

Сазонова
Мария
Васильевна

Подписано цифровой
подписью: Сазонова
Мария Васильевна
Дата: 2021.11.30
16:57:02 +04'00'

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ г. УЛЬЯНОВСКА
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА № 2»**

Принята на заседании
педагогического совета
от 31 августа 2021 г.
Протокол №3

Утверждаю

И.о. директора МБУ ДО г.Ульяновска

«ЦДТ №2»

Л.Р. Полянская Л.Р. Полянская

Приказ №416-1 от 31 августа 2021 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ПСИХОЛОГИЯ»
БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ**

Объединение «Психология»

Возраст обучающихся: 11-14 лет

Срок реализации программы 1 год

Программа разработана:

Харьковской Марией Германовной

педагог дополнительного образования

Ульяновск, 2021

Содержание

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы	
1.1 Пояснительная записка.	3
1.2 Цель и задачи программы.	8
1.3 Содержание программы.	8
1.4 Планируемые результаты.	12
2. Комплекс организационно-педагогических условий.	
2.1 Календарный учебный график	13
2.2 Условия реализации программы.	16
2.3 Формы аттестации.	17
2.4 Оценочные материалы.	20
2.5 Методические материалы.	21
2.6 Список литературы.	21
Приложение	23

1. Комплекс основных характеристик общеразвивающей программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа **«Психология»** **социально-гуманитарной направленности.**

Уровень программы **базовый.** Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы – формирование важнейших жизненных навыков, способствующих успешной адаптации в обществе.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Проект Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года;
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. Приказ от 30 сентября 2020 г. №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. №196»;
5. Письмо Министерства образования и науки России от 18.11.2015 №09-3242 "О направлении информации" (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы))"
6. СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
7. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. N 882/391 "Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
8. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 года №816 «Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
9. Методическими рекомендациями Минпросвещения России от 20.03.2020 по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего

образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий;

10. Устав МБУ ДО г. Ульяновска «ЦДТ № 2»;

11. Локальные нормативные акты Учреждения.

Актуальность программы:

Программа имеет выраженную практическую и прикладную направленность. Это личностно ориентированная программа психологии, где существует несколько иная система обучения, в которой общение в учебном процессе происходит не по поводу какого-то постороннего предмета, а по поводу «меня самого».

В качестве исходного положения, определяющего педагогический подход, использовался тезис: необходимо рассматривать развитие обучающегося в аспекте изучения им предмета «Психология» не только как результат, но и как процесс самосознания, самовоспитания и самосовершенствования. При этом акцент делается на развитие чувства собственного достоинства человека как субъекта.

Существенным моментом данной программы становится не только отражение мира, но и отражение себя в мире, своего состояния, своего отношения к миру, своего поведения в будущем.

Отличительные особенности программы

Заключаются в ее многоуровневом подходе к получению результатов:

1 уровень - приобретение обучающимся личностных (о себе) и социальных знаний

2 уровень - переживание им ценности этого знания, формирование положительного отношения к базовым общественным ценностям

3 уровень - приобретение опыта самостоятельного общественного действия

В итоге реализации программы обучающийся может проследить свое развитие через анализ продуктов деятельности и рефлекссию.

Инновационность программы

В современном мире обществу требуются социально-адаптированные, высокообразованные, инициативные, предприимчивые, творческие люди.

Данная программа рассматривает процесс социальной зрелости, как способности к быстрой и успешной адаптации в окружающем мире, ее реализация происходит в самый важный период становления личности, а именно в школьном возрасте, на котором приходят основные критические периоды становления личности. Так, именно в этот промежуток жизнедеятельности человека происходит формирование социальных потребностей и способностей к осуществлению жизненных выборов, связанных с выбором ценностей,

партнеров, профессии, а также познание своего внутреннего мира и формирование самооценки.

Адресат программы – Программа предназначена для обучающихся в возрасте от 11 до 14 лет.

Программа предназначена для обучающихся в возрасте от 11 до 14 лет.

Каждый возраст хорош по-своему. И в то же время, в каждом возрасте есть свои особенности, свои сложности. Не исключением является и подростковый возраст.

Подростковый возраст понимают как особый период онтогенетического развития человека, своеобразие которого заключается в его промежуточном положении между детством и зрелостью. Он охватывает период жизни достаточно длительный. Его начало приходится на 11-12 лет, а заканчивается по-разному: от 15 до 17-18 лет.

Границы подросткового возраста не устанавливаются четко, у каждого подростка они индивидуальны. Наравне с понятием «подростковый возраст» используется понятие «переходный возраст». В этот период подросток проходит великий путь в своем развитии: через внутренние конфликты с самим собой и с другими, через внешние срывы и восхождения он может обрести чувство личности. В данном возрастном периоде у ребенка закладываются основы сознательного поведения, вырисовывается общая направленность в формировании нравственных представлений и социальных установок.

Ведущие позиции начинают занимать общественно-полезная деятельность и личностное общение со сверстниками. Именно в подростковом возрасте появляются новые мотивы учения, связанные с идеалом, профессиональными намерениями. Учение приобретает для многих подростков личностный смысл.

