Министерство сельского хозяйства Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Вятский государственный агротехнологический университет»
Институт дополнительного образования детей
Детский центр «Агрополис»

РАССМОТРЕНО И РЕКОМЕНДОВАНО К УТВЕРЖДЕНИЮ
Экспертным советом Института ДОД ФГБОУ ВО Вятский ГАТУ
в составе комиссии
/ Великоредчанина Е.О. /
/ Рачеев Н.О. /
от 20 марта 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Ректор ФГБОУ ВО Вятский ГАТУ
_____ / Е.С. Симбирских/
Приказом № 194 от 21.03.2023

СОГЛАСОВАНО
Проректор по УМР
ФГБОУ ВО Вятский ГАТУ
_____ / М.С. Поярков /

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Я и другие: самостоятельность, ответственность, успех»

Уровень программы: Стартовый (ознакомительный)
Возраст обучающихся: 8-11 лет
Срок реализации: 8 месяцев – 96 ак. ч.

Автор-составитель:
Коломейцев Максим Дмитриевич,
педагог дополнительного образования

Киров 2023

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 26ADAA3CADCD154164284BE8B6E56076
Владелец: Симбирских Елена Сергеевна
Действителен: с 06.07.2022 до 29.09.2023

Содержание

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы» 3
1.1 Пояснительная записка 3
1.2 Цель и задачи Программы 7
1.3 Учебно-тематический план программы 8
1.4 Содержание учебного плана программы 8
1.5 Планируемые результаты 10
Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий» 12
2.1 Тематическое планирование занятий программы 12
2.2 Условия реализации программы 14
2.3 Методические материалы 15
2.4 Оценочные материалы и формы аттестации обучающихся 17
2.5 Список литературы 19

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1 Пояснительная записка

Паспорт программы

Полное наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Я и другие: самостоятельность, ответственность, успех»			
Публичное наименование программы	«Я и другие: самостоятельность, ответственность, успех»			
Вид программы по степени авторства	**модифицированная**	**экспериментальная**	**авторская**	
	-	-	+	
Направленность программы	социально-гуманитарная			
Уровень программы	**стартовый (ознакомительный)**	**базовый**	**углублённый**	
	+	-	-	
Нормативный срок освоения программы	**месяцев**	**всего**	**теория**	**практика**
	8	96 ак.ч.	17 ак.ч.	79 ак.ч.
Режим занятий	**продолжительность 1 занятия**	**количество занятий в неделю**		
	3 ак.ч.	1		
Возраст обучающихся	**от**	**до**		
	8 лет	11 лет		
Объём группы	10 чел	12 чел		
Цель программы	Создание условий, чтобы обучающиеся могли справиться с переживаниями, которые препятствуют их нормальному эмоциональному самочувствию и общению со сверстниками, для развития их школьной успешности через реализацию серии психологических тренингов.			
Значимость для региона	Программа разработана в соответствии с пунктом 3.2 Стратегии социально-экономического развития Кировской области на период до 2035 года - содействие развитию и укреплению человеческого потенциала, со-зданию возможностей личностного развития и реализации.			
Сведения о разработчике	Коломейцев Максим Дмитриевич, педагог дополнительного образования, педагог-психолог.			
Сведения о членах комиссии, проводивших экспертизу	Великоредчанина Елена Олеговна, руководитель детского центра «Агрополис», специалист по УМР со школьниками, педагог дополнительного образования Сведения об образовании и квалификации: https://clck.ru/33ZESL Рачеев Никита Олегович, директор института дополнительного образования детей, педагог дополнительного образования ДЦ «Агрополис», младший научный сотрудник лаборатории педагогических инноваций, ассистент каф. общего земледелия и растениеводства ФГБОУ ВО Вятский ГАТУ, член российского общества социологов РАН, член российского экологического общества Сведения об образовании и квалификации: https://clck.ru/33ZEP4			
Методологические подходы	Личностно-ориентированный, гуманистический, коммуникативный, творческий, игровой			
Ключевые слова	Детская психология, групповой тренинг, арт-терапия, коммуникативные навыки, сказка-терапия, ролевая игра, рефлексия, релаксация.			

Аннотация. Родители часто обращаются к специалистам с ситуациями: ребенок внимателен при выполнении домашних заданий, он с удовольствием ищет дополнительный материал к урокам и за домашние задания получает только высокие отметки. А вот в школе у него ничего не получается. Даже тот материал, который дома вчера был замечательно выучен, на уроке просто не вспоминается (Ганзен В.А, 2004).

Конечно, может быть, самому ученику не хватает навыков усидчивости, самоконтроля, умения концентрировать внимание в любых условиях. Но есть еще и другая причина школьной неуспеваемости – отсутствие гармоничных отношений между ребятами. Если у одноклассников есть только конфликты, оскорбления, унижения, отвержение, то все внутренние ресурсы ребят, обычно, тратятся только на выяснения отношений, ссоры и переживания. Вместо того чтобы успевать подготовиться к уроку и повторить материал, ребята занимаются доказыванием друг другу своей правоты, силы и значимости в классе. Быть успешным в учебе в такой сложной негативной эмоционально напряженной обстановке просто невозможно. В подобных случаях класс делится на несколько групп, ребята из которых иногда совсем не общаются друг с другом, не здороваются и не называют друг друга по имени.

Актуальность программы. Причин стрессовых ситуаций для ребят может быть множество, и в настоящее время возникает необходимость в решении проблемы развития коммуникативных навыков. Самая серьёзная из них: педагоги и родители вовремя не помогли ребятам сдружиться, не дали им возможности быть вместе вне школьных стен, пропустили моменты и причины начала конфликтов, не сразу обратили внимание на недостаток коммуникативных навыков кого-то из ребят. Возможно, выделяя конкретных учеников, на других обращалось слишком мало внимания, поэтому они решили привлекать внимание к себе самыми негативными способами (Изард К.Э. 1999). Также могут быть нерешенные семейные проблемы кого-то из ребят, которые мешают им адекватно общаться в среде одноклассников. Ведь нет таких детей, которые не проявили бы себя в какой-то области своего развития. У некоторых могут быть успехи в спорте, а кто-то рисует потрясающие картины, другие - вышивают крестиком, третьи - чудесно танцуют, а четвертые имеют дома телескоп и знают наизусть все планеты. Нужно только предоставить ребятам возможность рассказать о себе. В современные первые классы приходит много малышей, которые не ходили в детский сад, а сидели дома с нянями и мамами. При очень высоком уровне развития интеллекта у них, как правило, бывают недостаточно развиты навыки общения со сверстниками. Они умеют замечательно общаться со взрослыми, а вот с ровесниками совершенно не знают, о чем говорить, начинают хвастаться или стесняться. Дети растут не владеющими своими эмоциями, с абсолютно «размытыми» границами поведения (то, что одному ребенку не позволяется в семье, другому разрешается), не умеющими и не желающими адекватно общаться (Агавелян В.С. 2000).

Программа позволяет эффективно решать задачи, связанные с развитием навыков общения сверстников, управлением собственными эмоциями, кор-

ректным их выражением и пониманием их у других ребят, самопознанием и самопринятием.

Новизна программы заключается в том, что занятия проводит практикующий педагог-психолог. Групповой тренинг проводится в образовательном пространстве Университета с использованием детской лаборатории эвристики, что является уникальным для города Кирова. Формат группового психологического тренинга подразумевает использование различных методов положительного воздействия на психическую и эмоциональную сферу обучающихся. Таким образом, обучающиеся обретают полезные навыки общения и закрепляют их со своими сверстниками, что приводит к положительному терапевтическому эффекту, который поможет им во всех сферах жизни.

Отличительной особенностью программы является то, что проходит в формате психологического тренинга с использование методов положительного воздействия, при которых сами обучающиеся не будут догадываться, что с ними ведется психологическая работа. Формат занятий подразумевает использование детских игр, сказка-терапии, элементов психогимнастики, арт-терапии, вербальных и невербальных упражнений, специальных приёмов неигрового типа, направленных на повышение сплочения группы, развития коммуникативных навыков, проведения дискуссий и рефлексии. Возможность проведения консультаций с родителями обучающихся при их желании вне учебное время.

Педагогическая целесообразность. Для того, чтобы продуктивно находиться в социуме и при этом эффективно в нём коммуницировать, необходимы определённые навыки, которые не развивает учебная программа в школе или пребывание ребёнка в детском саду. В этих местах ребенок лишь получает опыт, но не может его интерпретировать, усвоить и пользоваться им в социуме. На психологическом тренинге обучающийся получит богатый опыт, примерит различные социальные роли, погрузится в эмоционально насыщенные ситуации, углубится в познании самого себя и других, при этом находясь в доброжелательной атмосфере, где его примут и поймут, дадут обратную связь.

