблему, вычленять ее суть, переформулировать проблему в задачу собственной деятельности, планировать и осуществлять шаги по решению этой задачи, оценивать полученный результат с точки зрения поставленной цели.

Программа предусматривает вариативность использования некоторых педагогических технологий: проектной и исследовательской технологий, игровой технологии, арт-технологии, технологии творческого сотрудничества сверстников, здоровьесберегающей технологии.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лабиринт личности. Вход» включает применение широко зарекомендовавших себя в практике методических систем, передовых авторских методик, направленных на самопознание, развития коммуникативных и рефлексивных способностей.

На занятиях используются разнообразные эффективные приемы, направленные на комплексное развитие личности, например, такие как:

- метод мозгового штурма, разработанный А. Осборном. Этот метод позволяет получить максимальное количество новых идей в минимальное время. При проведении этого метода запрещена любая критика и поощряется любая идея, предложенная ребенком;

- создание проблемной ситуации, способствующей появлению у школьников удивления, озадаченности, интеллектуальной активности, эмоциональной приподнятости, стремления к узнаванию, более глубокому ознакомлению с предметом – состояний, свойственных познавательному интересу.

- прием «Ромашка Блума», созданная Б. Блумом. Ценность данного приема в том, что он учит детей слушать и слышать, развивает речь, даёт возможность общения, активизирует мыслительную деятельность, познавательный интерес, побуждает детей к действию, формирует умение формулировать вопросы и находить на них ответы;

- прием «Лови ловушку», позволяющий актуализировать имеющиеся у обучающихся знания по изучаемой теме и развивать у них критический подход к получаемой информации;

- приём «тонких и толстых вопросов» направленный на формирование умения вести дискуссию, задавая корректные вопросы и доказательно обосновывая свой ответ;

- метод свободных ассоциаций или ассоциативный эксперимент, авторы Ф. Гальтон и В. Вундт. Суть метода состоит в нахождении как можно большего числа отдаленных и неожиданных ассоциаций к рассматриваемому объекту или проблеме и созданию новых связей между данными ассоциациями и исходным объектом.

- приём «Корзина идей», авторы Д. Воган и Т. Эстес, позволяющий определить "поле интересов", которые будут обсуждаться и анализироваться в процессе занятия.

Специфика предполагаемой деятельности детей обусловлена тем, что именно в отношениях со сверстниками младшие подростки отработывают способы взаимоотношений, проходят особую школу социальных отношений, а все образовательные блоки программы предусматривают не только усвоение теоретических знаний, но и формирование деятельностно-практического опыта.

Характеристика обучающихся.

Данная дополнительная образовательная программа разработана для детей младшего подросткового возраста и учитывает их возрастные особенности.

Возрастной период 10-13 лет является сенситивным для целенаправленного влияния на развитие личности подростка в позитивном ключе, активизации его интереса к познанию, творчеству, овладению им ценностями науки, культуры, формированию у него навыков поведения в обществе на основе самоуважения и признания прав личности другого человека. Центральным новообразованием младшего подросткового возраста считается чувство взрослости – отношение подростка к себе как к взрослому, ощущение и осознание себя в какой-то мере взрослым человеком. Важным моментом взросления является умение устанавливать взаимосвязи как со взрослыми, так и со сверстниками, а успешность данной деятельности во многом зависит от формирования у младшего подростка «нового Я», отличного от детского и умения решать проблемы, с которыми ребенок сталкивается в различных сферах своей жизни.

Освоение материала на занятиях в основном происходит в процессе игрового практикума. Для того чтобы ребенок младшего подросткового возраста мог

грамотно и убедительно справляться с возникающими перед ним жизненными задачами, необходимо, чтобы он умел искать конструктивные пути их решения. Поэтому для обучения подростка умению использовать ранее полученные знания в новой ситуации, уместно использовать проблемный метод обучения, в ходе которого подача нового материала происходит через создание проблемной ситуации, которая является для ребенка интеллектуальным затруднением, и он вынужден находить новые решения, предлагая несколько вариантов.

