



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
РЕСПУБЛИКИ КАРЕЛИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ, НУЖДАЮЩИХСЯ  
В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ И МЕДИКО-СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ  
«ЦЕНТР ДИАГНОСТИКИ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ»

---

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБОУ РК ЦДК

Руденкова Е.А.

Обсуждена и одобрена  
на заседании  
Методического Совета Учреждения  
ГБОУ РК ЦДК

Протокол №2

от 10 декабря 2019



**Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа  
социально-педагогической направленности**

**«Клубы общения»**

для подростков (обучающихся) 12-13; 14-15; 16-18 лет  
36 академических часов

составлено:

Чехонина Любовь Петровна,  
социальный педагог

Петрозаводск, 2019

## **1. Пояснительная записка**

Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа социально-педагогической направленности, позволяет развивать навыки общения подростков с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и/или с инвалидностью и без. Решает задачи формирования общей культуры личности, адаптации личности к жизни в обществе.

### **1.1. Актуальность и перспективность программы**

Подростки 12-18 лет на пути саморазвития испытывают ряд социально-психологических проблем, особенно, это касается подростков с ОВЗ и/или с инвалидностью. Они, наряду с «обычными» подростками, могут испытывать сложности не только в учебе, но и в общении со сверстниками. Не в каждой семье и школе ребенок обучается умению общаться, некоторые подростки не видят положительных моделей поведения и взаимодействия с другими людьми. Многие подростки «сидят» в смартфонах, и не умеют общаться «вживую». Мало кто из педагогов ведет системную работу по развитию навыков общения подростков с ОВЗ и/или с инвалидностью и без в инклюзивном образовании.

### **1.2. Научные, методологические, нормативно-правовые и методические основания программы**

Учитывая особенности и новообразования подросткового и юношеского возраста (Л.С. Выготский, И.С. Кон, Д.И. Фельдштейн, А.В. Петровский и др.), стремление к общению в кругу сверстников, поиск жизненных перспектив (Абульханова-Славская, Т.М. Ковалева и др.), программа основана на социальных пробах через живое человеческое общение.

На сегодняшний день, во всех регионах Российской Федерации приоритетным направлением в деятельности образовательных учреждений признана политика развития инклюзивного образования, и в частности это касается программ дополнительного образования (Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).

Данная программа разработана на основе авторской программы «Развитие жизненных ценностей и социальной ответственности детей, подростков и юношества» Чехониной Л.П., и коррекционно-развивающих занятий «Коммуникативные группы» для нормативно развивающихся подростков с учетом включения в образовательный процесс детей с ОВЗ и детей с инвалидностью.

### **1.3. Практическая направленность программы**

Данная программа является практико-ориентированной, в ее основе лежит системно-деятельностный подход отечественных психологов (С.Л. Рубинштейн, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев). Основное время рассчитано на выработку социально психологических компетентностей, связанных с ориентацией на здоровый образ жизни, интериоризацию – «пропускание через себя» (Л.С. Выготский) и закрепление положительных поведенческих паттернов через активные социальные пробы взаимодействия участников программы, а теоретический блок минимизирован (представлен участникам в формате мини-лекций).

### **1.4. Адресат**

Группы подростков, разделенные по возрасту (12-13; 14-15; 16-18 лет) смешанные (с ОВЗ и/или с инвалидностью и без): обучающиеся школ, студенты СПО и ВУЗов.

### **1.5. Продолжительность программы**

Общее время программы с включением всех модулей составляет 36 часов.

### **1.6. Сведения о практической апробации программы**

Программа апробирована с 2015 по 2019 годы, на базе ГБОУ РК ЦДК в группах подростков 12-13 лет; 14-15 лет; 16-18 лет с инвалидностью/ОВЗ и без. В группах от 3 до 4 чел. для обучающихся только с инвалидностью; до 8 чел. – смешанные группы с инвалидностью/ОВЗ и без.

**1.7. Цель программы:** Социализация и адаптация подростков с инвалидностью/ОВЗ и без через развитие навыков общения.

### **1.8. Задачи программы:**

1. Организовать подростков с инвалидностью/ОВЗ и без, в группы (клубы) общения в соответствии с возрастом;
1. Развивать навыки общения при знакомстве, коммуникации, взаимодействии;
2. Дать представления об общении, как инструменте развития жизненных ценностей и семейных традиций;
3. Повышать принятие, снижать коммуникативные барьеры подростков с инвалидностью/ОВЗ и без;
4. Дать представления о социальных умениях;
5. Развивать представления о способах эмоционального контроля;
6. Развивать личность на основе педагогической поддержки индивидуальности подростков с инвалидностью/ОВЗ и без (способностей, интересов, склонностей) в условиях специально организованной образовательной деятельности;
7. Способствовать социализации подростков с инвалидностью/ОВЗ и без, через социальное проектирование и самоуправление.

