

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Отдел образования Администрации Селицкого района  
МБОУ «Луковниковская СОШ им. вице-адмирала В.А. Корнилова»**

**РАССМОТРЕНО**  
на заседании  
Управляющего Совета  
МБОУ «Луковниковская  
СОШ им. вице-адмирала В.А.  
Корнилова»  
Протокол №1 от 20.08.2025

**УТВЕРЖДЕНО**  
директор МБОУ  
«Луковниковская СОШ им.  
вице-адмирала В.А.  
Корнилова»  
  
/О.М. Васильева/  
Приказ № 109 от 20.08.2025

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Тропинка к своему Я»**

Направленность: социально-педагогическое

Общий объем программы в часах: 36 часов

Возраст обучающихся: 11-12 лет

Срок реализации программы: 1 год.

Уровень: базовый

Автор: педагог дополнительного образования МБОУ «Луковниковская СОШ им. вице-адмирала В.А. Корнилова»

Селицкая В.А.

## Информационная карта программы

Название	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Тропинка к своему Я»
направленность	Социально-педагогическое
Общий объем программы в часах	36 часов
Целевая категория обучающихся	Возраст обучающихся 11-12 лет
Аннотация программы	<p>Начало процесса взросления учащихся обычно с неудовольствием воспринимается родителями, которые относят новые проявления в поведении своих детей к их недостаткам. Поэтому некоторые учащиеся к концу 5 класса начинают считать, что они стали «хуже, непослушнее», что может привести к снижению их самооценки. Полезно во второй половине учебного года особое внимание обратить на осознание учащимися начала своих изменений, подвести их к пониманию обязательности и позитивности изменений.</p> <p>В отношении родителей многие подростки занимают противоречивую позицию. С одной стороны, они активно отстаивают самостоятельность. С другой – требуют любви</p>
Планируемые результаты	<p>сформированность у обучающихся уважения и интереса к чувствам других людей;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированность умения анализировать свое поведение на основе общих морально-нравственных понятий (о добре и зле, должном и недопустимом);</li> <li>- сформированность уважительного отношения к отличительным особенностям чувств и эмоций других людей;</li> <li>- сформированность у обучающихся мотивации к изучению психологии, с целью самосовершенствования и дальнейшей самореализации;</li> <li>- сформированность у обучающихся готовности и способности к духовному развитию;</li> <li>- сформированность нравственных качеств обучающихся, основанных на духовных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;</li> <li>- сформированность у обучающихся мотивации к обучению и познанию.</li> </ul>

## **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Тропинка к своему Я» составлена в соответствии с требованиями Федерального закона от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказа Министерства просвещения Российской Федерации РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», письма Минобрнауки РФ от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей», письма Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» вместе с методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).

### **Актуальность**

Стандарты нового поколения, имеющие свое отражение и в среднем школьном звене, предполагают выпустить в жизнь подростка, способного адаптироваться социально и культурно за пределами школы, адекватно воспринимать изменяющиеся условия жизни, активно применить полученные знания и сформировавшийся опыт в дальнейшем.

Дети в 5 классе активно начинают осваивать внутренний мир. Но они сами еще плохо в нем ориентируются, не уверены в его устойчивости. Достаточно остро этот период проходит у шестиклассников, воспитывающихся в так называемых благополучных семьях, взрослые члены которых не могут быстро перестроиться и продолжают чрезмерно опекать подростков. Важно показать подросткам, что их ситуация не уникальна и что истинные мотивы опеки родителей — любовь к ребенку и тревога за него.

Большинство подростков в этом возрасте проявляют живой интерес к самопознанию, поэтому они с радостью принимают любые игры, задания, позволяющие им посмотреть на самих себя.

### **Обучение включает в себя следующие основные предметы:**

#### **Межпредметные связи программы внеурочной деятельности с учебными предметами.**

Работа по реализации программы внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» построена на доверии и общении с учителями-предметниками, носит комплексный характер. Подобная связь содержания программы внеурочной деятельности с учебной деятельностью обеспечивает их единство.

