

ПРИЛОЖЕНИЕ
к программе дополнительного образования
МБОУ «Средняя школа №12»,
утвержденной приказом
от 30.08.2024 №146-п

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ РАБОЧАЯ
ПРОГРАММА**

«Давайте жить дружно»

(социально-педагогическая направленность)

Возраст детей: с 10 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель:
педагог-психолог
МБОУ «Средняя школа №12»
Лапшина Т.Н.

г. Дзержинск

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Направленность дополнительной общеразвивающей рабочей программы «Давайте жить дружно» (далее – программа) – социально-педагогическая. Программа составлена с учетом методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

Программа развивающих занятий «Давайте жить дружно» разработана для детей с 10 лет. Данная программа составлена на основе программы «Уроки введения в общение в школе». Автор – Е. А. Сорокоумова, НИРО, 1993г. Также при составлении программы были использованы материалы, программы ПМС – центра «Мир начинается с меня» (занятия по толерантности для учащихся 5-8 классов). Система занятий построена с учетом возрастных возможностей и потребностей детей подросткового возраста. Известно, что в подростковом возрасте на первый план выходит проблемы общения и самопознания. Для этого возраста характерно повышение тревожности, неуверенности, страхов.

Подростковый возраст – важнейший период в психосоциальном развитии человека. Он активно включается во взрослую жизнь, формируют свою идентичность, осваивают разные социальные роли. Его жизненная позиция зависит от того, как он будет относиться к миру в целом, к себе, к другим в этом мире.

В работе с подростками отдается предпочтение групповой форме проведения развивающих занятий. Подростковый возраст является очень благоприятным временем для начала проведения подобной работы. Общение со сверстниками является одной из главных потребностей подростков. Однако, известно, что у детей подросткового возраста существует потребность и в благоприятном доверительном общении со взрослыми.

На психологических занятиях подросткам очень важно ощущать безопасность и доверие к ведущему. Поэтому психолог организует доброжелательную и доверительную атмосферу взаимного общения. На первом занятии совместно с детьми психолог вводит правила поведения на занятиях:

- называть друг друга по имени;
- один говорит – все слушают;
- безоценочное отношение к другому;

Основные методы:

- обсуждение ситуаций, дискуссия;
- ролевая игра;
- рисование;
- незаконченные предложения, тесты.

На занятиях используются методы активного обучения: ролевые игры, анализ ситуаций, игры упражнения на развитие внимания, воображения, мышления, даются первые понятия невербальных форм общения. Так же используются детские подвижные игры, психогимнастические упражнения, медитация, стихи, рассказы, сказки. Используемые на занятиях и дома диагностические процедуры помогают учащимся в самопознании.

Для записей и рисования у учащихся имеются тетради, альбомы, фломастеры, краски.

Программа «Давайте жить дружно» рассчитана на 36 учебных недели, по 1 часу в неделю.

При реализации программы предполагаются очные групповые формы организации деятельности учащихся на занятиях.

Режим занятий: один раз в неделю, занятие продолжительностью 45 минут.

Особенности организации образовательного процесса – состав группы постоянный, обучающиеся разновозрастной группы.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: развитие коммуникативных умений и навыков сотрудничества, потребности в саморазвитии. Формирование у ребенка умения ориентироваться на социальные нормы.

Задачи:

1. создание условий для успешной социализации подростков: освоение и развитие навыков эффективного взаимодействия с окружающими, качества толерантной личности, способности к самопознанию, самоанализу.
2. развитие социальной восприимчивости, доверия, умения выслушивать другого человека, способности к сопереживанию, к эмпатии
3. повышение самооценки, уверенности, формирование умения видеть положительные качества у себя и у других;
4. обучение конструктивным способам выхода из конфликтных ситуаций, выражению своих чувств, переживаний без конфликтов и насилия.
5. способствование развитию эмоциональной сферы учащихся.

Критерии отбора: по запросу классного руководителя, родителей, на основе результатов социометрии.

1.3. Содержание программы

Учебно-тематическое планирование

№	Разделы программы, тема.	Количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Ознакомление с основными способами общения. Игра «Давайте познакомимся».	2	1	1
2.	«Я и мое имя».	1		1

3.	«Радуга эмоций»	2	1	1
4.	«Как пережить обиду»	2	1	1
5.	«Как справиться с гневом».	2	1	1
6.	«Как избежать недопонимания».	2	1	1
7.	«Учимся слушать друг друга».	2	1	1
8.	Критика.	2	1	1
9.	Как сказать «нет».	1		2
10.	Комплимент или лесть.	2	1	1
11.	Ищу друга.	2		1
12.	Почему люди ссорятся.	1	1	1
13.	Предотвращение конфликтов.	2	1	1
14.	Кто Я? Какой Я?	2	1	1
15.	Ярмарка достоинств.	1		2
16.	«Давайте говорить друг другу комплименты».	2	1	1
17.	Мальчики и девочки – вместе лучше.	2	1	1
18.	«Язык чувств».	2	1	1
19.	«Страна вежливых слов».	1	1	1
	ИТОГО	36	14	22