## 2. Содержание программы

### 2.1. Учебный План

№ п/п	Модуль	Всего академ. часов	В том числе	
			Теория	Практика
1	Командообразование: Я – ресурс для коллектива	6	1	5
2	Навыки общения	9	1,5	7,5
3	Мой внутренний мир и социальное окружение	6	1	5
4	Социальное проектирование: личное и коллективное	15	2,5	12,5
<b>Всего:</b>		<b>36</b>	<b>6</b>	<b>30</b>

### 2.2. Учебно-тематический план

№ п/п	Модуль	Занятие	Тема занятия	Всего академич. часов	В том числе	
					Теорети ческих	Практи ческих
1	Командообразование: Я – ресурс для коллектива	1	Знакомство	3	0,5	2,5
		2	Мои ценности	3	0,5	2,5
2	Навыки общения	3	Навыки общения при знакомстве	3	0,5	2,5
		4	Коммуникация	3	0,5	2,5
		5	Взаимодействие	3	0,5	2,5
3	Мой внутренний мир и социальное окружение	6	Как управлять своими эмоциями	3	0,5	2,5
		7	Семья и любовь	3	0,5	2,5
4	Социальное проектирование: личное и коллективное	8	Мое саморазвитие	3	0,5	2,5
		9	Самоуправление – что это такое?	3	0,5	2,5
		10	Школа волонтеров	3	0,5	2,5
		11	Проектная деятельность «Социальные проекты»	3	0,5	2,5
		12	Итоговое занятие	3	0,5	2,5
<b>Итого</b>				<b>36</b>	<b>6</b>	<b>30</b>

## 2.3. Календарный учебный график

Группа	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
			12	12	36	1 раз в неделю 3 часа по 45 минут с перерывами по 10 минут

## 3. Основное содержание программы

### I. Командообразование: Я – ресурс для коллектива

#### 1 занятие: «Знакомство»

Знакомство. Установочная сессия. Ожидания, Правила группы. Я ресурс для коллектива. Создание положительного эмоционального фона. *Игры разминки:* «Имена – это важно», «Снежный ком», «Встреча», «Шанхайцы», «Измерим друг друга», «Линейка», «Алфавит», и/или другие разминки из книги К. Фоппеля (см. список литературы). Коллективный рисунок; в конце занятия – итоговая оценка удовлетворенности тренингом (упражнение с вытянутыми руками).

#### 2 занятие: «Мои Ценности»

Представления о жизненных ценностях. Ценность здорового выбора. Технологии выбора от ПАВ к ЗОЖ (упражнения). Интернет гигиена (время и информация). *Игры разминки:* «Уйти, чтобы остаться», «Анкета», «Небо и земля», «Час пик», «Очищение», и/или другие разминки из книги К. Фоппеля.

### II. Навыки общения

#### 3 занятие: «Навыки общения при знакомстве»

На что мы обращаем внимание при первой встрече. Как влияет количество людей на знакомство. Обращаем ли мы внимание при общении на мимику, взгляд (глаза), дистанцию, позу, жесты. Представления о внешности своей, других. Границы общения. Этикет. Стили виды общения. Обсуждение. Представления о социальных умениях, как инструменте общения. *Игры разминки:* «Подойди ближе», «Опасения», «Ромео и Джульетта», «Мой вклад», «Работа в команде», «Скованные одной цепью» и/или другие разминки из книги К. Фоппеля.

#### 4 занятие: «Коммуникация»

Представление о коммуникации – передаче информации, как инструменте общения. Коммуникативные барьеры. Социальные умения как инструмент коммуникаций (упражнения). Потеря информации (упражнение). *Игры разминки:* Необычные вопросы «Публичное интервью», «Бутылочка», «Разожми кулак», «Сквозь игольное ушко» и/или другие разминки из книги К. Фоппеля.

#### 5 занятие: «Взаимодействие»



Представления о конфликтах. Конфликтология. Внутриличностный конфликт. Межличностный конфликт. Внутригрупповой конфликт. Межгрупповой конфликт. Профилактика негативных явлений: травли (буллинга). О социальных умениях, готовность к сотрудничеству и помощи даже при неблагоприятных и затруднительных обстоятельствах. Упражнения, разработки автора программы Чехониной Л.П.

