

Муниципальное казенное учреждение
«Управление образования администрации
Таштагольского муниципального района»
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр развития творчества детей и юношества «Сибиряк»»

Принята на заседании
методического (педагогического)
совета от «16» июня 2020г.
Протокол № 5

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО ЦРТДиО «Сибиряк»
Глумова Н.Г.
Приказ № 100 от «16» июня 2020г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-педагогической направленности
«Тропинка к своему Я»

Возраст обучающихся 13-16 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик:
Емельянова Ольга Владимировна
педагог дополнительного образования

пгт. Каз 2020г.

Пояснительная записка

Данная программа имеет социально-педагогическую направленность.

Программа разработана на основе нормативных документов, регламентирующих организацию дополнительного образования:

- Федеральный Закон «Об образовании в РФ» (№ 273-фз от 29.12.2012);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы ОО ДОД»;
- Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Приказ Министерства просвещения от 03.09. 2019 г. N 467 (вступил в силу 20.12.2019);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Конвенция о правах ребенка (принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 г.);
- Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2018 - 2025 гг. (постановление Правительства Российской Федерации от 26.12 2017 г. № 1642);
- Письмо Минобрнауки РФ от 14.12 2015 г. № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р);
- Программа патриотического воспитания граждан на период 2016-2020 годов (постановление Правительства РФ от 30.12. 2015 N 1493);
- Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда и соц. защиты РФ от 05.05.2018 № 298н);

- Закон «Об образовании в Кемеровской области» редакция от 03.07.2013 №86-ОЗ;
- Распоряжение Коллегии Администрации Кемеровской области от 03.04.2019 № 212 «О внедрении системы персонифицированного дополнительного образования на Территории Кемеровской области»
- Приказ Департамента образования и науки Кемеровской области «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей» (от 05.05.2019 г. № 740);
- Приказ Департамента образования и науки Кемеровской области «Об утверждении Порядка оценки (добровольной сертификации) ДОП и состава экспертной группы»
- Локальные акты Центра: Устав, Учебный план, Правила внутреннего трудового распорядка, инструкции по технике безопасности.

Актуальность

В современном образовании все более углубляется противоречие между знаниями растущего человека о закономерностях развития природы и общества и отсутствием систематических знаний о закономерностях психического и личностного развития самого человека, вступающего во взаимодействие с окружающим миром.

Учащиеся пытаются разобраться в самих себе, но их интерес к самопознанию превышает их возможности познать себя, т.к. они не располагают знаниями о психологических особенностях человека. Отсюда неадекватные способы познания себя и других, неопределенность в оценках, самооценках, намерениях учащихся. В связи с этим возникает необходимость в определенной системе психологических знаний, которые помогут ребенку глубже осознать самого себя, свои интересы, способности, отношения с окружающими, сформировать представления о своем дальнейшем жизненном пути.

Приобщение к знаниям о человеке, по мнению Божович Л., имеет “особенно важное значение в подростковом возрасте, т.к. характерным для этого периода новообразованием является “чувство взрослости” и развитие самосознания и самооценки, интереса к себе как к личности, к своим возможностям и способностям”. Подросток начинает осознавать свой личный идеал, при сравнении с которым часто возникает неудовлетворенность самим собой и стремление изменить себя.

Актуальность и социальная значимость данной программы состоит в том, что она призвана помочь растущему человеку в поисках жизненного пути, самопознания, развития коммуникативных навыков, способов творческой деятельности, в постижении норм человеческих отношений.

Новизна данной программы состоит в том, что учащиеся не только изучают проблемы психологии, но и знакомятся со своими индивидуальными психологическими особенностями, анализируют и вырабатывают собственную стратегию поведения и деятельности в различных группах и коллективах.

Основными темами изучения являются: общение, отношение, восприятие и понимание людьми друг друга. Отношение к окружающей действительности формируется в совместной деятельности педагога и учащихся.

Педагогическая целесообразность

Данная образовательная программа позволяет решить следующие проблемы: процесс социализации учащихся. Одной из основных её задач

является перевод подростка в позицию активного члена гражданского общества, способного самоопределяться на основе ценностей, вырабатывать собственное понимание и цели, разрабатывать проекты преобразования общества и отдельных его институтов, реализовывать данные проекты. Иными словами, речь идёт о формировании юного субъекта социального творчества.

Отличительные особенности программы

Персонифицированная программа «Тропинка к своему Я» является неотъемлемой и необходимой частью целостного образовательного процесса, так как соответствует стратегической цели: «Создание условий для достижения нового качества образования, всестороннего развития личности учащихся».

