

Министерство образования Кировской области
Кировское областное государственное образовательное автономное учреждение
дополнительного образования «Центр технического творчества»
структурное подразделение «Детский технопарк «Кванториум» в г. Кирове»

Рассмотрено на заседании
педагогического совета,
протокол № 6 от 30.05.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказ № 140 от 30.05.2023 г.
Директор



Дополнительная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности по психологии
«Я ВЫБИРАЮ СЕБЯ»
Вводный и базовый уровень

Возраст детей: 12-17 лет
Срок реализации:
Вводный уровень – 72 часа;
Базовый уровень – 72 часа

Составитель:
Казакова Евгения
Владимировна,
педагог-организатор

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Подростковый возраст является одним из самых спорных и непростых периодов взросления человека. Современные психологи отмечают, что сейчас границы подросткового возраста достаточно размыты и имеют довольно высокую верхнюю границу. Многие ученые приходят к мнению, что поздний подростковый период может длиться до 24 лет, именно к этому возрасту у людей формируется устойчивая эмоциональная зрелость, суждения и самооценка. И чем раньше человек начнёт приходить к осознанному взаимодействию с социумом и самим собой, тем проще ему будет выстраивать эффективное взаимодействие в дальнейшем.

Современная среда перегружена технологиями, а также процессами, в которых подросток принимает участие каждый день. С одной стороны это повышает продуктивность подростков, с другой закрывает его от общества и увеличивает нагрузку на нервную систему. Таким образом, возрастает необходимость регулирования их ментального здоровья.

Когда вы приобретаете какой-либо прибор, вы как минимум должны знать куда нажать, что бы прибор заработал. И вы тщательно изучаете инструкцию. По ходу изучения вы обнаруживаете, что у прибора есть ещё много опций. Так и в жизни, изучая психологию человек начинает лучше понимать себя, происходящие с ним события и как можно управлять своей жизнью.

Дополнительная общеразвивающая программа «Я выбираю себя» (далее – программа) относится к программам социально-гуманитарной направленности, предусматривает формирование у учащихся навыка самоанализа, рефлексии, а также понимания основных коммуникативных процессов и аспектов личности. На занятиях учащиеся получают знания не только в области теоретических основ психологии, но также смогут интерактивно взаимодействовать друг с другом, выполняя практические задания, пройдут ряд тестов на самопознание и ответят на интересующие их вопросы в ходе групповой работы. Специальной подготовки или знаний по данной программе не требуется.

Данная программа разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» *(с изменениями и дополнениями от 28 февраля 2023 года)*;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

- Распоряжение правительства РФ от 29 мая 2015 г. №996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в РФ до 2025 года»;
- Распоряжение Правительства Кировской области от 28.04.2021 N 76 "Об утверждении Стратегии социально-экономического развития Кировской области на период до 2035 года";
- Постановление Правительства Кировской области №754-П от 30 декабря 2019 г. «Об утверждении государственной программы Кировской области «Развитие образования» *(с изменениями на 29 марта 2023 года)*;
- Устав, Лицензия на образовательную деятельность, нормативные документы и локальные акты Кировского областного государственного образовательного автономного учреждения дополнительного образования «Центр технического творчества».

Новизна программы заключается в построении единой системы групповых занятий, которая помогает подростку более детально познать себя, а также разобраться в социальной составляющей его жизнедеятельности. Программа основана на тренинговых занятиях, включающих интерактивные лекции, дискуссии и множество практических упражнений для отработки тех или иных навыков. Ее ключевая идея – дать подросткам пространство для углубления знаний о себе и обществе, в котором они находятся. Таким образом, данная программа является неким помощником в становлении мировоззрения учащихся.

Актуальность программы подтверждена тем, что ведущим видом деятельности в подростковом возрасте является интимно-личностное общение, поэтому самопознание и овладение навыками гармоничного межличностного общения являются важнейшими условиями личностного развития подростков. Эти обстоятельства обуславливают актуальность и педагогическую целесообразность данной программы.

Длительность программы составляет 72 часа. Сроки обучения соответствуют учебному плану.

Цель программы — привлечение обучающихся к процессу самопознания, формирование представления о многообразии личностных аспектов и важности развития коммуникативных навыков, взаимодействия с социумом для гармоничного развития. Исходя из цели, решаются следующие задачи:

Обучающие:

- формирование навыков самоанализа;
- обучение приёмам самооценки;
- обучение навыкам эффективного общения;
- формирование навыков регуляции эмоционального состояния.

Развивающие:

- развитие коммуникативных навыков;
- развитие ассоциативного и образного мышления;
- развитие навыка эмпатии и рефлексии.

Воспитательные:

- формирование нравственных качеств (толерантность, забота, уважение и т.д.)
- создание условий для нравственного совершенствования личности;
- формирование общих представлений о личности и обществе;
- формирование чувства общности и взаимопомощи.

Отличительной особенностью программы от уже существующих образовательных программ является то, что подростки имеют возможность самостоятельно анализировать свою деятельность, опираясь на изученный теоретический и практический материал. Тем самым, программа будет способствовать личностному росту подростков.

Программа ориентирована на дополнительное образование учащихся 12-17 лет.

Срок реализации: вводный уровень - девять месяцев, общее количество часов — 72 часа (1 раз в неделю по 2 академических часа с переменной 10 минут), базовый уровень - девять месяцев, общее количество часов — 72 часа (1 раз в неделю по 2 академических часа с переменной 10 минут).