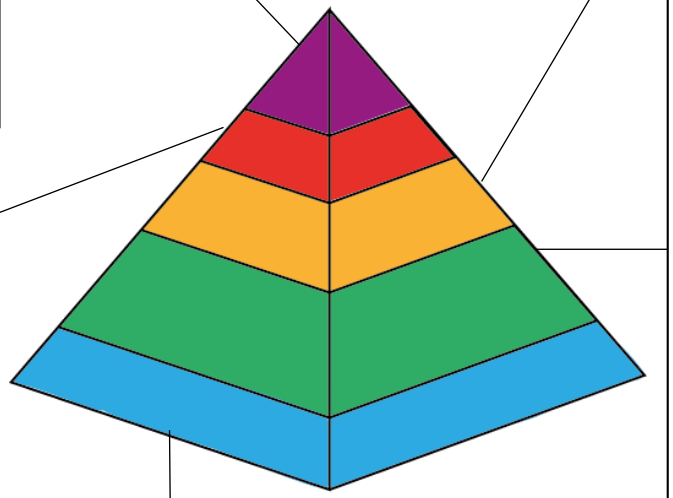
Перечень основных нормативных документов.

Нормативно-правовая пирамида

1. Устав ФГБОУ ВО Вятский ГАТУ;
2. Порядок осуществления и организации образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам в ФГБОУ ВО Вятский ГАТУ;
3. Политика Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования "Вятский государственный агротехнологический университет" (ФГБОУ ВО Вятский ГАТУ) в отношении обработки персональных данных;
4. Порядок разработки, экспертизы, утверждения и обновления дополнительных общеобразовательных программ Института дополнительного образования детей Вятского ГАТУ;
5. Положение об обработке и защите персональных данных работников и обучающихся в ФГБОУ ВО «Вятский государственный агротехнологический университет»;
6. Положение о языке образования в ФГБОУ ВО Вятский ГАТУ.

1. Муниципальная программа "Развитие образования в муниципальном образовании "Город Киров" (утв. постановлением администрации г. Кирова от 14.10.2019 г. №2530-п

1. Стратегия социально-экономического развития Кировской области на период до 2035 года от 28.04.2021 г. № 76;
2. Государственная программа Кировской области «Развитие образования» (утв. постановлением Правительства Кировской области от 30.12.2019 № 754-П);
3. Региональный проект «Развитие региональной системы дополнительного образования детей в Кировской области» (утверждён Советом по проектному управлению при Губернаторе Кировской области от 05.12.2018 № 2, с изм. от 30.04.2020 № 2;
4. Распоряжение министерства образования Кировской области № 1500 от 21.12.2022г. «Об утверждении Правил персонифицированного дополнительного образования детей на территории Кировской области».



1. Конституция РФ (ст. 67);
2. ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 №124-ФЗ;
3. ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
4. Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования»;
5. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (утв. приказом Минпросвещения России от 3 сентября 2019 года N 467с изм.);
6. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2022 № 70226);
7. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 N 1726-р» (вместе с "Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года");
8. Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
9. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 12.112020 года №2945-р;
10. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

1. "Конвенция о правах ребенка" (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990)

- Локальный
- Муниципальный
- Областной
- Федеральный
- Международный

1.2 Цель и задачи Программы

Целью программы является создание условий, чтобы обучающиеся могли справиться с переживаниями, которые препятствуют их нормальному эмоциональному самочувствию и общению со сверстниками, для развития их школьной успешности через реализацию серии психологических тренингов.

Для достижения поставленной цели были определены и сформулированы следующие **задачи**:

1. Образовательные:
    - формирование основ психологической грамотности;
        - ознакомление с психоэмоциональными состояниями человека;
        - ознакомление со способами справиться с тревожностью, агрессией, стрессом;
        - ознакомление с причинами враждебных ситуаций и способов их разрешения;
        - ознакомление с видами самооценки и способами ее регулирования.
    - ознакомление с нормами этикета в социуме.
2. Развивающие:
    - развитие умения преодолевать смущение;
    - развитие умения презентовать себя;
    - развитие коммуникативных навыков;
    - развитие эмоционально-волевой сферы;
    - развитие умения слушать и слышать;
    - развитие умения принимать ответственность на себя;
    - развитие основ самопознания.
3. Воспитательные:
    - формирование опыта конструктивного взаимодействия;
    - формирование социального доверия;
    - воспитание уверенности в себе;
    - формирование адекватной самооценки;
    - способствование раскрытию личностного потенциала;
    - формирование осознанности своего поведения;
    - поддержка досуга обучающихся.

1.3 Учебно-тематический план программы

Таблица 1

Учебно-тематический план программы Я и другие

Название темы	Количество часов			Вид контроля (форма контроля)
	Всего	Теория	Практика	
Вводное занятие	3	1	2	Входной (педагогическое наблюдение)
Эмпатия	18	3	15	Промежуточный (галерея рисунков, ролевая игра)
Тревожность и социальное доверие	18	3	15	Промежуточный (галерея рисунков)
Противоречивости личности и адекватная самооценка	18	3	15	Промежуточный (ролевая игра)
Самостоятельность и зависимость	18	3	15	Промежуточный (ролевая игра)
Коммуникация	18	3	15	Промежуточный (ролевая игра и галерея рисунков)
Итоговое занятие	3	1	2	Итоговый (педагогическая беседа)
Итого	**96**	**17**	**79**	**-**

1.4 Содержание учебного плана программы

Содержание учебного плана программы Я и другие (96 академических часов):

Тема 1: Вводное занятие. 3 часа.

Теория (1 час): Знакомство педагога с группой. Ознакомление с правилами техники безопасности на занятиях. Порядок проведения занятий и правила поведения на занятиях. Знакомство участников. Выработка ритуала приветствия.

Практика (2 часа): Упражнения и игры на знакомство: «Снежный ком», «Здравствуй, я рад тебя видеть…», «Импульс», «Ласковое имя», «Угадай кого не стало», «Узнай по голосу», рисунок «Автопортрет». По окончанию занятия рефлексия и прощание. Пример вводного занятия (Приложение 1).

Тема 2: Эмпатия. 18 часов.

Теория (3 часа): Понятие эмпатии. Способы распознания эмоциональных состояний у окружающих людей. Способы проявление эмоциональных состояний. Умение корректно выражать свои эмоции.

Практика (15 часов): Упражнения и игры на развитие эмпатии, эмоциональных состояний, умение их выявлять и корректно воспроизводить свои: «Содержательное занятие «Мир эмоций», «Дальнее плаванье», «Возьми и передай», «Чувства», «Как сказать о своем чувстве», «Изобрази эмоцию», Карта чувств «Где живут эмоции», «Комплименты», «Нарисуй агрессию», «Картина двух художников», «Да и нет», «Конфликт в транспорте», «Цвет эмоций», «На что похоже настроение?», «Пересядьте те, кто...», «Тропинка». «Проталкивание

в автобусе». Иные упражнения, косвенно или прямо связанные с эмпатией и эмоциями.

Тема 3: Тревожность и социальное доверие. 18 часов.

Теория (3 часа): Понятие тревожности. Причины возникновения тревожности. Способы снизить тревожность. Понятие социального доверия. Принципы создания доверительных отношений.

Практика (15 часов): Упражнения и игры на изменение тревожности и формирования навыков социального доверия: «Обмен комплиментами», «Свободный стул», «Карлики и великаны», «Передача движения по кругу», «Пересядьте те, кто...», «Рисунок настроения», «Сундук того, что меня огорчает», «Расскажи свои страхи», «Нарисуй свой страх», «Рисование мышонка», «В темной норе», «На лесной поляне», «За что меня ругают», «Орден героя», «Неожиданные картинки», «я хороший друг, потому что», «Встреча с другом», «Два друга», «Мои друзья». Иные упражнения, косвенно или прямо связанные с тревожностью и социальное доверие.

Тема 4: Противоречивости личности и адекватная самооценка. 18 часов.

Теория (3 часа): Понятие самооценки. Виды самооценки. Способы корректировки самооценки до адекватного уровня.

Практика (15 часов): Упражнения и игры на изменение самооценки: «Вежливая просьба», «Полет птиц», сочинение «Общая история», Коллективный рисунок, «Тропинка», «Кто я?», «Я такой, какой я есть», «Контрабандисты», «Завтрак с героем», «Полярности», «Просто скажи "нет"», «Волшебный лес», «Танец». Иные упражнения, косвенно или прямо связанные с изменением самооценки.