Программа составлена на основе авторской педагогической разработки адаптационного типа факультативных занятий по курсу Селевко Г.К. «Самосовершенствование личности» для учащихся 5 – 11-х классов (авторы составители Дьячкова Е.В., Барсем М.П., Гусева Л.В., Григорьева Л.Р., Зайцева М.Г.).

Уровень обучения: стартовый

Объем программы : 144ч

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Срок реализации программы: 1 год

Особенности набора учащихся: свободный

Наполняемость учебной группы: 10-11 человек

Режим занятий

Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями учащихся и рассчитана на проведение по 2 часа 2 раза неделю

Виды занятий

- лекции с элементами беседы
- беседа и диалог на основе выдвигаемых идей и практических ситуаций;
- групповые дискуссии;
- тренинговые упражнения;
- игровые упражнения (активизирующие, ролевые и игры с элементами психодрамы);

Виды детской группы и ее состав

Состав: постоянный, однопрофильный

Цель программы: развитие у подростков готовности к осуществлению осознанного и целенаправленного процесса самовоспитания; развитие креативных способностей и социального творчества.

Задачи:

Образовательные:

- формировать умения работать в режиме творческой мастерской – формулировать задачу, разрабатывать план действий, находить нестандартные решения поставленной задачи и др.;
- формировать умения работы в режиме проблемного обучения.

Развивающие:

- развивать познавательные процессы учащихся (мышления, внимания, памяти, воображения);
- развивать волевые свойства личности;
- развивать личностную сферу поведения;
- развивать учебную и познавательную активности учащихся.

Воспитательные:

- формировать нравственные и моральные нормы поведения;
- формировать чувства вкуса и стиля;
- формировать индивидуальный стиль поведения и интеллектуальной деятельности учащихся;
- расширять коммуникативные способности детей.

В результате обучающиеся получают возможность развития УУД

Личностные УУД

- рефлексивный анализ положительных личностных качеств, потенциалов, способностей.

Коммуникативные УУД

- умение учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- умение согласовывать усилия при достижении общей цели;
- умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- умение передавать другим людям информацию с помощью различных средств коммуникации.

Регулятивные УУД

- умение ставить цели, планировать и оценивать свои действия;
- умение проявлять настойчивость и усилие для достижения поставленной цели, для преодоления трудностей.

Учебно-тематический план

№	Наименование разделов и тем	Общее кол-во учебных часов	В т.ч. теоретических	В т.ч. практических	Формы контроля
1.	Вводное занятие	3	2	1	Прослушивание, опрос
1.1	Знакомство обучающихся друг с другом и с педагогом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности. Экскурсия по учреждению дополнительного образования.	2	1	1	беседа
1.2	Инструктаж по технике безопасности	1	1		тест
2.	Зачем человеку занятия психологией	48	22	26	диагностика
2.1	Я – это Я	16	8	8	тест
2.2	Я имею право чувствовать и выражать свои чувства	6	3	3	опрос
2.3	Я и мой внутренний мир	12	4	8	тест
2.4	Я и Ты	8	4	4	беседа
2.5	Мы начинаем меняться	6	3	3	тест
3.	Агрессия и ее роль в развитии человека	16	6	10	Тренинг
3.1	Агрессия и ее роль в развитии человека	16	6	10	тест
4.	Уверенность в себе и ее роль в развитии человека	12	4	8	опрос
4.1	Уверенность в себе и ее роль в развитии человека	12	4	8	беседа

5.	Я познаю и развиваю свои способности	38	19	19	конкурс
5.1	Вырабатывайте характер	8	4	4	тест
5.2	Воспитание воли	6	3	3	беседа
5.3	Как стать интересным	6	3	3	беседа
5.4	Создание своего имиджа	6	3	3	опрос
5.5	Учитесь управлять своими эмоциями	12	6	6	опрос
6.	Тренинг креативности	12		12	тест
6.1	Тренинг креативности	12		12	тест
7.	Я в общении.	15	5	10	защита проектов
7.1	Планируем коллективное творческое дело	15	5	10	защита проектов
8.	Заключительное занятие.	2		2	тест
8.1	Подведение итогов	2		2	тест
	Итого	144	58	64	

Содержание программы «Тропинка к своему Я»

Вводное занятие

Знакомство учащихся друг с другом и с педагогом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности. Экскурсия по учреждению дополнительного образования.

Теория : Инструктаж по технике безопасности.