Обучение имеет ярко выраженный практический характер, в основе методики обучения лежат проективный и тренинговый методы, игровые технологии, рефлексивные техники, направленные на абстрактное и образное мышление.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ВВОДНОГО УРОВНЯ

№ п/п	Название разделов	Количество часов			Формы контроля, аттестации
		всего	теория	практика	
1.	Введение, знакомство	4	1	3	Индивидуальн ые задания, собеседование
2.	Личность: понятие, структура и свойства, типы и характеристики	8	4	4	Наблюдение, тестирование, собеседование
3.	Эмоции и чувства. Эмоциональный интеллект	6	3	3	Наблюдение, собеседование
4.	Самооценка	4	2	2	Наблюдение, тестирование, собеседование
5.	Самоорганизация: цели, тайм-менеджмент	4	2	2	Наблюдение, творческие работы, собеседование
6.	Сила воли, мотивация	4	2	2	Наблюдение, участие в социальных акциях, собеседование
7.	Самоанализ, промежуточные итоги	4	2	2	Собеседование, творческие работы
8.	Общение, социальные группы, конфликты	8	3	5	Наблюдение, собеседование, практические задания (тренинги)
9.	Социальные отношения	8	3	5	Наблюдение, собеседование
10.	Игра как инструмент общения	6	2	4	Игры, практические задания (тренинги)
11.	Что такое проект?	4	2	2	Собеседование, практические задания

12.	Работа над проектом по созданию «Я» - образа подростка	8	3	5	Наблюдение, практические задания, собеседование
13.	Презентация проекта «Я» - образа подростка», итоговое занятие	4	1	3	Защита проектов, творческих работ
	Итого:	72	30	42	

СОДЕРЖАНИЕ ВВОДНОГО УРОВНЯ

1. Введение, знакомство

Теория

- Знакомство с тематикой курса, основными понятиями, предъявление правил курса

Практика

- Игры на знакомство, запоминание имён, заполнение карточки знакомства «Кто Я?»
- Игры на выявление интересов «10 свойств» «Часики», «3 факта», создание конвенции группы
- Тренинговое занятие на сплочение и доверие внутри коллектива (упражнения «Карандаши», «Вавилонская башня», «Маятник», «Креативное рисование» и т.п.)

2. Личность: понятие, структура и свойства, типы и характеристики

Теория

- Понятие индивид, индивидуальность, личность и её свойства
- Типы, характеристики личности
- Факторы формирования личности
- Расстройства личности

Практика

- Анализ графологической структуры личности подростка, дискуссия «Что значит – быть личностью?»
- Тестирование на определение типа и характеристик личности (личностный опросник Айзенка, соционика)
- Практика самосознания личности, упражнение «Многогранный образ Я», упражнение "Три имени"
- Упражнение «Вопросы к самому себе»

3. Эмоции и чувства. Эмоциональный интеллект

Теория

- Значение эмоций и чувств, приемлемые способы выражения
- Эмоциональный интеллект
- Настроение и его влияние на человека

Практика

- Практика распознавания эмоций, отработка навыка эмпатии
- Отработка навыков выражения эмоций и чувств, тренинг «Ручеек глаз»
- Дыхательные и телесные техники выражения эмоций, язык жестов

4. Самооценка

Теория

- Самооценка: уровень, формирование

- Коррекция самооценки, работа с личностным уровнем самооценки

Практика

- Определение с помощью теста уровня самооценки, упражнение «Я - сам» на понимание уровня оценки себя
- Аффирмации и другие способы работы с самооценкой

5. Самоорганизация: цели, тайм-менеджмент

Теория

- Основы самоорганизации и распределения времени
- Технологии постановки цели, работа с личной целью

Практика

- Практическая работа над организацией личного расписания, упражнения на ощущение времени, ведение планера
- Постановка целей по технологии SMART, работа с целями и желаниями подростков

8. Сила воли, мотивация

Теория

- Понятия силы воли и мотивации, различия и сходства
- Просмотр мотивационных роликов

Практика

- Работа с самомотивацией, техники и правила мотивационной работы, упражнения-поглаживания
- Открытый диалог «Борьба за себя»

7. Самоанализ, промежуточные итоги

Теория

- Самоанализ – определение, суть и возможности
- Обобщение пройденного материала, закрепление основных моментов

Практика

- Самодиагностика с помощью тестирований по Модели DISC, индикатору типов личности по методике Майерс – Бриггс
- Закрепление полученных знаний путём групповой работы, упражнение «Обратная связь «360-градусов», упражнение «Три фотографии»

8. Общение, социальные группы, конфликты

Теория

- Понятие и виды общения
- Социальные группы: разновидности, признаки
- Психология конфликта, структура, способы решения

Практика

- Практика навыков снятия барьеров при общении, игра «Экивоки»
- Проработка навыков общения внутри различных социальных групп

- Тренинговое упражнение «Донорское сердце»
- Формирование навыков эффективного общения, упражнение «Джеффа»
- Практика по решения конфликтных ситуаций

9. Социальные отношения

Теория

- Социальные отношения: понятие и виды
- Социальный контакт и социальные взаимоотношения
- Травля, агрессия и другие социальные конфликты

Практика

- Игровое занятие «Школа социальных отношений»
- Нетворкинг как инструмент налаживания социальных связей
- Тренинговое упражнение «Я и мои социальные роли»
- Отработка навыка принятия других людей, чувства толерантности
- Дискуссия «Человек – самая высшая ценность»

10. Игра как инструмент общения

Теория

- Игротехника как возможность развития личности
- Игры, в которые играют люди

Практика

- Коммуникативный тренинг «Следуй слову»
- «Имаджинариум» как проверка воображения
- Ролевая психологическая игра «Мафия»
- Ролевая психологическая игра «Вирус»

11. Что такое проект?