Из вышесказанного следует, что подростковый период – время активного формирования личности, преломления социального опыта через собственную активную деятельность индивида по преобразованию своей личности, становление своего «Я». Центральным новообразованием личности подростка, в этот период, является формирование чувств взрослости, развитие самосознания.

Таким образом, подростковый период является очень ответственным, потому что он зачастую определяет дальнейшую жизнь человека. Утверждение независимости, формирование личности, выработка планов на будущее – все это формируется именно в этом возрасте.

Объём программы: Программа «Психология» рассчитана на очную форму обучения (с учетом Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации") и включает 72 занятия (теории и практики), общее количество учебных часов,

запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы составляет 72 учебных часа, 36 недель. Программа рассчитана на 1 год обучения, 72 учебных часа, по 1 астрономическому часу 2 раза в неделю (45 минут - занятие, 15 минут-перерыв).

Формы обучения и виды занятий:

- групповая форма обучения

Воды занятий:

- дискуссионные методы (обсуждение конфликтов, анализ ситуации морального выбора);

- игровые методы – дидактические (поведенческое научение, интонационно-речевой и видеотренинг) и творческие игры (игровая психотерапия, психодраматическая коррекция);

- сензитивный тренинг (тренировка самопонимания, межличностной чувствительности и эмпатии);

- беседы

- ролевые и интеллектуальные игры

- рисуночные методы.

Срок освоения программы: Программа рассчитана на 1 год обучения, 72 учебных часа, по 1 астрономическому часу 2 раза в неделю.

Режим занятий:

Занятия проводятся 2 раза в неделю, продолжительностью 2 астрономических часа (45 минут занятие, 15 мин. – перерыв; 45 минут занятие, 15 мин. – перерыв). Каждая группа занимается по своему определенному расписанию. Состав групп постоянный, допускается зачисление обучающихся в течение всего учебного года (на основании приказа Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 « Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»)

Программа может реализовываться с применением дистанционных технологий.

Дистанционное обучение.

Дистанционные образовательные технологии в дополнительной общеразвивающей программы «Психология» обеспечиваются применением совокупности образовательных технологий, при которых частично опосредованное или полностью опосредованное взаимодействие обучающегося и педагога осуществляется независимо от места их нахождения и распределения во времени на основе педагогически организованных технологий обучения.

Электронное обучение и дистанционные образовательные технологии реализуются в программе через онлайн-платформы; цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах; видеоконференции; вебинары; skype – общение; e-mail; облачные сервисы; электронные пособия, разработанные с учетом требований законодательства РФ об образовательной деятельности.

При реализации программы через электронное обучение и дистанционные образовательные технологии используются следующие организационные формы образовательного процесса:

Консультация;

Мастер-класс;

Практическое занятие;

Конкурсы;

Выставки;

Фестиваль;

Виртуальные экскурсии;

Тестирование;

Самостоятельная внеаудиторная работа;

Проектно-исследовательская работа;

Текущий контроль;

Промежуточная аттестация;

Итоговая аттестация.

1.2 Цель и задачи программы.

Цель программы: формирование гуманистического мировоззрения и психологической культуры обучающихся, формирование человека, способного к самовоспитанию и саморазвитию, человека самосовершенствующегося.

Задачи программы:

Задачи программы направлены на формирование в мировоззрении обучающихся картины мира, позволяющей развиваться их личности в гуманистическом ключе.

Образовательные:

- формирование системообразующей теоретической базы для сознательного управления обучающимися своего развития
- формирование у обучающихся навыков самопознания и саморегуляции

Развивающие:

- ознакомление обучающихся с основными путями психологического познания человека (познавательные процессы, состояния, свойства, отношения и др.)
- развитие основ культуры интеллектуального труда
- содействие раскрытию творческих возможностей личности обучающегося.

Воспитательные:

- воспитание психологической культуры обучающихся
- формирование важнейших жизненных навыков, способствующих успешной адаптации в обществе
- формирование устойчивых навыков конструктивного общения, развития социальной компетентности
- профилактика отклоняющегося поведения обучающихся

1.3 Содержание программы.

Учебный план 1 модуля

№ в раз деле	№ по поря дку	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
			Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. «Я и мы» (32 ч)						
1.	1	Создание группы, установление правил	2	1	1	Беседа. Игра.
2.	2	Сплоченность группы. Закрепление правил	2	1	1	Беседа. Игра.

3.	3	Здравствуй, класс!	2	1	1	Тренинг
4.	4	Находим друзей	2	1	1	Тренинг
5.	5	Мы и наши близкие	2	1	1	Беседа. Игра.
6.	6	Мы и наше настроение	2	1	1	Беседа. Игра.
7.	7	Чего я боюсь?	2	1	1	Беседа. Игра.
8.	8	Как преодолеть неуверенность в себе	2	1	1	Тренинг
9.	9	У тебя все получится!	2	1	1	Тренинг
10.	10	Работа с негативными переживаниями	2	1	1	Беседа. Игра.
11.	11	Учимся планировать	2	1	1	Беседа. Игра.
12.	12	Я учусь отдыхать	2	1	1	Беседа. Игра.
13.	13	Наши недостатки и наши достоинства	2	1	1	Тренинг
14.	14	Конфликты или взаимодействие?	2	1	1	Беседа. Игра.
15.	15	Мы и наш класс	2	1	1	Беседа. Игра.
16.	16	Обида	2	1	1	Беседа. Игра.
Всего 32 часа						