### III. Мой внутренний мир и социальное окружение

#### **6 занятие: «Как управлять своими эмоциями»**

Ролевые игры, дневник чувств. Агрессия. Контроль гнева. Жизненные стрессоры. Как договориться со своей эмоцией. Дневник чувств. *Игры разминки*: «Наша группа», «Сафари», «Совместная импровизация», «Небольшое путешествие», «Воображаемое путешествие» и/или другие разминки из книги К. Фоппеля.

#### **7 занятие: «Семья и любовь»**

Итоговый мониторинг знаний. Функции в семье (роли, обязанности). Семейные традиции и ритуалы. Семья как индикатор качества жизни. Семья как жизненная ценность. Дружба, Любовь, Влюбленность – обсуждение.

### IV. Социальное проектирование личное и коллективное

#### **8 занятие: «Мое саморазвитие»**

Таймменеджмент. Работоспособность. Ивент-менеджмент. Субъектность, индивидуализация. Ценностные ориентации, жизненный дизайн. Ценность здорового выбора. Технологии картирования. Дневник самоконтроля. Карта мечты. Письмо в будущее.

#### **9 занятие: «Самоуправление – что это такое?»**

Самоуправление и командообразование. Основы социальной психологии. Мониторинг социально-психологического климата (СПК). Этапы становления коллектива, сплоченность. Стадии развития коллектива. Диагностика по методике самоаттестации коллектива (А.Н. Лутошкин, А.Г. Кирпичник). Я и коллектив. СПК. Лидерские и организаторские способности. Гражданская активность. Диагностика личностных лидерских качеств. «Могу ли я быть лидером-организатором?» (М.И. Рожков, Л.И. Уманский, А.Н. Лутошкин).

#### **10 занятие: «Школа волонтеров»**

Обсуждение создания волонтерской команды. Диагностика личностных волонтерских качеств. Самопрезентация. Всем ли необходимо становиться волонтерами? Основы превентивной деятельности в молодежной среде, акции и мероприятия, социальные проекты. Традиции группы через участие в социальном проекте. Ценность здорового выбора. Я и коллектив. СПК. Школа лидеров.

#### **11 занятие «Проектная деятельность «Социальные проекты»**

Создание плана социального проекта. Обсуждение. Требования к организации социальных проектов. В начале занятия – повторение пройденного материала; Наблюдение за активностью участников. План социального проекта. В конце

занятия – итоговая оценка удовлетворенности тренингом (упражнение с вытянутыми руками).

## **12 занятие «Итоговое занятие»**

Мастер-класс с приглашением гостя (музыканта, художника, повара или других гостей по желанию участников и по возможностям ведущих). «Сто вопросов» гостю. Чаепитие. Возможно присутствие родителей. Анкета обратной связи, общее фото.

## **4. Система условий реализации программы**

### **4.1. Требования к условиям реализации программы**

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа реализуется с возможностью использования сетевого взаимодействия со специалистами ГБОУ РК ЦДК г. Петрозаводска Республики Карелия, районных ППМСЦ.

Объем: 36 часов.

Режим занятий: очно.

Тип занятий: комбинированный с преобладанием практики над теорией.

Основная форма занятий – тренинг.

Ведущие: два тренера с психологическим и социально-педагогическим образованием ведут занятия в сотренерстве.

Вариативность программы позволяет исполнителю посредством сетевого взаимодействия со специалистами, ассистентами (психологи, дефектологи, социальные педагоги и др.) адаптировать ее под потребности заказчика образовательной услуги. Занятия можно дополнять и изменять в соответствии с пожеланием и возможностями участников программы.

Кабинетная система, выходы на улицу по содержанию программы (организации социальных проектов), соблюдение норм СанПиН (шум, освещение, эргономические параметры).

Противопоказания: нарушения интеллекта

### **4.2. Организационно-педагогические условия реализации АДОП**

*Общие требования организации инклюзивной практики:*

- Договор с родителями ребенка с инвалидностью/ОВЗ и без, в котором фиксируются права и обязанности всех субъектов инклюзивного пространства, предусмотрены правовые механизмы изменения образовательного маршрута в соответствии с особенностями и возможностями ребенка, в том числе новыми, возникающими в процессе образования;
- Выявление трудностей у детей с инвалидностью/ОВЗ и без, через индивидуальное и групповое консультирование родителей (организационное и итоговое родительское собрание);
- Доступ к любой информации, связанной с реализацией программы, планируемыми в ней результатами, в целом – организацией образовательной деятельности и условиями ее осуществления;

