

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА
ГОРОДА РАЙЧИХИНСКА АМУРСКОЙ ОБЛАСТИ

**Муниципальное образовательное автономное учреждение
дополнительного образования «Дворец детей и юношества»
городского округа города Райчихинска Амурской области**

Принята на заседании
педагогического совета
от «17» января 2023 г.
Протокол № 4



Утверждаю:
Директор МОАУДО «ДДЮ»
С.А. Королева
Приказ № 5 от 17 января 2023 г

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Социально-гуманитарной направленности

«Познай себя»

Ознакомительный уровень

Возраст обучающихся 13-15 лет

Срок реализации 1 год

Автор составитель:

Чешева Елена Викторовна, педагог-психолог

Высшая квалификационная категория.

г. Райчихинск
2023

Содержание:

1	КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цель и задачи программы	6
1.3	Содержание программы	7
1.4	Планируемые результаты	13
2	КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	14
2.1	Календарный учебный график	14
2.2	Условия реализации программы	18
2.3	Формы аттестации	20
2.4	Оценочные материалы	20
2.5	Методические материалы	21
2.6	Рабочая программа воспитания	22
3	СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	24
	Приложения	25

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Познай себя» ознакомительного уровня реализуется в рамках **социально-гуманитарной направленности**. Программа “Познай себя” составлена на основе уроков психологии, написанных школьным психологом и психологом Московского тренинг-центра “Синтон” Юлией Зузенко, а также на основе уроков психологии в средней школе 8 класс Хухлаевой О.В.

Нормативно-правовую базу разработки программы составляют:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ 273) (ред. от 02.07.2021);

2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ От31.03.2022 г. №678-Р)

3. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции от 11.06.2021);

4. Постановление главного государственного врача Российской Федерации об утверждении санитарных правил С.П.2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020 №28;

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению без-опасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);

6. Устава МОАУДО «ДДЮ».

7. Методические рекомендации по организации и реализации учебной работы по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ ГАУ ДПО «АМИРО» от 14.02.2022 г.).

Актуальность программы

Актуальность данной программы состоит в том, что коммуникативная компетентность является сегодня неотъемлемым компонентом развития и становления личности, позволяющей полноценно реализовывать свои способности, знания, умения и навыки, полученные в школе, а значит ее формирование способно являться одной из главных задач учебно-воспитательного процесса.

Именно в подростковом возрасте закладываются личностные особенности, связанные с ответственностью, рефлексивностью, целостностью Я-концепции, как важные качества зрелой личности (Л.И. Божович, Л.С. Выготский, Е.И. Исаев, Д.И. Фельдштейн, В.Л. Хайкин, Э. Эриксон). От развития коммуникативной сферы в подростковом периоде зависит дальнейшая социализация подростка и интеграция его в современном обществе, и личностное становление подростка.

Новизна и отличительные особенности

Модификация данной программы состоит в интеграции двух программ и внесении в программу практической части (тематические и игровые тренинги, самодиагностика и рефлексия), а также в изменении содержания и наполнения тем (новые упражнения, игры, тесты). Программа психологических занятий для подростков обеспечивает с одной стороны формирование их психологического здоровья, с другой стороны - выполнение основных задач развития.

Новизна программы. Данная программа включает в себя основные направления работы: аксиологическое, инструментальное, потребностно-мотивационное и развивающее. Аксиологическое направление учит ребенка принимать самого себя и других людей, при этом адекватно осознавая свои и чужие достоинства и недостатки. Инструментальное направление формирует умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы, т.е. помогает личностной рефлексии ребенка. Потребностно-мотивационное направление для подростков предполагает развития умения сделать выбор, готовность нести за него ответственность, а

также формирование потребности в самоизменении и личностном росте. Развивающее направление обеспечивает формирование эго-идентичности (Э. Эриксон), половой идентичности и личностного самоопределения (Л.И. Божович).

Адресат программы

Программа предназначена для обучения подростков 13-15 лет.

Возрастная характеристика.

Подростковый период – важнейший этап жизни человека, время выборов, которые во многом определяют последующую судьбу. Несмотря на разницу социально-культурного окружения, почти все подростки с особой остротой переживают свое взросление, заявляя об этом через агрессию, непослушание, алкоголь, школьные трудности и т.д. Поэтому так важно, чтобы у детей была возможность поговорить о себе, исследовать себя, получить новые знания о себе. Программа психологических занятий для подростков должна обеспечивать с одной стороны формирование их психологического здоровья, с другой стороны - выполнение основных задач развития.