Курс занятий по психологии эффективно работает в связи с другими дисциплинами: литература, математика, русский язык, где темы являются практическим продолжением изученного, или сами психологические знания являются базой для усвоения знаний вышеперечисленных курсов.

Межпредметные связи могут выражаться:

- в проведении совместных уроков по информационным технологиям (диагностика и обработка данных на компьютерах);

- в подготовке исследовательских работ (работа с литературой, составление планов собственных исследований, анализ психологической литературы);
- в включении в тематические планы уроков по безопасности жизнедеятельности, обществознания и др. предметов.

Тематическое планирование предусматривает организацию работы как со слабоуспевающими детьми, так и с одаренными.

**Вид программы:**

Модифицированная

**Направленность программы:** социально-педагогическое**Адресат программы:** обучающиеся 5 класса, 5 СКК**Срок и объем освоения программы:**

1 год, 36 педагогических часа.

«Стартовый уровень» 1 год, 36 педагогических часа.

**Форма обучения:** очная**Особенности организации образовательной деятельности:** коррекция и развитие эмоционально-личностной сферы учащихся, формирование навыков адекватного общения со сверстниками и взрослыми в окружающем социуме.**Режим занятий:**

Предмет	Стартовый уровень
«Тропинка к своему Я»	1 год, 36 педагогических часа.

## **1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты**

**Цель.** Помочь младшим подросткам адаптироваться к условиям средней школы, научить лучше понимать себя и других, принимать на себя ответственность за свои поступки, обрести уверенность в собственных силах.

**Задачи:**

- 1.Повышать общий уровень психологического и интеллектуального развития учащихся.
2. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и с окружающими.
- 3.Формировать позитивную моральную позицию подростка в социуме.
- 4.Побуждать подростков к проявлению отношений, установок поведения, эмоциональных реакций, к их обсуждению и анализу.
- 5.Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения.
6. Формировать терпимость к мнению собеседника.
7. Обучать способам внутреннего самоконтроля и сдерживания негативных импульсов.
8. Развивать умение слушать и слышать своих собеседников.
9. Обучать учащихся конструктивным способам выхода из конфликтных ситуаций.
10. Обучать приемлемым способам разрядки гнева и агрессивности.

**Общая характеристика курса.** В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы со школьниками, которая включает четыре основных компонента.

**Аксиологический компонент** содержательно представлен ценностями «Я»: собственного «Я» человека, его связи с «Я» других людей и с природными объектами. Он предполагает осознание ребёнком ценности, уникальности себя и окружающих, идентификацию как с живыми, так и неживыми объектами, осознание единства с миром во всей его полноте.

**Инструментальный компонент** предполагает овладение рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими.

**Потребностно-мотивационный компонент** обеспечивает появление у подростка потребности в саморазвитии, самоизменении и личностном росте, побуждает к последующей самореализации.

**Задачи развития** являются четвёртым компонентом в данной модели. Работа с ними осуществляется параллельно, т.е. при построении каждого занятия учитываются все направления, но, в зависимости от целей, делается акцент на одном из них

**Обучающиеся должны научиться:**

- преодолевать возникающие в учебе трудности;
- планировать свою деятельность;
- контролировать собственные действия в ходе выполнения задания;
- подбирать в своей деятельности неординарные способы решений, творчески подходить к выполнению заданий;
- самостоятельно выполнять данное учителем задание;
- проявлять собственную активность в получение знаний;
- повышать общий уровень психологического и интеллектуального развития.
- позитивно относиться к своему «Я», адекватно воспринимать окружающий мир.
- отстаивать свою позицию в коллективе, но в то же время дружески относиться к одноклассникам
- адекватно вести себя в различных ситуациях
- различать и описывать различные эмоциональные состояния
- справляться со страхами, обидами, гневом
- уметь справляться с негативными эмоциями
- стремиться к изучению своих возможностей и способностей.