Раздел2. Введение в мир психологии(2 часа)

Теория: Зачем человеку занятия психологией. Занятие мотивирует учащихся к занятиям психологией Понятие Кто я, какой я? Я – могу. Я нужен. Я мечтаю. Я – это мои цели. Я – это мое детство. Я – это мое настоящее. Я – это мое будущее. Чувства бывают разные. Стыдно ли бояться? Имею ли я право сердиться и обижаться? Каждый видит мир и чувствует его по-своему. Любой внутренний мир ценен и уникален. Я и мои друзья. У меня есть друг. Я и мои «колючки». Что такое одиночество? Я не одинок в этом мире. Нужно ли человеку меняться. Самое важное – захотеть меняться.

Практика: Упражнения, ролевые игры, тренинги, путешествия, дискуссии,

направленные осознание своих качеств и повышению самооценки, на обсуждение вопросов подростковой дружбы, на формирование понимания ценности и уникальности внутреннего мира каждого человека. , Ролевые игры, тренинги, путешествия, дискуссии, направленные оказание помощи подросткам в осознании своих изменений; повышение мотивации к позитивному само изменению.

Раздел 3. Агрессия и ее роль в развитии человека

Теория: Понятие агрессия. У меня появилась агрессия. Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия? Конструктивное реагирование на агрессию. Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми. Учимся договариваться. Учимся договариваться.

Практика: Упражнения, ролевые игры, тренинги, путешествия, дискуссии, ориентированы на помощь подросткам в осознании различия между агрессией и агрессивностью, учат контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других.

Раздел 4. Уверенность в себе и ее роль в развитии человека

Теория: Понятие уверенность в себе. Источники уверенности в себе. Какого человека мы называем неуверенным в себе? Я становлюсь увереннее.

Практика: Занятия направлены на помощь детям в обретении уверенности в себе и развитии понимания, что вера в себя необходима для развития человека

Раздел 5. Я познаю и развиваю свои способности.

Теория: Понятие способности. Понятие характер. Формирование стремления к развитию характера. Понятие воля. Рассмотрение признаков волевого поведения. Знакомство с миром увлечений и достижений обучающихся. Знакомство с понятием «имидж». Составляющие имиджа. Знакомство с понятием «эмоции». Прояснение позитивного и негативного влияния эмоций на развитие жизненных ситуаций.

Практика: Упражнения, ролевые игры, тренинги, путешествия, дискуссии, направленные на обсуждение вопросов развития способностей, на знакомство с различными способами развития характера, на ознакомление с приемами воспитания воли, на развитие навыков само презентации, на обучение определению своих эмоций и управлению ими. Упражнения, ролевые игры, тренинги, путешествия, дискуссии, направленные на создание своего неповторимого образа.

Раздел 6. Тренинг креативности

Практика: Специально подобранные упражнения и задания для развития творческих мыслительных способностей

Раздел 7. Я в общении. Планируем коллективное творческое дело

Теория: Коллектив и индивидуальность. Способы поведения в конфликте.

Практика: Формирование навыков эффективной коммуникации. Развитие умения совместно планировать, собирать информацию и эффективно взаимодействовать в коллективных творческих делах (КТД). Как научиться эффективным способам коммуникации. Умение отстаивать свою точку зрения. Навыки и умения ставить цели и достигать их. Совместная работа школьников по разработке и подготовке социального проекта.

Раздел 8. Заключительное занятие. Подведение итогов

Практика: защита проекта

Планируемые результаты освоения программы

В результате прохождения программы предполагается достичь следующих результатов:

Первый уровень результатов – учащиеся должны знать основные психологические термины и понятия; возможности саморазвития своей личности; условия для создания позитивного опыта общения.

Для достижения данного уровня результатов необходимо: сформировать позитивное отношение учащихся к изучению основ психологии, используя различные методы активизации учащихся.

Второй уровень результатов – выработка навыков самоанализа и помощи в решении проблем общения.

Для достижения данного уровня результатов необходимо:

- формировать индивидуальные приемы саморегуляции в стрессовых ситуациях, представление о личности, о ценности жизни.
- вырабатывать умение конструктивно отстаивать свою точку зрения.
- учащиеся должны получить опыт в оценке различных ситуаций и в решении создающихся проблем.

Третий уровень результатов - получение учащимися опыта применения полученных знаний и умений в жизни.

Для его достижения необходимо:

- сформировать навык взаимодействия учащихся с представителями различных социальных субъектов, в том числе за пределами образовательного учреждения, в открытой общественной среде.