Особенности состава учащихся, условия набора: неоднородный (смешанный), на обучение по программе принимаются все желающие. Формируются группы обучающихся одного возраста или разных возрастных категорий (разновозрастные группы), являющиеся основным составом объединения.

Оптимальное количество детей в группе: 10 - 12 обучающихся.

Объем программы, срок освоения– 1 год – 34 часа.

Формы обучения – очная.

Уровень программы – ознакомительный.

Особенности организации образовательного процесса:

- *формы реализации образовательной программы* – традиционная,
- *организационные формы обучения:*
- фронтальный - одновременная работа со всеми детьми;

- коллективный - организация проблемно-поискового или творческого взаимодействия между всеми детьми;
- индивидуально-фронтальный - чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
- коллективно-групповой - выполнение заданий малыми группами, последующая презентация результатов выполнения заданий и их обобщение;
- в парах - организация работы по парам;
- индивидуальный - индивидуальное выполнение заданий, решение проблем.

Режим занятий– 1 занятие в неделю по 1 ак. час. (45 мин.).

1.2 Цель и задачи программы

Цель:

Помочь обучающимся освоить коммуникативные умения и навыки; выработать индивидуальный стиль общения; стать более гибкими в общении; научиться адекватно выражать своё внутреннее состояние.

Задачи программы:

- формирование сплоченного доброжелательного коллектива, находясь в котором дети почувствуют себя комфортно и защищено, смогут раскрыться психологически;
- научить положительному самоотношению и принятию других людей;
- воспитывать чувства коллективизма, взаимопомощи, ответственности;
- развивать положительные эмоции и волевые качества, осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы.

1.3 Содержание программы

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации контроля
		Всего	Теория	Практика	

1	Вводное занятие.	1	1		Беседа, самодиагностика
2	Общение	1	1		
3	Конфликт, понятие конфликта	4	1	3	Диагностика, решение конфликтных ситуаций
4	Эмпатия	2	-	2	Практическая работа
5	Комбинантность, конгруэнтность	2	1	1	Лекция, беседа
6	Фильтры «Я – слушания»	2	-	2	Групповая работа
7	Внимание	2	-	2	диагностика
8	Восприятие	1	-	1	Практическая работа
9	Мышление	6	1	5	Беседа, практическая работа, диагностика, тестирование

10	Ощущения	1	-	1	Практическая работа
11	Память	3	1	2	Тренинг, диагностика.
12	Речь	2	-	2	Практическая работа
13	Самооценка	4	1	3	Тренинг, диагностика
14	Личность	2	1	1	Беседа, практическая работа
15	Итоговое занятие	1	-	1	Тренинг «Личностного роста»
	ИТОГО	34	8	26	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие. Общение - 1

Теория. Техника безопасности при проведении занятий. Знакомство с программой «Познай себя». Диагностика КОС, диагностика коммуникативных умений. Установление контакта при общении, умение вести диалог на заданную тему.

Формы контроля: Беседа, самодиагностика

2. Общение. 1

Теория. Виды общения. Общение, что такое процесс общения в жизни подростков. Виды общения. Особенности делового общения и интимно-личностного общения. Рассмотреть различные виды общения и ситуации их использования. Ознакомиться с понятием о знаках внимания в процессе коммуникации, освоить навыки пассивного и активного слушания.

Формы контроля: самодиагностика

3. Конфликт, понятие конфликта- 4

Теория. Понятие конфликта и конфликтующих сторон, виды и причины конфликтов, решение конфликтных ситуаций, умение находить выход из конфликтной ситуации, бесконфликтное общение. Стрессовое напряжение и конфликтное общение. Виды конфликтов, их значение в жизни человека. Подростковые конфликты, особенности, пути разрешения. Внутренний конфликт и самооценка.

Практика. Анализ возникающих конфликтных ситуаций в течение недели: причина, источник, конфликтующие стороны, решение и выводы. Диагностика Томаса «Поведение в конфликтной ситуации», диагностика Басса –Дарки «Тест агрессивности». Стратегии выхода из конфликта.

Формы контроля: Диагностика, решение конфликтных ситуаций

4. Эмпатия – 2.

Практика. Понятие и виды эмпатии, знакомство с эмпатическим слушанием и восприятием собеседника. Освоить навыки эмпатического слушания с использованием обратной связи. Овладеть навыками эмпатии и рефлексии для эффективного восприятия и понимания собеседника.

Формы контроля: Практическая работа

5. Комбинатность. Конгруэнтность- 2

Теория. Знакомство с соразмерностью, согласованностью слов и жестов, непротиворечащих друг другу. Согласованность информации, одновременно передаваемой человеком вербальным и невербальным способом (или различными невербальными способами).

