Муниципальное учреждение дополнительного образования

«Агинский детский оздоровительно-образовательный центр «НАРАСУН»

Утверждаю:

Директор МУДО АДООЦ «Нарасун»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Тогонов Т.Г.

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2019г.

Принята на заседании педагогического совета

от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2019г.

Протокол № \_\_\_\_

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

**«ПСИХОЛОГИЯ»**

Дамдинова Ц.М.,

педагог-психолог

Нарасун, 2019 г.

**Раздел №1. Комплекс основных характеристик программы**

* 1. **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная программа «Психология» социально-педагогической направленности.

Школа и семья, образующие социальную среду ребенка, как правило, не занимаются выстраиванием индивидуальной стратегии взаимодействия личности с собой и с миром. Семья формирует внешние социально приемлемые формы поведения ребенка, а школа занимается преимущественно интеллектуальным развитием. Между тем, именно эти два социальных института демонстрируют дефицит конструктивного и партнерского диалога с подрастающей личностью.

В этой связи возникла идея создания данной общеразвивающей программы, образовательная деятельность, которой направлена на создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития обучающихся, через процесс самопознания; социализацию и адаптацию обучающихся к жизни в обществе.

Содержание программы имеет «Стартовый уровень» сложности, так как используемые в ней материалы, предполагают минимальный уровень затрат для освоения содержания программы.

Общеразвивающая программа «Психология» разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

1. Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказом Министерства образования и науки РФ от 09 ноября 2018г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» .

3. Письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.15 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ».

4. Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.

5. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Психология, как наука интегрирует знания о системе целенаправленно организованной поддержки жизненных сил человека, разумного построения его отношений с окружающим миром и людьми, самим собой на основе инициативной активности и нравственной самоорганизации жизни в конкретном социуме.

Вступая во взаимодействие с существующими общественными ценностями, ребенок сравнивает свое поведение с теми образцами, которые предлагаются ближайшим окружением: родителями, учителями, воспитателями и другими значимыми для него взрослыми и сверстниками. При возникновении несоответствия между реальным поведением и предлагаемыми образцами в самосознании ребенка формируются негативные отношения, как к предлагаемым ценностям, так и к самому себе. Младший школьник начинает испытывать трудности во взаимоотношениях с окружающими людьми, которые приводят к тем или иным формам социальной дезадаптации. В связи с этим, главной психолого - педагогической идеей данной программы является, преодоление процесса дезадаптации обучающихся через процесс самопознания и как следствие личностного развития обучающихся.

*Актуальность* данной общеобразовательной программы определяется необходимостью большинству обучающихся овладеть психолого-педагогическим комплексом знаний на уровне самопознания и понимания других людей.

*Педагогическая целесообразность* программы заключается в том, что занятия проходят не в формате школьного урока, а в форме тренингов, которые приближенны к простому общению, с использованием бесед, диалогов, различных психологических игр, что позволяет наиболее полно достичь, поставленные цели и задачи.

* 1. **Цель и задачи программы.**

Цель программы: создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития обучающихся, через процесс актуализации самопознания; социализация и адаптация обучающихся к жизни в обществе.

Задачи программы:

* обеспечение обучающихся системой понятий и представлений, необходимых для анализа своей личности и личности других;
* формирование умений эмоциональной и поведенческой саморегуляции;
* развитие навыков рефлексии и обратной связи.

Программа рассчитана на детей школьного возраста в рамках временного детского коллектива. Количество детей в группе – 10 человек.

Общеобразовательная программа реализуется в рамках одной смены. Программа составлена таким образом, чтобы дети смогли не только уяснить и прослушать материал, но и на практике его отработать и закрепить. Оптимальная численность в группе: 10 человек, что обеспечивает успешное усвоение материала и приобретение необходимых навыков.

Формы и режим занятий.

1. Психологические игры и упражнения:

­ игры-переживания;

­ деловые игры;

­ психогимнастика;

­ упражнения на отработку различных навыков.

2. Различные методы тренинга:

­ ролевая игра;

­ моделирование практических ситуаций;

­ работа в парах;

­ работа в малых группах;

­ игра по ролям;

­ метод кейсов и т.д.

3. Групповые дискуссии, беседы.

4. Информационные блоки.

5. Психологические тесты.

6. Элементы арт-терапии.

7. Элементы сказкотерапии.

8. Элементы телесно-ориентированной терапии.

Формы организации деятельности детей на занятиях:

- индивидуальная;

- групповая;

- подгрупповая.