Тема 5: Самостоятельность и зависимость. 18 часов.

Теория (3 часа): Понятие самостоятельности. Логический смысл зависимости от окружающих. Способы самостоятельно решать проблемы.

Практика (15 часов): Упражнения и игры на обучение самостоятельности решения проблем: «Сказочная шкатулка», «Волшебное колечко», «Принц и принцесса», рисование на тему «Волшебные зеркала», «Волк и семеро козлят», «Два подсказчика», «Кодовая фраза», «Таможня», «Взаимоотношения», «Солидарность», «Передай по кругу», «Волшебники», «Цветок». Иные упражнения, косвенно или прямо связанные с изменением зависимости от окружающих и самостоятельности.

Тема 6: Коммуникация. 18 часов.

Теория (3 часа): Понятие коммуникативных навыков. Причины враждебности к сверстникам. Способы разрешить конфликтные ситуации.

Практика (15 часов): Упражнения и игры на снятие враждебности к сверстникам и развитие коммуникативных навыков: «Вредные советы», «Что это?», «За что меня ругают», «Ладошка», «Орден героя», «Неожиданные картинки», «Я хороший друг, потому что», «Встреча с другом», «Два друга», «Мои друзья», «Окажи внимание другому», Чтение и обсуждение стихотворений, «Вежливая встреча», «Круг вежливых слов», «Вежливые слова в моем сердце», «Мы похожи», «Враг-Друг», «Выслушать до конца». Иные упражнения, кос-

венно или прямо связанные с снижением уровня враждебности и развитию коммуникативных навыков.

Тема 7: Итоговое занятие. 3 часа.

Теория (1 час): Подведение итогов обучения. Рефлексия с обучающимися по курсу: что понравилось, что не понравилось, какие занятия и упражнения запомнились больше всего, что новое для себя они узнали.

Практика (2 часа): Игры и упражнение на эмоциональное рассоединение с группой и педагогом: «Меняются те, кто…», «Фигуры», «Всеобщее внимание», «Дискуссия», «Слепой и поводырь», «Аукцион скульптур», «Рисование по кругу».

1.5 Планируемые результаты

В ходе освоения программы у детей будет развита способность и стремление к изучению себя, своих особенностей и способностей. Будет сформирован опыт конструктивного взаимодействия, умение устанавливать дружескую атмосферу.

Участники смогут почувствовать себя самостоятельными и ответственными. Будет сформировано положительное отношение к себе, умение оценивать себя и свою деятельность.

Участники научатся регулировать свое поведение в группе. Смогут почувствовать себя самостоятельными и ответственными. Обучатся новым формам поведения. Научатся самостоятельно принимать решения. Научатся навыкам релаксации. Будут сформированы адекватные формы поведения.

1. **Личностные результаты:**

- в ценностно-ориентационной сфере: воспитана этика и культура общения;
- в трудовой сфере: сформированы умение работать в микрогруппах и коллективе в целом, умение регулировать свое поведение в группе;
- в познавательной, когнитивной, интеллектуальной сфере: развита познавательная потребность; сформированы самостоятельность и ответственность; сформированы положительное отношение к себе, умение оценивать себя и свою деятельность.
- в морально-эмоциональной сфере: создано положительное эмоциональное настроение и атмосфера принятия; развита способность к доверию и эмпатии к окружающим; сформировано умение преодолевать свои негативные переживания; снижена тревожность и эмоциональное напряжение; сформирована уверенность в себе; снижено эмоциональное напряжения, развита способность контролировать свои поступки.

2. **Метапредметные результаты:**

- сформировано умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности, самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность;
- сформированы навыки познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и основа-

ний, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения;

- сформированы навыки разрешения проблем, способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- сформировано умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.

3. **Предметные результаты:**

По окончанию курса обучения обучающиеся будут:

- знать: понятие эмпатии; понятие тревожности и причины возникновения тревожности; понятие социального доверия и принципы создания доверительных отношений; понятие самооценки, виды самооценки; понятие самостоятельности; логический смысл зависимости от окружающих; понятие коммуникативных навыков; причины враждебности к сверстникам.
- уметь: коммуницировать со сверстниками, родителями и взрослыми людьми; отстаивать свою позицию; слушать и слышать; самостоятельно решать проблемы; распознавать базовые эмоциональные состояния у окружающих людей; снизжать свое тревожное состояние; создавать доверительные отношения; принимать ответственность на себя.
- владеть*:* способами релаксации и саморефлексии; способами самозащиты от негативного воздействия; способами вербального и невербального проявления своих эмоций и чувств.

Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1 Тематическое планирование занятий программы

Таблица 2

Тематическое планирование занятий программы Я и другие

Тема раздела	Занятие, №	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Вводное занятие	Занятие 1	Теорет./практ.	3	Вводное занятие.	Ауд. Б-138	Педагогическое наблюдение
Эмпатия	Занятие 2	Теорет./практ.	3	Я-образ	Ауд. Б-138	Галерея рисунков
	Занятие 3	Теорет./практ.	3	Автобиография		Галерея рисунков
	Занятие 4	Теорет./практ.	3	Настроение		Ролевая игра
	Занятие 5	Теорет./практ.	3	Чувства		Ролевая игра
	Занятие 6	Теорет./практ.	3	Эмоции		Ролевая игра
Тревожность и социальное доверие	Занятие 7	Теорет./практ.	3	Страхи	Ауд. Б-138	Галерея рисунков
	Занятие 8	Теорет./практ.	3	Страхи		Ролевая игра.
	Занятие 9	Теорет./практ.	3	Я больше не боюсь		Галерея рисунков
Противоречивости личности и адекватная самооценка	Занятие 10	Теорет./практ.	3	Комплименты	Ауд. Б-138	Рефлексия
	Занятие 11	Теорет./практ.	3	Самооценка		Ролевая игра
	Занятие 12	Теорет./практ.	3	Самооценка		Рефлексия
Самостоятельность и зависимость	Занятие 13	Теорет./практ.	3	Самостоятельность	Ауд. Б-138	Ролевая игра
Эмпатия	Занятие 14	Теорет./практ.	3	Доброта	Ауд. Б-138	Рефлексия
Самостоятельность и зави-	Занятие 15	Теорет./практ.	3	Слышать и слушать	Ауд. Б-138	Ролевая игра

симость						
Тревожность и социальное доверие	Занятие 16	Теорет./практ.	3	Формы поведения	Ауд. Б-138	Ролевая игра
	Занятие 17	Теорет./практ.	3	Я не вредный		Ролевая игра
Самостоятельность и зависимость	Занятие 18	Теорет./практ.	3	Встреча с другом	Ауд. Б-138	Ролевая игра
Коммуникация	Занятие 19	Теорет./практ.	3	Вежливость	Ауд. Б-138	Ролевая игра
Самостоятельность и зависимость	Занятие 20	Теорет./практ.	3	Достоинства и недостатки	Ауд. Б-138	Рефлексия
Тревожность и социальное доверие	Занятие 21	Теорет./практ.	3	Мои приятные и не приятные стороны	Ауд. Б-138	Рефлексия
Противоречивости личности и адекватная самооценка	Занятие 22	Теорет./практ.	3	То, что мне в себе нравится	Ауд. Б-138	Рефлексия
Коммуникация	Занятие 23	Теорет./практ.	3	Это я	Ауд. Б-138	Галерея рисунков
	Занятие 24	Теорет./практ.	3	Я люблю…		Рефлексия
	Занятие 25	Теорет./практ.	3	Мы похожи?		Ролевая игра
	Занятие 26	Теорет./практ.	3	Я такой, какой я есть		Промежуточный и рефлексия
Противоречивости личности и адекватная самооценка	Занятие 27	Теорет./практ.	3	Нарисуй агрессию	Ауд. Б-138	Галерея рисунков
	Занятие 28	Теорет./практ.	3	Хвастовство		Рефлексия
Самостоятельность и зависимость	Занятие 29	Теорет./практ.	3	Лидерство	Ауд. Б-138	Ролевая игра
	Занятие 30	Теорет./практ.	3	Противостояние влиянию		Ролевая игра
Коммуникация	Занятие 31	Теорет./практ.	3	Вербальное и невербальное	Ауд. Б-138	Ролевая игра
Итоговое занятие	Занятие 32	Теорет./практ.	3	Итоговое занятие.	Ауд. Б-138	Опрос

2.2 Условия реализации программы

Информационное обеспечение программы

Обеспечение программы предусматривает наличие следующих видов информационной продукции:

1. Дидактический материал

- авторские презентации.