Практика. Примерами неконгруэнтного поведения являются лезть, ложь, ситуации, когда кто-то с грустным видом говорит о том, как ему весело, и т. п. Анализ ситуаций неконгруэнтного поведения. Диагностика «Конгруэнтное общение».

Формы контроля: беседа

6. Фильтры «Я – слушания» - 2

Теория. Понятие о фильтрах общения; научиться определять фильтры в ситуациях общения; осознать свои фильтры «Я-слушания»; научиться строить общение без фильтров, общаться эмпатически.

Практика. Ознакомление с психологическими барьерами и фильтрами в общении, отработать дистанции в общении.

Формы контроля: Наблюдение

7.Внимание- 2.

Теория. Изучить функцию внимания, его виды и свойства. Рассмотреть условия возникновения внимания. Рассмотреть виды внимания. Изучить его свойства. В практических заданиях определить индивидуальные особенности внимания учащихся. Показать возможности повышения качества внимания. Виды и свойства внимания. Влияние внимания на учебную деятельность, внимание и внимательность в общении между сверстниками, со взрослыми людьми, с родителями.

Практика. Определение свойств внимания(диагностика), опора на доминанту внимания при организации учебной деятельности, умение контролировать внимание и сосредоточение. Практические упражнения на развитие внимательности и внимания. «Тренинг внимания».

Формы контроля: Беседа

8.Восприятие -1.

Теория. Изучить процесс восприятия и его характеристики. Рассмотреть понятие восприятия, его видов, свойства, иллюзии восприятия. Определить взаимосвязь ощущения и восприятия как сенсорных процессов. Практически исследовать особенности нормального процесса восприятия и его искажения. Исследовать некоторые количественные характеристики восприятия. Значение восприятия в общении и установлении контакта. Особенности общения с людьми, у которых нарушено восприятие (зрительное, слуховое).

Практика. Обучение способам альтернативного общения. Техники развития восприятия и эмпатичного отношения к собеседнику. Упражнения на развитие восприятия.

Формы контроля: Практическая работа

9.Мышление.6

Теория. Познакомить с видами и свойствами мышления, развитием мышления в процессе жизнедеятельности, логическое мышление. Особенности мышления в подростковом возрасте. Структура мышления.

Практика. Решение задач на аналогии (уровень 1 и уровень 2). Развитие креативного мышления. Тренинг развития креативного мышления «Мозговой штурм». Диагностика мышления по методике ШТУР. Самоконтроль в организации выполнения домашнего задания.

Формы контроля: Беседа, практическая работа, диагностика, тестирование

10.Ощущения-1.

Теория. Рассмотреть процесс ощущения как первоисточник знаний об окружающем мире. Рассмотреть ощущение в качестве одного из познавательных процессов; показать объективность-субъективность ощущений; определить виды ощущений; практически испытать различные виды ощущений; осознать роль ощущений в познании предметов и явлений окружающего мира

Практика. Практическая работа по умению распознавать и управлять негативными эмоциями.

Формы контроля: Практическая работа

11. Память – 3.

Теория. Знакомство с познавательным процессом - память. Значение памяти в жизни человека и учебной деятельности. Особенности и правила развития памяти. Виды памяти. Изучить основные процессы и виды памяти, факторы забывания и способы уменьшения их влияния. Рассмотреть основные процессы памяти и их особенности. Изучить различные виды памяти и их функцию. Понять различие механического и смыслового запоминания. Научиться использовать различные виды смысловых связей и мнемонические опоры для запоминания информации.

Практика. Диагностика ведущего типа памяти. Тренинг развития памяти. Заучивание стихотворений.

Формы контроля: Тренинг

12. Речь – 2.

Теория. Рассмотреть функции языка и речи, различные виды речевой деятельности. Изучить составляющие языка — знаки и символы. Рассмотреть взаимосвязь языка и речи. Определить функции языка и речи. Выявить различные виды речевой деятельности. Практически опробовать различные виды речи. Помочь ученикам определить качество собственной речи. Умение говорить и слушать, внимание к слову в своей речи и речи собеседника, умение формулировать свои мысли четко и понятно, обогащение словарного запаса и повышение грамотности.

Практика. Совершенствовать умения в устной и письменной речи, умение составлять диалог на заданную тему. Практические упражнения по использованию интонации, пауз, жестов, дистанции и перефраз в речи.

Формы контроля: Практическая работа

13. Самооценка – 4.

Теория. Исследование самооценки, ее влияния на личность и деятельность. Сформировать понятие о самооценке и ее видах. Показать влияние самооценки на процесс общения. Определить самооценку учащихся. Способствовать формированию адекватной самооценки. Снизить зависимость самооценки учащихся от мнения других людей.