**Метапредметными результатами** реализации программы является формирование универсальных учебных действий (УУД).

**Личностные УУД:**

- внутренняя позиция школьника (положительное отношение к школе, чувство необходимости обучения, адекватное содержательное представление о школе, понимание необходимости самопознания и саморазвития и т.д.)
- самооценка (широта диапазона оценок, обобщение категорий оценок, представление в Я- концепции социальной роли ученика и т.д.)
- смыслообразование (сформированность познавательных, учебных мотивов, стремление к приобретению знаний).

**Регулятивные УУД:**

- учиться контролировать свои чувства и эмоции в отношении учителя и одноклассников
- учиться оценивать себя, свою деятельность, своевременно корректировать их
- прогнозировать последствия своих поступков,
- определять и формулировать цели в совместной, коллективной работе
- учиться высказывать своё предположение хода работы с различными источниками информации.
- строить речевое высказывание в устной форме

**Познавательные УУД:**

- находить ответы на вопросы в различных источниках информации (текст, рисунок, фото)
- анализировать, делать выводы в результате самостоятельной и совместной работы в группе
- моделировать различные ситуации, устанавливать причинно-следственные связи
- усваивать разные способы запоминания информации

**Коммуникативные УУД:**

- учиться позитивно проявлять себя в общении

- учиться слушать собеседника, договариваться с ним и приходить к общему приемлемому решению
- учитывать разные мнения и уметь обосновывать свое, аргументировано защищая его
- учиться понимать чувства, эмоции и поступки других людей
- овладевать способами конструктивного разрешения конфликтов
- развивать потребность в общении и со сверстниками, и со взрослыми людьми.

### **Мониторинг образовательных результатов**

Система отслеживания, контроля и оценки результатов обучения по данной программе имеет три основных критерия:

1. Надежность знаний и умений – предполагает усвоение терминологии, способов и типовых решений в сфере психологии
2. Сформированность личностных качеств – определяется как совокупность ценностных ориентаций в сфере психологии
3. Готовность к продолжению обучения в сфере психологии определяется как общение.

### **Способы определения результативности реализации программы и формы подведения итогов реализации программы**

В процессе обучения проводятся разные виды контроля результативности усвоения программного материала.

**Текущий контроль** проводится на занятиях в виде наблюдения за успехами каждого обучающегося, процессом формирования компетенций. Текущий контроль успеваемости носит безотметочный характер и служит для определения педагогических приемов и методов для индивидуального подхода к каждому обучающемуся, корректировки плана работы с группой.

**Периодический контроль** проводится по окончании изучения каждой темы в виде конкурсов, соревнований или представления практических результатов выполнения заданий. Конкретные проверочные задания разрабатывает педагог с учетом возможности проведения промежуточного анализа процесса формирования компетенций. Периодический контроль проводится в виде диагностик.

**Промежуточный контроль** – оценка уровня и качества освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной обще развивающей программы по итогам изучения раздела, темы или в конце определенного периода обучения.

Формами контроля могут быть: педагогическое наблюдение за ходом выполнения практических заданий педагога, анализ на каждом занятии качества выполнения работ и приобретенных навыков общения, устный и письменный опрос, выполнение тестовых заданий, выступление на конференции, зачет, выставка, конкурс, презентация проектов, анализ участия, обучающегося в мероприятиях

**Итоговая аттестация** – проводится с целью оценки качества освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной обще развивающей программы после завершения ее изучения.

В процессе проведения итоговой аттестации оценивается результативность освоения программы.

Критерии оценивания приведены в таблицах 1 и 2..

### **Критерии оценивания сформированности компетенций**

Уровень	Описание поведенческих проявлений
1 уровень - недостаточный	Обучающийся не владеет навыком, не понимает его важности, не пытается его применять и развивать.
2 уровень – развивающийся	Обучающийся находится в процессе освоения данного навыка. Обучающийся понимает важность освоения навыков, однако не всегда эффективно применяет его в практике.
3 уровень – опытный пользователь	Обучающийся полностью освоил данный навык. Обучающийся эффективно применяет навык во всех стандартных, типовых ситуациях.
4 уровень – продвинутый пользователь	Особо высокая степень развития навыка. Обучающийся способен применять навык в нестандартных ситуациях или ситуациях повышенной сложности.
5 уровень – мастерство	Уровень развития навыка, при котором обучающийся становится авторитетом и экспертом в среде сверстников. Обучающийся способен передавать остальным необходимые знания и навыки для освоения и развития данного навыка.