С переходом от одного уровня результатов к другому существенно возрастают воспитательные эффекты:

- на первом уровне воспитание приближено к обучению, при этом предметом воспитания как учения являются не столько научные знания, сколько знания о ценностях;
- на третьем уровне создаются необходимые условия для участия учащихся в нравственно ориентированной социально значимой деятельности.

Переход от одного уровня воспитательных результатов к другому должен быть последовательным, постоянным.

В результате реализации настоящей программы могут быть достигнуты следующие *воспитательные результаты*:

- уверенность в своих возможностях и высокая самооценка;
- целеустремлённость, умение брать на себя ответственность за свою жизнь;
- дипломатичность, умение решать личные и жизненные проблемы, используя конструктивные способы их решения;
- креативность, способность по-новому смотреть на привычные вещи;
- толерантность, эмоциональную устойчивость, эмпатия и доброжелательное отношение к многообразию жизни.

Занятия по данной программе будут способствовать достижению планируемых результатов основной образовательной программы.

В результате изучения данной программы учащиеся получают возможность формирования

Личностных результатов:

- сформированность на достаточном уровне всех психологических структур, прежде всего самосознания;
- развитость потребностей, обеспечивающих содержательную наполненность, внутреннее богатство личности, среди которых центральное место занимают нравственные установки, многообразие чувств и переживаний, ценностные ориентации, жизненные смыслы.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УДД:

- определять и формулировать цель деятельности самостоятельно и с помощью педагога;
- проговаривать последовательность действий;
- учиться высказывать свое предположение;

- учиться работать по предложенному педагогом плану;
- учиться совместно с педагогом и другими учащимися давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.

Познавательные УДД:

- учиться добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт, информацию, полученную от педагога, и используя учебную литературу;

Коммуникативные УДД:

- учиться выражать свои мысли;
- учиться объяснять свое несогласие и пытаться договориться;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
- овладевать навыками сотрудничества в группе в совместном решении задачи.

Формы контроля. Формы, методы и приёмы, педагогические технологии
Система оценивания результатов обучения

Отслеживание результатов происходит с помощью мониторинговой и диагностической деятельности, в которую входят следующие виды контроля:

Входной контроль - диагностика стартовых умений учащихся. Выявление теоретических и практических знаний, индивидуальных творческих способностей осуществляется при помощи собеседования, тестирования, анкетирования.

Текущий контроль осуществляется в ходе обучающей деятельности и сопровождается своевременной коррекцией по ходу занятий (наблюдение, анализ продуктов деятельности, собеседование).

Промежуточный контроль— итог завершения определенного этапа обучения: конкретной темы, раздела. Отслеживание результатов по каждой теме проводится в форме творческой работы.

Итоговый контроль проводится в конце обучения в форме защиты творческих проектов.

Оценочные материалы

Виды проверки знаний и умений

Формы и критерии оценки результативности освоения учащимися программы:

Высокий уровень - успешное освоение учащимися более 80% содержания образовательной программы.

Средний уровень - от 50% до 80%;

Низкий уровень - менее 50% содержания образовательной программы, подлежащей аттестации. Критерием оценки результативности обучения также является:

Критерии уровня теоретической подготовки учащихся:

- соответствие уровня теоретических знаний программным требованиям;
- широта кругозора, свобода восприятия теоретической информации;

Критерии оценки уровня практической подготовки учащихся:

- соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям;

Формирование навыков эффективной коммуникации. Развитие умения совместно планировать, собирать информацию и эффективно взаимодействовать в коллективных творческих делах (КТД). Как научиться эффективным способам коммуникации. Умение отстаивать свою точку зрения. Навыки и умения ставить цели и достигать их. Совместная работа школьников по разработке и подготовке социального проекта

Критерием оценки могут быть такие виды образовательной деятельности:

- тестирование;
- конкурсы;
- тренинги;
- опрос;
- наблюдение;
- диагностика и самодиагностика;
- анкетирование учащихся и родителей;
- дневники педагогических наблюдений

Способы диагностики и контроля результатов

Диагностика	Содержание	период	способ
Первичная	Степень интересов и уровень подготовленности детей к занятиям	сентябрь	наблюдение
Промежуточная	Степень развития познавательных, интеллектуальных, творческих способностей ребенка	декабрь	тест
Итоговая	Степень развития знаний и умений в результате освоения программы	май	защита проекта

Формы организации деятельности

Структура и организация занятий:

1. Разминка – упражнения, создающие благоприятную атмосферу, позволяющие настроиться на разговор, на основную работу.
2. Завязка – проблемная ситуация, формирующая соответствующую мотивацию на занятие.
3. Основная часть - рассмотрение в теоретическом и практическом плане вопросов основного материала.
4. Упражнения на закрепление и применение.
5. Подведение итогов, рефлексия. Для учащихся – это способ прислушаться к себе, поразмышлять о своем внутреннем состоянии и его причинах. Для руководителя – основной метод руководства процессами самосовершенствования учащихся.
6. Релаксация – расслабление, выход из интеллектуальной сферы.