Программа адресована обучающимся 10-13 лет, так как использование групповых дискуссий и психологических игр способствует творческому самовыражению и создает условия для развития навыков эффективного общения.

При формировании учебных групп учитывается возраст обучающихся. Набор и формирование групп осуществляется без вступительных испытаний. Количество обучающихся составляет от 10 до 15 человек. В состав групп могут входить обучающиеся с ОВЗ, одарённые дети и дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации.

Сроки и этапы реализации программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лабиринт личности. Вход» рассчитана на 1 год обучения. Общее количество часов – 72 часа. Зачисление обучающихся производится преимущественно в начале учебного года. в течение учебного года обучающиеся зачисляются при наличии свободных мест.

Формы и режим занятий.

Режим занятий: 1 раз в неделю по 2 академических часа (по 45 минут) с перерывом на отдых 10 минут (в соответствии с требованиями СанПиН 2.4. 3648-20).

Основной формой организации учебной деятельности является занятие.

Основной вид деятельности – коммуникативная деятельность.

Занятия включают в себя теоретическую и практическую части. Теоретическая часть включает в себя необходимую информацию о теме и предмете знания, практическая часть направлена на подтверждение озвученных теоретических позиций или отработку умений в соответствии с программой.

Среди форм проведения занятий следует выделить: теоретические (лекция), практические (психологическая игра, интеллектуальная игра, практикум, тренинг, фильмогруппа, дискуссия)

Формы организации детей на занятии: коллективная, групповая, индивидуальная.

Структура занятия:

1. Организационная часть: поставка целей и задач, формирование мотивации, план работы.
2. Основная часть: актуализация знаний, постановка проблемы, выдвижение гипотез, проверка решения, формулировка выводов.
3. Заключительная часть: подведение итогов занятия, оценка результата работы на занятии.

Методы, используемые в процессе обучения

Группы методов	Методы и приемы
Словесные	Объяснение, рассказ, беседа, работа с художественной литературой.
Наглядные	Демонстрация наглядных пособий, мультфильмов, фильмов, работа с образами.
Практические	Игровые методы, методы групповой дискуссии, проективные методики рисуночного и вербального типов, арттерапия, сказкотерапия, анализ ситуаций, рефлексия.

Ожидаемые результаты и форма их проверки.

Планируемые результаты:

Предметные:

1. сформированность понятий «проблема», «решение проблемы»;
2. ориентировка в классификации проблем;
3. сформированность представлений о способах выражения эмоциональных состояний;
4. умение формулировать вопросы;
5. применение полученных знаний при взаимодействии с окружающими.

Метапредметные:

1. умение планировать свою деятельность;

2. умение выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль;
3. осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
4. умение адекватно использовать творческие навыки для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач;
5. умение адекватно оценивать свои достижения, осознавать возникающие трудности, искать их причины и пути преодоления;
6. осуществлять поиск информации с использованием литературы и средств массовой информации;
7. умение обосновывать собственную позицию;
8. умение учитывать различные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
9. умение применять коммуникативные навыки, необходимые для общения в учебной, повседневно-бытовой, деловой сферах, сферах досуга и развлечения.

Личностные:

1. желание приобретать новые знания, умения, совершенствовать имеющиеся, осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению;
2. освоение новых видов деятельности, участие в творческом, созидательном процессе;
3. овладение способами деятельности в собственных интересах и возможностях с точки зрения здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности;
4. сформированность начальных навыков рефлексии;
5. формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий.

Текущий контроль освоения программы проводится в течение учебного года после изучения каждого раздела и нацелен на выявление динамики личностного роста воспитанников, их осмысленность и свободу пользования специальной терминологией. Контроль за полученными знаниями и умениями проводится на основе методик, включенных в программу через тестирование и творческие работы.