Практика. Уровни самооценки. Диагностика самооценки (методика измерения самооценки Дембо-Рубинштейна для подростков и юношей. Методика исследования самооценки личности С.А. Будасси – тест на самооценку для подростков, дающий ее характеристику по таким параметрам, как: высокая/средняя/низкая, адекватная/неадекватная. Тест В. В. Новикова "Кто я есть в этом мире". Методика, определяющая уровень самооценки подростков по следующим параметрам: тенденции к завышению/занижению, явно завышенная/заниженная, адекватная самооценка). Умение корректировать

внешние проявления, учитывать особенности самооценки в общении и учебной деятельности, тренинг развития «Моя самооценка»

Формы контроля: Тренинг

14. Личность – 2.

Теория. Рассмотреть элементы структуры личности и их свойства. Определить целое в структуре личности. Рассмотреть его элементы. Охарактеризовать особенности личностных черт каждой подструктуры и их свойства. Рассмотреть путь их формирования. Сформировать понятие о личности как динамическом образовании. Личность в истории и психологии, личность в общении. Личность как субъект отношений и сознательной деятельности (лицо, в широком смысле слова) или устойчивую систему социально-значимых черт, характеризующих индивида как члена того или иного общества или общности. Личность - это совокупность социально значимых качеств человека, которые он реализует в общественной жизни. Это значит, что социальная сторона человека в обществе проявляется в возможности и готовности к общественно-полезному труду, в общении, взаимодействии с другими людьми.

Практика. Упражнение «Автопортрет личности», «Герб моей семьи». Сочинение- миниатюра на заданную тему.

Формы контроля: Беседа, практическая работа

15. Итоговое занятие – 1.

Практика. Подведение итогов. Тренинговое занятие «Познай себя», ритуал прощания.

Формы контроля: Тренинг «Личностного роста»

1.4. Планируемые результаты

- сформирован сплоченный доброжелательный коллектив, находясь в котором дети чувствуют себя комфортно и защищено, раскроются психологически;

- научатся положительному самоотношению и принятию других людей;
- будут воспитаны чувства коллективизма, взаимопомощи, ответственности;
- развиты положительные эмоции и волевые качества, научатся осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы.

РАЗДЕЛ № 2 «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»

2.1. Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1 полугодие 16 недель -16 часов 2 полугодие 20 недель – 18 часов								
1	09	14	16.00	Рефлексивный круг знакомства	1	Вводное занятие.	МОАУД О «ДДЮ»	Беседа, самодиагностика
2	09	21	16.00	Лекция с элементами психологического погружения	1	Общение. Виды общения.	МОАУД О «ДДЮ»	Беседа, самодиагностика
3	09	28	16.00	Конфликт, понятие конфликта	1	Понятие конфликта и конфликтующих сторон	МОАУД О «ДДЮ»	Анализ ситуаций
4	10	5	16.00	Конфликт, понятие конфликта	1	Причины возникновения конфликта	МОАУД О	диагностика

							«ДЮ»	
5	10	12	16.00	Конфликт, понятие конфликта	1	Бесконфликтное общение	МОАУД О «ДЮ»	диагностик а
6	10	19	16.00	Конфликт, понятие конфликта	1	Подростковые конфликты, конфликты и самооценка	МОАУД О «ДЮ»	Решение конфликтных ситуаций
7	10	26	16.00	Эмпатия	1	Знакомство с эмпатичным слушанием	МОАУД О «ДЮ»	Практическая работа
8	11	2	16.00	Эмпатия	1	Освоение навыков эмпатического слушания	МОАУД О «ДЮ»	Практическая работа
9	11	9	16.00	Комбинантность	1	Знакомство соразмерностью слов и жестов	МОАУД О «ДЮ»	диагностик а
10	11	16	16.00	Конгруэнтность	1	Анализ ситуаций неконгруэнтного поведения	МОАУД О «ДЮ»	Диагностик а «Крнгруэнтное общение»,
11	11	23	16.00	Фильтры «Я – слушания»	1	Понятие о фильтрах общения	МОАУД О «ДЮ»	Групповая работа
12.	11	30	16.00	Фильтры «Я – слушания»	1	Понимание фильтров общения	МОАУД О «ДЮ»	Групповая работа