Учебный план 2модуля

№ в раз деле	№ по поря дку	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
			Всего	Теория	Практика	
Раздел 2 : «Я управляю собой» (40ч)						
1.	17	Я – подросток. Что это значит?	2	1	1	Беседа. Игра.
2.	18	Характер и эмоции	2	1	1	упражнения
3.	19	Страна чувств. Чувства «полезные» и «вредные»	2	1	1	Беседа. Игра.
4.	20	«Запретные» чувства. Какие чувства мы скрываем?	2	1	1	упражнения
5.	21	Нужно ли управлять своими эмоциями?	2	1	1	Беседа. Игра.
6.	22	Страхи и страшилки	2	1	1	Тренинг

7.	23	Побеждаем все тревоги	2	1	1	упражнения
8.	24	Мой гнев, злость и агрессия	2	1	1	Тренинг
9.	25	Обида. Как простить обиду?	2	1	1	упражнения
10.	26	Я виноват?	2	1	1	Ролевая игра
11.	27	Что такое «стресс»	2	1	1	Рисунок.
12.	28	Я умею бороться со стрессом	2	1	1	Обсуждение. Работа со сказкой.
13.	29	Риск – благородное дело?	2	1	1	Обсуждение. Работа со сказкой.
14.	30	Умения принимать решение	2	1	1	Беседа. Игра. Анализ качеств.
15.	31	Развиваем эмпатию	2	1	1	Обсуждение. Игра.
16.	32	Развиваем эмпатию				Работа со сказкой.
17.	33	Тренировка «Я-высказываний»	2	1	1	Беседа. Игра.
18.	34	Комплименты	2	1	1	Ролевая игра
19.	35	Какой я на самом деле?	2	1	1	Обсуждение. Игра.
20.	36	Итоговое занятие. Моя линия жизни	2	1	1	Ролевая игра. Рисунок линии.
Всего 40 часов						

Содержание программы.

Программа состоит из двух разделов.

Раздел I. «Я и мы» (32 часа)

Теория:

- создание доброжелательной обстановки и атмосферы поддержки в группе;

Практика:

Упражнения:

«Представление имени»

«Если весело живется, делай так»

Твоя школа такая, какой ты ее видишь»

«Пустой или полный»

"Кочки", "Пирамида", Свеча доверия, "Ботинки", «Найди того, кто...»

«Прощание с начальной школой», «Игра с мячом»

«Найди меня» «Настоящий друг» «Мой портрет в лучах солнца»

«Ассоциации», “ Возьми и передай”, “Неваляшка”, “ Превращения”,

“ Пружинки” «Чего я боюсь?», «На ошибках учатся», «Рисуем слово»,

"Трибуна", "Зоопарк", Храм тишины», «Поплавок в океане», «Как реагировать на обидное замечание?», «Рисуем обиду», Упражнение «Знакомство с закрытыми глазами», «Нарисуй свое настроение», «Что поможет мне учиться», «Правила поведения на уроке», «Незнайка», «Кляксы»,

«Определи, насколько ты веришь в себя, в свои силы?»,

«Инь и Ян», «Ставим цели», «Доброжелательное послание», «Конфликт или взаимодействие?», «Как разрешать конфликтные ситуации»,

Рисование на тему: “Моё настроение”

Разминки: Упражнение «Если весело живется, делай так», «Прошепчи имя»,

«Что я люблю делать», "Подарок", «Назови чувство»

Игры: "Подарки". "Клубок". "Истина или ложь?" «Ассоциации».

«Идеальный ученик», «Прикоснись к синему цветку», «Потерялся ребенок».

«Котенок», «На острове», «Путаница», «Снежинка», «Непослушный шарик», «Все вместе»

Конкурсы: "Интеллект", «Катастрофа», « Сказка», « Лабиринт»

Форма контроля: Принятие правил, принятие ритуалов приветствия и прощания, обсуждение итогов занятия, дискуссия на тему занятия, рефлексия.

Раздел 2. Я управляю собой (40 часов)

Теория:

- Создание условий для осознания подростками психологических изменений, происходящих с ними.

Практика: «Угадай эмоцию», «Угадай-ка», «Дорисуй-ка», «Фантом», «Польза и вред эмоций», «Эксперимент», «Подвиг искренности». «Айсберг», «Эмоциональный дневник», «Страшилка», «Как я зол!», «Кошки – собаки», «Лист гнева», «Письмо обидчику», «Я желаю сам себе...», «Комплимент»,

«Психоанализ» сказки В. Симонова «Емелино настроение»

Чтение притчи Н. Пезешкян «Легкое лечение»

Разминки: «Клопы».

1.4 Планируемые результаты. 1 модуль.

В процессе занятий по программе у обучающихся будут сформированы:

Личностные результаты:

- Позитивная Я-концепция и устойчивая самооценка, т.е. правильное отношение к себе и сниженный уровень школьной тревожности.
- Сформированное умение социальных и коммуникативных навыков, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом, с новыми учителями и другими сотрудниками школы.
- Развитие способности преодолевать неуверенность и страх.