Способами контроля на занятии являются: педагогическое наблюдение, анализ продуктов деятельности обучающихся, тестирование.

Форма оценки результатов освоения программы – присвоение «званий» разного уровня («знаток», «разбирающийся», «вникающий»).

Высокому уровню усвоению материала будут соответствовать результаты тестирования, содержащие 70-100% правильных ответов.

Низкому уровню – ниже 40%.

По итогам контроля педагог заполняет диагностические карты.

Формы контроля и подведения итогов реализации программы (промежуточная аттестация)

Промежуточная аттестация проводится в соответствии с Положением о промежуточной аттестации и текущем контроле муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Детский центр культуры»

Промежуточная аттестация проводится в форме выполнения обучающимися творческой работы и прохождения тестирования.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование темы	Количество часов			Вид контроля
		всего	теория	практика	
1	Я-эмоциональное	10	4	6	Входная диагностика
2	Я-нравственное	10	4	6	Текущий контроль
3	Я-интеллектуальное	20	8	12	Текущий контроль
4	Я-социальное	32	6	26	Промежуточная аттестация
Всего часов		72	22	50	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№	Месяц, число	Форма занятий	Кол-во часов	Раздел, тема занятия	Способ контроля
1.	01.09-07.09	Практикум	2	Практикум самопознания «Карта внутреннего мира»	Анализ творческой работы
2.	08.09-14.09	Фильмогруппа	2	Кинотренинг «Я – это я»	Педагогическое наблюдение
3.	15.09-21.09	Фильмогру	2	Кинотренинг «Я – это я»	Педагогическое

		ппа			наблюдение
4.	22.09-28.09	Практикум	2	Практикум самопознания «Особенности моего Я»	Тестирование
5.	29.09-05.10	Практикум	2	Практикум самопознания «Зналок эмоций. Мой темперамент»	Тестирование
6.	06.10-12.10	Практикум	2	Практикум самопознания «Зналок эмоций. Мой темперамент»	Тестирование
7.	13.10-19.10	Психологическая игра	2	Психологическая игра «Необычная прогулка»	Педагогическое наблюдение
8.	20.10-26.10	Практикум	2	Арттерапевтический практикум «Моя планета»	Анализ творческой работы
9.	27.10-02.11	Практикум	2	Практикум самовоспитания «Я среди других»	Педагогическое наблюдение
10.	03.11-09.11	Практикум	2	Практикум саморазвития «Неповторимые мы»	Педагогическое наблюдение
11.	10.11-16.11	Фильмогруппа	2	Кинотренинг «Осторожно каникулы»	Педагогическое наблюдение
12.	17.11-23.11	Тренинг	2	Тимбилдинг «Учимся сотрудничать»	Педагогическое наблюдение
13.	24.11-30.11	Психологическая игра	2	Игра-тренинг «Проблемы, похожие на мозаику»	Педагогическое наблюдение
14.	01.12-07.12	Психологическая игра	2	Игра-тренинг «Проблемы, похожие на многослойное желе»	Педагогическое наблюдение
15.	08.12-14.12	Психологическая игра	2	Игра-тренинг «Проблемы, похожие на снежинку»	Педагогическое наблюдение
16.	15.12-21.12	Психологическая игра	2	Деловая игра «Мы строим парк»	Анализ творческой работы
17.	22.12-28.12	Психологическая игра	2	Игра-тренинг «Проблемы, похожие на олимпийские кольца»	Педагогическое наблюдение
18.	29.12-16.01	Психологическая игра	2	Игра-тренинг «Проблемы, похожие на притчу о слоне»	Педагогическое наблюдение
19.	17.01-23.01	Практикум	2	Практикум саморазвития «Учимся находить решение проблемы»	Педагогическое наблюдение
20.	24.01-30.01	Интеллектуальная игра	2	Квест «Однажды в городе N...»	Педагогическое наблюдение
21.	31.01-06.02	Практикум	2	Интерактивная лекция «Другой – это другой»	Педагогическое наблюдение
22.	07.02-13.02	Интеллектуальная игра	2	Квест «Детективное агентство»	Педагогическое наблюдение
23.	14.02-20.02	Тренинг	2	Тренинг саморазвития «Умение говорить нет»	Педагогическое наблюдение
24.	21.02-27.02	Тренинг	2	Тренинг саморазвития «Умение говорить нет»	Педагогическое наблюдение
25.	28.02-06.03	Практикум	2	Практикум самовоспитания «В добрый путь»	Педагогическое наблюдение
26.	07.03-13.03	Практикум	2	Практикум самопознания «Роли, которые мы выбираем»	Тестирование
27.	14.03-20.03	Практикум	2	Практикум самопознания «Роли, которые мы выбираем»	Тестирование
28.	21.03-27.03	Лекция	2	Лекция-визуализация «В поисках гармонии»	Педагогическое наблюдение
29.	28.03-03.04	Фильмогру	2	Кинотренинг «В поисках успеха»	Педагогическое наблюдение