### Критерии оценивания уровня освоения программы

Уровни освоения программы	Результат
Высокий уровень освоения программы	Обучающиеся демонстрируют высокую заинтересованность в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают отличное знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в качественный продукт
Средний уровень освоения программы	Обучающиеся демонстрируют достаточную заинтересованность в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают хорошее знание теоретического материала, практическое применение знаний воплощается в продукт, требующий незначительной доработки
Низкий уровень освоения программы	Обучающиеся демонстрируют низкий уровень заинтересованности в учебной, познавательной и творческой деятельности, составляющей содержание программы. На итоговом тестировании показывают недостаточное знание теоретического материала, практическая работа не соответствует требованиям

## 2. Содержание программы

### 2.1. Учебный план

№ п/п	Название раздела, модуля, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Занятие 1. Введение в мир психологии.	1	1	-
2	Занятие 2. Я – это я – 1. Кто я? Какой я?	1	0	1
3	Занятие 3. Я – это я – 2. Каков я на самом деле?	1	0	1
4	Занятие 4. Я – это я – 3. Я индивидуальность.	1	0	1
5	Занятие 5. Я – это я – 4. Посвящение себе.	1	0	1
6	Занятие 6. Я – могу – 1.	1	0	1
7	Занятие 7. Я – могу – 2.	1	0	1
8	Занятие 8. Я познаю себя.	1	0	1
9	Занятие 9. Точка опоры.	1	0	1
10	Занятие 10. Я нужен.	1	0	1
11	Занятие 11. Я мечтаю.	1	0	1
12	Занятие 12. Три «Я»!-1 Я – это мое прошлое.	1	0	1
13	Занятие 13. Три «Я»!-2 Я – это мое настоящее.	1	0	1
14	Занятие 14. Три «Я»!-3 Я – это мое будущее.	1	0	1
15	Занятие 15. Чувства бывают разные -1 - Чувство собственного достоинства.	1	0	1
16	Занятие 16. Чувства бывают разные-2 - Мои чувства.	1	0	1
17	Занятие 17. Чувства бывают разные-3 - Чувства вокруг.	1	0	1
18	Занятие 18. Чувства бывают разные-4 - Стыдно ли бояться?	1	0	1
19	Занятие 19. Чувства бывают разные-5 - Имею ли я право сердиться и обижаться?	1	0	1
20	Занятие 20. Я и мой внутренний мир.	1	0	1
21	Занятие 21. Я в этом мире.	1	0	1
22	Занятие 22. Уникальность моего «Я».	1	0	1
23	Занятие 23. Кто в ответе за мой внутренний мир?	1	0	1
24	Занятие 24. Трудные ситуации могут научить меня.	1	0	1
25	Занятие 25. В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется.	1	0	1
26	Занятие 26. Я и Ты. Я и окружающие.	1	0	1
27	Занятие 27. Я и мои друзья.	1	0	1
28	Занятие 28. Я и мои «колючки».	1	0	1
29	Занятие 29. Трудности в школе.	1	0	1
30-32	Занятие 30. Трудности дома	3	0	1
33	Занятие 31. Другие культуры-другие друзья.	1	0	1

34	Занятие 32. Мы начинаем взрослеть – 1. Нужно ли человеку взрослеть?	1	0	1
35	Занятие 33. Мы начинаем взрослеть – 2. Взросление и отношения с окружающими.	1	0	1
36	Занятие 34. Мы начинаем взрослеть – 3. Мое взросление.	1	0	1
	Итого:	36 часов	1	35

**2.2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
**дополнительной общеобразовательной обще развивающей программы**