Метапредметные результаты :

- Выявленные интересы, склонности и способностей обучающихся.
- Осознания обучающимися необходимости самосовершенствования.

Предметные результаты:

- быть **творческим**, уметь по-новому смотреть на привычные вещи и ценящим инновации;
- **самоопределяться**, уметь брать на себя ответственность за свое образование;
- **решать проблемы**, уметь выбирать и использовать различные конструктивные способы их решения;
- быть **уверенным** в своих возможностях и иметь хорошую самооценку;

-быть **толерантным** (эмоционально устойчивым), эмпатично, доброжелательно относиться к многообразию жизни.

2 модуль.

Личностные результаты:

- Формирование навыков познания себя, своих сильных сторон.
- Развитие у обучающихся чувства собственного достоинства и собственной ценности.

Метапредметные результаты :

- Формирование у обучающихся представлений или актуализации имеющихся знаний о психологическом тренинге.
- Обсуждение способов взаимодействия на тренинговых занятиях.

Предметные результаты:

- Обобщать полученный опыт взаимодействия в группе.
- Развивать умение оказывать поддержку окружающим.
- Осмыслить обучающимися себя как члена группы, способной оказывать поддержку.
- закрепить полученные навыки группового сплочения, умения оказывать и принимать помощь группы.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарный учебный график 1 модуля

N п/п	Месяц	Число	Время проведени я занятия	Форма занятия	Кол -во часо в	Тема занятия	Место проведен ия	Форма контроля
				Комбини рованное	2	Создание группы, установле ние правил		Беседа. Игра.
				Комбини рованное	2	Сплоченн ость группы. Закрепле ние правил		Беседа. Игра.
				Комбини	2	Здравству		Тренинг

				рованное		й, класс!		
				Комбини рованное	2	Находим друзей		Тренинг
				Комбини рованное	2	Мы и наши близкие		Беседа. Игра.
				Комбини рованное	2	Мы и наше настроен ие		Беседа. Игра.
				Комбини рованное	2	Чего я боюсь?		Беседа. Игра.
				Комбини рованное	2	Как преоде ть неуверен ность в себе	Каб.13	Тренинг
				Комбини рованное	2	У тебя все получитс я!	Каб.13	Тренинг
				Комбини рованное	2	Работа с негативн ыми пережива ниями	Каб.13	Беседа. Игра.
				Комбини рованное	2	Учимся планиров ать		Беседа. Игра.
				Комбини рованное	2	Я учусь отдыхать		Беседа. Игра.
				Комбини рованное	2	Наши недостатк и и наши достоинс тва		Тренинг
				Комбини рованное	2	Конфликт ы или взаимоде йствие?		Беседа. Игра.
				Комбини рованное	2	Мы и наш класс		Беседа. Игра.

				Комбини рованное	2	Обида		Беседа. Игра.
--	--	--	--	---------------------	---	-------	--	---------------

Календарный учебный график 2 модуля

№ п/п	Месяц	Чис ло	Время проведени я занятия	Форма занятия	Кол- во часов	Тема занятия	Место проведени я	Форма контроля
				Комбин ированн ое	2	Я – подросток. Что это значит?		Беседа. Игра.
				Комбин ированн ое	2	Характер и эмоции		упражнения
				Комбин ированн ое	2	Страна чувств. Чувства «полезные» и «вредные»		Беседа. Игра.
				Комбин ированн ое	2	«Запретные» чувства. Какие чувства мы скрываем?		упражнения
				Комбин ированн ое	2	Нужно ли управлять своими эмоциями?		Беседа. Игра.
				Комбин ированн ое	2	Страхи и страшилки		Тренинг
				Комбин ированн ое	2	Побеждаем все тревоги		упражнения
				Комбин ированн ое	2	Мой гнев, злость и агрессия		Тренинг
				Комбин ированн ое	2	Обида. Как простить обиду?		упражнения
				Комбин ированн ое	2	Я виноват?		Ролевая игра
				Комбин ированн ое	2	Что такое «стресс»		Рисунок.

				Комбинированное	2	Я умею бороться со стрессом		Обсуждение. Работа со сказкой.
				Комбинированное	2	Риск – благородное дело?		Обсуждение. Работа со сказкой.
				Комбинированное	2	Умения принимать решение		Беседа. Игра. Анализ качеств.
				Комбинированное	2	Развиваем эмпатию		Обсуждение. Игра.
				Комбинированное	2	Развиваем эмпатию		Работа со сказкой.
				Комбинированное	2	Тренировка «Я-высказываний»		Беседа. Игра.
				Комбинированное	2	Комплименты		Ролевая игра
				Комбинированное	2	Какой я на самом деле?		Обсуждение. Игра.
				Комбинированное	2	Итоговое занятие. Моя линия жизни		Ролевая игра. Рисунок линии.

2.2 Условия реализации программы.

- помещение для занятий, соответствующее санитарно-гигиеническим требованиям **Закона о Санитарно-эпидемиологических правилах и нормативах СанПиН 2.4.4.3172-14** (кабинет, школьный спортзал);
- методическое обеспечение (наличие программы, планы - конспекты занятий);
- дидактический материал (карточки и бланки с заданиями, листы для рисования);

- оборудованные классные комнаты (18 парт, 36 стульев, мультимедийное оборудование, телевизор)

При реализации программы в дистанционной форме:

При дистанционном обучении каждому обучающемуся должна обеспечиваться возможность доступа к средствам ДОТ, в т.ч. к образовательной онлайн-платформе, в качестве основного информационного ресурса, а также осуществляться учебно-методическая помощь обучающимся через консультации преподавателя как при непосредственном взаимодействии педагога с обучающимися, так и опосредовано.