Структура занятия:

I этап. Психологическое вхождение обучающихся в занятие: ритуал приветствия.

II этап. Разминка: вхождение в эмоциональный контакт/ Актуализация проблемы.

III этап. Основной этап работы: информационный блок, отработка и развитие навыков.

IV этап. Завершающий этап: рефлексия, ритуал прощания.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа с 10-15-минутным перерывом.

* 1. **Содержание программы**

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Название раздела:** | **Количество часов** | | | **Форма аттестации/контроля** |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** |
| Вводное занятие. Основы психологической науки | 4 | 2 | 2 | Анкетирование |
| Семья и семейные ценности | 8 | 2 | 6 | Опрос |
| Школа и учебный процесс | 2 | 1 | 1 | Круглый стол |
| Коммуникация и основы общения | 8 | 2 | 6 | Беседа-игра |
| Личные качества человека | 8 | 2 | 6 | Тест |
| Самооценка и оценка окружающих | 8 | 2 | 6 | Анкетирование |
| Цели и целеполагание | 6 | 2 | 6 | Тренинг |
| Итоговой занятие | 2 | - | 2 | занятие с элементами тренинга «Монолог о себе» |
| Итого: | 46 | 13 | 33 |  |

**Содержание учебного плана**

**«Основы психологической науки».**

*Теория (2 ч)*

- Что такое психология?

- История психологической науки

- Психологические знания и их роль в жизни человека

*Практика (2 ч)*

- Знакомство в группе. Принятие правил работы группы

- Занятие с элементом тренинга «Самопрезентация»

- Беседа – тренинг «Кто такой человек?»

- Занятие с элементом тренинга «Человек и социум»

- Упражнения на развитие сплоченности группы «Связующая нить», «Повтори за другом», «Ты и я, мы с тобой друзья»

- Итог занятия: анкетирование «Мои новые знания»

**«Семья и семейные ценности»**

*Теория (2 ч)*

- Понятие семьи

- Семейные ценности и традиции

- Воспитание и любовь родителей

*Практика (6 ч)*

- Занятие с элементом арт-терапии «Портрет моей семьи»

- Игра «Возьмемся за руки, друзья – мы теперь одна семья»

- Упражнение на развитие сплоченности группы «Паутинка», «Слон»

- Упражнение «Интервью с партнером»

- Занятие с элементом игры «Дочки-матери, отцы и сыновья»

- Итог занятия: опрос «Семья и я»

**«** **Школа и учебный процесс»**

*Теория (2 ч)*

- «Зачем учиться в школе?»

- Нелегкий процесс получения знаний

- Знания и будущая профессия

*Практика (6ч)*

- Занятие с элементом тренинга «Как понять педагога»

- Упражнения «Не хочу грубить в ответ», «Сказать спасибо так несложно»

- Итог занятия: круглый стол «Школьное бюро»

**«Коммуникация и основы общения»**

*Теория (2 ч)*

- Общение. Зачем людям общаться?

- Конфликт. Причины возникновения и способы решения

- Толерантность. Понятие толерантности и терпимости

*Практика (6ч)*

- Занятие с элементом тренинга «Передай другому»

- Упражнения «Свои и чужие», «Мое государство»

- Игра «По чужим правилам»

- Упражнения «Как отстоять свое мнение?», «Докажи, но не злись»

- Занятие с элементом тренинга «Толерантность или как быть терпимым?»

- Итог занятия: беседа - игра «В мире без войны»

**«Личные качества человека»**

*Теория (2 ч)*

- Эмоции и чувства людей

- Доброта и злость. Отчего злятся люди?

- Воспитание характера - тернистый путь

*Практика (6ч)*

- Упражнения «Дерево радостей и печалей», «Передача чувств»

- Упражнение «Что было бы, если…», Игра «Снежный ком»

- Занятие с элементом арт-терапии «Как простить обиду?»

- Упражнения « Зеркало», «Три желания».

- Занятие с элементом тренинга «Самовоспитание. Правила на каждый день»

- Итоговое занятие: тест «Узнай качество в себе»

**«Самооценка и оценка окружающих»**

*Теория (2 ч)*

- Что такое самооценка

- Как не поддаться мнению окружающих

- Кумиры и ценности. Положительные и отрицательные стороны мечты

*Практика (6)*

- Тестирование на самооценку (интерпретация и комментирование)

- Упражнения «Комплимент другу», «Подари улыбку»

- Занятие с элементом тренинга «Кому слабо?», «Портрет в лучах солнца»

- Упражнения «Новичок в группе», «Почетный гость»

- Упражнение: «Посмотри со стороны», «Успех»

- Итоговое занятие: анкетирование «Оценка самому себе»

**«Цели и целеполагание»**

*Теория (2 ч)*

- Успешный человек. Как достичь успехов в учебе?