		ппа			
30.	04.04-10.04	Практикум	2	Практикум самопознания «В поисках творчества»	Педагогическое наблюдение
31.	11.04-17.04	Практикум	2	Практикум самопознания «В поисках радости»	Педагогическое наблюдение
32.	18.04-24.04	Практикум	2	Практикум самопознания «В поисках истины»	Педагогическое наблюдение
33.	25.04-04.05	Практикум	2	Практикум самопознания «В поисках перемен»	Педагогическое наблюдение
34.	05.05-15.05	Фильмогру ппа	2	Кинотренинг «Головоломка» Промежуточная аттестация.	Тестирование
35.	16.05-22.05	Практикум	2	Практикум самопознания «В поисках счастья»	Педагогическое наблюдение
36.	23.05-31.05	Психологи ческая игра	2	Деловая игра «Жизнь по собственному выбору»	Тестирование

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. «Я-эмоциональное»

Теория

Цели и задачи курса. Групповые правила. Согласованность в работе. Представления о своем «Я». Понятия «Уважение», «Оскорбление», «Эмоции», «Чувства». Классификация эмоций. Отличие и сходство чувств, состояний, эмоций. Как формируется отношение к чему-, кому-либо. Роль мимики, пантомимики в проявлении эмоций. Отличие темперамента и характера. Значение имени в жизни человека.

Практика

Упражнения на развитие эмоционального интеллекта: «Обзови бумагу», «Найди имя», «Я и мое сильное и великое имя», «Угадай эмоцию», «Прогноз погоды». Фильмогруппа: «Тим Талер или Проданный смех», «Головоломка». Психологические игры: «Без слов», «Колечко», «Волшебная лавка». Тестирование: «Тип темперамента».

Раздел 2. «Я-нравственное»

Теория

Нравственность. Любовь к ближнему. Справедливость. Сострадание. Сорадость. Польза. Доброжелательность. Уважение. «Идеальное Я». «Идеальное Мы». Личное пространство.

Практика

Упражнения на осознание жизненных ценностей: «Карта моего внутреннего мира», «Дерево жизни», «Рекламный ролик», «Два барана», «Комната».

Арттерапевтический триптих «Моя планета». Фильмогруппа: «Запасной игрок». Психологические игры: «Встреча цивилизаций». Тестирование: «Кто я?»

Раздел 3. «Я-интеллектуальное»

Теория

Проблемная ситуация. Типы проблемных ситуаций. Технология решения разных типов проблем. Оптимальный путь решения. Суть проблемы.