Информационное обеспечение при дистанционном обучении:

- 1) Наличие дополнительной общеразвивающей программы
- 2) План – конспекты занятий
- 3) Видеоматериалы

По программе можно использовать следующие платформы: Webinar, Zoom, Youtube, Skype, группа объединения в социальной сети «В Контакте», чаты в Viber/WatsUp.

Цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах, видеоконференции, вебинары, видеоуроки, презентации; e-mail, облачные сервисы, электронные носители мультимедийных приложений; электронные пособия, разработанные с учетом требований законодательства РФ об образовательной деятельности.

2.3 Формы аттестации.

Формы подведения итогов:

Для определения результативности усвоения общеразвивающей программы «Психология» предусмотрена входная диагностика (сентябрь-октябрь) и итоговая диагностика (май).

Тесты и входная диагностика:

«Диагностика нравственной мотивации». Разработана лабораторией воспитания нравственно-этической культуры ГосНИИ семьи и воспитания РАО.

Инструкция. Я прочитаю вам 4-е вопроса. Вам нужно выбрать из данных на них ответов один.

Вопросы:

1. Если кто-то плачет, то я:

- а) пытаюсь ему помочь;
- б) думаю о том, что могло произойти;
- в) не обращаю внимания.

2. Я с другом играю в бадминтон, к нам подходит мальчик лет 6 - 7, и говорит, что у него нет такой игры:

- а) я скажу ему, чтобы он не приставал;
- б) отвечу, что не могу ему помочь;
- в) скажу, чтобы он попросил родителей купить ему такую игру;
- г) пообещаю, что он может прийти с другом и поиграть.

3. Если кто-то в компании расстроился из-за того, что проиграл в игру:

- а) я не обращаю внимания;
- б) скажу, что он размазня;
- в) объясню, что нет ничего страшного;
- г) скажу, что надо лучше научиться этой игре.

4. Ваш одноклассник на вас обиделся, вы:

- а) подумаете о его чувствах и о том, что можете сделать в этой ситуации;
- б) обидитесь в ответ;
- в) докажете ему, что он не прав.

Обработка результатов:

Ключ положительных ответов: 1-а, 2-г, 3-в, 4-а.

Далее педагог подсчитывает сумму положительных ответов, данных воспитанником.

4 балла - высокий уровень;

2, 3 балла - средний уровень;

0, 1 балл - низкий уровень.

Тест «Что такое хорошо и что такое плохо» (методика Г.М. Фридмана)

Цель: выявить нравственные представления обучающихся.

Оцениваемые УУД: выделение морального содержания действий и ситуаций.

Возраст: младшие школьники.

Форма (ситуация оценивания) – фронтальное анкетирование.

Инструкция: опираясь на свой опыт, ответьте на вопросы:

1. Тебе нравится когда тебя уважают твои одноклассники?

А Нравиться

Б Не очень нравится

В Не нравится

2. Что будешь делать если увидишь, что твой друг намусорил(а) на улице, набросал(а) на землю фантики от конфет?

А Сделаю замечание и помогу убрать

Б Сделаю замечание и подожду пока он все уберет

В Расскажу учителю и пусть он заставит его убирать

3. Ты взял(а) у друга (подруги) книгу и порвал(а) ее, как ты поступишь?

А Отремонтирую книгу или попрошу своих родителей купить новую

Б Не знаю

В Тихонько отдам, чтобы не заметили

4. Ты поступишь, если в школьной столовой во время еды разлил(а) суп и накрошил(а) на столе.

А Извинюсь и уберу за собой

Б Не знаю

В Ничего делать не буду, есть же уборщица

5. Часто ты приходишь в школу в грязной одежде?

А Нет

Б Иногда

В Да

6. Как ты поступишь если твой друг или подруга испортил(а) вещь учителя и спрятал(а) ее?

А Помогу другу извиниться перед учителем и признаться в поступке

Б Скажу другу, что надо извиниться перед учителем и признаться в поступке, но пусть извиняется сам

В Сделаю вид, что не заметил

7. Часто ли ты уступаешь место в автобусе пожилому человеку или женщине?

А Часто

Б Иногда

В Почти никогда

8. Часто ли ты предлагаешь друзьям (подругам) помощь в уборке класса?

- А Часто
Б Иногда
В Почти никогда

Обработка данных:

За первый ответ (А) – 2 балла,

За второй ответ (Б) – 1 балл,

За третий ответ (В) – 0 баллов.

Интерпретация:

Высокий уровень (12-16 баллов): такие дети отличаются наличием высоких познавательных мотивов, стремлением ориентации на интересы и потребности других людей, направленность их личности – на себя или на потребности других. Часто наблюдается отказ от собственных интересов в пользу интересов других, нуждающихся в помощи. Они очень четко следуют всем указаниям учителя, добросовестны и ответственны, сильно переживают, если получают неудовлетворительные оценки или замечания педагога. Стремятся совершать нравственные поступки и побуждают других. Пытаются принимать решения согласно нравственных норм.