Теория

- Основы проектной работы, что такое проект
- Проектная команда

Практика

- Выполнение заданий по алгоритму создания проекта
- Распределение командных ролей, работа над задачами проекта

12. Работа над проектом по созданию «Я» - образа подростка

Теория

- Знакомство с понятием «Карта желаний», визуализация
- Разбор жизненных сфер и целей по сферам
- Дизайн оформление «Карты желаний»

Практика

- Постановка целей и желаний по сферам для дальнейшей работы с картой
- Подбор материалов и описание «Карты желаний»

- Работа с оформлением «Карты желаний» подростка
- Работа с оформлением «Карты желаний» подростка
- Подготовка к презентации готовой «Карты желаний»

13. Презентация проекта «Я» - образ подростка», итоговое занятие *Теория*

- Подведение общих итогов курса

Практика

- Презентация «Карт желаний» каждого подростка
- Презентация «Карт желаний» каждого подростка
- Итоговый сбор, обратная связь

В процессе вводного уровня будут реализованы такие тренинги и игры, как:

1. **«Упражнение Джеффа».** Тренинговое упражнение направлено на умение отстаивать свою точку зрения, оценивать ситуации и приходить к компромиссам в ходе взаимодействия с другими людьми.
2. **«Донорское сердце».** Тренинговое занятие представляет собой легенду, в которой нужно выбрать одного человека из нескольких вариантов, который получит одно единственное сердце донора. Занятие направлено на нравственные качества подростков, показывает критическую сторону их мышления, а также помогает сформировать толерантное поле для взаимодействия.
3. **«Ручеек глаз».** Тренинг направлен на умение выражать эмоции и чувства не используя слова, то есть невербальными средствами. Это занятие способствует развитию эмпатии.
4. **Ролевая психологическая игра «Вирус».** Игра направлена на развитие навыка слушания и грамотной коммуникации, а также решения сложных психологических задач, помогает раскрыть личностные аспекты в ходе коммуникации, а также имеет выраженный социально-педагогический элемент.
5. **Ролевая психологическая игра «Мафия».** Представляет собой психологическую командную пошаговую ролевую игру. В ней присутствует детективный сюжет, и игроки пытаются выяснить, кто из них является организованным меньшинством, т.е. мафией, а кто неорганизованным большинством, т.е. мирными гражданами. Знакомит с понятием социальных ролей, учит считывать эмоции и состояния друг друга.
6. **Коммуникативный тренинг «Следуй слову».** Тренинг состоит из серии упражнений, направленных на развитие коммуникативных навыков, проработки доверия и взаимодействия между участниками курса, а также становления их как единой команды со своими целями и ценностями.

7. **Тренинговое упражнение «Я и мои социальные роли».** Упражнение направлено на осознание себя в обществе и тех функций, которые выполняет человек в ходе социального взаимодействия. Оно позволит разобраться в пуле социальных ролей, которые используют подростки в своей жизни. Также упражнение помогает найти своё место в обществе.

Ожидаемые результаты вводного уровня программы

Предметные результаты:

У учащихся будут сформированы:

- базовые навыки самоанализа;
- знания о регулировании эмоционального состояния;
- умения осуществлять самооценку личности;
- умения применять игры для аналитической деятельности;
- знания о способах эффективного взаимодействия с социумом.

Метапредметные результаты:

У учащихся сформированы действия:

- формулировать запросы относительно жизненных трудностей;
- включаться в командную работу, проявлять инициативу при работе в команде;
- планировать свои действия и расписание;
- осуществлять анализ, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- анализировать свои эмоциональные состояния.

Личностные результаты:

У учащихся будут сформированы:

- умения вести диалог со сверстниками и взрослыми;
- навыки регуляции эмоционального состояния;
- знания о различных аспектах личности и возможностях работы с ними;
- навыки работы с проектом и личными целями;
- толерантность (сотрудничество на основе общего коллективного творчества).

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН БАЗОВОГО УРОВНЯ

№ п/п	Название разделов	Количество часов			Формы контроля/аттеста ции
		всего	теория	практи ка	
1.	Вводное занятие, повторение пройденного материала	4	1	3	Индивидуальны е задания, собеседование
2.	Командообразование	4	1	3	Наблюдение, собеседование, практические задания (тренинги)
3.	Техники самоанализа, работа с установками	8	3	5	Практические задания (тренинги), собеседование
4.	Мировоззрение: виды и формы	4	2	2	Наблюдение, собеседование
5.	Смысл жизни как философская проблема	4	1	3	Наблюдение, собеседование
6.	Профессиональная ориентация	8	3	5	Собеседование, тестирование
7.	Промежуточные итоги, тестирование	4	1	3	Собеседование, тестирование
8.	Общественные нормы, мораль и право	6	3	3	Наблюдение, собеседование
9.	Нравственность, толерантность	6	2	4	Наблюдение, собеседование, практические задания (тренинги)
10.	Добровольчество, волонтерство	6	2	4	Собеседование, участие в социальных акциях
11.	Социальные проекты и акции	6	3	3	Собеседование, участие в социальных акциях
12.	Подготовка социальных проектов	8	2	6	Творческие работы, проекты, собеседование