№ п/п	Наименование раздела, модуля, темы	Кол-во часов, всего	В том числе		Форма аттестации/ контроля
			теория	практика	
№ п/п	Название раздела, модуля, темы	Количество часов			
		Всего	Теория	Практика	
1	Занятие 1. Введение в мир психологии.	1	1	-	Ответы обучающихся в процессе диалога
2	Занятие 2. Я – это я – 1. Кто я? Какой я?	1	0	1	Индивидуальные задания
3	Занятие 3. Я – это я – 2. Каков я на самом деле?	1	0	1	Ответы обучающихся в процессе диалога

4	Занятие 4. Я – это я – 3. Я индивидуальность.	1	0	1	Индивидуальные задания
5	Занятие 5. Я – это я – 4. Посвящение себе.	1	0	1	Индивидуальные задания
6	Занятие 6. Я – могу – 1.	1	0	1	Ответы обучающихся в процессе диалога
7	Занятие 7. Я – могу – 2.	1	0	1	Индивидуальные задания
8	Занятие 8. Я познаю себя.	1	0	1	Индивидуальные задания
9	Занятие 9. Точка опоры.	1	0	1	Ответы обучающихся в процессе диалога
10	Занятие 10. Я нужен.	1	0	1	Индивидуальные задания
11	Занятие 11. Я мечтаю.	1	0	1	Индивидуальные задания
12	Занятие 12. Три «Я»!-1 Я – это мое прошлое.	1	0	1	Мини-проект
13	Занятие 13. Три «Я»!-2 Я – это мое настоящее.	1	0	1	Индивидуальные задания
14	Занятие 14. Три «Я»!-3 Я – это мое будущее.	1	0	1	Ответы обучающихся в процессе диалога
15	Занятие 15. Чувства бывают разные -1 - Чувство собственного достоинства.	1	0	1	Мини-проект
16	Занятие 16. Чувства бывают разные-2 - Мои чувства.	1	0	1	Индивидуальные задания

17	Занятие 17. Чувства бывают разные-3 - Чувства вокруг.	1	0	1	
18	Занятие 18. Чувства бывают разные-4 - Стыдно ли бояться?	1	0	1	Индивидуальные задания
19	Занятие 19. Чувства бывают разные-5 - Имею ли я право сердиться и обижаться?	1	0	1	Ответы обучающихся в процессе диалога
20	Занятие 20. Я и мой внутренний мир.	1	0	1	диагностика
21	Занятие 21. Я в этом мире.	1	0	1	диагностика
22	Занятие 22. Уникальность моего «Я».	1	0	1	диагностика
23	Занятие 23. Кто в ответе за мой внутренний мир?	1	0	1	Ответы обучающихся в процессе диалога
24	Занятие 24. Трудные ситуации могут научить меня.	1	0	1	Ответы обучающихся в процессе диалога
25	Занятие 25. В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется.	1	0	1	диагностика
26	Занятие 26. Я и Ты. Я и окружающие.	1	0	1	диагностика
27	Занятие 27. Я и мои друзья.	1	0	1	Ответы обучающихся в процессе диалога
28	Занятие 28. Я и мои «колючки».	1	0	1	диагностика
29	Занятие 29. Трудности в школе.	1	0	1	Ответы обучающихся в

					процессе диалога
30-32	Занятие 30-32. Трудности дома	3	0	3	Ответы обучающихся в процессе диалога
33	Занятие 31. Другие культуры-другие друзья.	1	0	1	Мини-проект
34	Занятие 32. Мы начинаем взросльеть – 1. Нужно ли человеку взросльеть?	1	0	1	Ответы обучающихся в процессе диалога
35	Занятие 33. Мы начинаем взросльеть – 2. Взросление и отношения с окружающими.	1	0	1	диагностика
36	Занятие 34. Мы начинаем взросльеть – 3. Мое взросление.	1	0	1	Мини-проект

**2.3. СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ**  
**по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Тропинка к своему Я»**

№ п/п	Наименование раздела, модуля, темы	Кол- во часов, всего	Содержание занятия
№	Тема		
1	Занятие 1. Введение в мир психологии.	1	Ознакомительная беседа. Упражнение «У кого игрушка», Игра «Угадай, кто это...»