Средний уровень (6-11 баллов): такие дети достаточно благополучно чувствуют себя в школе, однако они чаще всего стремятся к реализации собственных интересов с учетом интересов других. Для них характерно стремление к межличностной комфортности и сохранению хороших отношений. Познавательные мотивы у таких детей сформированы в меньшей степени. Пытаются совершать поступки на основе нравственных норм, знают нравственные качества школьников.

Низкий уровень (0-5 баллов): школьники посещают школу неохотно, стремятся к реализации собственных интересов без учета интересов других, предпочитают уходить от ответственности, нравственные нормы усваивают с трудом и отсутствует желание следовать им испытывают проблемы в общении с одноклассниками, взаимоотношениях с учителем.

2.4 Оценочные материалы.

Способы проверки усвоения пройденной темы (раздела) могут быть в виде: выполнения задания, самостоятельных или групповых творческих работ, устного опроса. Для оценки эффективности и результативности образовательной программы используется система диагностики. Система диагностирования состоит из следующих компонентов:

- входное диагностическое тестирование - тесты на

проверку уровня нравственности обучающихся.

Для отслеживания результативности образовательного процесса диагностика может проводиться 2 раза в год. Используются следующие **этапы контроля:**

- Входной (сентябрь-октябрь)
- Итоговый (май)

2.5 Методические материалы.

Развивающие занятия с элементами тренинга:

- Ролевые игры
- арт-терапия
- сказкотерапия
- анализ психологических упражнений

Используемые методы и приемы:

1. Дискуссия
2. Психологические упражнения
3. Психотехнические игры
4. Ролевые игры
5. Информирование
6. Тестирование
7. Моделирование жизненных ситуаций

2.6. Список литературы:

1. Алиева, М.А., Я сам строю свою жизнь. [Текст] / М.А.Алиева, Т.В.Гришанович, Л.В.Лобанова и др.: под ред. Е.Г.Трошихиной. – СПб.: Речь, 2007. – 216 с. ISBN-5-9268-0019-6
2. Белановская, О.В. Психология личности: Учебное пособие[Текст] / О.В.Белановская; науч. ред. Ю.Н.Карандашев, Т.В.Сенько. – Мн.: БГПУ им. М.Танка. 2001.-226с.
3. Васильев, Н.Н. Тренинг преодоления конфликтов [Текст] / Н.Н.Васильев. – СПб.: Речь, 2007. – 174с. ISBN: 5-9268-0104-4

4. Вачков, И.В. Групповые методы в работе школьного психолога: Учебно-методическое пособие[Текст] / И.В.Вачков. – М.: «Ось-89», 2002. – 224с.

ISBN: 978-5-98534

5.Колбик, Е.Г. Первый раз в пятый класс: Программа адаптации детей к средней школе[Текст] / Е.Г.Колбик. – Москва.: Генезис, 2003, -122 с.).

6.Пахальян В. Э. Групповой психологический тренинг: Учебное пособие[Текст]/— СПб.: Санкт-Петербург, 2006. —224 с ISBN 5-469-01390-1

7. Родионов, В.А. Я и все-все-все. Тренинговые занятия по формированию социальных навыков для учащихся 5-9-х классов[Текст] / В.А.Родионов. – Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг: 2002. – 240 с.

ISBN: 5928502885

8 .Самоукина, Н.В. «Игры, в которые играют ...». Психологический практикум [Текст]/ Н.В.Самоукина. – г. Дубна, «Феникс +», 2002, - 128 с. ISBN: 5-9279-0036-4

9. Сомова, Н.П. В пятый класс – в первый раз: Пособие для родителей, специалистов службы сопровождения, психологов, педагогов школ и гимназий[Текст] / Н.П.Сомова. – Спб.: КАРО, 2001 – 308 с. ISBN 5-89815-114-1

10. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (7-8). Москва, 2018. ISBN 5-98563-013-7

Интернет источники:

1-<http://www.rastut-goda.ru/teenager/8426-igry-na-splochenie-kollektiva-dlya-podrostkov.html>

2- <https://psyliner.ru/trening-dlya-podrostkov/>

3- http://window.edu.ru/resource/949/46949/files/unity_full.pdf

4- http://pedsovet.su/ns/6353_igry_na_splochenie_kollektiva_v_nachalnoy_shkole

УМК.

Упражнения. Раздел 1 «Я и мы».

Упражнение «Прошепчи имя»

Упражнение дает возможность обучающимся поближе познакомиться друг с другом, способствовать формированию групповой сплоченности.

Скажите следующее: «Все вы стали учениками средней школы. В классе появились новые ребята. Предлагаю вам познакомиться поближе, лучше узнать друг друга. Уберите в сторону стулья, чтобы в классе было достаточно свободного места. Начните бродить по классу... При этом подходите к разным детям и шепчите им на ушко сначала свое, а затем их имя... Теперь остановитесь, пожалуйста. Когдапо моей команде вы снова начнете ходить по классу, прошепчите другому на ушко самое приятное, что случилось с вами вчера. Начали!».

Упражнение заканчивается, после того как каждый пообщается со всеми участниками.

