

Министерство образования Тверской области
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Весьегонская средняя общеобразовательная школа»

Принята на заседании
педагогического совета
от «29» августа 2022 г.,
протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБОУ «Весьегонская СОШ»
Ю.А.Ковалец
«29» августа 2022 г.



Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
социально-педагогической
направленности
«Уроки психологического развития»

Возраст учащихся: 12-14 лет
Срок реализации: 1 год

Автор - составитель:
Павлова Наталья Анатольевна,
педагог дополнительного образования

г.Весьегонск, 2022

Министерство образования Тверской области
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Весьегонская средняя общеобразовательная школа»

Принята на заседании
педагогического совета
от «29» августа 2022 г.,
протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБОУ «Весьегонская СОШ»
Ю.А.Ковалец
«29» августа 2022 г.

Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
социально-педагогической
направленности
«Уроки психологического развития»

Возраст учащихся: 12-14 лет
Срок реализации: 1 год

Автор - составитель:
Павлова Наталья Анатольевна,
педагог дополнительного образования

г.Весьегонск, 2022

Оглавление

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы
 - 1.1. Пояснительная записка
 - 1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты
 - 1.3. Содержание программы

2. Комплекс организационно педагогических условий
 - 2.1. Календарный учебный график
 - 2.2. Условия реализации программы
 - 2.3. Формы аттестации
 - 2.4. Оценочные материалы
 - 2.5. Методические материалы
 - 2.6. Список литературы

1.Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Нормативные правовые основы разработки ДООП:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р).
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
- Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- Положение о дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе МБОУ «Весьегонская СОШ» (приказ № 32 от 31.08.2021 г.)

Актуальность: в общении дети усваивают систему нравственных принципов, типичных для общества и конкретной социальной среды, учатся взаимодействовать друг с другом. Общение со сверстниками воспринимается подростками как нечто значимое и личностное, сопровождается выраженностью личностного развития. Данная программа направлена на то, чтобы помочь детям в становлении личности, адаптации при переходе в среднее звено обучения. Этот процесс, как правило, сопровождается появлением разного рода трудностей – повышением тревожности, появлением неуверенности, страхов, частых волнений в ситуациях, связанных с решением каждодневных задач. Поэтому в работе с младшими подростками отдаётся предпочтение групповой форме проведения психологических занятий, что является благоприятным в проведении подобной работы.

Обучение включает в себя следующие основные предметы:
психология общения

Вид программы: модифицированная программа

Направленность программы: социально-педагогическая

Адресат программы: учащиеся 12-14 лет.

Срок и объем освоения программы:

__1__ год, __36__ педагогических часов, из них:

«Стартовый уровень» - _1__ год, __36__ педагогических часов.

Форма обучения: очная

Особенности организации образовательной деятельности:

группа разновозрастная

Режим занятий:

Предмет	Стартовый уровень
психология общения	_1__ час в неделю;

1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты

Цель: Развитие эмоционально – личностной сферы детей и формирование навыков адекватного общения со сверстниками и взрослыми в типичной ситуации.

Задачи

- формировать положительную мотивацию к взаимодействию с другими и создавать благоприятный эмоциональный настрой;
- развивать умения слушать и слышать других;
- обучать способам внутреннего самоконтроля и сдерживания негативных импульсов;
- отрабатывать приемлемые способы разрядки гнева и агрессивности;
- формировать позитивный образ «Я» и «Я – другие»;
- развивать потребность в саморегуляции и освоении навыков регуляции собственного состояния и поведения.

Ожидаемые результаты:

Овладение обучающимися определёнными социально–психологическими знаниями. Выработка адекватной самооценки и коррекция собственного поведения. Овладение и повышение эффективности индивидуальных приёмов межличностного взаимодействия. Применение полученных знаний на практике.

В результате прохождения программы у участников будут сформированы *личностные, регулятивные, познавательные и коммуникативные* универсальные учебные действия.