- Обеспечение удовлетворяющими особым образовательным потребностям детей с ОВЗ специальным оборудованием и пособиям. Обеспечение психолого-педагогических и здоровьесберегающих условий;
- Применение адекватных возможностям и потребностям обучающихся современных технологий, методов, приемов, форм организации деятельности при разработке и реализации АДОП;
- Создание условий для адаптации детей с ограниченными возможностями здоровья в группе сверстников;
- Включение «внешних» социальных партнеров – например, методического центра ГБОУ РК ЦДК г. Петрозаводска Республики Карелия, районных ППМСЦ, реализующих основные образовательные программы в сетевой форме;
- Создание атмосферы эмоционального комфорта, должно осуществляться формирование взаимоотношений в духе сотрудничества и принятия особенностей каждого, формирование у детей позитивной, социально направленной учебной мотивации;
- При многочисленных нарушениях снижение количества участников программы, предоставление различных видов дозированной помощи, возможность перерывов, соблюдение комфортного режима. Избегание гиперопеки. Сотрудничество педагога, ведущего программу со специалистами: психологами, дефектологами, логопедами, сурдо и тифлопедагогами, сурдпереводчиком;
- Организация рабочего места детей с ОВЗ, помимо общих требований безбарьерного пространства (прежде всего здание и прилегающая территория), учитывает индивидуальные особенности ребенка в частности:
  - Увеличение времени для освоения учебного материала;
  - Уменьшение и облегчение сложности и объема учебного материала;
  - Учет сохранных функций ребенка;
  - Учет нарушений;
  - Учет рекомендуемой врачом нагрузки;
  - Учет рекомендаций ПМПК.

**Специальные условия для слепых и слабовидящих детей:** объяснение через образную речь, наличие тактильно-осязательных, зрительных, звуковых ориентиров, жалюзи на окнах, использование интерактивных игр, виртуальных и программных ресурсов, групповое взаимодействие, тактильный дидактический материал. Речевой опрос (вместо письменного). Использование специальных возможностей операционной системы: увеличенные шрифты и курсор, экранная лупа, экранная клавиатура с увеличенными буквами, звуковое описание (для слабовидящих). Использование специального оборудования (брайлевский дисплей, брайлевская клавиатура (для слепых), клавиатура с увеличенными буквами).

**Специальные условия для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата (НОДА):** Наличие индивидуальных ортопедических приспособлений. Использование информационных технологий, в зависимости



от тяжести нарушений и предпочтений обучаемого. Все помещения ОО должны обеспечивать беспрепятственное передвижение (наличие пандусов, лифтов, подъемников, поручней, широких дверных проемов). Адаптация текстового материала (увеличение шрифта, обозначение цветом и т.п.); Речевой опрос (вместо письменного).

**Специальные условия для обучающихся с нарушением слуха:** Наличие индивидуальной современной электроакустической и звукоусиливающей аппаратуры, исправных слуховых аппаратов/кохлеарного импланта. Расположение обучающегося в помещении, продуманность освещенности лица говорящего и фона за ним, Хорошее освещение, внятная речь ведущего, сопровождение письменной речи – устной. Использование современной электроакустической, в том числе звукоусиливающей аппаратуры, а также аппаратуры, позволяющей лучше видеть происходящее на расстоянии (проецирование на большой экран), регулирование уровня шума в помещениях и другие. Наличие текстовой информации, в виде печатных таблиц и схем или электронных носителях, облегчающих самостоятельную ориентировку. Коммуникационные системы (PM-радио). Специальные места для хранения FM-систем, слуховых аппаратов, зарядных устройств, батареек. Технические средства для формирования произносительной стороны устной речи.

**Форма аттестации** – презентация индивидуальных и/или групповых планов социальных проектов.

**Методы обучения**, в основе которых лежит способ организации занятия:

*Словесные:* мини-лекции, пояснения, беседа, объяснение, обсуждение текста (притчи), дискуссии, обсуждение музыкального произведения, картины, фильма и др.

*Наглядные:* показ видеоматериалов, иллюстраций, показ педагогом приемов исполнения социальных умений, наблюдение, работа по образцу – подражание социальным умениям, действиям в команде.

*Практические:* тренинг, игры – разминки на сплочение и коммуникацию, тренировочные упражнения для закрепления темы.

**Формы проведения занятий:** беседа, дискуссия, посиделки, тренинг, деловая игра, диспут, творческая встреча, встреча с интересными людьми, мастер-класс, выступление, размышление, обсуждение и др.

**Методические материалы:** Чехонина Л.П. «Социально-педагогическая деятельность в образовательной организации» Практическое руководство.

**Наглядные пособия и материалы:** схематические или символические (таблицы, схемы, рисунки, графики, плакаты). Фильмы. Дидактические пособия (карточки, раздаточный материал, вопросы и задания для устного или письменного опроса, тесты, практические задания, упражнения и др.).

