

**Министерство образования Саратовской области
Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Региональный центр допризывной подготовки молодежи
к военной службе и военно – патриотического воспитания
Саратовской области»**

ПРИНЯТА

на заседании
педагогического совета
протокол № 1
от 31.08.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБУ ДО «Региональный
центр допризывной подготовки
молодежи»
А.К. Гаранин
Приказ № 554 от 01.09.2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Обо мне и для меня»**

Возраст учащихся: 5 – 7 лет
Срок реализации – 2 года

Автор - составитель:

Крюкова Елена Владимировна,
педагог дополнительного образования

Саратов
2023 г

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Направленность дополнительной общеразвивающей программы

Данная программа имеет социально-гуманитарную направленность.

Программа *«Обо мне и для меня»* разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказ Министерства образования Саратовской области от 22.06.2021 № 1039 «О Программе развития воспитания в Саратовской области на 2021-2025 годы».
- Письма Министерства образования и науки РФ от 18.11.15 № 09-3242 о направлении «Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Письма Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзора) от 08.05.2020 №02/8900-2020-24 «О направлении рекомендаций по организации работы образовательных организаций»;
- Письма Министерства просвещения РФ от 19.03.2020 г. № ГД – 39/04 «О направлении методических рекомендаций»;
- Письма Министерства просвещения РФ от 7 мая 2020 г. N ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий»;

- Положения о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи»;
- Положения о реализации ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи» дополнительных общеразвивающих программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий;
- Устава ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи».

1.1.2. Актуальность дополнительной общеразвивающей программы

В современных условиях важнейшим основанием успешности ребенка выступает наличие у него развитых знаний, навыков и умений в сфере социальных коммуникаций, а также здоровой самооценки.

В современных условиях развития информационных технологий, когда коммуникативное взаимодействие осуществляется виртуально, у детей возникает проблема недостатка навыков непосредственного общения, что приводит к проблемам самопознания и адекватной идентификации себя по отношению к окружающим людям.

Таким образом, для современного общества возникает задача формирования среды, в которой дети могли бы приобрести коммуникативные навыки непосредственного общения и сформировать адекватную самооценку. Всё вышесказанное говорит о важности и необходимости оказания своевременной психолого-педагогической помощи в данной сфере.

Коммуникативные навыки - это способность человека правильно взаимодействовать с окружающими. Эти навыки являются ведущими. Наличие или отсутствие данных навыков влияет на успешность в обучении, взаимодействии со сверстниками, педагогами, на формирование самосознания и самооценки.

Коммуникативный интеллект необходимо развивать еще в дошкольном возрасте. У многих детей уже в дошкольном возрасте возникает и закрепляется негативное отношение к другим, что может вызвать весьма печальные последствия в будущем. Дефицит общения мешает активному развитию личности, способствует формированию замкнутости, тревожности, агрессивности.

Общение дошкольников друг с другом посредством игры помогает не только развивать коммуникативный интеллект, развивать навыки общения, но и приобретать ценный опыт, который ребенок сможет воплотить в самостоятельной жизни.

Дошкольное детство – период, в котором идет активное развитие всей личности в целом. Стремительно развивается речь, появляется творческое воображение, особая логика мышления, подчиняющаяся динамике образных представлений. Это время первоначального становления личности. Возникновение эмоционального предвосхищения последствий своего

поведения, самооценки, усложнение и осознание переживаний, обогащение новыми чувствами и мотивами эмоционально - потребностной сферы, наконец, появление первых сущностных связей с миром и основ будущей структуры жизненного мира – вот главные особенности личностного развития дошкольника.

Одним из главных факторов для развития гармонично-развитой личности является самооценка.

Самооценка – оценка человеком самого себя, своих достоинств и недостатков, возможностей, качеств, своего места среди других людей.

Самооценка влияет на эффективность деятельности и на развитие личности. Умея адекватно оценивать себя, человек легче найдет свое место в жизни, зная свои реальные возможности и способности - добьется поставленных целей и задач, а также сможет выстроить межличностные отношения.