13.	Подведение итогов, защита проектов	4	2	2	Защита творческих работ, проектов
	Итого:	72	26	46	

СОДЕРЖАНИЕ БАЗОВОГО УРОВНЯ

1. Вводное занятие, повторение пройденного материала

Теория

- Закрепление изученного на 1 году обучения материала, знакомство с темами базового уровня

Практика

- Игры на знакомство, взаимодействие и выявление интересов подростков
- Практика самопознания «Кто я?», «Письмо в будущее»
- Постановка целей на курс, определение индивидуального маршрута подростков

2. Командообразование

Теория

- Что такое команда и как складывается командная работа

Практика

- Распределение ролей в команде, решение командных задач
- Упражнения на командообразование «Волшебная лампа», «7 факторов», «Одеяло», «Джойстик» и другие...
- Упражнения на командообразование «Вавилонская башня», «Хорошие и плохие поступки», «Дигикон» и другие...

3. Техники самоанализа, работа с установками

Теория

- Самоанализ как важный аспект развития
- Работа с негативными жизненными установками
- Осознанность как стиль жизни

Практика

- Дневниковые практики: какие бывают дневники, обращение к самому себе, формирование привычки
- Проработка негативных установок с помощью специального упражнения «Замена негативных установок»
- Работа с позитивными установками – аффирмации, визуализация, мотивация на успех
- Практики осознанного поведения
- Кинопросмотр мультфильма «Душа» с последующим обсуждением

4. Мировоззрение: виды и формы

Теория

- Точка зрения или мировоззрение?
- Мировоззрение: мифология, религия, философия

Практика

- Упражнения на анализ мировоззрения человека, методика «Байтерек»

- 8 шагов к изменению картины мира: фокус на позитивное мироощущение

5. Смысл жизни как философская проблема

Теория

- Смысл жизни или «зачем мы живём?»

Практика

- 5 упражнений которые помогут найти смысл жизни
- Дискуссионный клуб «Философия жизни»
- Работа с ценностными потоками, пирамида жизненных ценностей

6. Профессиональная ориентация

Теория

- Профориентация: взгляд в будущее!
- Знакомство с Атласом новых профессий
- Ошибки при выборе профессии

Практика

- Круглый стол «Профессия и призвание»
- Профориентационное тестирование
- Упражнения на знакомство с различными профессиями «Детективы», «Профессия на букву», игра «5 шагов»
- Профориентационные игры «Автопортрет», «Аукцион ценностей», «Кто-есть кто?»
- Деловая игра «Кадровый вопрос»

7. Промежуточные итоги, тестирование

Теория

- Подведение промежуточных итогов курса

Практика

- Тестирование по пройденным темам
- Заполнение карточки «Личные достижения»
- Тематический огонёк

8. Общественные нормы, мораль и право

Теория

- Общественные нормы: поведение в социуме
- Мораль и право
- Обычаи, ритуалы, традиции

Практика

- Отработка стратегий социального поведения
- Игра решения моральных дилемм "Философия жизни: уроки выживания"

- Игра решения моральных дилемм "Философия жизни: уроки выживания"

9. Нравственность, толерантность

Теория

- Нравственность, этическая сторона вопроса
- Толерантность – путь к принятию

Практика

- Основные качества и правила нравственного поведения
- Дискуссионный клуб «Безнравственность – проблема XXI века»
- Тренинг для подростков «Будь толерантным»
- 5 упражнений для развития толерантности

10. Добровольчество, волонтерство

Теория

- Кто такой доброволец?
- Волонтерские движения – как это работает

Практика

- Знакомство с добровольческими и волонтерскими проектами области
- Тренинг «Что значит быть волонтером?»
- Как стать волонтером, что даёт волонтерство для личности
- Акция «Добрые дела прямо сейчас»

11. Социальные проекты и акции

Теория

- Социальный проект – для чего они существуют?
- Виды социальных проектов, социальные акции
- Как создать свой социальный проект

Практика

- Обзор и разбор примеров успешных социальных проектов
- Практикум «От идеи к делу»
- Проработка идей социальных акций и флешмобов

12. Подготовка социальных проектов

Теория

- Этапы и роли в социальном проектировании
- Основные аспекты подготовки социальных проектов

Практика

- Выбор темы проекта распределение ролей внутри проектных команд
- Поиск ресурсов, а также решений для проекта
- Подготовка к реализации проекта

- Подготовка к реализации проекта
- Реализация социальных проектов
- Реализация социальных проектов

13. Подведение итогов, защита проектов

Теория

- Подготовка к защите реализованных проектов
- Подведение итогов курса, награждение

Практика

- Итоговая защита социальных проектов
- Заполнение итоговой анкеты по курсу, итоговый сбор

В процессе базового уровня будут реализованы такие тренинги, как:

1. **«Психологическая игра «Дигикон»** - упражнение направлено на развитие коммуникативных навыков, развитие умения выходить из сложной ситуации. Вы все являетесь героями научно-фантастического рассказа. Одни - пришельцы из космоса, а другие - роботы. Земляне заключили всех пришельцев в тюрьму и заперли в камеры. Выполняя задания, подростки учатся коммуникации и пониманию друг друга.
2. **«Методика формирования мировоззрения и тренировки мыслительной системы «Байтерек»** — это большой комплекс методик, который охватывает все известные на сегодня виды мыслительной деятельности человека, которые человек способен выполнять в любой из существующих сегодня мировоззренческих систем.
3. **«Профориентационные игры «Автопортрет», «Аукцион ценностей», «Кто-есть кто?»** Игры помогают подросткам раскрыть свои профессиональные интересы
4. **Тренинг «Что значит быть волонтером?»** - тренинг наполнен рядом упражнений, раскрывающих сущность волонтерской деятельности, демонстрирует разные ситуации, в которых могут оказаться подростки, где так или иначе нужно проявлять добровольческие качества.
5. **Практикум «От идеи к делу»** - практическая технология создания продукта из возникшей идеи. Прохождение полного цикла подготовки.

Ожидаемые результаты базового уровня программы

Предметные результаты:

У учащихся будут сформированы:

- навыки эффективного самоанализа и оценки своего мировоззрения;
- навыки социального проектирования и групповой работы;
- знания о профессиях и возможностях самореализации в данной сфере;
- знания о общественных нормах, нравственном поведении;
- умения вести волонтерскую деятельность и создавать социальные проекты.

Метапредметные результаты:

У учащихся сформированы действия:

- включения в командную работу, проявление инициативы при работе в команде;
- осуществлять анализ, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;
- реализовывать навыки ответственного и осознанного поведения в социальной сфере и по отношению к себе;
- умение проектировать и создавать новые продукты под имеющиеся условия.

Личностные результаты:

У учащихся будут сформированы:

- умения вести диалог со сверстниками и взрослыми;
- знания о философских понятиях смысла жизни, мировоззрения и осознанное к ним отношение;
- основы альтруистического поведения, основанного на принципах заботы об окружающем мире и других людях;
- нравственные качества и толерантность к окружающим людям.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Методы обучения – это взаимосвязанные способы целенаправленной деятельности учителя и учащихся. Под методами обучения понимают последовательное чередование способов взаимодействия учителя и учащихся, направленных на достижение определенной дидактической цели.

В ходе реализации программы используются следующие методы:

- объяснительно-иллюстративные (рассказ, лекция, беседа, демонстрация и т.д.);
- репродуктивные (решение ситуаций, повторение приёмов и т.д.);
- проблемные (проблемные задачи, тренинговые упражнения, т.д.);
- частично-поисковые – эвристические (мозговой штурм, метод фокальных объектов).

Очень редко какой-либо один метод обучения используется в чистом виде. Обычно сочетаются различные методы обучения.

Занятия строятся с учётом индивидуальных особенностей учащихся, что позволяет заинтересовать, увлечь каждого ребёнка, раскрыть его творческие способности.

При изучении тем программа предусматривает использование фронтальной, индивидуальной и групповой **формы учебной работы** учащихся:

- фронтальная форма - для изучения нового материала, информация подаётся всей группе из 10-14 человек;
- индивидуальная форма - самостоятельная работа учащихся, педагог может направлять процесс в нужную сторону;
- групповая форма помогает педагогу, сплотить группу общим делом, способствует качественному выполнению задания, для реализации деятельности в малых группах (3-5 человека).

Формы занятий на каждом этапе образовательного процесса:

- на этапе изучения нового материала – лекция, объяснение, рассказ, демонстрация, игра;
- на этапе практической деятельности - беседа, дискуссия, практическая работа;
- на этапе освоения навыков – творческое задание;
- на этапе проверки полученных знаний – публичное выступление с демонстрацией результатов работы, дискуссия, рефлексия.

Материально-техническое обеспечение

Наименование	Количество
Флипчарт	1

Стулья с пюпитром	20
Пуфы	20
Листы для флипчарта	40
Настольная игра «Экивоки»	1
Листы А4	200
Листы А3	20
Фломастеры, цветные карандаши	20

Компьютерное и презентационное оборудование, программное обеспечение

Наименование	Количество
Источники бесперебойного питания	14
МФУ цветной лазерный А4	1
Высокопроизводительная графическая станция с предустановленной ОС	14
Интерактивная панель	1
Ноутбук	1
Монитор	14
Колонки	1
Микшер	1
Презентер	1

Формы и виды контроля/аттестации

Виды контроля:

- *Входной контроль.* Проводится для определения первоначального уровня знаний, умений и навыков учащегося, его сильных и слабых сторон.

Формы: индивидуальные задания, собеседование, игра.

- *Текущий контроль.* Проводится по пройденным темам, разделам программы. Нацелен на отслеживание динамики освоения предметного содержания программы учащимися, метапредметных результатов, личностного развития и взаимоотношений в коллективе.

Формы: собеседование, тестирование, практические задания, наблюдение.

Промежуточная аттестация. Проводится один раз в год по итогам освоения программы/модуля программы, нацелена на проверку освоения программы учащимися, учет изменений качеств личности каждого учащегося.

Основными формами промежуточной аттестации являются защита творческих работ и проектов.