2. Информационные материалы

- информационные материалы на сайтах, посвященных данной дополнительной образовательной программе:

- Образовательная социальная сеть для психологов (https://clck.ru/343ShV)
- Психологические особенности младшего школьника (https://clck.ru/343Shs)
- Банк психологических тренингов (https://clck.ru/343Sj2)

- учебники и книги, представленные в списке литературы.

Материально-техническое обеспечение программы

Занятия проводятся в аудитории ФГБОУ ВО Вятский ГАТУ (кабинет Б-138), располагающейся на 1 этаже Б-корпуса (пр-т. Октябрьский, 133). Общая площадь аудитории составляет более 40 м^2. Аудитория оборудована централизованным отоплением, вентиляцией и огнетушителем в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами, а также:

- комплектом учебной мебели для групповых занятий;
- телевизором;
- ноутбуком;
- мячом для проведения упражнений в количестве 1 шт.;
- мольбертами в количестве 12 шт.;
- набором листов А4;
- набором цветных карандашей и фломастеров.

Кадровое обеспечение программы

Детский центр «Агрополис» отбирает ответственных лиц, обеспечивающих реализацию данной программы из числа кандидатов на вакантную должность педагога дополнительного образования, путем экспертизы. Кандидат должен знать:

- Конституцию Российской Федерации, 2020 г.;
- содержание нормативно-правового обеспечения программы «Я и другие: самостоятельность, ответственность, успех»;
- возрастную и специальную педагогику и психологию;
- навыки проведения психологического тренинга;
- психологию управления детским коллективом;
- специфику развития интересов и потребностей обучающихся, воспитанников, основы их творческой деятельности;
- современные педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации компетентностного подхода;

- методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися, воспитанниками, детьми разного возраста, их родителями, лицами, их заменяющими, коллегами по работе;

- технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения;

- технологии психолого-педагогической диагностики;

- основы работы с персональным компьютером (текстовыми редакторами, электронными таблицами), электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием;

- устав Университета;

- правила внутреннего трудового распорядка Университета;

- локальные нормативные и организационно-распорядительные документы Университета, касающиеся основной деятельности работника;

- правила и инструкции по охране труда, технике безопасности и противопожарной безопасности на своем рабочем месте.

Образовательный процесс по программе обеспечивается научно-педагогическими кадрами, имеющими высшее, соответствующее профилю программы, и/или высшее педагогическое образование или опыт деятельности в соответствующей профессиональной сфере, систематически занимающимися научно-методической деятельностью.

Техника безопасности

Обучающиеся в первый день занятий проходят инструктаж по правилам техники безопасности и поведения на занятиях. Педагог на каждом занятии напоминает обучающимся об основных правилах соблюдения техники безопасности и поведения на занятиях.

Педагог дополнительного образования при приеме на работу проходит вводный инструктаж, знакомится с локальными нормативными актами, регулирующими деятельность педагога. Перед началом работ проходит первичный инструктаж по охране труда на рабочем месте и пожарной безопасности.

2.3 Методические материалы

При организации образовательного процесса все педагогические приемы, методы работы учитывают тот подход, который облегчает, содействует, способствует, продвигает путь обучающегося к саморазвитию. Педагогу отводится роль человека, создающего благоприятные условия для самостоятельного и осмысленного обучения участников программы, активизирующего и стимулирующего любознательность и познавательные мотивы.

Процесс достижения цели и поставленных задач осуществляется в сотрудничестве педагога и детей, при этом применяются различные методы осуществления целостности педагогического процесса.

В зависимости от конкретных условий, возрастных особенностей, интересов учащихся педагог может вносить в программу корректировки: сокращать количество часов по одной теме, увеличивать по другой, добавлять техники, применять новые материалы.

Методы и приемы:

1. Словесный метод – позволяет в доступной для детей форме излагать учебный материал. Главным инструментом является слово.

Приемы:

- объяснения, в ходе которых раскрываются новые понятия, термины, задачи деятельности, последовательность решения задачи, устанавливаются причинно-следственные связи и зависимости;
- разговор (беседа), в ходе диалогового общения применяются вопросы, побуждающие к мыслительной деятельности, вопросы, направленные на уточнение задачи, на выводы и заключения;
- рассказ, в ходе которого излагается материал в виде описания, инструкции, информации;
- рассуждение, в котором дается последовательное развитие положений, подводящих детей к выводам при решении задачи;
- художественное слово;
- педагогическая оценка.

Для достижения результата словесные методы и приемы лучше сочетать с игровым, а также наглядным и практическими.

2. Игровой метод предусматривает использование разнообразных компонентов игровой деятельности (Приложение 2) в сочетании с другими приемами: вопросами, указаниями, объяснениями, пояснениями, показом.

Приемы:

- развивающие игры, в процессе которых происходит развитие психических процессов или усовершенствование различных умений и навыков;
- игровая ситуация;
- создание эмоциональных ситуаций.

3. Наглядный метод – при использовании него педагог направляет восприятие обучающихся на выделение в объектах основных, существенных признаков, частей, на установление причинно-следственных связей и зависимостей между объектами и их частями.

Приемы:

- наблюдение – целенаправленный способ восприятия объектов;

4. Практический метод – овладение практическими умениями.

Приемы:

- упражнение – решение поставленной задачи и обсуждение в группе;
- ролевая игра – создание ситуации, в которой нужно примерить определённую роль и справиться с поставленной задачей;
- арт-упражнение – решение поставленной задачи с помощью изображения её на бумаге;
- дискуссия – обсуждение определённой ситуации или проблемы устно.

На занятиях используются групповая **форма организации** образовательного процесса.

Для предъявления информации используются **методы**: наглядные, словесные, практические.

Принципы организации деятельности обучающихся:

- принцип приоритета самостоятельной деятельности обучающихся;

- принцип приоритета практической деятельности обучающихся;

- принцип включения в деятельность мыслительных операций анализа, синтеза, сравнения, аналогии и обобщения.

Занятия проводятся в интерактивном режиме. Формы проведения занятий: интерактивные игры, беседы, практикумы по решению психологических задач.

Программа предусматривает теоретические и практические занятия. Большая часть учебного материала осваивается в практической деятельности.

Теоретические занятия строятся следующим образом:

- заполняется журнал присутствующих на занятиях обучаемых;

- объявляется тема занятий;

- теоретический материал педагог дает обучающимся, помимо вербального, классического метода преподавания, при помощи различных современных технологий в образовании (аудио- и видеолекции, фильмы по тематике программы).

Практические занятия проводятся следующим образом:

- педагог выдает групповые задания;

- далее обучаемые в группах выполняют задание, а педагог сопровождает работу;

- после обучаемые вместе с педагогом обсуждают результаты выполнения и рефлексируют. Какой подход они использовали, насколько эффективен был данный подход, что можно изменить или, возможно, попробовать совсем другой стиль поведения. Какие сложности возникли в ходе выполнения упражнения, что было неприятно, а что наоборот приятно;

- далее после выполнении всех упражнений за всё занятий подводятся общие итоги и обратная связь от обучающихся. Что новое для себя они открыли, какие методы и приёмы они могут применять в своей жизни;

- первые практические занятия начинаются с правил техники безопасности и поведения на занятиях. При необходимости правила техники безопасности и поведения на занятиях повторяются на последующих занятиях.

2.4 Оценочные материалы и формы аттестации обучающихся

Оценка результатов работы обучающихся организуется как единство двух форм: самоконтроль и контроль со стороны педагога.

Самоконтроль зависит от определенных качеств личности, ответственности за результаты своего обучения, а также от того, насколько обучающиеся мотивированы в достижении наилучших результатов. Задача педагога состоит в том, чтобы создать условия для выполнения работы, правильно использовать различные стимулы для реализации этой работы, повышать ее значимость и грамотно осуществлять контроль выполнения работы обучающихся.

Входной контроль. В начале учебного года. Определение уровня психологического развития обучающихся. Формы контроля: педагогическое наблюдение.

Промежуточный контроль. В конце каждой темы программы. Определение степени усвоения обучающимися материала программы. Определение готовности обучающихся к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности обучающихся. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения. Формы контроля: ролевая игра, галерея рисунков.

Итоговый контроль. В конце учебного года. Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы может быть в форме:

1. Тестирования;
2. Ролевой игры;
3. Галереи рисунков;
4. Педагогической беседы.