2	Занятие 2. Я – это я – 1. Кто я? Какой я?	1	Упражнения «Кто я? Какой я?», Игра «Угадай, чей голос», «Те, кто...», «Кого загадал ведущий?», «Угадай, кому письмо».
3	Занятие 3. Я – это я – 2. Каков я на самом деле?	1	Беседа «Зачем человеку надо знать самого себя?», «Нарисуй свою роль», Работа со сказкой.
4	Занятие 4. Я – это я – 3. Я индивидуальность.	1	Методика «Твое имя», Методика «Моя вселенная», Релакс-упражнение «Физический покой».
5	Занятие 5. Я – это я – 4. Посвящение себе.	1	Методика «Самооценка», Упражнение «Комplименты», Игра «Ярмарка достоинств».
6	Занятие 6. Я – могу – 1.	1	Игра «Мой портрет в лучах солнца», «Чьи ладони», «Моя ладошка», «Я могу, я умею».
7	Занятие 7. Я – могу – 2.	1	Упражнение «Спутанные цепочки», «Потерянное «могу»», Работа со сказкой.
8	Занятие 8. Я познаю себя.	1	Тест «Какой я?», Упражнение «Диалог со своим мозгом», Упражнения «Изобрази эмоцию».
9	Занятие 9. Точка опоры.	1	, Упражнение «Я-высказывания», Упражнение «Тройка», Релакс-упражнение «Горная вершина», Обсуждение темы.
10	Занятие 10. Я нужен.	1	Беседа «Я нужен!», «Что нужно школьнику?», «Кто нужен школьнику?», «Кому нужен я», Упражнение «Здравствуй, я тебе рад!», Работа со сказкой.
11	Занятие 11. Я мечтаю.	1	Беседа «Зачем люди мечтают?», «Закончи предложение», Игра «Объявление о друге», Упражнение «Откровенно говоря...», Работа со сказкой.
12	Занятие 12. Три «Я»!-1 Я – это мое прошлое.	1	Беседа «Мое детство...», Упражнение «Мой портрет», «Беседа»
13	Занятие 13. Три «Я»!-2 Я – это мое настоящее.	1	Беседа «Мое настоящее...», «Превратись в возраст», Игра «Отгадай животное».
14	Занятие 14. Три «Я»!-3 Я – это мое будущее.	1	Игра «Встреча», «Цели», Рисунок «Будущего...», Работа со сказкой.
15	Занятие 15. Чувства бывают разные -1 - Чувство собственного. достоинства.	1	Обсуждение темы Обсуждение «Галерея достоинств человека», Игра «Закончи предложения», «Изобрази чувство», «Отрицательный герой», «Подростки чувствуют», «Испорченный телефон», Работа со сказкой, Творческое задание «Коллаж моих достоинств».
16	Занятие 16. Чувства бывают разные-2 - Мои чувств.	1	Игра «Никто не знает», «5 фотографий», «Войди в роль», «Что я делаю», Работа со сказкой.
17	Занятие 17. Чувства бывают разные-3 - Чувства вокруг.	1	Обсуждение темы, Упражнение «Ты прав, и ты прав...», «Веселый счет», «Кто как злится», «Что я делаю», Работа со сказкой.