13.	12	7	16.00	Внимание	1	Функции внимания и его свойства	МОАУД О «ДДЮ»	диагностик а
14	12	14	16.00	Внимание	1	Определение свойств внимания	МОАУД О «ДДЮ»	диагностик а
15	12	21	16.00	Восприятие	1	Понятие восприятия, его виды и свойства.	МОАУД О «ДДЮ»	Практическ ая работа
16	12	28	16.00	Мышление	1	Знакомство с видами и свойствами мышления	МОАУД О «ДДЮ»	Беседа
17	01	11	16.00	Мышление	1	Развитие мышление в процессе жизнедеятельност и	МОАУД О «ДДЮ»	Тестирован ие
18	01	18	16.00	Мышление	1	Логическое мышление	МОАУД О «ДДЮ»	Практическ ая работа
19	01	25	16.00	Мышление	1	Логическое мышление	МОАУД О «ДДЮ»	Практическ ая работа
20	02	1	16.00	Мышление	1	Креативное мышление	МОАУД О «ДДЮ»	Диагностик а
21	02	8	16.00	Мышление	1	Креативное	МОАУД	тестирован

						мышление	О «ДЮ»	ие
22	02	15	16.00	Ощущения	1	Ощущения как один из познавательных процессов	МОАУД О «ДЮ»	Практическая работа
23	02	22	16.00	Память	1	Значение памяти в жизни человека и учебной деятельности.	МОАУД О «ДЮ»	тренинг
24	02	29	16.00	Память	1	Виды памяти	МОАУД О «ДЮ»	тренинг
25	03	7	16.00	Память	1	Умение использовать различные виды смысловых связей.	МОАУД О «ДЮ»	диагностика
26	03	14	16.00	Речь	1	Функции языка и речи	МОАУД О «ДЮ»	Практическая работа
27	03	21	16.00	Речь	1	Составляющие языка- знаки и символы	МОАУД О «ДЮ»	Практическая работа
28	03	28	16.00	Самооценка	1	Исследование самооценки	МОАУД О «ДЮ»	Диагностика
29	04	4	16.00	Самооценка	1	Уровни самооценки	МОАУД О	тестирование

							«ДДЮ»	
30	04	11	16.00	Самооценка	1	Влияние самооценки на процесс общения	МОАУД О «ДДЮ»	диагностика
31	04	18	16.00	Самооценка	1	«Кто я есть в этом мире»	МОАУД О «ДДЮ»	тестирование
32	04	25	16.00	Личность	1	Структура личности и ее свойства	МОАУД О «ДДЮ»	Беседа
33	05	9	16.00	Личность	1	Личность как динамическое понятие	МОАУД О «ДДЮ»	Практическая работа
34	05	16	16.00	Итоговое занятие	1	Тренинговое занятие «Познай себя!»	МОАУД О «ДДЮ»	тренинг

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы

Учебный кабинет, в котором представлены в достаточном объеме наглядно-информационные материалы, хорошее верхнее освещение и дополнительное боковое.

Оборудование:

- шкафы для хранения раздаточного материала;
- столы, стулья (по росту и количеству детей);
- демонстрационный столик.,

- персональный компьютер (15) с выходом в Интернет
- мультимедийный комплекс
- диагностический пакет методик [EffectonStudio 2006](#)

Материалы и инструменты:

- виды бумаги:
- офисная белая и цветная, картон белый и цветной,
- бумага формата А4 (белая)
- карандаши простые, цветные;
- краски;
- **Дидактический материал:**
- презентации (по темам занятий);
- диагностические карты, схемы,
- картотека психологических упражнений, игр.
- учебники и рабочие материалы Г.В. Резапкиной :

Кадровое обеспечение

Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими среднее профессиональное образование или высшее образование, соответствующее направленности дополнительной общеобразовательной программы.

Информационное обеспечение

Электронные ресурсы

<https://www.pinterest.ru/> — социальный интернет-сервис, фотохостинг, позволяющий пользователям добавлять в режиме онлайн изображения, помещать их в тематические коллекции и делиться ими с другими пользователями. Изображения можно «приколоть» (англ. topin) к коллекциям, которые называются «досками» (англ. boards). Здесь подбирается весь

иллюстративный и демонстративный материал для занятий по данной программе.

<http://metodkabi.net.ru/index.php?id=knig>

EffectonStudio 2006

Тесты МАПП

ПСИ-ФАКТОР. Психотестодром

2.3 Формы аттестации

Для отслеживания результативности на протяжении всего процесса обучения осуществляются: текущий контроль (в течение всего учебного процесса) – проводится после прохождения каждой темы, чтобы выявить пробелы в усвоении материала и развитии. Формы контроля: беседа, самодиагностика, практическая работа, наблюдение.

Итоговый контроль – проводится в конце обучения и позволяет оценить уровень результативности освоения программы за весь период обучения.

Форма проведения: Тренинг личностного роста.