Контроль динамики усвоения программы осуществляется на основе мониторинга результативности деятельности каждого обучающегося, который отображается в диагностической карте обучающегося (Приложение 3).

Вид оценочной системы: уровневый (высокий, средний, низкий). Методика оценивания степени сформированности образовательных результатов обучения по программе представлена в Приложении 4.

Формы отслеживания и фиксации педагогом образовательных результатов:

- журнал посещаемости;
- материал анкетирования или опроса;
- фото и видео с занятий;
- отзыв детей и родителей;
- сертификат о прохождении курса.

2.5 Список литературы

<table>
<tr><th>Адресат литературы</th><th>Тема 1: Вводное занятие</th><th>Тема 2: Эмпатия</th><th>Тема 3: Тревожность и социальное доверие</th><th>Тема 4: Противоречивости личности и адекватная самооценка</th><th>Тема 5: Самостоятельность и зависимость</th><th>Тема 6: Коммуникация</th><th>Тема 7: Итоговое занятие</th></tr>
<tr><td rowspan="2">Педагог</td><td colspan="7">1. Агавелян, В. С. Теоретические и прикладные аспекты психологии состояний [Текст] / В. С. Агавелян // Психология состояний: хрестоматия / сост. Т. Н. Васильева, Г. Ш. Габдреева, А. О. Прохоров / под. ред. А. О. Прохорова. – М.: ПЕР СЭ; СПб.: Речь, 2004. – С. 153-163. Кондаков И.М. Психологический словарь: эл. версия 2000 г. Режим доступа: http://oim.ru/category/entsiklopediya/i-kondakov-psikhologicheskii-slovar-2000-g
2. Волкова А.А. Психология и педагогика. – Ростов н/Д.: Феникс, 2004. – 256 с.
3. Куликов, Л. В. Диагностика психических состояний, настроений и сферы чувств Текст. / Л.В.Куликов;// Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. — 2006.- № Г. —С. 38-56.</td></tr>
<tr><td>-</td><td colspan="2">1. Изард, К. Э. Психология эмоций Текст. / К. Э. Изард; пер: с англ. А. Татлыбаевой. СI16.: 11итер, 1999. – 460 с.
2. Киршбаум, Э.И. Психические состояния / Э.И. Киршбаум, А.И. Еремеева Владивосток: Изд-во Дальневосточного университета, 1990. – 144 с.
3. Куликов, Л. В. Диагностика психических состояний, настроений и сферы чувств Текст. / Л.В.Куликов;// Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. — 2006.- № Г. — С. 38-56.
4. Колошина Т.Ю., Трусь А.А. Арт-терапевтические техники в тренинге: характеристики и использование: практическое пособие для тренера. – СПб.: Речь, 2010.</td><td>1. Чеснокова, И. И. К проблеме психических состояний человека [Текст] / Чеснокова И. И. // Психология состояний: хрестоматия / сост. Т. Н. Васильева, Г. Ш. Габдреева, А. О. Прохоров / под. ред. А. О. Прохорова. – М.: ПЕР СЭ; СПб.: Речь, 2004. – С. 47-50.
2. Ганзен, В. А. Систематизация психических состояний [Текст] / В. А. Ганзен // Психология состояний: хрестоматия / сост. Т. Н. Васильева, Г. Ш. Габдреева, А. О. Прохоров / под. ред. А. О. Прохорова. – М.: ПЕР СЭ; СПб.: Речь, 2004. – с. 60-64.</td><td>-</td></tr>
<tr><td>Родитель
(член семьи – бабушка, дедушка, брат, сестра и др.)</td><td colspan="7">1. Тайная опора. Привязанность в жизни ребенка / Л. В. Петрановская — «АСТ», 2015.
2. Общаться с ребенком. Как? / Ю. Б Гиппенрейтер — «АСТ», 2008.
3. «Самостоятельный ребенок, или как стать «ленивой мамой» / А. А. Быкова — «Бомбора», 2019.
4. Детская ревность: особенности воспитания нескольких детей в семье / Валентина Паевская — «Феникс», 2019.
5. Ваш непонятный ребенок: психологические прописи для родителей / М. Е. Мурашова — «Самокат», 2017.
6. Семья. Нам здорово быть вместе / С. Л. Суркова — «АСТ», 2018.
7. Психология для самых маленьких: #дунины_сказки / Л. М. Суркова — «АСТ», 2018.
8. Как любить ребенка: книга о воспитании / Януш Корчак — «АСТ», «Neoclassic» 2021.</td></tr>
<tr><td>Обучающийся</td><td>осн.</td><td colspan="6">1. Психология для детей. Дома, в школе, в путешествии / С. Л. Суркова — «АСТ», 2019.
2. Практическая психология для ребят. Семь эмоций семи королевств / В. В. Пономаренко — «Аванта», 2020.
3. Как бы ты поступил? Сам себе психолог / Ю. Б Гиппенрейтер — «АСТ», 2018.
4. Что делать, если… / Л. В. Петрановская — «Времена», 2020.</td></tr>
</table>

	доп.	1. Добро и его друзья. Психология детям / Ю. Б Гиппенрейтер — «АСТ», 2017. 2. Психология для детей: сказки кота Киселя / Л. М. Суркова — «АСТ», 2019. 3. Психология для ребят: новые истории Дуни и кота Киселя / Л. М. Суркова, М. А. Эриль — «АСТ», 2020. 4. Психология окружающего мира: Дуня и кот Кисель на конюшне / Л. М. Суркова, О. Толкачёва — «АСТ», 2020.
Литература, использованная при разработке раздела 1.1 Программы (вне тем)		
Эксперт, методист, проверяющий		1. Агавелян, В. С. Теоретические и прикладные аспекты психологии состояний [Текст] / В. С. Агавелян // Психология состояний: хрестоматия / сост. Т. Н. Васильева, Г. Ш. Габдреева, А. О. Прохоров / под. ред. А. О. Прохорова. – М.: ПЕР СЭ; СПб.: Речь, 2004. – С. 153-163. Кондаков И.М. Психологический словарь: эл. версия 2000 г. Режим доступа: http://oim.ru/category/entsiklopediya/i-kondakov-psikhologicheskii-slovar-2000-g 2. Ганзен, В. А. Систематизация психических состояний [Текст] / В. А. Ганзен // Психология состояний: хрестоматия / сост. Т. Н. Васильева, Г. Ш. Габдреева, А. О. Прохоров / под. ред. А. О. Прохорова. – М.: ПЕР СЭ; СПб.: Речь, 2004. – с. 60-64. 3. Изард, К. Э. Психология эмоций Текст. / К. Э. Изард; пер: с англ. А. Татлыбаевой. СІ16.: 11итер, 1999. - 460 с.

Приложение 1

Краткий конспект вводного занятия

Занятие № 1. «Знакомство».

Цель занятия:

-знакомство ведущего с группой; создание доверительной атмосферы в группе.

Задачи:

-развитие доверия к окружающим;

-формирование опыта конструктивного взаимодействия.

знакомство и установление эмоционального контакта между участниками.

- создание доверительных отношений.

Методы: социально – психологические игры, тематическое рисование.

Материалы и оборудование: листы бумаги, карандаши, фломастеры, краски, ластик, мелки.

Ход занятия:

1.Знакомство.

Ведущий организует знакомство детей. Он берет в руки мячик и говорит, что каждому нужно сказать, когда он поймает мячик. Мячик можно бросать любому члену группы. Ведущий произносит: «Меня зовут…, а как зовут тебя?», и бросает мячик любому близстоящему ребенку.

Затем, каждому участнику раздают карточку, на которой просят написать свое имя и прикрепить ее себе на грудь. В дальнейшем, каждый раз приходя на занятие, дети прикалывают себе свою карточку на грудь.

Упражнения для первичного знакомства:

«Снежный ком». Все играющие усаживаются в круг. Ведущий объясняет условия игры: он называет своё имя, следующий игрок называет имя предыдущего игрока, а затем своё, следующий игрок называет имена двух предыдущих игроков и своё, и т.д.

2. Выработка ритуала приветствия и правил группы.

Упражнение «Здравствуй, я рад тебя видеть…». Участники группы обращаются друг к другу по очереди, заканчивая фразу: «Здравствуй, я рад тебя видеть…». Нужно сказать что-то хорошее, приятное от всей души, искреннее.

Упражнение «Импульс» на установление доброжелательных отношений и объединение детей в группе. Дети становятся в круг, взявшись за руки. Ведущий объясняет условия игры: он пожимает руку своему соседу слева, тот в ответ на пожатие слегка пожимает руку своему соседу как бы передавая «импульс» по кругу. «Импульс» передают несколько раз в одну сторону, затем в другую. После чего следует спросить каждого из участников, что они при этом ощущали.