18	Занятие 18. Чувства бывают разные-4 - Стыдно ли бояться?	1	Игра «Отгадай чувство», «Страшный персонаж», «Страхи пятиклассников», Работа со сказкой.
19	Занятие 19. Чувства бывают разные-5 - Имею ли я право сердиться и обижаться?	1	Обсуждение способов решения конфликтных ситуаций, Игра «Найди лишнее слово», «Подросток рассердился», «Помоги маме», Работа со сказкой.
20	Занятие 20. Я и мой внутренний мир.	1	Обыгрывание ситуации «В классе», «Найди слово», Тест «Умеешь ли ты слушать?», Упражнение «Разъясни понятия».
21	Занятие 21. Я в этом мире.	1	«Психологические примеры», «На уроке», «Взрослые и подростки», Работа со сказкой.
22	Занятие 22. Уникальность моего «Я».	1	Обсуждение темы «Психологические примеры», Упражнение «Слухи», Игра «Пойми меня».
23	Занятие 23. Кто в ответе за мой внутренний мир?	1	Обсуждение темы, «Внутренний мир», «С чем ты согласен?», Упражнение «Письмо себе любимому», Работа со сказкой.
24	Занятие 24. Трудные ситуации могут научить меня.	1	«Самое длинное», «Объясни значение», «Копилка трудных ситуаций», Игра «Зубы и мясо».
25	Занятие 25. В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется.	1	Обсуждение темы, Упражнение «Катастрофа», Игра «Вопрос - ответ» «Тест», Работа со сказкой.
26	Занятие 26. Я и Ты. Я и окружающие.	1	«Объясни слова», «Слон», «Сколько друзей», «Реальное и виртуальное общение», Упражнение «Моя компания», Тест «Ваша компания», Работа со сказкой.
27	Занятие 27. Я и мои друзья.	1	Обсуждение темы, «Что изменилось», «Загадай друга», «Самые непохожие», «Что я делаю, если...», «Надо ли наказывать, и как», Работа со сказкой.
28	Занятие 28. Я и мои «колючки».	1	Обсуждение темы, «Покажи ситуацию», «Мои колючки», «Мои липучки», «Стихи», «Выбери нужное», Работа со сказкой.
29	Занятие 29. Трудности в школе.	1	Обсуждение темы, «Да», «Два подсказчика», «Другими словами», «Трудные ситуации», Работа со сказкой.
30-32	Занятие 30-32. Трудности дома	3	Обсуждение темы, «Объясни слова», «5 фотографий», «Волк-коза», «Трудные ситуации», Работа со сказкой.
33	Занятие 31. Другие культуры-другие друзья.	1	Обсуждение темы, «Другие приветствия», «Другие имена», «Что общего», Работа со сказкой.
34	Занятие 32. Мы	1	Обсуждение темы, «Что ел на обед», «Подросток, слон, карандаши», «Самый-самый», «Я

	начинаем взрослеть – 1. Нужно ли человеку взрослеть?		изменился», «С чем ты согласен», Работа со сказкой.
35	Занятие 33. Мы начинаем взрослеть – 2. Взросление и отношения с окружающими.	1	Обсуждения темы, «Покажи предмет», «Четыре буквы», «Хвастовство», «Что важно подросткам», «Хочется больше свободы», «Когда дети начинают взрослеть», Работа со сказкой.
36	Занятие 34. Мы начинаем взрослеть – 3. Мое взросление.	1	«Объясни слова», «Хвастовство в парах», «Рекламный агент», «Письмо самому себе», Работа со сказкой.

#### 2.4. Календарный учебный график реализации программы

Год обучения	Название раздела, модуля, темы	Количество часов		Количество учебных		Даты начала и окончания	Продолжительность каникул
		всего	теория	практика	недель		
1	«Уроки общения»	36	1	35	36	36	01.09.25. 26.05.26 12 дней, январь 2026

### **3. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Тропинка к своему Я»**

#### **3.1. Материально-техническое обеспечение «Тропинка к своему Я»**

Программа реализуется на базе МБОУ «Луковниковская СОШ им. вице-адмирала В.А. Корнилова».

Для занятий необходимо помещение – учебный кабинет, оформленный в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованный в соответствии с санитарными нормами.

<b>Аспекты</b>	<b>Характеристика (заполнить)</b>
Материально-техническое обеспечение	<b>Инструменты и приспособления:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• простой карандаш</li><li>• ручка шариковая</li></ul> <b>Материалы:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• тетрадь</li></ul>
Информационное обеспечение	- <i>аудио</i> - <i>видео</i> - <i>фото</i> - <i>интернет источники</i> Компьютер, диски, флешка  Видеопроектор с набором DVD- дисков, слайдов).  Устройство для подсветки натурных композиций. .
Кадровое обеспечение	<i>Педагог-психолог МБОУ «Луковниковская СОШ»</i>

### **3.3 Использование дистанционных образовательных технологий при реализации программы**

### **3.4 Кадровое обеспечение**

Программу реализует педагог –психолог , имеющий высшее образование по профилю педагогической деятельности, педагогическое образование и опыт работы и отвечающий квалификационным требованиям, указанным в профессиональном стандарте «Педагог дополнительного образования».