Содержание программы

№	Тема.
1.	Ознакомление с основными способами общения. Игра - «Давайте познакомимся». Создание положительной обстановки, знакомство с целями занятий, принятие правил.
2.	«Я и мое имя». Способствовать формированию позитивного образа «Я». Развитие навыков общения. Активизация процесса самопознания.
3.	«Радуга эмоций». Знакомство с понятием «эмоции»; Расширение словаря эмоций.
4.	«Как пережить обиду». Осознание источников обиды. Учить отреагировать обиду в приемлемой форме.
5.	«Как справиться с гневом». Выработка навыков совпадения со своими отрицательными эмоциями.
6.	«Как избежать недопонимания». Дать понятия вербального и невербального общения. Объяснить, что такое недопонимание, как его избежать при общении.
7.	«Учимся слушать друг друга». Показать значимость выслушивания при общении. Формирование негативного отношения к использованию в речи слов-паразитов.
8.	«Критика». Выработка навыков поведения при обращенной на вас критике.
9.	«Как сказать нет». Отработка навыков отказа. Выработать навыки

	уверенного поведения. Формировать негативное отношение к агрессии.
10.	«Комплименты или лесть». Познакомить с понятием «комплимент». Научить видеть положительные качества у других людей.
11.	«Ищу друга». Помочь учащимся в самораскрытии. Способствовать преодолению барьеров в общении.
12.	«Почему люди ссорятся». Познакомить учащихся с понятием «конфликт». Выявить особенности поведения в конфликте.
13.	«Предотвращение конфликтов». Познакомить с техникой выхода из конфликта. Выработка навыков поведения в проблемной ситуации.
14.	«Кто Я? Какой Я?». Развивать у учеников интерес к самопознанию, рефлексии.
15.	«Ярмарка достоинств». Закреплять навыки самоанализа. Учить преодолевать барьеры на пути самораскрытия. Развивать уверенность в себе.
16.	«Давайте говорить друг другу комплименты». Развитие позитивного отношения друг к другу.
17.	«Мальчики и девочки. Вместе лучше». Развитие групповой сплоченности, позитивного отношения друг к другу.
18.	«Язык чувств». Развитие умения выражать свое настроение и чувствовать состояние другого. Развивать умение выражать свои чувства, симпатии и взаимопонимание.
19.	«Страна вежливых слов». Развитие уважения, вежливого отношения к людям. Подведение итогов. Обратная связь от детей.

1.4. Планируемые результаты

Снижение числа подростков, склонных к деструктивному поведению.

Повышение уровня социальной адаптированности учащихся начальных классов.

Получение опыта самоисследования, самопознания, что ведет к личностному росту.

Развитие эмоционально – волевой сферы.

Овладение адаптивными стратегиями поведения.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Условия реализации программы

На занятиях предусматривается деятельность, создающая условия для творческого развития воспитанников на различных возрастных этапах и учитывается дифференцированный подход, зависящий от степени одаренности и возраста воспитанников.

Основные дидактические принципы программы: доступность и наглядность, последовательность и систематичность обучения и воспитания, учет возрастных и индивидуальных особенностей детей. Обучаясь по программе,

дети проходят путь от простого к сложному, с учётом возврата к пройденному материалу на новом, более сложном творческом уровне.

Материально-техническое обеспечение

Оборудованный учебный кабинет с соответствующей учебно-материальной базой.

Наименование учебного оборудования	Единица измерения	Количество
Столы ученические	шт	По количеству занимающихся
Стулья ученические	шт	По количеству занимающихся
Компьютер с соответствующим программным обеспечением	комплект	1
Мультимедийный проектор	комплект	1
Экран	комплект	1
Магнитная доска	комплект	1
Акустическая система для использования аудио-и видеоматериалов, демонстрации презентаций, с выходом в Интернет	комплект	1

Информационное обеспечение

- 1.«Уроки введения в общение в школе». Автор – Е. А. Сорокоумова, НИРО, 1993г.
2. Материалы программы ПМС – центра «Мир начинается с меня» (занятия по толерантности для учащихся 5-7 классов).
- 3.Бендас Т.В., Нагаев В.В. Психология чувств и их воспитание. — М., 1982.
- 4.Захаров А.И. Как преодолеть отклонения в поведении ребенка. — М., 1989.
- 5.Захаров А.И. Как преодолеть страх у детей. — М., 1989.
- 6.Изард К.Е. Эмоции человека. — М., 1980.
- 7.Казанский О.А. Игры в самих себя. — М., 1994.