3. Упражнение на создание атмосферы доброжелательности и доверия.

«Ласковое имя». Каждый участник группы записывает своё имя на листочке бумаги. Листочки перемешиваются и возвращаются детям в случайном порядке.

Участникам игры предлагается преобразовать полученное имя в ласкательную форму (например: Оля – Олечка, Лёлик, Олюшка). Затем каждый участник зачитывает придуманные варианты. Дети оставляют себе имена, которыми бы хотели, чтобы их называли.

4. Правила группы.

Ведущий объясняет правила группы, которые существуют на этих занятиях:

1. Быть взаимно вежливыми;
2. Обращаться друг к другу по имени;
3. Никого не обижать, не дразнить, не высмеивать;
4. Поддерживать друг друга, оказывать доброжелательную помощь;
5. Не опаздывать на занятия;
6. Всегда сообщать ведущему о том, если не сможешь прийти на занятие.

5. Игры на развитие внимания, принятие детьми друг друга.

Игра «Свободный стул».

Для проведения упражнения ведущий встает со своего стула и становиться в центр круга. Задача участника группы, около которого справа окажется свободный стул, - хлопнуть по этому столу и назвать имя любого участника группы, исключая стоящего в центре человека, приглашая его сесть на этот стул. Тот участник, чье имя произнесено, должен встать со своего стула и пересесть на тот стул, куда его пригласили. Соответственно, освободился его стул, и др. участник группы, около кого справа окажется свободным стул, должен пригласить другого участника группы. И так далее.

Игра «Угадай, кого не стало»

Цели упражнения: Развитие внимания, наблюдательности, принятие детьми друг друга.

Дети должны догадаться, кто вышел из комнаты, и описать его.

Игра «Узнай по голосу»

Цель упражнения: Развитие внимания, умения узнавать друг друга по голосу, создание положительного эмоционального фона.

Дети встают в круг, выбирают водящего. Он встает в центр круга и старается узнать детей по голосу.

6. Творческое задание «Автопортрет».

Ведущий предлагает детям создать свои портреты в технике коллажа. В качестве материалов подойдут детские и подростковые журналы. В них много фотографий. Ребята сами выбирают и вырезают для своих портретов глаза, нос, рот, волосы и любые др. части. Приклеивают к основе, для завершения образа дорисовывают фломастерами и красками.

Затем каждый представляет свой портрет и работы вывешиваются на стенд.

7. «Автопортрет».

Упражнение на стимулирование самопознания, принятие себя и окружающих. Детям предлагается нарисовать свой автопортрет при помощи карандашей, фло-

мастеров, красок, мелков. Затем каждый ребёнок показывает свой портрет окружающим и говорит о себе несколько позитивных утверждений, например: «Я – добрый. Я – умница. Я – любопытный».

8. Рефлексия.
Обсуждение занятия с целью выяснения смены состояния ребёнка в ходе занятия и выявления его ожиданий к следующим занятиям.

9. Расставание.
Дети становятся в круг, улыбаются друг другу и прощаются до следующей встречи.
Выводы: в результате проведенного занятия участники группы познакомятся друг с другом, будет сформирован опыт конструктивного общения и взаимодействия со сверстниками. В группе будет создана доверительная атмосфера.

Приложение 2

Перечень упражнений и игр программы

№	Тема занятия	Цель	Упражнения и игры
Занятие 1	Вводное занятие	1. Формирование опыта конструктивного взаимодействия; 2. Знакомство и установление эмоционального контакта между участниками; 3. Создание доверительных отношений; 4. Развитие доверия к окружающим.	1.Приветствие; 2. Командообразующие игры: «Снежный ком», «Здравствуй я рад тебя видеть…», «Импульс», Ласковое имя», «Свободный стул»; 3. Образ себя «Автопортрет», «Угадай, кого не стало», «Угадай по голосу»; 4. Рефлеския; 5. Расставание.
Занятие 2	Я-образ	1. Снизить эмоциональное напряжение; 2. Создать положительное эмоциональное настроение и атмосферу принятия каждого; 3. Развить способности понимать эмоциональное состояние другого и умение выразить свое; 4. Обучить приемам ауторелаксации.	1. Приветствие; 2. Командообразующие игры: «Связующая нить», «Пересядьте те, кто...», «Дальнее плаванье», «Возьми и передай»; 3. Содержательное занятие «Мир эмоций»; 4. Рефлеския; 5. Расставание.
Занятие 3	Автобиография	1. Умение ребенка презентовать себя; 2. Умение преодолеть смущение; 3. Умение слушать и слышать; 4. Развитие самопознания.	1. Приветствие; 2. Командообразующие игры: «Обмен комплиментами», «Свободный стул», «Бумажные мячики (Снежки)»; 3. «Автобиография»; 4. Рефлексия; 5. Расставание.
Занятие 4	Настроение	1. Помочь в преодолении негативных переживаний и снятии страхов; 2. Уменьшить тревожность; 3. Воспитать уверенность в себе; 4. Снизить эмоциональное напряжение.	1. Приветствие; 2. Игры на взаимодействие; 3. Медитативное упражнение «Куст роз»; 4. Рефлексия; 5. Расставание.

Занятие 5	Чувства	1. Помочь в преодолении негативных переживаний и снятии страхов; 2. Уменьшить тревожность; 3. Воспитать уверенность в себе; 4. Снизить эмоциональное напряжение.	1. Приветствие; 2. Упражнения на взаимодействие: «Карлики и великаны», «Передача движения по кругу», «Пересядьте те, кто...»; 3. Игра «На что похоже настроение?»; 4. Игра «Настроение и походка»; 5.Упражнения, направленные на изменения эмоционального состояния: «Рисунок настроения», «Цвет эмоций»; 6. «Мое настроение»; 7. «Сундук того, что меня огорчает» (визуализация); 8. Рефлексия; 9. Расставание.
Занятие 6	Эмоции	1. Формирование социального доверия; 2. Развить способности понимать эмоциональное состояние другого и умение выразить свое; 3. Обучить приемам аутoрелаксации.	1. Приветствие; 2. Упражнения на взаимодействие: «Пересядьте те, кто…»; 3. Упражнение «Чувства»; 4. Как сказать о своем чувстве; 5. Карточки с описаниями ситуаций для работы в тройках; 6. Визуализация «Ларец счастья»; 7. Рефлексия; 8. Расставание.
Занятие 7	Страхи	1. Формирование эмоционального интеллекта; 2. Умение регулировать свои эмоции; 3. Обучить приемам аутoрелаксации.	1. Приветствие; 2. Упражнения на взаимодействие: «У кого предмет?»; 3. Упражнение «Изобрази эмоцию»; 4. Карта чувств «Где живут эмоции»; 5. Обсуждение; 6. Рефлексия; 7. Расставание.
Занятие 8	Страхи	1. Помочь в преодолении негативных переживаний и снятии страхов; 2. Уменьшить тревожность; 3. Воспитать уверенность в себе; 4. Снизить эмоциональное напряжение.	1. Приветствие; 2. Упражнение «Расскажи свои страхи»; 3. Рисование на тему «Нарисуй свой страх»; 4. Комплекс «Музыкальная мозаика»; 5. Сказкотерапия; 6. Рисование мышонка; 7. Рефлексия; 8. Расставание.

Занятие 9	Я больше не боюсь	1. Помочь в преодолении негативных переживаний и снятии страхов; 2. Уменьшить тревожность; 3. Воспитать уверенность в себе; 4. Снизить эмоциональное напряжение.	1. Приветствие; 2. Упражнения на взаимодействие; 3. Беседа о страхах; 4.Рисование на тему «Я тебя больше не боюсь!»; 5. Рефлексия; 6. Расставание.
Занятие 10	Компли-менты	1. Помочь в преодолении негативных переживаний и снятии страхов; 2. Уменьшить тревожность; 3. Воспитать уверенность в себе; 4. Снизить эмоциональное напряжение.	1. Приветствие; 2. Этюд «Смелые ребята»; 3. Игра «В темной норе»; 4. Комплекс «На лесной поляне»; 5. Игра «Тень»; 6. Игра «Слепой и поводырь»; 7. Обсуждение; 8. Расставание.
Занятие 11	Самооценка	1. Корректировать поведение с помощью ролевых игр; 2. Научить распознавать эмоции по внешним сигналам; 3. Формировать моральные представления; 4. Снять эмоциональное напряжение; 5. Умение распознавать свои чувства.	1. Приветствие; 2. Миниконкурс «Назови и покажи»; 3. Упражнение на снятие напряженности; 4. Комплекс «Волшебный сон»; 5. Игра «Комплименты»; 6. Расставание.
Занятие 12	Самооценка	1. Формирование адекватной самооценки; 2. Развитие навыков уверенного поведения.	1. Приветствие; 2. Сочиняем «Общую историю»; 3. Упражнения на взаимодействие; 4. Коллективный рисунок; 5. Расставание.
Занятие 13	Самосто-ятельность	1. Формирование адекватной самооценки; 2. Развитие навыков уверенного поведения; 3. Умение распознавать свои чувства; 4. Умение выражать свои чувства.	1. Приветствие; 2. Упражнения на взаимодействие; 3.Игра «Тропинка»; 4. Рисование «Волшебный лес»; 5. Упражнение «Танец»; 6. Расставание.