В *сфере личностных универсальных учебных действий* будет сформировано умение оценивать жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей: отмечать конкретные поступки в предложенных ситуациях, которые можно оценить, самостоятельно определять и высказывать общие для всех правила поведения в социуме.

В сфере коммуникативных универсальных учебных действий участники научатся навыкам сотрудничества.

В сфере познавательных универсальных учебных действий обучающиеся научатся работать с информацией, анализировать и делать логические выводы по создавшимся ситуациям.

В сфере регулятивных универсальных учебных действий обучающиеся овладеют навыками управления своими эмоциями и поступками.

	Стартовый уровень
Знать	научатся работать с информацией, анализировать и делать логические выводы по создавшимся ситуациям.
Уметь	оценивать жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей
Владеть	навыками сотрудничества, навыками управления своими эмоциями и поступками.

1.3. Содержание программы
«Уроки психологического развития»
Стартовый уровень (1 год обучения)
Учебный план

Таблица 1.3.1

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	«Мои собственные ресурсы»	14	4	10	- рефлексия; - обратная связь; - самодиагностика.
1.1	«Мои эмоции и чувства»	14	4	10	- рефлексия; - обратная связь; - самодиагностика.
1.2	«Мое личное пространство»	8	2	6	- рефлексия; - обратная связь; - самодиагностика.

Содержание учебного плана

1. Тема

1.1. Подтема

Теория: (при наличии)

Практика: (при наличии)

Тема занятия	Цель	Всего часов	Форма проведения
«Мои личные ресурсы»			
1. Вводное занятие. Что ние.	Ознакомление обучающихся с целью курса занятий. Дать первоначальное представление о значении общения в жизни человека.	2	Беседа с элементами тренинга, диагностика.
2. Как сделать общение более эффективным?	Формирование у обучающихся представления о соотношении вербальной и невербальной информации в общении. Создание условий для анализа обучающимися собственного опыта общения. Развитие навыка понимания невербальной информации.	2	Беседа, практическая работа, диагностика.
3. Я здесь для того, чтобы...	Создание условий для презентации участниками своих ресурсных качеств.	2	Тренинг.
4. Я уникальный! Где искать ресурсы?	Раскрытие участников у себя личностных ресурсов, необходимых для адаптации в социуме.	2	Тренинг, диагностика

5. Я общаюсь! Зачем?	Формирование мотивации, направленной на исследование процессом коммуникации. Создание условий для исследования собственных коммуникативных сценариев.	2	Тренинг.
6. Хочу общаться! Где ресурс?	Раскрытие участниками у себя личностных ресурсов, необходимых в социуме.	2	Тренинг.
7. Интеграционное занятие по исследованию ресурсов	Создание условий для анализа, освоения и закрепления участниками своих ресурсных возможностей через проживание нового опыта преодоления трудностей.	2	Игра.
«Мои эмоции и чувства»			
8. Что такое эмоции и чувства? Какие они.	Осознание участниками особенностей и типичных проявлений своей эмоциональной сферы. Расширение ролевого репертуара; освоение новых способов эмоционального реагирования.	2	Тренинг
9. Мои эмоции и чувства, как я их выражаю.	Создание условий для анализа и исследования участниками многообразия способов предъявления эмоций, формирование культуры эмоциональных проявлений. Исследование чувств и эмоциональных состояний участников.	2	Тренинг, диагностика
10. Агрессия и гнев	Обобщение и структурирование знаний и опыта участников о проявлениях агрессивности. Формирование культуры эмоциональных проявлений.	2	Тренинг, диагностика
11. Страх и тревога	Обобщение и структурирование знаний и опыта участников о проявлениях страха и тревоги. Формирование культуры эмоциональных проявлений.	2	Тренинг, диагностика
12. Эмпатия. Что это?	Формирование культуры эмоциональных проявлений.	2	Тренинг
13. Интеграционное занятие по первому модулю	Актуализация и анализ опыта, полученного на прошедших занятиях. Повышение у участников личностной активности.	2	Тренинг
14. Гора моей индивидуальности	Интеграция и обобщение полученного опыта на занятиях.	2	Тренинг – презентация, диагностика
«Мое личное пространство»			
15. Я и мои границы	Создание условий для безопасного исследования подростками особенностей своих личностных границ.	2	Тренинг.
16. Границы – моя безопасность	Развитие и коррекция социальных умений, связанных с освоением своего личностного пространства, осознание особенностей своих границ.	2	Лекция с элементами тренинга.
17. Мои и чужие границы	Развитие и коррекция социальных умений, связанных с освоением своего и чужого личностного пространства, исследование своих и чужих границ.	2	Тренинг.
18. Интеграционное занятие по исследованию границ	Актуализация личностных ресурсов, необходимых для построения контактов с другими участниками, освоение коммуникативных навыков, связанных с контактом.	2	Тренинг.
Всего:		36	