Практика

Упражнения на формирование навыков проектного мышления, публичного выступления, умения формулировать и аргументировать свою точку зрения: «Поймай льва», «Последовательные каринки», «Найди место», «Новый год в джунглях Амазонки», «Пластилин», «Вавилонская башня». Фильмогруппа: «Тим Талер или Проданный смех». Психологические игры: «Таверна «Находка», «Сладкая проблема», «Кусудама», «Детективное агенство», «Почта», «Фермеры», «Поиск Золушки», «Три испытания».

Раздел 4. «Я-социальное»

Теория

Коллективное решение проблем. Вербальное, невербальное общение. Роль конфликтов в жизни людей. Стратегии разрешения конфликтов. Лидер. Сплоченность. Творческий потенциал. Интерес к другому. Социальные роли. Безоценочное восприятие. Завершение курса.

Практика

Упражнения на развитие коммуникативных навыков, формирование ресурса стрессоустойчивости, осознание своей социальной позиции: «Рекламный ролик», «Стакан воды», «Кочки», «Мои плюсы и мои минусы», «Ролевая карта», «Мы делили апельсин...». Ролевая игра «Встреча цивилизаций» Фильмогруппа: «Осторожно каникулы». Психологические игры: «Необычный ресторан», «Секрет Джовани», «Интеллектуалы», «Ищу друга». Тестирование: «Бунтарь, умник или опоздун», «Какой ты друг», «Конфликтная ли ты личность?».

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение

1. Кабинет для занятий, соответствующий, требованиям СанПиН 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

2. Оборудование:

- рабочие места обучающихся (ученические столы - 8, стулья — 16)
- магнитная доска;
- проектор;
- ноутбук.
- принтер,
- цветные и простые карандаши,
- маркеры, авторучки, планшеты,
- белая бумага форматов А4, А5, А3, тонированная бумага.

Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования, соответствующий Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (утвержден приказом министерства труда России от 22 сентября 2021 года № 652н).

Возможные формы реализации программы

Форма реализации очная. Возможно обучение по программе в дистанционном формате с использованием сети Интернет (групповые видео-звонки в Сферуме, группа объединения в Вконтакте и др. возможности).

Возможность индивидуальных образовательных маршрутов

При реализации программы возможна разработка индивидуальных образовательных маршрутов для детей с ОВЗ и с особыми образовательными потребностями.

СПИСОК ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ

Список литературы для педагогов

1. Богатырева Т.Л. Практическому психологу: цикл занятий с подростками (10-12 лет). – М.: Педагогическое общество России, 2006.
2. Владимирова Ю. Новичок в средней школе (Программа адаптационных встреч для пятиклассников) // Школьный психолог № 9, 2004.
3. Голубева Ю.А. Тренинги с подростками: программы, конспекты занятий. – Волгоград: Учитель, 2009.
4. Голубева Я., Иванова Н., Никитина В. Путешествие на затерянном острове (Тренинговая игра для учащихся пятых классов) // Школьный психолог № 24, 2007.
5. Зарипова Ю.Ф. Поверь в себя: программа психологической помощи подросткам. – М.: «Чистые пруды». 2007.
6. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. - 2-е изд. - СПб: Питер, 2007.
7. Коробкина С.А. Адаптация учащихся на сложных возрастных этапах (1, 5, 10 классы): система работы с детьми, родителями, педагогами. – Волгоград: Учитель, 2009.
8. Левашова С.А. Психолог и подросток: коммуникативно–двигательный тренинг. – Ярославль: «Академия развития», 2006.
9. Павлова М.А. Психогимнастические упражнения для школьников: разминки, энергизаторы, активаторы. – Волгоград: Учитель, 2009.
10. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. Психологические игры и упражнения. Часть 1-4. –М. Генезис, 2006.
11. Шурухт С.М. Подростковый возраст: развитие креативности, самосознания, эмоций, коммуникации и ответственности. – СПб.: Издательство «Речь», 2006.