## 5. Требования к результатам освоения программы

В результате освоения программы слушатели будут иметь:

- представления о семейных ценностях и традициях;
- представления о навыках общения и социальных умениях;
- представления о социальном проектировании;

- представления о межличностном общении;
- понятия о конфликтах, выходах из конфликтов.

В результате освоения программы слушатели разовьют:

- коммуникативную компетентность;
- технологии построения долгосрочной перспективы личностного саморазвития и развертывания индивидуализации через общение;
- навыки эмоционального контроля через общение;
- морально-нравственное отношение к действительности через общение;
- активную жизненную позицию;
- уважение к нормам коллективной жизни.

## **6. Система оценки достижения планируемых результатов**

Оценка достижения планируемых результатов реализуется следующими методами отслеживания результативности. *Формы контроля:*

- Мониторинг ожиданий (на первом занятии);
- Коллективные и индивидуальные рисунки;
- Итоговая оценка удовлетворенности тренингом в форме упражнения или /и рефлексии по кругу (в конце каждого занятия);
- Анализ степени включенности, активности (наличия знаний) в повторении пройденного материала (в начале каждого занятия);
- Наблюдение за активностью участников;
- Анализ степени активности (включенности) в обсуждения, дискуссии, игры-упражнения;
- Анализ степени участия в презентации социальных проектов;
- Наличие плана социального проекта (на предпоследнем занятии);
- Оценка степени удовлетворённости программой участников (на заключительном занятии);
- Анализ обсуждения итогов программы (чего достигли, что добавить);
- Анализ, Публикация фотоотчетов и информации на официальном сайте организации;
- Количество проведенных мероприятий;
- Учет посещаемости, как косвенная оценка интереса к программе;
- Учет количества участников профилактических мероприятий (детей, подростков, юношества, родителей);
- Отзыв родителей о программе.

Визуальные социальные продукты: фоторепортажи, ролевые игры (социальные пробы), карты, письма, проектные планы, наличие обучающихся, желающих стать волонтерами, продолжать группу, наличие в группе новых друзей, видео отчеты, акций («Добровольцы детям», «Открытые улицы») и /или другие социально одобряемые мероприятия.

## Список литературы

1. Андреева Г.М. Социальная психология. – М.: Аспект-Пресс, 2010. – 363с.
2. Лутошкин А.Н. Как вести за собой: Старшеклассникам об основах организаторской работы / А. Н. Лутошкин; Под ред. Б. З. Вульфова, – М.: Просвещение, 1981. – 208 с.
3. «Развитие жизненных ценностей и социальной ответственности детей, подростков и юношества» (социально-педагогическая программа дополнительного образования) <https://psy.su/psyche/projects/2075/>  
[https://psy.su/mod\\_files/additions\\_1/file\\_file\\_additions\\_1\\_5923.pdf](https://psy.su/mod_files/additions_1/file_file_additions_1_5923.pdf)
4. Сопровождение детей с инвалидностью и ОВЗ. Социальный подход. (III раздел. 3.2.) С.40; Коммуникативная компетентность и социальные умения. (II раздел 2.2.) С.24// Чехонина Л.П. Социально-педагогическая деятельность в образовательной организации – практическое руководство. Петрозаводск, 2016, 73с.
5. Фопель К. Групповая сплоченность. – М.: Гнезис, 2010, 368 стр. <http://e-libra.su/read/492907-sozdanie-komandy-psiologicheskie-igry-i-uprazhneniya.html>

### Дополнительная учебная литература и ссылки на Интернет источники

1. Бандура А. Подростковая агрессия. М.: Эксмо-Пресс, 2000.
2. Возрастная и педагогическая психология: Учебник для студентов пед. институтов/ В. В. Давыдов, Т. В. Драгунова, Л. Б. Ительсон и др.; Под ред. А. В. Петровского.- 2-е изд., испр. и доп. – М.: Просвещение, 1979.- с.125-133.
3. Зимбардо Ф. Застенчивость, 1991 <https://libking.ru/books/sci-/sci-psychology/444958-filipp-zimbardo-zastenchivost.html>
4. Кон И. С. Психология ранней юности: Кн. для учителя. – М.: Просвещение, 1989.
5. Луков В. А. Социальное проектирование: учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности 350500 – Социальная работа. Москва: Московский гуманитарный ун-т: Флинта, 2010.
6. Мудрик А. Самые трудные годы. – М.: Знание, 1992.- с.19-31.
7. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. СПб: Речь, 2005, -190с.
8. Социальная модель понимания инвалидности <https://perspektiva-inva.ru/social-approach>