Занятие 14	Доброта	1. Дать возможность почувствовать себя самостоятельным и уверенным человеком; 2. Прививать новые формы поведения; 3. Учить самостоятельно принимать верные решения; 4. Учить навыкам саморасслабления.	1. Приветствие; 2. Игра «Сказочная шкатулка»; 3. Игра «Волшебное колечко»; 4. Игра «Принц и принцесса»; 5. Рисование на тему. «Волшебные зеркала»; 6. Упражнение «Танец»; 7. Расставание.
Занятие 15	Слышать и слушать	1. Умение слышать и слушать; 2. Умение принимать ответственность на себя; 3. Прививать новые формы поведения; 4. Учить самостоятельно принимать верные решения;	1. Приветствие. 2. Этюд «Злодей». 3. Проигрывание ситуаций. 4. Расставание.
Занятие 16	Формы пове-дения	1. Умение слышать и слушать; 2. Умение принимать ответственность на себя; 3. Прививать новые формы поведения; 4. Учить самостоятельно принимать верные решения.	1. Приветствие; 2. Игра «Взаимоотношения»; 3. Этюд «Солидарность»; 4. Игра «Передай по кругу»; 5. Упражнение «Волшебники»; 6. Этюд «Цветок»; 7. Расставание.
Занятие 17	Я не вредный	1. Развитие навыков общения; 2. Формировать адекватные формы поведения; 3. Учить осознавать свое поведение; 4. Регулировать поведение в коллективе.	1. Приветствие; 2. Игра «Встреча сказочных героев»; 3. Игра «Мальчик (девочка) – наоборот»; 4. Этюд «Солнце в ладошке»; 5. Игра «Клеевой дождик»; 6. Расставание.
Занятие 18	Встреча с другом	1. Снижение враждебности во взаимоотношениях со сверстни-ками; 2. Знакомство с нормами этикета; 3. Формировать адекватные формы поведения; 4. Снижение конфликтности.	1. Приветствие; 2.Игра «Вредные советы»; 3.Упражнение «Что это?»; 4. Упражнение «За что меня ругают»; 5. Упражнение «Ладошка»; 6. Упражнение «Орден героя»; 7. Упражнение «Неожиданные картинки»; 8. Расставание.

Занятие 19	Вежливость	1. Снижение враждебности во взаимоотношениях со сверстниками; 2. Знакомство с нормами этикета; 3. Формировать адекватные формы поведения; 4. Снижение конфликтности.	1. Приветствие; 2. Визуализация; 3. Рисунок «Я хороший друг, потому что»; 4. Этюд «Встреча с другом»; 5. Этюд «Два друга»; 6. Рисунок «Мои друзья»; 7. Проигрывание ситуаций; 8. Игра «Окажи внимание другому»; 9. Расставание.
Занятие 20	Достоинства и недостатки	1. Снижение враждебности во взаимоотношениях со сверстниками; 2. Знакомство с нормами этикета; 3. Формировать адекватные формы поведения; 4. Снижение конфликтности.	1. Приветствие; 2. Чтение и обсуждение стихотворений; 3. Динамическая пауза «Вежливая просьба»; 4. Творческое задание «Вежливая встреча»; 5. Упражнение «Круг вежливых слов»; 6. Рисование «Вежливые слова в моем сердце»; 7. Расставание.
Занятие 21	Мои приятные и не приятные стороны	1. Развитие уверенного поведения; 2. Самопознание личности; 3. Развитие способности и стремления к изучению себя, своих способностей и особенностей; 4. Раскрытие личностного потенциал	1. Приветствие; 2. Упражнения на взаимодействие; 3. Упражнение «Достоинства и недостатки»; 4. «Совместимость достоинств недостатков»; 5. Рефлексия; 6. Расставание.
Занятие 22	То, что мне в себе нравится	1. Развитие у участников навыков уверенности; 2. Самопознание личности; 3. Развитие способности и стремления к изучению себя, своих способностей и особенностей; 4. Раскрытие личностного потенциала.	1. Приветствие; 2. Упражнения на коммуникацию; 3. Создание масок; 4. Рефлексия; 5. Расставание.
Занятие 23	Это я	1. Развитие у участников навыков уверенности; 2. Развитие способности и стремления к изучению себя, своих способностей и особенностей; 3. Раскрытие личностного потенциала.	1. Приветствие; 2. Упражнение на взаимодействие; 3. Релаксация «Полет птиц»; 4. Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»; 5. Сделай другу подарок; 6. Расставание.

Занятие 24	Я люблю…	1. Развитие способности и стремления к изучению себя, своих способностей и особенностей; 2. Раскрытие личностного потенциала.	1. Приветствие; 2. Упражнения на взаимодействия; 3. Упражнение «Автомобиль»; 4. Упражнение «Леопольд»; 5. Расставание.
Занятие 25	Мы похожи?	1. Развитие способности и стремления к изучению себя, своих способностей и особенностей; 2. Раскрытие личностного потенциала.	1. Приветствие; 2. Упражнения на взаимодействие и коммуникацию; 3. Упражнения «Палитра чувств»; 4. Игра «Переходы»; 5. Игра «Разыщи радость»; 6. Рисование на тему «Я люблю больше всего…»; 7. Танцевальный этюд «Подари движение»; 8. Расставание.
Занятие 26	Я такой, какой я есть	1. Развитие коммуникативных компетенция; 2. Проследить динамику изменений эмоционального состояния членов группы.	1. Приветствие; 2. Упражнение «Мы похожи»; 3. Упражнение «Враг-Друг»; 4. Упражнение «Выслушать до конца»; 5. Упражнение «Зомби»; 6. «Контрабандисты»; 7. «Эмоциональная диагностика»; 8. Расставание.
Занятие 27	Нарисуй агрессию	1. Побуждение каждого участника к самораскрытию через спонтанное творчество; 2. Способствовать выработке у участников более объективной самооценки.	1. Приветствие; 2. Рисунок «Индивидуальное рисование»; 3. Упражнение «Кто я?»; 4. Рисунок «Я такой, какой я есть»; 5. Рисунок «Полярности»; 6. Упражнение «Завтрак с героем»; 7. Упражнение «Контрабандисты»; 8. Расставание.
Занятие 28	Хвастовство	1. Расширение сферы осознания эмоциональных состояний; 2. Совершенствование навыков самоконтроля в совместной работе; 3. Развитие способностей выхода из конфликтной ситуации на основе корректного разрешения конфликта, а также иллюстрация представленных стратегий.	1. Приветствие. 2. Рисунок «Нарисуй агрессию»; 3. Рисунок «Картина двух художников»; 4. Упражнение «Да и нет»; 5. Упражнение «Конфликт в транспорте»; 6. Упражнение «Проталкивание в автобусе»; 7. Упражнение «Распределение сердец»; 8. Расставание.