### **3.5 Методическое обеспечение**

#### **Методы образовательной деятельности**

В период обучения применяются такие методы обучения и воспитания, которые позволяют установить взаимосвязь деятельности педагога и обучающегося, направленную на решение образовательно-воспитательных задач.

По уровню активности используются методы:

- объяснительно-иллюстративный;
- эвристический метод;
- метод устного изложения, позволяющий в доступной форме донести до обучающихся сложный материал;
- метод проверки, оценки знаний и навыков, позволяющий оценить переданные педагогом материалы и, по необходимости, вовремя внести необходимые корректировки по усвоению знаний на практических занятиях;
- исследовательский метод обучения, дающий обучающимся возможность проявить себя, показать свои возможности, добиться определенных результатов.
- проблемного изложения материала, когда перед обучающимся ставится некая задача, позволяющая решить определенный этап процесса обучения и перейти на новую ступень обучения;
- закрепления и самостоятельной работы по усвоению знаний и навыков;
- диалоговый и дискуссионный.

**Приемы образовательной деятельности:** диагностика, мини проект.

Занятие состоит из теоретической (лекция, беседа) и практической части, создаются все необходимые условия для творческого развития обучающихся. Каждое занятие строится в зависимости от темы и конкретных задач, которые предусмотрены программой, с учетом возрастных особенностей детей, их индивидуальной подготовленности.

**Основные образовательные процессы:** решение учебных задач на базе современного оборудования, формирующих способы продуктивного взаимодействия с действительностью и разрешения проблемных ситуаций; познавательные игры; конкурсы

**Основные формы деятельности:**

- познание и учение.
- общение
- творчество.
- Игра
- труд

## **Форма организации учебных занятий**

беседа;

- лекция;
  - индивидуальная защита проектов;
  - мини проект
  - творческий отчет
- Типы учебных занятий:**
- первичного ознакомления с материалом;
  - усвоение новых знаний;
  - комбинированный;
  - практические занятия;
  - закрепление, повторение;
  - итоговое.

**Диагностика эффективности** образовательного процесса осуществляется в течение всего срока реализации программы. Это помогает своевременно выявлять пробелы в знаниях, умениях обучающихся, планировать коррекционную работу, отслеживать динамику развития детей. Для оценки эффективности образовательной программы выбраны следующие критерии, определяющие развитие интеллектуальных способностей у обучающихся.

Результатом усвоения обучающимися программы являются социализация и адаптация в коллективе

## **Учебно-методические средства обучения:**

- специализированная литература;
- наборы технической документации к применяемому оборудованию;
- плакаты, фото и видеоматериалы;
- учебно-методические пособия для педагога и обучающихся, включающие дидактический, информационный, справочный материалы на различных носителях, компьютерное и видео оборудование и другое по вашему направлению.

Применяемое на занятиях дидактическое и учебно-методическое обеспечение включает в себя электронные учебники, справочные материалы и системы используемых Программ, Интернет,

## **Педагогические технологии**

В процессе обучения по программе используются разнообразные педагогические технологии:

- технологии развивающего обучения, направленные на общее целостное развитие личности, на основе активно-деятельного способа обучения, учитывающие закономерности развития и особенности индивидуума;
- технологии личностно-ориентированного обучения, направленные на развитие индивидуальных познавательных способностей каждого ребенка, максимальное выявление, раскрытие и использование его опыта;
- технологии дифференцированного обучения, обеспечивающие обучение каждого обучающегося на уровне его возможностей и способностей;

- технологии сотрудничества, реализующие демократизм, равенство, партнерство в отношениях педагога и обучающегося, совместно вырабатывают цели, содержание, дают оценки, находясь в состоянии сотрудничества, с творчеством.
- проектные технологии – достижение цели через детальную разработку проблемы, которая должна завершиться реальным, осязаемым практическим результатом, оформленным тем или иным образом;

В практике выступают различные комбинации этих технологий, их элементов.