Результаты фиксируются в оценочном листе и протоколе.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

аналитический материал по итогам проведения мероприятий, анкетирование, отзывы родителей.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

аналитический материал по итогам проведения диагностики, аналитическая справка.

2.4 Оценочные материалы

Характеристика оценочных материалов

Для диагностики результативности сформированных компетенций учащимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы применяются традиционные способы отслеживания результатов: педагогическое наблюдение, опросники, тесты, методики,

Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн в модификации А. М. Прихожан;

Методика исследования самооценки личности С.А. Будасси;

Методы качественно-количественной обработки и интерпретации данных. Методы статистической обработки данных (U-критерий Манна-Уитни).

Уровни освоения программы

- Уровень теоретических знаний:

Минимальный уровень — обучающийся овладел менее чем 1/2 объема знаний, предусмотренных программой за конкретный период – 1 б.

Средний уровень — объем усвоенных знаний составляет более 1/2 - 2 б.

Высокий уровень — освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период. – 3 б.

- Уровень практической подготовки.

Минимальный уровень — обучающийся не может работать самостоятельно, практически постоянно вынужден обращаться за помощью – 1 б

Средний уровень — обучающийся иногда испытывает затруднения и нуждается в помощи педагога помощью. – 2 б.

Высокий уровень - обучающийся успешно применяет умения и навыки в самостоятельной работе – 3 б.

2.5. Методические материалы

В соответствии с содержанием программы используются следующие **методы:**

- репродуктивный;
- словесные методы обучения: лекция, объяснение, беседа, диалог.
- методы практической работы, анкетирование, тестирование, мини-проект;
- метод наблюдения: запись наблюдений;
- методы проблемного обучения: постановка проблемных вопросов; объяснение основных понятий, определений, терминов;

- создание проблемных ситуаций решение проблемы обучающимися: поиск и отбор средств и методов решения;
- метод игры: игры: дидактические, развивающие, познавательные, на развитие внимания, воображения;

Методики:

В процессе реализации программы предусмотрено использование психологических методик следующих авторов: Г.В.Резапкина, Е.А. Климов, Л.А. Йовайши, Дж. Голланд, Г. Айзенк, С.В. Ковалев, Куни Мак-Портленд, Ш. Шварцландер, М.Р. Гинзбург, И.Г. Вахрушева и Д.М. Шакирова, В Ханнинг (адаптация О.П. Елисеева). Методики направлены на изучение, анализ и развитие индивидуальных психологических качеств обучающихся.

Формы организации учебного занятия:

Лекции с элементами психологического погружения, круглый стол, тренинги, психологические игры, семинары, практические занятия, беседы.

Педагогические технологии:

- группового обучения;
- технология индивидуализации;
- технология проблемного обучения;
- технология проектной деятельности;
- здоровьесберегающая технология.

Алгоритм учебного занятия

При организации занятий педагог предусматривает реализацию нескольких этапов: диагностический, подготовительный (адаптационный, включение в деятельность), основной (реализация программы) и оценка результатов освоения программы.

В зависимости от педагогических целей этапы занятия могут быть изменены.

2.6 Рабочая программа воспитания

Цель: формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважение к закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации.

Задачи воспитания обучающихся:

-формирование и развитие личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие);

Направления в воспитании: в системе дополнительного образования воспитательная работа проводится через его содержание, формы и методы работы, принципы и функции деятельности, реально осуществляется в направлении:

Формы и содержание деятельности:

Экскурсия, тренинги, беседы.

2.7. Календарный план воспитательной работы

п/п	Название мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения
1	«Рождение коллектива.	тренинг	Сентябрь
2	Фотоохота «Осенний калейдоскоп»	Экскурсия	Октябрь
3.	Международный день толерантности.	Беседа	Ноябрь
4	Рождественские посиделки	Тренинг	Январь

Литература:

Для педагога:

1. Андерсон, Д. Думай, пытайся, развивайся. - СПб., 1996
2. Берн, Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений. Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы. - СПб., 2002 г. – 30 с.
3. Дольто, Ф. На стороне подростка. - СПб., 2005 г. – 56 с.
4. Зузенко, Ю. Уроки психологии в школе (Электронный ресурс), Режим доступа: <http://www.psylesson.ru>
5. Игры для интенсивного обучения /под ред. В.В.Петрусинского.- М.: Прометей, 2005 г. – 23 с.
6. Лидерс, А.Г. Психологический тренинг с подростками.- М.: Академия, 2001 г.- 90 с.
7. Наумова, Ж.Л. Упражнения по коррекции общения среди младших школьников (Электронный ресурс), Режим доступа: <http://www.menobr.ru/materials/49/30116/>
8. Райс, Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. - СПб.2000 г. – 65 с.