Занятие 29	Лидерство	1. Создание условий и формирование навыков самораскрытия; 2. Формирование адекватных реакций в различных ситуациях; «трансактный анализ» ответов и формирование необходимых «ролевых» пристроек; 3. Изменение замкнутости; 4. Снижение уровня фрустрации или стресса. Поиск возможных путей ее разрешения	1. Приветствие; 2. Упражнение «Хвастовство»; 3. Упражнение «Неуверенные и уверенные ответы»; 4. Упражнение «Интонация»; 5. Упражнение «Зато...»; 6. Упражнение «Подарок»; 7. «Дискуссия о ситуациях»; 8. Расставание.
Занятие 30	Противостояние влиянию	1. Помочь участникам тренинга преодолеть внутренние барьеры, страх и неуверенность перед другими людьми; 2. Дать возможность участникам тренинга проявить лидерские качества; обучить умению распознать характер ситуации, действовать адекватно существующим условиям; поупражняться в способности убеждать как в навыке, необходимом для лидера.	1. Приветствие; 2. Упражнение «Встать со стульев»; 3. Упражнение «Башня»; 4. Упражнение «Рефрейминг»; 5. Упражнение «Круг и я»; 6. Расставание.
Занятие 31	Вербальное и невербальное	1. Тренировка уверенного поведения при необходимости убеждать других людей, а также наблюдательности 2. Демонстрация того, что мы можем отказаться от выполнения просьбы без оправданий и объяснений каких-либо причин 3. Развитие умения общаться в ситуации информационной перегрузки, когда от разных людей одновременно поступают различные сведения – как истинные, так и ложные. Тренировка интуиции.	1. Приветствие; 2. Упражнение «Волк и семеро козлят»; 3. Упражнение «Просто скажи "нет"»; 4. Упражнение «Два подсказчика»; 5. Упражнение «Кодовая фраза»; 6. Упражнение «Таможня»; 7. Расставание.
Занятие 32	Итоговое занятие	1. Создание благоприятной эмоциональной атмосферы принятия и доверительности в общении; 2. Развитие умения невербального средства общения; 3. Развитие умения соединить вербальные и невербальные средства общения; формирование навыков акцентирования внимания окружающих за счет различных средств общения; 4. Формирование паралингвистических и оптокинетических навыков общения; совершенствование взаимопонимания партнеров по общению на невербальном уровне.	1. Приветствие; 2. Упражнение «Меняются те, кто…»; 3. Упражнение «Фигуры»; 4. Упражнение «Всеобщее внимание»; 5. Упражнение «Дискуссия»; 6. Игра «Слепой и повадырь»; 7. Упражнение «Аукцион скульптур»; 8. «Упражнение «Рисование по кругу»; 9. Расставание.

Приложение 3

ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА
мониторинга результатов обучения по Программе

ФИО обучающегося **Результаты**	***ФИО***	***ФИО***	***ФИО***	***ФИО***	***ФИО***	***ФИО***	***ФИО***	***ФИО***	***ФИО***	***ФИО***	***ФИО***	***ФИО***
Личностные: 1) ценностно-ориентационная сфера 2) трудовая сфера 3) интеллектуальная сфера 4) морально-эмоциональная сфера												
Метапредметные: 1) самостоятельность деятельности 2) познавательная рефлексия 3) учебно-исследовательская деятельность 4) продуктивное взаимодействие с обучающимися												
Предметные 1) знание базовых психологических терминов 2) базовые навыки взаимодействия в социуме 3) способы саморефлексии и релаксации												

Средний балл высчитывается по формуле: средний балл = $\frac{\sum}{11}$, где Σ– сумма баллов по 11 показателям. Например, обучающийся набрал в сумме 20 балов, 20/11=1,8 – средний уровень.

P.S. высокий уровень освоения программа: от 2,6 до 3 баллов;
выше среднего – от 2,2 до 2,5
средний уровень – от 1,8 до 2,1 балла;
ниже среднего – 1,4 до 1,7
низкий уровень – 1,0 до 1,3 балла.

Приложение 4

Методика оценивания степени сформированности образовательных результатов обучения по Программе

Сфера или группа результатов	Образовательный результат	Степень сформированности образовательного результата	Число баллов	Методы диагностики
Личностные результаты				
Ценностно-ориентационная сфера	Ответственное отношение к образованию и самообразованию.	▪ практически не усвоил теоретическое содержание программы; ▪ овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой; ▪ объем усвоенных знаний составляет более ½; ▪ освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период.	0 1 2 3	Наблюдение, контрольный опрос и др.
Трудовая сфера	Работа в группе и микрогруппе	▪ не освоил навыки работы в группе и микрогруппе, не умеет продуктивно взаимодействовать в них; ▪ умеет работать в группе и микрогруппе, не умеет продуктивно взаимодействовать в них; ▪ умеет работать в группе и микрогруппе, но иногда возникают сложности во взаимодействии в ней; ▪ умеет работать в группе и микрогруппе, умеет продуктивно взаимодействовать в них.	0 1 2 3	Наблюдение, собеседование и т.д.
Интеллектуальная сфера	Познавательная потребность.	▪ не проявляет интерес к самостоятельной деятельности, познавательная потребность отсутствует; ▪ проявляет интерес к самостоятельной деятельности, познавательная потребность слабо развита; ▪ интересуется самостоятельной деятельностью, познавательная потребность развита; ▪ занимается самостоятельной деятельностью, изучает дополнительный материал во внеучебное время.	0 1 2 3	Наблюдение, опрос и т.д.
Морально-эмоциональная сфера	Доверительное отношение и эмпатия к окружающим. Способность контролировать себя и свои поступки.	▪ враждебно относится к группе, не контролирует своё поведение; ▪ нейтрально относится к группе, иногда контролирует своё поведение; ▪ доверительно относится к группе, чаще всего контролирует своё поведение; ▪ доверительно и дружелюбно относится к группе, контролирует своё поведение.	0 1 2 3	Наблюдение, собеседование, опрос и т.д.
Метапредметные результаты				
Самостоятельность деятельности	Умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности.	▪ практически не овладел умением самостоятельно определять цели деятельности, нужен контроль педагога при выполнении упражнений; ▪ овладел менее чем ½ умением самостоятельно определять цели деятельности, чаще всего нужен контроль педагога при выполнении упражнений; ▪ объем усвоенным умением составляет более ½, контроль со стороны педагога почти не нужен; ▪ овладел умением самостоятельно определять цели деятельности, предусмотренными программой за конкретный период, контроль педагога не требуется.	0 1 2 3	Наблюдение, опрос и т.д
Познавательная ре-	Владение навыками познаватель-	▪ практически не овладел умениями и навыками познавательной рефлексии;	0	Наблюдение,

флексия	ной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.	▪ овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков; ▪ объем усвоенных умений и навыков составляет более ½; ▪ овладел практически всеми умениями и навыками познавательной рефлексии, предусмотренными программой за конкретный период.	1 2 3	контрольное задание и т.д.
Учебно-исследовательская деятельность	Владение навыками познавательной, учебно-исследовательской деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания	▪ практически не овладел умениями и навыками учебно-исследовательской деятельности; ▪ овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков учебно-исследовательской деятельности; ▪ объем усвоенных умений и навыков составляет более ½; ▪ овладел практически всеми умениями и навыками учебно-исследовательской деятельности, предусмотренными программой за конкретный период.	0 1 2 3	Наблюдение, опрос и т.д.
Продуктивное взаимодействие с обучающимися	Умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.	▪ не продуктивно взаимодействует в группе, не учитывает позицию других обучающихся; ▪ нейтрально взаимодействует в группе, слабо учитывает позицию других обучающихся; ▪ хорошо взаимодействует в группе, чаще всего учитывает позицию других обучающихся; ▪ продуктивно взаимодействует в группе, учитывает позицию других обучающихся	0 1 2 3	Наблюдение, собеседование и тд.
Предметные результаты				
Знание базовых психологических терминов	Понятие эмпатии; понятие тревожности и причины возникновения тревожности; понятие социального доверия и принципы создания доверительных отношений; понятие самооценки, виды самооценки; понятие самостоятельности; логический смысл зависимости от окружающих; понятие коммуникативных навыков; причины враждебности к сверстникам.	▪ практически не усвоил теоретическое содержание программы; ▪ овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой; ▪ объем усвоенных знаний составляет более ½; ▪ освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период.	0 1 2 3	Наблюдение, анализ способов деятельности детей, их учебно-исследовательских работ и т.д.
Базовые навыки взаимодействия в социуме	Работать в микрогруппах и группах; коммуницировать со сверстниками, родителями и взрослыми людьми; отстаивать свою позицию; слушать и слышать; самостоятельно решать проблемы;	▪ практически не усвоил теоретическое содержание программы; ▪ овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой; ▪ объем усвоенных знаний составляет более ½; ▪ освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период.	0 1 2 3	

	распознавать базовые эмоциональные состояния у окружающих людей.			
Способы саморефлексии и релаксации	Знание способов релаксации и саморефлексии; способов самозащиты от негативного воздействия; способов вербального и невербального проявления своих эмоций и чувств.	▪ практически не усвоил теоретическое содержание программы; ▪ овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой; ▪ объем усвоенных знаний составляет более ½; ▪ освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период.	0 1 2 3	