По итогам полного изучения программы проводится диагностика результативности освоения программы учащимися с целью определения степени освоения программы каждым ребёнком. В основе диагностики лежат

оцениваемые параметры, результативность освоения программы делится на 3 уровня, выражающимися определённым количеством баллов: низкий - 1 балл, средний - 3 балла, высокий - 5 баллов (Приложение 1)

Для проведения педагогического мониторинга по окончании освоения учащимися содержания программы разработаны оценочные и методические материалы.

В программе используются следующие формы оценочных материалов: критерии защиты проектов, творческих работ.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для педагога

1. Барсукова, О.В. Психология личности: определения, схемы, таблицы / О.В. Барсукова, Т.В. Павлова, Ю.А. Тушнова. - Рн/Д: Феникс, 2019. - 240 с.
2. Пикулева, О.А. Психология самопрезентации личности: Монография / О.А. Пикулева. - М.: Инфра-М, 2017. - 400 с.
3. Столярченко, Л.Д. Психология личности: учебное пособие / Л.Д. Столярченко. - Рн/Д: Феникс, 2017. - 396 с.
4. Ефимова, Н.С. Психология общения. Практикум по психологии: Учебное пособие / Н.С. Ефимова. - М.: Форум, 2018. - 288 с.
5. Лаундес, Л. Как говорить с кем угодно и о чем угодно. Психология успешного общения. Технологии эффективных коммуникаций / Л. Лаундес. - М.: Добрая книга, 2016. - 384 с.
6. Баксанский, О.Е. Современная психология: теоретические подходы и методологические основания: Аффективная сфера личности и психология общения / О.Е. Баксанский, В.М. Самойлова. - М.: КД Либроком, 2018. - 368 с.
7. Экман, П., Психология эмоций. Я знаю, что ты чувствуешь / П. Экман. – СПб.: Питер, 2015. – 333 с.
8. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2001. – 752 с.
9. Зеер Э.Ф. Психология профессионального самоопределения в ранней юности. - МПСИ, 2008. – 345 с.
10. Климова Е.К. Психология успеха. Тренинг личностного и профессионального развития: учебно-методическое пособие — Спб: Речь, 2013. – 412 с.
11. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы). - М.: ВАКО, 2005. - 288 с.
12. Франкл В. Человек в поисках смысла. - М. 1990. – 274 с.
13. Тюшев Ю. Выбор профессии: тренинг для подростков. – Спб.- 2006. – 58 с.
14. Красавина Е. В. Мотивационные аспекты участия молодежи в волонтерской деятельности / Е. В. Красавина, Н. И. Горлова // Инновационное развитие: потенциал науки и современного образования: сб. ст. Междунар. науч.-практ. конф. – Пенза, 2018. – Ч. 3. – С. 224-227.
15. Главник А., Романова О., Друженко Т. Волонтерство в социальной работе / 2006. - 92 с.
16. Сбитнева В. Б. Развитие лидерских качеств подростков в детском общественном объединении / В. Б. Сбитнева // Доп. образование и воспитание. – 2006. – № 9. – С. 37–40.
17. Социальное проектирование: реком. по оформ., оценке эффективности и ресурсному обеспечению соц. проектов / [сост. О. Б. Коновалова, Ж.

- В. Рыжова]. – Н. Новгород: Пед. технологии, 2004. – 95 с.
18. Талашова В. Мир станет лучше / В. Талашова, Н. Никандрова // Граждановедение : прил. к «Учит. газ.». – 2006. – 20 апр. (№ 16). – С. 3.
 19. Буйлова Л. Социальное проектирование в дополнительном образовании детей / Л. Буйлова // Соц. педагогика. – 2006. – № 4. – С. 35–46.
 20. Мирошкина М. Учимся создавать социально значимые проекты / М. Мирошкина, Е. Варанкина // Нар. образование. – 2006. – № 3. – С. 141–144; Воспитат. работа в shk. – 2006. – № 2. – С. 95–99.

Литература для детей

1. Наталия Кедрова «Азбука эмоций»
2. Владислав Яровицкий «Мой первый учебник по психологии: Книга для подростка»
3. Светлана Ермакова, Леонид Жаров «Как жить когда тебе двенадцать?»
4. Эндрю Мэтьюз «Прорвемся! Как справиться с проблемами»
5. Шон Кови «7 навыков высокоэффективных тинейджеров»
6. Еланская А. «Секреты твоего успеха. Этикет и искусство общения: энциклопедия»
7. Антонова Н., Жаббаров Т., Лобазникова Н. и др. «ОК, что дальше?! Как превратить мечту в профессию»
8. Лебединцева Л. А. «Социология профессий»
9. Столяренко Л. Д. «Детская психодиагностика и профориентация»
10. Харпер Ли, «Убить пересмешника»
11. Уильям Голлдинг «Повелитель мух»
12. Лео Борманс «Книга про счастье»

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Диагностика результативности освоения программы социально-гуманитарной направленности по психологии «Я выбираю себя», вводный модуль