Рекомендуемая литература для обучающихся

1. Слободяник, Н.П. Психологическая помощь школьникам с проблемами в обучении.- М.: Айрис пресс, 2003 г.- 54 с.
2. Фопель, К. Энергия паузы. - М., 2004 г. – 87 с.

Рекомендуемая литература для обучающихся

1. Вачков, И.В. Психологическая азбука. Сказки о самой душевной науке. Королевство Внутреннего Мира. Королевство Разорванных Связей. – М.: Генезис, 2012. – 424с.
2. Токарева В.С. Нам нужно общение. – М.: АСТ, 2008, - 480с.

3. Энциклопедия для детей. Том 18, часть 2. Архитектура души. Психология личности. Мир взаимоотношений. Психотерапия. – М., 2002.-34 с.

Приложение 1.

Качества личности

- | | | |
|----------------------|----------------------|----------------------|
| 1. Аккуратность | 17. Легковерие | 33. Педантичность |
| 2. Беспечность | 18. Медлительность | 34. Радужие |
| 3. Вдумчивость | 19. Мечтательность | 35. Развязность |
| 4. Восприимчивость | 20. Мнительность | 36. Рассудительность |
| 5. Вспыльчивость | 21. Мстительность | 37. Самокритичность |
| 6. Гордость | 22. Надежность | 38. Сдержанность |
| 7. Грубость | 23. Настойчивость | 39. Справедливость |
| 8. Гуманность | 24. Нежность | 40. Сострадание |
| 9. Доброта | 25. Нерешительность | 41. Стыдливость |
| 10. Жизнерадостность | 26. Несдержанность | 42. Практичность |
| 11. Заботливость | 27. Обаяние | 43. Трудолюбие |
| 12. Завистливость | 28. Обидчивость | 44. Трусовость |
| 13. Застенчивость | 29. Осторожность | 45. Убежденность |
| 14. Злопамятность | 30. Отзывчивость | 46. Увлеченность |
| 15. Искренность | 31. Подозрительность | 47. Черствость |
| 16. Капризность | 32. Принципиальность | 48. Эгоизм |

Приложение 2.

Текст методики Будасси

ФИО _____

Возраст _____

Дата _____

Инструкция.

Вам предлагается список из 48 слов, обозначающих свойства личности, из которых Вам необходимо выбрать 20, в наибольшей степени характеризующих эталонную личность (назовем ее «мой идеал») в Вашем представлении. Естественно, что в этом ряду могут найти место и негативные качества.

В первый столбец Вам необходимо вписать качества личности, соответствующие Вашему идеалу (эталонной личности). Во втором столбце Вам необходимо вписать, как на Ваш взгляд эти качества выражены у Вас.

На первых позициях располагаются наиболее важные, с Вашей точки зрения, положительные свойства личности, а последними - наименее желательные, отрицательные (20-й ранг - наиболее привлекательное качество, 19-й - менее и т. д. вплоть до 1 ранга). Следите, чтобы ни одна оценка-ранг не повторялась дважды.

«Мой идеал»	Номер ранга	Я
	20	
	19	
	18	
	17	
	16	
	15	
	14	
	13	
	12	
	11	
	10	
	9	
	8	
	7	
	6	
	5	
	4	
	3	
	2	
	1	

Приложение 3.

Тест на определение уровня самооценки

Инструкция: «Вам предлагается ответить на 20 вопросов. Постарайтесь представить типичные ситуации и дайте первый «естественный» ответ, который придет вам в голову. Отвечайте быстро и точно. Помните, что нет «хороших» или «плохих» ответов. Если вы согласны с утверждением, поставьте рядом с его номером знак «+» (да), если нет - знак «-» (нет)».

1. Обычно я рассчитываю на успех в своих делах.
2. Большую часть времени я нахожусь в подавленном настроении.
3. Со мной большинство ребят советуются (считаются).
4. У меня отсутствует уверенность в себе.
5. Я примерно так же способен и находчив, как большинство окружающих меня людей (ребят в классе).
6. Временами я чувствую себя никому не нужным.
7. Я все делаю хорошо (любое дело).
8. Мне кажется, что я ничего не достигну в будущем (после школы).
9. В любом деле я считаю себя правым.
10. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею.
11. Когда я узнаю об успехах кого-нибудь, кого я знаю, то ощущаю это как собственное поражение.
12. Мне кажется, что окружающие смотрят на меня осуждающе.
13. Меня мало беспокоят возможные неудачи.
14. Мне кажется, что успешному выполнению поручений или дел мне мешают различные препятствия, которые мне не преодолеть.
15. Я редко жалею о том, что уже сделал.
16. Окружающие меня люди гораздо более привлекательны, чем я сам.
17. Я сам думаю, что я постоянно кому-нибудь необходим.
18. Мне кажется, что я занимаюсь гораздо хуже, чем остальные.
9. Мне чаще везет, чем не везет.
20. В жизни я всегда чего-то боюсь.