- Постановка цели

- План достижения цели

*Практика (6ч)*

- Имидж-техника: упражнение « Самопиар»

- Игра – воображение «Биография кумира»

- Занятие с элементом тренинга «Внутренняя осанка»

- Занятие с элементом тренинга «Я хочу…»

- Практическое занятие «Как достичь мою цель?»

- Итоговое занятие: тренинг «Я могу!»

**Итоговое занятие**

**Форма проведения: занятие с элементами тренинга «Монолог о себе»**

* 1. **Планируемые результаты**

Результатами реализации программы является:

* сформированные социально-психологические качества и компетенции, связанные с социализацией и адаптацией обучающихся к жизни в обществе, через процесс актуализации самопознания и развитие личности;
* освоенные обучающимися понятия и представления, необходимые для анализа своей личности и личности других;
* сформированные умения эмоциональной и поведенческой саморегуляции;
* развитые навыки рефлексии и обратной связи.

В процессе обучения по дополнительной общеобразовательной программе по психологии в личности ребенка произойдут следующие изменения ( по данным М.В. Поповой):

* снизится уровень агрессивности;
* повысится уровень рефлексии и самосознания;
* повысится уровень познавательной активности, сформируются новые познавательные интересы;
* разовьется эмпатия;
* повысится уровень понимания и принятия другого человека;
* разовьется умение прогнозировать и планировать свое поведение и жизнь на более длительный срок;
* гуманизируются отношения с миром и самим собой;
* повысится креативность.

**Раздел №2. «Комплекс организационно-педагогических условий»**

**2.1. Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата проведения | Тема занятия | Кол-во часов | Форма занятия | Форма контроля |
| 1 день | **«Основы психологической науки».**  - Что такое психология?  - История психологической науки  - Психологические знания и их роль в жизни человека | 2 | Занятие с элементом тренинга «Самопрезентация» | Беседа – тренинг «Кто такой человек?» |
| 2 день | Знакомство в группе. Принятие правил работы группы | 2 | Занятие с элементом тренинга «Человек и социум» | Итог занятия: анкетирование «Мои новые знания» |
| 3 день | **«Семья и семейные ценности»**  - Понятие семьи  - Семейные ценности и традиции  - Воспитание и любовь родителей | 2 | Занятие с элементом арт-терапии «Портрет моей семьи» |  |
| 4 день | Игра «Возьмемся за руки, друзья – мы теперь одна семья»  - Упражнение на развитие сплоченности группы «Паутинка», «Слон» | 2 | Занятие-игра | Выполнение упражнений |
| 5 день | Упражнение «Интервью с партнером»  - | 2 | Практическое занятие | Итог занятия: опрос «Семья и я» |
| 6 день | Занятие с элементом игры «Дочки-матери, отцы и сыновья» | 2 | Практическое занятие | Ролевая игра |
| 7 день | **«** **Школа и учебный процесс»**  - «Зачем учиться в школе?»  - Нелегкий процесс получения знаний  - Знания и будущая профессия | 2 | Занятие с элементом тренинга Практическая работа | Беседа, опрос Круглый стол «Школьное бюро» |
| 8 день | **«Коммуникация и основы общения»**  - Общение. Зачем людям общаться?  - Конфликт. Причины возникновения и способы решения  - Толерантность. Понятие толерантности и терпимости | 2 | Беседа | Наблюдение |
| 9 день | Занятие с элементом тренинга «Передай другому» | 2 | Занятие с элементом тренинга | Тренинг |
| 10 день | Упражнения «Свои и чужие», «Мое государство»  - Игра «По чужим правилам»  - Упражнения «Как отстоять свое мнение?», «Докажи, но не злись» | 2 | Практическое занятие | Наблюдение |
| 11 день | Занятие с элементом тренинга «Толерантность или как быть терпимым?» | 2 | Занятие с элементом тренинга | беседа - игра «В мире без войны» |
| 12 день | **«Личные качества человека»**  - Эмоции и чувства людей  - Доброта и злость. Отчего злятся люди?  - Воспитание характера - тернистый путь | 2 | Беседа-тренинг | Наблюдение, анкетирование |
| 13 день | - Упражнения «Дерево радостей и печалей», «Передача чувств»  - Упражнение «Что было бы, если…», Игра «Снежный ком» | 3 | Занятие с элементами игры | Выполнение упражнений |
| 14 день | - Занятие с элементом арт-терапии «Как простить обиду?»  - Упражнения « Зеркало», «Три желания».  - «Самовоспитание. Правила на каждый день» | 3 | Занятие с элементом тренинга | тест «Узнай качество в себе»Тренинг |
| 15день | **«Самооценка и оценка окружающих»**  - Что такое самооценка  - Как не поддаться мнению окружающих  - Кумиры и ценности. Положительные и отрицательные стороны мечты | 2 | Занятие-тестирование,анкетирование | Анкетирование  тестирование |
| 16 день | Тестирование на самооценку (интерпретация и комментирование)  - Упражнения «Комплимент другу», «Подари улыбку» | 3 | занятие с элементом тренинга | Тренинг |
| 17 день | Занятие с элементом тренинга «Кому слабо?», «Портрет в лучах солнца»  - Упражнения «Новичок в группе», «Почетный гость»  - Упражнение: «Посмотри со стороны», «Успех» | 3 | беседа - тренинг | Итоговое занятие: анкетирование «Оценка самому себе» |
| 18 день | **«Цели и целеполагание»**  *Теория (2 ч)*  - Успешный человек. Как достичь успехов в учебе?  - Постановка цели  - План достижения цели  -Имидж-техника: упражнение | 3 | игра – воображение, | Игра – воображение «Биография кумира» |
| 19 день | Занятие с элементом тренинга «Внутренняя осанка»  - Занятие с элементом тренинга «Я хочу…»  - Практическое занятие «Как достичь мою цель?» | 3 | занятие с элементом тренинга, |  |
| 20 день | Итоговое занятие: тренинг «Я могу!» | 2 | практическое занятие, тренинг | тренинг |
| 21 день | Итоговое занятие | 2 |  |  |