Список литературы для детей и родителей

1. Кинчер Дж. Книга о твоих знакомых. 40 тестов-экспериментов. – СПб: Питер Пресс, 2020.
2. Прихожан А.М. Психология неудачника: Тренинг уверенность в себе. – М.: ТЦ «Сфера», 2019.
3. Я в мире людей. /Под ред. Б.П. Битинаса. М., 2017.

Электронные образовательные ресурсы

1. Проективная_методика . – URL: https://vk.com/feed?q=%23Проективная_методика§ion=search (дата обращения: 15.05.2023)
2. 15 современных книг для подростков . – URL: <https://externat.foxford.ru/polezno-znat/books-teens> (дата обращения: 14.04.2023)
3. Ваш психолог. – URL: <http://www.vashpsixolog.ru> (дата обращения: 10.01.2023)

ПРИЛОЖЕНИЕ

Психологические игры и упражнения

Упражнение "Взаимодействие"

Оснащение. До начала занятия на стол кладется несколько кусков мела и рядом с ними свернутый отрезок веревки. К доске приглашаются трое добровольцев.

Вы — бригада и должны работать вместе. У вас полторы минуты, чтобы нарисовать на доске окружность. Все, что необходимо для работы, здесь есть. Время пошло.

Как правило, задание выполнить не удается. Иногда в группе находится кто-то умеющий рисовать, и он один, «от руки» рисует окружность. В подобной ситуации задание считается не выполненным, так как работа должна быть коллективной. Группа заменяется, и задание повторяется.

Наиболее распространенный случай, когда все трое одновременно начинают рисовать окружность. Рисунок получается некачественный, т.е. задание не выполнено. Можно предложить еще одной группе учащихся выполнить задание, но это не обязательно.

Обсуждение (проводится в виде дискуссии). Все делали одно и то же. Так не бывает. У каждого должны быть свои обязанности, кто-то организует работу, кто-то – выполняет.

- На доску выносятся первый пункт «алгоритма взаимодействия»: **назначить организатора.**

Каждая работа начинается, что называется, «от печки», т.е. с главной точки. Мы должны были нарисовать окружность. Что такое окружность? (Учащиеся дают определение окружности.) Мы должны были начать рисовать с центра. Теперь посмотрите на стол. На нем лежит веревка. Если к одному концу веревки привязать мел, а другой конец прижать к центру — можно нарисовать окружность. Теперь понятно, как рисовать.

- На доску выносятся второй пункт «алгоритма взаимодействия»: **составить план.**

После того как план составлен, организатор должен сказать, кто будет держать веревку у центра, а кто работать тем концом, к которому привязан мел.

- На доску выносятся третий пункт «алгоритма взаимодействия»: **распределить обязанности.**

А теперь осталось только нарисовать. Но уж если мы выбрали организатора, он должен со стороны посмотреть, ровно ли рисуется окружность.

- На доску выносятся четвертый пункт «алгоритма взаимодействия» - выполнение и контроль.

ПРИКЛЮЧЕНИЯ НА ЗАТЕРЯННОМ ОСТРОВЕ

Тренинговая игра для учащихся пятых классов

Цель: формирование навыков конструктивного взаимодействия в малой группе и в классном коллективе в ситуации принятия решения; выявление лидеров и характера взаимоотношений в группе, интеграция умений и навыков успешного взаимодействия с другими людьми.

Материалы: цветные карандаши, фломастеры, бумага А4, веревка, скотч, ножницы, бланки для игры «Кораблекрушение», диск со звуками моря.

ХОД ИГРЫ

Введение правил группового взаимодействия

Вспоминаем, обсуждаем и принимаем все вместе 3-5 правил (10-15 мин.).

Разминка «Передай по кругу» (5–10 мин.)

Участники стоят в кругу.

Ведущий. *Сейчас в одну сторону я передам красный фломастер. Его надо будет передавать через одного. Давайте потренируемся. А теперь в другую сторону надо будет передавать синий фломастер каждому. Будьте внимательны.*

Два фломастера передаются по кругу в противоположных направлениях. Ведущий несколько раз меняет условия передачи фломастеров и направление движения.