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Число баллов	Методы диагностики
Предметные результаты				
Теоретическая часть				
Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие теоретических знаний учащегося программным требованиям	Учащийся демонстрирует знание теории, но не применяет эти знания в практической деятельности	1	Наблюдение, тестирование, индивидуальные задания, собеседование
		Учащийся демонстрирует знание теории, применяет эти знания в практической деятельности	5	
		Учащийся демонстрирует знание теоретических фактов, применяет эти знание в практической деятельности, в незнакомых условиях	10	
Владение специальной терминологией по тематике программы	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	Учащийся знает отдельные специальные термины, но избегает их употреблять	1	Наблюдение, собеседование
		Учащийся сочетает специальную терминологию с бытовой	5	
		Учащийся специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием	10	
Практическая часть				
Применение практических знаний и навыков,	Применение полученных умений и навыков в реальной жизни	Учащийся практически не применяет полученные знания, применение ситуативно и не осознается в процессе	1	Наблюдение, практические задания (тренинги), работа над

предусмотренных программой		Учащийся применяет полученные знания на практике ситуативно, периодически обращаются за помощью к педагогу	5	творческими работами, проектами, собеседование
		Учащийся самостоятельно и осознанно применяет в реальной жизни умения и навыки, предусмотренные программой без особого труда	10	
Умение осуществлять самооценку личности	Применение тестовых систем для оценки своих личностных особенностей и самоанализа на их основе	Учащийся не осуществляет самооценку личности без помощи педагога, не умеет интерпретировать результаты тестирования	1	Тестирование (тест Айзенка, Соционика и другие), собеседование
		Учащийся обращается за уточнениями при интерпретации тестовых материалов	5	
		Учащийся умеет самостоятельно организовывать свою самооценку и интерпретировать результаты тестирования	10	
Метапредметные результаты				
Учебно-организационная часть				
Планирование своей жизнедеятельности	Владение навыками тайм-менеджмента и эффективного распределения жизненной энергии	Не владеет навыками распределения времени и энергии, обращается за помощью в составлении и планировании расписания, опаздывает	1	Наблюдение, работа над творческими работами, проектами
		Имеет хорошие навыки тайм-менеджмента, но не всегда регулирует их, а также периодически теряет энергетический ресурс	5	
		Ведёт грамотный тайм-менеджмент, приходит вовремя, выстраивает свою жизнь так, что жизненная энергия существует в балансе	10	
Анализ результатов своей деятельности	Умение анализировать и корректировать свои действия	Учащийся не может самостоятельно анализировать и корректировать свои действия	1	Собеседование, защита творческих работ, проектов
		Учащийся учится анализировать и корректировать своё поведение, зачастую обращаясь за помощью к педагогу	5	
		Учащийся самостоятельно анализирует и корректирует своё поведение и действия	10	
Учебно-коммуникативная часть				

Умение формулировать запросы под жизненные ситуации	Способность формулировать запросы относительно возникающих затруднений, открытость в диалоге с педагогом и другими детьми	Не может формулировать запросы относительно затруднений, конфликтов и других жизненных ситуаций, реагирует только на вопросы от педагога	1	Наблюдение, собеседование
		Способен сформулировать запрос относительно проблемных тем, но только с подачи педагога или после того, как на это обратили внимание сверстники	5	
		Самостоятельно формулирует запросы относительно жизненных ситуаций, обращается за помощью по мере необходимости	10	
Учебно-социальная часть				
Умение работать в команде	Способность выполнять совместные задачи, проявление инициативы при групповой работе	Интерес к командной работе выражен слабо, чаще всего игнорирует или с неохотой относится к командной работе	1	Наблюдение, собеседование
		Интересуется командными задачами, но проявляет инициативу только с подачи кого-то со стороны	5	
		Выполняет совместные групповые задачи, проявляет инициативу в работе коллектива	10	
Личностные результаты				
Умение выстраивать диалог с людьми	Общение со сверстниками и взрослыми происходит в свободной форме	Общение происходит только по запросу педагога, на диалог идёт тяжело, но ситуативно проявляется среди сверстников	1	Наблюдение, собеседование
		Общение со сверстниками складывается хорошо, на контакт с педагогом идёт изредка, чаще при ответах на вопросы	5	
		Препятствия в общении со сверстниками и взрослыми отсутствуют	10	
Владение навыками регуляции эмоционального состояния	Способность регулировать эмоциональное состояние с помощью различных поддерживающих средств	Эмоциональное состояние практически не регулируется, учащийся не знает как применять поддерживающие средства	1	Тестирование (Эмоциональный интеллект Холла)
		Эмоциональное состояние регулируется при поддержке педагога	5	
		Учащийся самостоятельно регулирует своё эмоциональное состояние, используя поддерживающие средства	10	

Владение навыками работы над личными целями	Умение ставить цели, регламентируя шаги и двигаться к их достижению	Учащийся ставит цели без навыка, не проявляет интереса к их достижению, шаги видит не чётко	1	Творческие работы (карта желаний), собеседование
		Учащийся ставит цели осознанно, используя инструменты по постановке, но шаги не всегда регламентируются	5	
		Учащийся ставит цели по технологии, учитывает все шаги и с удовольствием идёт к их достижению	10	
Понимание аспектов своей личности	Понимание себя с точки зрения разных аспектов личности и способах работы с ними	Учащийся практически не понимает особенностей своей личности, в работе с собой действует исключительно интуитивно, не опираясь на знания	1	Практические задания, самопрезентация
		Учащийся понимает и принимает многие свои стороны личности, учится взаимодействовать с собой при помощи педагога	5	
		Учащийся понимает себя, знает и применяет различные способы работы с собой самостоятельно	10	