Упражнение «Игра с мячом»

Упражнение способствует прояснению личной мотивации обучения в средней школе, осознанию своих целей.

Предложите обучающимся, передавая мяч друг другу в произвольном порядке, продолжить фразу: «Я хочу, чтобы в моем классе я...». Ответы могут быть самыми разными.

После выполнения упражнения раздайте бланки «Мои цели». Предложите им написать на своем листочке четыре главных желания или цели («Я хочу...»), учитывая свои возможности. Скажите: «Прежде чем написать, про свою цель, пусть каждый подумает про себя: "А что я могу сделать, чтобы исполнилось то, что я хочу... "».

Бланки остаются у обучающихся. В ходе работы группы, по мере Достижения своих целей, каждый будет раскрашивать радугу, изображенную на бланке и расскажет об этом на последующих занятиях.

Конспект занятия по психологии из раздела I. «Я и мы».

Тема 2. «Сплоченность группы. Закрепление правил»

Цель: Сплочение коллектива и повышение самооценки обучающихся.

Ход занятия. Погружение. Поднимите руку те, у кого сейчас хорошее настроение,

поднимите руку те, у кого сейчас плохое настроение. Поднимите руку те, кто знает, что мы сейчас будем делать. Поднимите руку те, у кого в группе есть друзья. В тренинге есть одно важное условие: задание засчитывается, если его выполнили все участники. Важно не кто лучше или быстрее, а чтобы сделали все.

Вначале вспомним притчу: В одном селе умирал глава большой семьи. Он попросил принести веник и предложил своим сыновьям сломать его. Каждый попытался, но хотя все они были сильные люди, ни одному не удалось справиться. Тогда отец попросил разрезать проволоку, связывающую веник, и предложил сыновьям сломать рассыпавшиеся прутья. Они с легкостью сделали это. Отец сказал: "Когда меня не будет, держитесь вместе, и любые испытания вам не страшны. А поодиночке вас легко сломать как эти прутья". Сегодня на тренинге мы посмотрим, насколько вам удастся действовать вместе. Начинаем.

Упражнение "Строй". Вы можете легко и быстро построиться по росту. А я попрошу вас построиться по цвету волос: от самого светлого, до самого темного: А теперь - по алфавиту, но сделать это молча. (Варианты - по цвету глаз, по дате рождения и др.).

Упражнение "Кочки". Для данного упражнения необходимы коврики (бумажные) размером 40х60 см - минимум 3, максимум 7 штук, а также платки или веревки, скотч (для фиксации ковриков на полу). Группа становится в ряд. Участникам связывают ноги (правая первого с левой второго) - получается цепочка. Задание: перейти цепочкой через комнату по "кочкам". Ребятам говорится, что перед ними болото, если кто-то вступает в болото - начинается все сначала.

Упражнение "Пирамида". Для упражнения необходим коврик размером 40х60 см (один или два). Задание: простоять на этой площади 1 минуту, не имея ни каких точек внешней опоры. После упражнения проводится обсуждение: как договаривались, что и почему не получилось.

Упражнение "Свеча доверия". Все участники становятся в круг плечо к плечу, руки согнуты в локтях, выставлены вперед. Ладони подняты вверх. Один из участников становится в центр круга. Руки опущены вдоль тела, глаза закрыты. Он расслабленно опускается на руки стоящих. Группа подхватывает его и медленно, аккуратно передает по кругу. В центре должен побывать каждый участник. После упражнения проводится обсуждение.

Упражнение "Путаница". Все участники встают в круг, и поднимают правую

руку. Теперь надо взять за руку любого из участников, кроме своего соседа. Не разжимая рук, повторить тоже левыми. Теперь все запутались в клубок. Надо распутать этот клубок, держась за руки. В заключение подводится итог тому, что происходило на тренинге.

Упражнение "Ботинки". Все садятся в круг, снимают обувь и складывают ее в центр. Перемешать и разбросать в разные концы класса. Все встают, берутся за руки. Задание: каждый должен обуться, не разжимая рук. Если круг рвется, все начинается сначала.

После упражнения задаются следующие вопросы:

Довольны ли вы тем, как выполнили упражнение, кто вам помогал?

Что вы испытали, выполняя задания?

Обобщение. Рефлексия тренинга:

Подведение итогов, развитие обобщающей рефлексии.

Обсуждается примерный план подведения итогов конкретного дня методом пяти пальцев:

М (мизинец) - мыслительный процесс: какие знания, я сегодня получил.

Б(безымянный) - близость цели: что я сегодня сделал и чего достиг.

С(средний) - состояние духа: каким было сегодня мое настроение.

У(указательный) - услуга, помощь: чем я сегодня помог другим, чем порадовал или поспособствовал.

Б (большой) - бодрость, физическая форма: каким было мое самочувствие (каждый пишет свое мнение на ватмане).

Обсуждаются различные высказывания, в которых хранится мудрость веков:

Не унывай! Унывающий обречен на неудачи.

Не бойся! Трус обречен на поражение.

Трудись! Другого пути к успеху не дано.

Думай! Думай до поступка, думай, совершив поступок, и ты научишься не совершать ошибок, накопишь опыт.

Не лги! И ты будешь иметь друзей.