**2.2. Условия реализации программы**

Реализовывать программу может педагог-психолог, имеющий высшее психологическое образование, обладающий достаточными теоретическими знаниями и опытом практической деятельности в области психологического обучения подростков.

Для реализации данной программы сформирован учебно-методический комплекс, который постоянно пополняется. Учебно-методический комплекс имеет следующие разделы и включает следующие материалы:

I. Методические материалы для педагога:

1. Методические рекомендации, конспекты занятий, сценарии мероприятий, памятки и др.:

1.1. Метод проектов как технология формирования ключевых компетентностей обучающегося в системе дополнительного образования детей. Разработчики Меняева И.И, Ильинская Т.М., Виноградова Л.А. Самара. СИПКРО. 2006

1.2. Прокофьева И.В. Развивающее занятие по направлению «Формирование конструктивных межличностных отношений» на тему «Дружба. Формирование навыков дружеских отношений. / Открытый урок: методики, сценарии и примеры. № 4, апрель 2009, с 52-55.

2. Диагностический инструментарий:

2.1. «Самооценка психических состояний» (по Г. Айзенку).

2.2. Методика «Несуществующее животное».

2.3. «Методика диагностики коммуникативной установки» (В. Бойко).

2.4. «Методика диагностики межличностных отношений» (Т.Лири).

2.5. «Q- сортировка» (В. Стефансон).

2.6. «Методика многофакторного исследования личности» (Р. Кеттел).

3. Организационно-методические материалы:

3.1. Перспективный план работы педагога на текущий год;

3.2. Календарно-тематическое планирование учебного материала на учебный год;

3.3. Отчет о деятельности педагога за прошедший учебный год.

3.4. Положения, письма, приказы организаторов конкурсов и конференций разных уровней.

3.5. Инструкции по технике безопасности и охране труда.

**2.3. Формы аттестации**

В соответствии с календарным учебным графиком программы предусмотрены:

- входная аттестация (оценка базовой подготовки обучающихся);

- промежуточная аттестация обучающихся (оценка качества усвоения программы);

- итоговая аттестация (оценка качества освоения программы обучающимися за весь период обучения по программе)

Результаты педагогического мониторинга образовательных результатов группы заносятся педагогом в «Дневник педагогических наблюдений и фиксации результатов диагностики». Данные о результатах обучения и творческие достижения обучающихся (результаты участия в конкурсах олимпиадах, научно-практических конференциях различного уровня) фиксируются в папке достижений, анализируются на итоговом занятии и доводятся до родителей. Сведения о проведении и результатах промежуточной и итоговой аттестации фиксируются в протоколах и сдаются администрации Центра.

**2.4. Оценочные материалы**

Психолого-педагогический мониторинг – это систематическая оценка уровня освоения дополнительной программы в течение периода обучения.