Разминка «Дождь» (5–10 мин.)

Половине участников дается инструкция — хлопать ладонями по коленям, другой половине — топтать ногами. Ведущий стоит в центре, регулируя громкость звучания первой и второй команды левой и правой рукой соответственно.

Ведущий. *Дождь начинается с отдельных крупных капель, которых становится все больше и больше (левая рука поднимается выше и выше). И превращается в настоящий ливень и сильную грозу (правая рука). Затем дождь стихает (поочередное снижение громкости хлопков правой и левой руки).*

Игра «Затерянный остров» (2,5 часа)

Введение в контекст игры (10–15 мин.)

Ведущий. *Мы плывем на борту роскошного океанического лайнера. Дождик, который только что прошел, лишь намочил палубу, а свежий ветерок разогнал все облака. Но вдруг на горизонте появилась черная туча и заволокла все небо. Поднялся ветер и завертел наш лайнер, как пушинку.*

И случилось так, что корабль потерпел кораблекрушение. Вы чудом спаслись и оказались на плоту посреди Тихого океана. Вам необходимо выбрать лидера, ведь без лидера в этой ситуации выжить будет очень трудно!

Происходит дискуссия, в которой участники определяют лидера, после чего в группе обнаруживаются интереснейшие темы для обсуждения:

— Всегда ли хорошо, когда человек обладает лидерскими качествами?

— Как может повернуться ситуация, если таких людей в группе несколько?

— Можно ли поставить знак равенства между лидерской позицией и знанием?

Ведущий. *Случилось так, что ваш большой плот, на котором вы все спаслись во время кораблекрушения, наткнулся на риф и рассыпался на отдельные бревна. Каждому досталось свое бревно, но вас раскидало в разные стороны. Ожидая рассвета, вы плавали на своих бревнах в надежде на чудо. И чудо свершилось. Каждый из вас в предрассветной мгле увидел остров. Прибрежные волны поднесли вас к нему, и вы наконец-то оказались на суше. Каждый из вас приплыл к острову уставшим, но полным надежды на спасение. Вокруг только шум прибоя и крики чаек. Но вдруг ты понимаешь, что ты на берегу не один. За соседним валуном кто-то шевелится и вздыхает. Сейчас каждый из вас возьмет из моего волшебного мешочка один предмет, а затем найдет всех с такими же предметами и объединится с ними в группу.*

В мешочке предметы (пуговицы, скрепки, монетки, бусины, палочки или ручки) по количеству участников группы.

Искать своих необходимо в полной тишине, так как пока неизвестно, кто может жить на острове. (Дети находят друг друга и рассаживаются по командам.) Ваша команда оказалась в какой-то части затерянного острова. Осмотритесь вокруг. Вам надо подумать, договориться и нарисовать, в какой местности, в какой части острова вы находитесь. Что там есть особенного и примечательного, что полезного и нужного на вашей части острова.

Все команды попали в разные части острова.

«Осваиваем местность» (20 мин.)

Каждой команде дается задание сделать коллективный рисунок, отражающий ту местность, где они оказались. Рисунки вывешиваются на доску, получается целостный пейзаж острова. Вверху доски обозначается Бухта. Участники команд рассказывают о той части острова, где они оказались.

Ведущий. *Как видите, вы оказались в разных частях острова достаточно далеко от Бухты. Чтобы спастись, до нее обязательно надо добраться, потому что все корабли проплывают только с той стороны острова. На пути к Бухте вам встретится много разных препятствий, которые предстоит преодолеть. Большую часть этих заданий вам нужно будет отыскать во время перерыва на территории.*

Перерыв

Поиск заданий в конвертах по всему зданию. Всего 10 конвертов.

Преодоление препятствий (10 мин.)