Не обманывай себя. Научись смотреть на себя и свои поступки как бы со стороны, глазами других и ты многое поймешь, избежишь многих бед, добьешься уважения других людей.

Оставайся всегда и во всем самим собой, иди своим путем. В этом случае ты состоишься как личность и достигнешь желаемой цели.

Подведение итогов работы группы. Высказываются подростки (подведите для себя итог, поделитесь впечатлениями о занятиях, выскажете пожелания и

т.д.).

Конспект занятия по психологии из раздела I. «Я и мы».

Тема 4. Находим друзей.

Цели:

- способствовать формированию навыков взаимодействия в группе;
- помочь обучающимся осознать, какие качества важны в дружбе;
- повысить самооценку обучающихся.

Материалы:

- мяч (для упражнений «Что я люблю делать» и «Настоящий друг»);
- «портреты в лучах солнца» с фотографиями или автопортретами детей;
- плакаты, на которых крупно написаны пословицы и поговорки о дружбе (для оформления помещения).

Приветствие

Разминка

Упражнение «Что я люблю делать»

Скажите следующее: *«В школе мы все собираемся вместе, здесь нас ждут друзья, учителя. Каждый из вас — интересная личность, достойная уважения, каждый вносит собственный вклад в наши отношения, в дела класса.*

Передавая мяч друг другу, назовите свое имя и скажет о том, что каждый из вас любит делать и что у вас хорошо получается. Можно также сказать о том, чему вы могли бы обучить других ребят».

После того как все участники выскажутся, они могут сказать друг другу о том, чему каждый из них хотел бы научиться у других.

Работа по теме занятия

Упражнение «Найди меня»

Соберите и развесьте на школьной доске принесенные детьми «солнышки» с фотографиями. Попросите детей определить, кто есть кто. Выберите любую фотографию, и пусть каждый участник даст свой вариант ответа. После этого изображенный на фотографии называет себя. Затем по очереди покажите остальные фотографии. В конце упражнения обучающиеся подписывают свои «солнышки».

Упражнение «Настоящий друг»

Это упражнение поможет осознать, какие качества ценятся в дружбе.

Скажите следующее: *«Каждый человек в течение своей жизни приобретает и теряет друзей. Дружба доставляет много радости, но иногда она может приносить страдания.*

Дружеские отношения постоянно меняются по мере того как растем и меняемся мы сами, появляются новые друзья, иногда исчезают старые. Друзей не бывает много; хотя отношения могут быть добрыми и теплыми со всеми одноклассниками, лишь некоторым мы доверяем свои проблемы и переживания».

Попросите каждого обучающегося, передавая мяч другому, закончить предложение: «Друг — это тот, кто...». Выпишите на доску качества, которые предлагают обучающиеся, и спросите, почему они считают важными именно эти качества.

Попросите желающих рассказать о своем настоящем друге и представить его группе, например:

Привет! Я бы хотел познакомить вас со своим другом — Светланой. Она наша соседка, и я знаю ее очень давно. Она готовит самое лучшее печенье в мире и приглашает меня в гости. Мы с ней много разговариваем, а еще ходим вместе гулять. Она очень добрая и веселая.

Дискуссия на тему занятия

1. Как вы думаете, что важнее всего в дружбе?
2. Если бы твой лучший друг (подруга) сказал о том, ему (ей) больше всего в тебе нравится, как ты думаешь, что именно он сказал бы?
2. А если бы этот человек захотел сказать о том, что ему не нравится в тебе, как ты думаешь, о чем он сказал бы?
3. Что мешает дружбе?
3. Каким образом дружба может изменяться в зависимости от времени, при различных обстоятельствах?
4. Как можно познакомиться с новыми детьми и улучшить отношения с давними друзьями?

Эта тема особенно актуальна для классов, где дети находятся в конкурентных отношениях (например, для гимназических классов, в которые дети попадают в результате жесткого отбора). В таких случаях дети обычно борются за внимание со стороны учителя, за оценку. Соперничество друг с другом, особенно в учебной деятельности, приводит к обидам, ссорам, вспышкам гнева. В таких классах следует уделять особое внимание формированию навыков взаимодействия, развитию способности понимать себя и другого.

Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»

Это упражнение поможет обучающимся научиться принимать другого человека и находить в нем положительные качества.

Попросите взять свои «портреты в лучах солнца»: и написать на двух-трех лучиках солнышка свои достоинства и положительные качества. После этого попросите их передать свои портреты соседу слева. Он, а затем и каждый последующий в круге, должен дополнить

список хороших качеств изображенного на фотографии ученика, записывая эти качества на оставшихся лучиках.

Необходимо учесть, что сильные стороны в другом обучающимся дети находят быстро, иногда труднее обстоит дело с поиском собственных достоинств. Бывает, что обучающиеся пишут что-то обидное, в этом случае следует еще раз напомнить инструкцию и оказать поддержку, на портрете которого появилась задевающая надпись. Поскольку обучающиеся пишут медленно, следует отвести на выполнение этого упражнения достаточно времени.

Обсуждение итогов занятия

Обсудите действия и чувства всей группы. Пусть участники скажут о том, что им понравилось, что удивило, обрадовало на занятии, что получилось, чем довольны, какие вопросы остались неразрешенными.