2.Комплекс организационно - педагогических условий

2.1. Календарный учебный график (заполнить с учетом срока реализации ДООП)

Таблица 2.1.1.

Количество учебных недель	36
Количество учебных дней	36
Продолжительность каникул	с 01.06.2023 г. по 31.08.2023 г.
Даты начала и окончания учебного года	с 01.09.2022 по 31.05.2023 г.

2.2. Условия реализации программы

Таблица 2.2.1.

Аспекты	Характеристика (заполнить)
Материально-техническое обеспечение	Кабинет «Доступная среда»
Информационное обеспечение	- интернет источники
Кадровое обеспечение	учитель

2.3. Формы аттестации

Формами аттестации являются:

- обратная связь;
- самодиагностика

2.4. Оценочные материалы

Таблица 2.4.1.

Показатели качества реализации ДООП	Методики
Уровень развития творческого потенциала учащихся	Методика «Креативность личности» Д. Джонсона
Уровень развития социального опыта учащихся	Тест «Уровень социализации личности» (версия Р.И.Мокшанцева)
Уровень сохранения и укрепления здоровья учащихся	«Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений» под ред. М.М. Безруких
Уровень удовлетворенности родителей предоставляемыми образовательными услугами	Изучение удовлетворенности родителей работой образовательного учреждения (методика Е.Н.Степановой)

2.5. Методические материалы

Методы обучения:

- Словесный
- Наглядный
- Объяснительно-иллюстративный
- Дискуссионный

Формы организации образовательной деятельности:

- Индивидуально-групповая
- Групповая
- Практическое занятие
- Беседа
- Игра
- Тренинг

Педагогические технологии:

- Технология индивидуального обучения
- Технология группового обучения
- Технология коллективного взаимодействия
- Проектная технология
- Здоровьесберегающая технология

Дидактические материалы:

- Инструкции
- Технологические карты

2.7. Список литературы

1. Воропаева, И.П. Коррекция эмоциональной сферы младших школьников [Текст]: Практическое пособие / И.П. Воропаева. – М.: Айрис – пресс, 2008. – 136 с.
2. Фоппель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения [Текст]: Практическое пособие / К. Фоппель – в 4-х томах. Т.2. – М.: Генезис, 1998. – 160 с.
3. Микляева, А.В. Я-подросток. Я среди других людей [Текст]: Программа уроков психологии/И.В. Микляева. СПб.: Издательство «Речь», 2005. – 118с.
4. Игры – обучение, тренинг, досуг. Педагогические игры [Текст]: Практическое пособие / под редакцией В.В. Петрусинского. – М.: ГЦ «ЭНРОФ», 1994. – 132 с.
5. Я и другие. Тренинги социальных навыков [Текст]: для учащихся 1-11-х классов / под ред. В.А. Родионова. – Ярославль: Академия развития, 2003. – 224 с.