Текущий контроль складывается из следующих компонентов.

Исследовать качество усвоения материала и показатели личностного роста предлагается двумя группами тестов:

- Тесты достижений – представляют собой пакет вопросов тестового характера, имеющий варианты ответов.

- Пакет психодиагностических методик, совокупность которых даст представление о динамике личностного развития. Методики педагог может отобрать самостоятельно, в зависимости от того, какие ценностные и технологические акценты он ставит в своих занятиях. Мы рекомендуем использовать следующие методики: «Самооценка психических состояний» (по Г. Айзенку), методика «Несуществующее животное», «Методика диагностики коммуникативной установки» (В. Бойко), «Методика диагностики межличностных отношений» (Т. Лири), «Q-сортировка» (В. Стефансон), «Методика многофакторного исследования личности» (Р. Кеттел).

В конце обучения педагог обобщает результаты всех диагностических процедур и определяет уровень результатов образовательной деятельности каждого обучающегося – интегрированный показатель, в котором отображена концентрация достижений всех этапов и составляющих учебно-воспитательного процесса. Возможные уровни освоения ребенком образовательных результатов по программе – низкий (Н), средний (С), высокий (В)

**2.5. Методические материалы**

Программа построена с учетом тенденций взросления в школьном возрасте: курс начинается с изучения познавательных процессов. «Приобщение детей к пониманию психических процессов познания и переживаний человека приведет их к великому открытию: «Я как представитель человечества, как все люди, обладаю немыслимым богатством. Если захочу, я столько смогу всего узнать и сделать!» Средний подростковый возраст также сензитивен для развития умения понимать чувства, переживания людей и строить свое поведение на основе этих знаний и понимания. Старший подростковый возраст тяготеет к познанию мироустройства, пониманию социальных категорий, самоопределению и оптации. Таким образом, все темы соотносятся между собой; их последовательность определяется как логикой освоения предмета, так и возрастными особенностями и интересами детей.

Занятия проводятся в групповой форме. Рекомендуется спаривать занятия по психологии – это даст возможность погрузиться в предмет, позволит без спешки организовать игры, беседы и наблюдения. Занятия проводятся в учебном классе, однако соблюдается принцип гибкости образовательной среды, то есть мебель должна легко сдвигаться и пространство трансформироваться под задачи занятия.

Теоретические занятия могут проводиться в форме беседы, экскурсии, семинара; творческие – в тренинговых формах; практические – в форме лабораторных работ; дискуссионные – в форме обсуждения. На занятиях по психологии используется вся совокупность дидактических методов и приемов, ведущими среди которых являются: беседы, этюды, импровизации, моделирование и анализ заданных ситуаций, самоанализ, психодиагностическое исследование и самоисследование, наблюдения, прогулки и экскурсии, проекты, метод экспрессии, чтение и обсуждение художественных произведений.

**V. Список литературы, рекомендуемой для детей и родителей по данной программе**:

1. Немов Р.С. Психология. Словарь – справочник. В 2 кн. – 3-е изд. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2007г.
2. Немов Р.С. Общая психология. Краткий курс. – СПб.: Изд. Питер, 2009г.
3. Немов Р.С. Психология: Учебник для бакалавров. - М.: Изд. Кнориус, 2015г.
4. Гребень Н.Ф. Психологические тесты. Эффективная психология.- М.:Изд. Букмастер, 2014г.
5. Маклаков А.Г. Общая психология. – СПб: Изд. Питер, 2009г.

**VI. Список литературы, рекомендуемой педагогам, для разработки программы и организации образовательного процесса:**

1. Альманах психологических тестов. – М.: «КСП», 2006г.
2. «Внешкольник. Воспитание и дополнительное образование молодежи». – Журнал. Москва, ООО «Красногорская типография». – 2014 – 2015гг. Психогимнастика в тренинге / Под редакцией Н.Ю. Хрящевой. – СПб.: «Речь», Институт Тренинга, 2014г.
3. Петровская А.А. «Теоретические и методические проблемы социально – психологического тренинга» - М.: 2010г.
4. «Программно – методическое обеспечение образовательного процесса» (из опыта работы педагогического коллектива Дворца детского и юношеского творчества) Составитель: А.И. Тихненко, г. Армавир 2014 г.
5. Свеницкий А.Л. Социальная психология: Учебник. – М.: ООО «ТК Велби», 2013г.
6. «Школьный психолог». – Еженедельная методическая газета для педагогов – психологов. М.: Издательский дом «Первое сентября». – 2010-2014 г.