Низкий уровень – 12 – 48 баллов
Средний уровень – 49 – 108 баллов
Высокий уровень – 109 – 120 баллов

**Диагностика результативности освоения программы социально-гуманитарной направленности по психологии
«Я выбираю себя», базовый модуль**

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Число баллов	Методы диагностики
Предметные результаты				
Теоретическая часть				
Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы)	Соответствие теоретических знаний учащегося программным требованиям	Учащийся демонстрирует знание теории, но не применяет эти знания в практической деятельности	1	Наблюдение, тестирование, индивидуальные задания, собеседование
		Учащийся демонстрирует знание теории, применяет эти знания в практической деятельности	5	
		Учащийся демонстрирует знание теоретических фактов, применяет эти знание в практической деятельности, в незнакомых условиях	10	
Владение специальной терминологией по тематике программы	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	Учащийся знает отдельные специальные термины, но избегает их употреблять	1	Наблюдение, собеседование
		Учащийся сочетает специальную терминологию с бытовой	5	
		Учащийся специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием	10	
Практическая часть				
Практические знания и навыки,	Применение полученных умений и навыков в реальной жизни	Учащийся практически не применяет полученные знания, применение ситуативно и не осознается в процессе	1	Тестирование, практические задания (тренинги), собеседование

предусмотренные программой		Учащийся применяет полученные знания на практике ситуативно, периодически обращаются за помощью к педагогу	5	
		Учащийся осознанно применяет в реальной жизни умения и навыки, предусмотренные программой без особого труда	10	
Работа с социальными проектами	Вовлечение учащихся в мероприятия в качестве волонтеров и организаторов различных социальных акций	Учащийся не участвует в волонтерской деятельности, к акциям и другим мероприятиям имеет очень посредственное отношение	1	Мероприятия центра, социальные акции, защита творческих работ, проектов
		Учащийся участвует в волонтерской деятельности, но к организации мероприятий причастен лишь частично	5	
		Учащийся является активным волонтером, а также разрабатывает и проводит социальные акции	10	
Метапредметные результаты				
Учебно-организационная часть				
Умение создавать новые продукты	Способность проектировать, создавать, организовывать различные события и мероприятия	Учащийся не может самостоятельно создавать новые события, в организации мероприятий участвует по указке педагога	1	Защита творчески работ, проектов, собеседование
		Учащийся умеет организовывать мероприятия и с помощью педагога создаёт новые события	5	
		Учащийся самостоятельно придумывает и создаёт новые события и организует мероприятия	10	
Анализ результатов своей деятельности	Умение анализировать и корректировать свои действия	Учащийся не может самостоятельно анализировать и корректировать свои действия	1	Собеседование
		Учащийся учится анализировать и корректировать своё поведение, зачастую обращаясь за помощью к педагогу	5	
		Учащийся самостоятельно анализирует и корректирует своё поведение и действия	10	
Учебно-социальная часть				
Умение работать в команде	Способность выполнять совместные задачи, проявление	Интерес к командной работе выражен слабо, чаще всего игнорирует или с неохотой относится к командной работе	1	Наблюдение

	инициативы при групповой работе	Интересуется командными задачами, но проявляет инициативу только с подачи кого-то со стороны	5	
		Выполняет совместные групповые задачи, проявляет инициативу в работе коллектива	10	
Навык ответственного и осознанного поведения	Ответственное и осознанное поведение в социуме и по отношению к самому себе	Учащийся безответственен во многих случаях, осознает свои действия только под руководством педагога	1	Наблюдение
		Учащийся проявляет высокий уровень ответственности, но зачастую не осознаёт своих действий по отношению к другим людям	5	
		Учащийся понимает и грамотно применяет понятие ответственности и осознанности по отношению к людям и самому себе	10	
Личностные результаты				
Умение выстраивать диалог с людьми	Общение со сверстниками и взрослыми происходит в свободной форме	Общение происходит только по запросу педагога, на диалог идёт тяжело, но ситуативно проявляется среди сверстников	1	Наблюдение, собеседование
		Общение со сверстниками складывается хорошо, на контакт с педагогом идёт изредка, чаще при ответах на вопросы	5	
		Препятствия в общении со сверстниками и взрослыми отсутствуют	10	
Осознанное отношение к философским понятиям	Понимание сути базовых философских понятий и применение их смыслов в жизни	Учащийся не понимает сути философских понятий, но частично применяет в жизни их смыслы	1	Наблюдение, собеседование
		Учащийся понимает суть философских понятий и с помощью педагога выстраивает своё отношение к жизни, используя их	5	
		Учащийся понимает суть базовых философских понятий и строит свои суждения и размышления на их основе	10	
Нравственные качества и альтруистическое поведение	Формирование навыков альтруистского поведения – заботы о других людях, а также нравственных качеств	Учащийся знаком с понятием альтруистского поведения, обладает нравственными качествами частично, но не проявляет себя в деятельности	1	Наблюдение
		Учащийся нравственен, интересуется альтруизмом, но с подачи педагога	5	

		Учащийся самостоятельно проявляет альтруистское поведение, нравственен и толерантен	10	
--	--	---	----	--

Низкий уровень – 11 – 44 балла

Средний уровень – 45 – 99 баллов

Высокий уровень – 100 – 110 баллов