В первых пяти конвертах задания-ребусы. Слова-ребусы оказались достаточно легким заданием. Лучше в виде ребуса представить поговорки, пословицы, «крылатые фразы».

«Зона слышимости» (10–15 мин.)

Ведущий. *Поздравляю! Преодолев первые препятствия, вы попадаете в зону слышимости. Вы пока еще не видите друг друга, но уже можете подать друг другу звуковые сигналы, чтобы убедиться, что все спасены и находятся на острове.*

Каждая команда придумывает ритм, состоящий из трех тактов, и выстукивает его (руками, ногами) трижды. Затем остальные команды трижды повторяют ритм в знак того, что команда услышана.

Когда все команды услышаны, на доске отмечается продвижение команд к Бухте.

Выполнение заданий-препятствий (15–20 мин.)

Эти задания-препятствия творческие:

1. Изобразите походку человека: хорошо пообедавшего; у которого жмут ботинки; неудачно пнувшего кирпич; с острым приступом радикулита; оставшегося ночью в лесу.
2. Назовите пять видов товаров в магазине: «Все для двоечников»; «Все для прогульщиков»; «Все для нерях»; «Все для второгодников»; «Все для злостных неносильщиков сменной обуви». Одно на выбор.
3. Сочинить историю про: собаку, которая жила в холодильнике; ворону, которая любила кататься на велосипеде; щуку, которая играла на гитаре; березу, которая хотела научиться плавать; майского жука, который очень боялся высоты. Одно на выбор.
4. Придумать новое применение предметам: пустой консервной банке; дырявому носку; лопнувшему воздушному шару; перегоревшей лампочке; пустому стержню от ручки. Одно на выбор.
5. При помощи пантомимы (мимика, жесты, движение) покажите профессию повара, ветеринара, спортсмена.

При помощи пантомимы (мимика, жесты, движение) покажите песочные часы, телефон, мясорубку, контрабас, будильник.

Должны быть задействованы все участники группы.

Когда все команды выполнили задания, на доске отмечается продвижение команд к Бухте.

«Зона видимости» (10–15 мин.)

Ведущий. *Вы добрались до зоны видимости и можете наконец видеть друг друга, однако не можете слышать, так как слишком шумит океан, который уже совсем близко. Тем не*

менее у вас есть возможность посоветоваться относительно возможного спасения с острова.

Команды изображают без слов различные средства спасения с острова. Остальные угадывают.

В конце задания можно задать вопросы:

- Какое средство спасения было самым оригинальным?
- Какое средство спасения было надежным?
- Какое средство спасения было самым неожиданным?
- Какое средство спасения вам больше всего понравилось?

Когда все команды выполнили задания, на доске отмечается продвижение команд к Бухте.

Преодоление последнего перешейка (10–15 мин.)

Ведущий. *Вы практически добрались до Бухты, откуда вас могут заметить проходящие мимо корабли и спасти. Но осталось последнее препятствие на пути к Бухте (единственный переход к Бухте) — узкий перешеек внутри скалы. Пройти его можно, только крепко держась за руки и не размыкая общий круг.*

Упражнение «Пройди через кольцо». Все участники стоят в кругу, держась за руки. На руку одного из них надето веревочное кольцо. Все участники должны пролезть через веревочное кольцо, не размыкая рук и не помогая себе пальцами.

Ведущий. *Преодолено последнее препятствие. Наконец-то вы достигли Бухты, из которой вас могут заметить и спасти проходящие мимо корабли.*

Подведение итогов, рефлексия (30 мин.)

Обсуждение происходит по следующим вопросам:

- 1) Что понравилось и что не понравилось в игре?
- 2) Что было самым сложным и что все-таки помогло справиться?
- 3) Удалось ли узнать что-то новое об одноклассниках и о самом себе?
- 4) Заполнение итоговой анкеты (см. приложение).
- 5) Высказывание мнений по отдельным вопросам анкеты.