Кадровое обеспечение

Педагогические работники, реализующие Программу, должны удовлетворять квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках по соответствующим должностям и (или) профессиональных стандартах:

должны иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, секции, студии, клубного и иного детского объединения без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительную профессиональную подготовку по направлению "Образование и педагогика" без предъявления требований к стажу работы.

2.2. Формы аттестации

Для отслеживания и фиксации образовательных результатов предусмотрены следующие формы:

- журнал посещаемости;
- индивидуальное наблюдение при выполнении практических приемов учащимися;
- творческие достижения обучающихся (грамоты, дипломы, сертификаты и др.).

Для предъявления и демонстрации образовательных результатов предусмотрены следующие формы:

Итоговая выставка, творческая работа, участие обучающихся в конкурсах и мероприятиях различного уровня.

2.3 Оценочные и методические материалы

Для определения уровня усвоения Программы применяются два вида мониторинга:

- внутренний (наблюдение);
- внешний (конференция, открытое занятие, участие в конкурсах).

Методические материалы

Раздел, тема.	Формы занятий	Приемы и методы	Дидактический материал	Техническое. Оснащение
1.Ознакомление с основными способами общения. Игра – «Давайте познакомимся»	Занятие с элементами тренинга.	Дискуссия, рисование, интервью.	Тест, карточки, альбом, фломастеры.	
2. «Я и мое имя».	Занятие с элементами тренинга.	Психогимнастика, рисование, игры.	Нитки, мяч, альбом, фломастеры.	Магнитфон кассета.
3. «Радуга эмоций».	Занятие с элементами тренинга.	Обсуждение ситуаций, рисование, сюжетно-ролевая игра.	Тест, карточки с лицами, карточки с написан. эмоциями.	
4. «Как пережить обиду».	Занятие с элементами тренинга.	Психогимнастика, упражнения,	Плакат «кувшин эмоций».	

		интервью.		
5. «Как справляться с гневом».	Занятие с элементами тренинга.	Упражнения, психогимнастика, дискуссия.	Карточки с названием эмоций.	
6. «Как избежать недопонимания».	Занятие с элементами тренинга.	Обсуждение ситуаций, упражнения, игра.	Мяч.	
7. «Учимся слушать друг друга».	Занятие с элементами тренинга.	Обсуждение темы, упражнение в парах, игры.	тест	
8. «Критика».	Занятие с элементами тренинга.	Психогимнастика, игры, упражнение.	Мяч, схема «Я – сообщение»	
9. «Как сказать нет».	Занятие с элементами тренинга.	Обсуждение ситуаций, упражнение в парах, игра.	Тест.	
10. «Комплимент или лесть».	Занятие с элементами тренинга.	Упражнение, рисование в парах.	Альбом, фломастеры.	
11. «Ищу друга».	Занятие с элементами тренинга.	Вопрос по кругу, обсуждение, упражнение, рисование.	Бумага А4, фломастеры	
12. «Почему люди ссорятся».	Занятие с элементами тренинга.	Психогимнастика, игра, ассоциация.	Мяч.	
13. «Предотвращение конфликтов».	Занятие с элементами тренинга.	Упражнение, игра, дискуссия.		
14. «Кто Я? Какой Я?».	Занятие с элементами тренинга.	Упражнения, игра.	Мяч, список качеств.	
15. «Ярмарка достоинств».	Занятие с элементами тренинга.	Обсуждение ситуаций, игра,	Листы А4, фломастеры.	

		упражнение, рисование.		
16. «Давайте говорить друг другу комплименты».	Занятие с элементами тренинга.	Упражнения, рисование, игра.	Листы А4, фломастеры.	Магнитофон, кассета.
17. «Мальчики и девочки – вместе лучше».	Занятие с элементами тренинга.	Ролевая игра, упражнение, обсуждение ситуаций, рисование.	Альбом, фломастеры.	
18. «Язык чувств».	Занятие с элементами тренинга.	Упражнения, беседа, игра.		
19. «Страна вежливых слов».	Занятие с элементами тренинга.	Упражнения, игра, дискуссия.	Мяч, карточки.	

Список литературы

- Бендас Т.В., Нагаев В.В. Психология чувств и их воспитание. — М., 1982.
Захаров А.И. Как преодолеть отклонения в поведении ребенка. — М., 1989.
Захаров А.И. Как преодолеть страх у детей. — М., 1989.
Изард К.Е. Эмоции человека. — М., 1980.
Казанский О.А. Игры в самих себя. — М., 1994.