Обработка результатов : Подсчитывается количество согласий («да») под нечетными номерами, затем - количество согласий с положениями под четными номерами. Из первого результата вычитается второй. Конечный результат может находиться в интервале от -10 до +10.

Результат от -10 до -4 свидетельствует о низкой самооценке.

Результат от -3 до +3 - о средней самооценке.

Результат от +4 до +10 - о высокой самооценке.

Приложение 4.

Тест на определение уровня общительности

Психология, как наука, развита в наше время настолько, что определить степень общительности у тинейджера можно, даже не обращаясь к специалисту, в домашних условиях! Характеристика, конечно, будет неполной, но примерную картину обеспокоенным мамам и папам точно даст. Популярный тест В.Ф. Ряховского поможет определить уровень общительности у подростка, он приведен ниже, и адаптирован конкретно для подрастающего поколения.

Далее следует ответить на вопросы, и за каждый ответ «нет» начислить себе 0 баллов, за ответ «иногда» 1 балл, за ответ «да» 2 балла. Вот сами вопросы:

1. Вас сильно беспокоит ожидание какой-либо встречи (с друзьями, к примеру)?
2. Вы тянете с посещением врача «до последнего»?
3. Если вам поручат публичное выступление, выбьет ли это вас из колеи?
4. Если вам нужно отправиться в другой город (к примеру, на концерт, олимпиаду), вызывает ли это у вас обеспокоенность?
- 5.
6. Любите ли вы рассказывать другим о своих чувствах?
7. Вас раздражает, когда незнакомец на улице спрашивает «который час?», или просит показать дорогу?
8. Вы верите, что родителям и детям трудно понимать друг друга, из-за конфликта поколений?
9. Стыдитесь ли вы напоминать другу о том, что он должен вам денег?

10. Если вы застряли в лифте с незнакомцем, то не вступите ли вы с ним в беседу первым?
11. Длительные ожидания вас утомляют и раздражают?
12. Вы боитесь вмешиваться в конфликтные ситуации?
13. Вы имеете свое, четко сформированное мнение о книгах, музыке, картинах, и все чужие мнения вы считаете ошибочными?
14. Если вы услышите чье-либо ошибочное высказывание, то лучше промолчите, нежели спорить и доказывать правду?
15. Просьбы знакомых разобраться в чем-то (например, в задаче по алгебре в школе) вас раздражают?
16. Вам проще описать письменно свою точку зрения, чем говорить о ней вслух?

Если у вас 30-32 балла, то ваш уровень общительности – почти на 0. Возможно, вы уже и сами от этого страдаете, так как строить взаимоотношения очень непросто. Скорее всего, у вас нет друзей, вы любите одиночество. Попробуйте хоть немного изменить ситуацию, больше общаясь с родными людьми.

От 25 до 29 баллов – вы человек достаточно замкнутый, любите одиночества. Необходимость общаться надолго выбивает вас из колеи. Но ситуация не безнадежна, «встряхнитесь» и работайте над своей коммуникабельностью. Вот увидите, с ее развитием ваша жизнь станет и ярче, и проще.

19-24 балла – общительность на среднем уровне. Вы не испытываете сложностей с коммуникабельностью. Однако с новыми людьми вы сходитесь не совсем гладко, спорить и выступать на публике не любите. Предпочитаете молчать в стороне.

14-18 баллов – это адекватная общительность. Вы наверняка любите общаться и внимательно слушаете собеседников, способны отстаивать свое мнение. При этом не являетесь экстравагантной личностью, нормально переносите одиночество.

9-13 баллов – это повышенная общительность. Вы разговорчивы, любопытны, иногда даже навязчивы. Обожаете быть в центре внимания, но имеете дефицит терпения и усидчивости. Одиночество переносите с трудом.

4-8 баллов – коммуникабельность у вас на максимуме, буквально бьет ключом. Вы используете любую возможность, чтобы поговорить, поспорить, «толкнуть речь». Задумайтесь, не раздражаете ли вы людей излишней навязчивостью?

Менее 3 баллов – вашу общительность можно назвать невротической, вы слишком шумны и многословны, вспыльчивы, часто вмешиваетесь в чужие разговоры и дела. Поработайте над собой, и научитесь быть более тактичным, спокойным, сдержанным и уважительным.