Разделы курса предполагают теоретическое освещение вопросов и их практическое применение: подготовка, планирование и реализация

Формы занятий могут быть разными: индивидуальная, парная, групповая, работа над проектом.

Индивидуальная работа.

Участники – это дети, у которых выражен интерес к предмету. Задачи руководителя объединения заключаются в следующем:

- выявить уровень психологических знаний учащихся;
- выявить учащихся, способных к самоанализу, с развитой эмпатией;
- формировать у учащихся систему понятий, умений и навыков;
- определять сформированность познавательного интереса учащихся.

Работа в парах

Через работу в парах ребенок учится вскрывать причины возникающих ошибок, анализировать свои психологические особенности и особенности товарища.

Групповая работа

Основные направления групповой работы: аксиологическое, инструментальное, потребностно-мотивационное и развивающее.

Аксиологическое направление учит ребенка принимать самого себя и других людей, при этом адекватно осознавая свои и чужие достоинства и недостатки. Инструментальное направление формирует умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы, то есть помогает личностной рефлексии ребенка. Потребностно-мотивационное направление для подростков предполагает прежде всего развития умения сделать выбор, готовность нести за него ответственность, а также формирование потребности в самоизменении и личностном росте.

Организация групповой работы:

- распределение работы между участниками;
- умение выслушивать различные точки зрения, критиковать, выдвигать гипотезы;
- владение способами самооценки, контроля;
- умение представить результат работы, представить анализ выбранного решения.

Методы обучения

Основные методические средства, используемые при разработке программы групповых занятий:

- психологическая информация;
- интеллектуальные задания;
- ролевые методы;
- коммуникативные игры;
- игры, направленные на развитие воображения;
- задания с использованием терапевтических метафор;
- задания на формирование «эмоциональной грамотности»;
- когнитивные методы;
- дискуссионные методы

Педагогические технологии

Технологии личностно-ориентированного обучения, с элементами проблемного обучения.

Методическое обеспечение программы

- методические пособия, разработки игр, викторин, бесед, конкурсов, квестов;
- учебно - методические комплексы;
- дидактические материалы;
- видео ролики

Материально-техническое обеспечение

- помещение (кабинет)
- качественное электроосвещение;
- столы и стулья, соответствующие количеству и росту учащихся;
- шкафы и стенды для образцов и наглядных пособий;
- учебная доска;
- мультимедийный проектор;
- ноутбук

Литература для педагога

1. Асмолов, А.Г. Формирование универсальных учебных действий в основной школе от действия к мысли [Текст] / А.Г. Асмолова. - М.: Просвещение, 2010. - 240с.
2. Григорьев, Д.В. Внеурочная деятельность школьников [Текст] / Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. - М.: Просвещение, 2011. - 106с.
3. Голубева, Ю.А. Тренинги с подростками [Текст] / Ю.А. Голубева, - Волгоград: Учитель, 2019. - 196с.
4. Данилюк, А.Я. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России [Текст] / А.Я. Данилюк, А.М. Кондакова, В.А. Тишков. - М.: Просвещение, 2009. - 273 с.
5. Михайлина, М.Ю. Психологическая помощь подростку в кризисных ситуациях [Текст] / М.Ю. Михайлина. - Волгоград: Учитель, 2020. - 226с.
6. Рыбинский, В. Н. Развивающие занятия с детьми 9-14 лет. [Текст] / В.Н. Рыбинский. - Академия Развития. М.: 2007. - 296с.
7. Хухляева, О.В. Тропинка к своему Я 7-8 классы [Текст] / О.В. Хухляева. - М.: Генезис, 2019. - 160с.

Литература для учащихся

1. Дубровина, А.М. Возрастная и педагогическая психология: Хрестоматия [Текст] / И.В. Дубровина. - М.: Академия, 2005. - 189с.
2. Григорьева, Т.Г. Основы конструктивного общения: Практикум [Текст] / Т.Г. Григорьева. - М., 1997. - 387с.
3. Марасанов, Г.И. Социально-психологический тренинг. [Текст] / Г.И. Марасанов. - М., 1998. - 185с.
4. Хухляева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе 5-6: классы [Текст] / О.В. Хухляева. - Генезис, 2018. - 240с.