1.1.3. Отличительная особенность дополнительной общеразвивающей программы

Программа «Обо мне и для меня» отличается от программ общего образования по коммуникативной компетентности и социальной адаптации тем, что:

1. сочетает в себе комплекс разных форм работы (прежде всего, тренинговых и игровых форм работы);
2. упрощена и доступна для категорий детей указанного возраста;
3. построена по принципу усложнения и увеличения предлагаемого материала, направлена на формирование знаний, умений и навыков, которые помогут детям адаптироваться в окружающей среде;
4. тематический план раскрывает технологию изучения программы, определяет последовательность тем, дает примерное распределение учебных часов по темам и возможную последовательность изучения курса в коррекционно - образовательном процессе, учитывает возрастные особенности детей, определяет минимальный набор практических работ, необходимых для формирования коммуникативной компетентности и социальной адаптивности детей.
5. данная программа предназначена для максимального формирования социальной активности личности.
6. возможность реализации образовательной программы с применением электронного обучения и дистанционных технологий.

Кроме того, в рамках реализации Программы используются вспомогательные средства и технологии: оснащение рабочего места ребенка различными техническими средствами, которые создают максимально комфортную и эффективную для обучения среду.

Учитывая требования современного дополнительного образования программа «Обо мне и для меня» реализует следующие основные идеи и задачи

дополнительного образования детей в условиях работы ГБУ ДО «Регионального центра допризывной подготовки молодежи»:

- развитие мотивации детей к познанию и творчеству;
- содействие личностному и профессиональному самоопределению обучающихся, их адаптации в современном динамическом обществе;
- сохранение и охрана здоровья детей.

1.1.4. Педагогическая целесообразность дополнительной общеразвивающей программы

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что групповой формат программы психологического кружка помогает определить и трансформировать неадекватные межличностные паттерны поведения и в результате учащиеся не только разрешают текущие проблемы и психологически просвещаются, но и, благодаря обретенной альтернативной модели опыта и поведения, избавляются от повторения деструктивных личностных признаков в будущем.

Прогнозируемый результат:

По окончании обучения по данной программе учащиеся должны:

- иметь представление об индивидуальных психологических особенностях личности;
- иметь общие представления о культуре общения;
- овладеть основами самопознания, самоанализа;
- овладеть навыком построения гармоничных межличностных отношений, сотрудничества и плодотворного взаимодействия с другими людьми;
- овладеть навыками разрешения и профилактики конфликтов;
- овладеть навыками регуляции своего эмоционального состояния.

Отличительная особенность данной программы от уже существующих в данном направлении программ в том, что данная программа предназначена для максимального формирования социальной активности личности.

Следует отметить, что формирование социальной активности достигается путём активного использования социально-психологических тренингов. Основной целью социально-психологического тренинга является овладение социально-психологическими знаниями в активной форме.

Участники, погружаясь в особую атмосферу тренинга, осознают и открывают для себя актуальные идеи и закономерности, активируют свои личностные ресурсы, изменяют и модифицируют паттерны своего поведения. Данная форма организации занятий позволяет создать в группе атмосферу доверия, безопасности и открытости.

1.1.5. Адресат дополнительной общеразвивающей программы

В реализации программы принимают участие дети 5-7 лет.

1.1.6. Срок реализации и объём дополнительной общеразвивающей программы

Программа рассчитана на два года обучения.

Учебный год рассчитан на девять календарных месяцев.

Объём программы на весь курс обучения для одной учебной группы составляет 288 академических часов (30 минут).

Объём программы по годам обучения: первый год - 144 часов;
второй год - 144 часов.

1.1.7. Режим занятий

Первый год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа с 10-минутным перерывом, итого – 4 часа в неделю (144 часа в год).

Второй год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа с 10-минутным перерывом, итого – 4 часа в неделю (144 часа в год).

Продолжительность занятия для детей от 5 до 6 лет составляет 25 минут.

Продолжительность занятия для детей от 6 до 7 лет составляет 30 минут.

Занятия по дополнительной общеразвивающей программе «Обо мне и для меня» с детьми проводятся в соответствии с возрастом и социально-коммуникативным уровнем развития каждого ребенка.

В условиях изменения режима работы, возникающих в связи с переводом на дистанционный режим реализации дополнительной общеобразовательной программы, при необходимости, могут быть внесены коррективы в содержание дополнительной общеобразовательной программы, ее календарно-тематическое планирование, контроль и оценку результативности обучения на основании Положения о реализации ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи» дополнительных общеразвивающих программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Кроме того, при необходимости, информирование обучающихся и их родителей о реализации образовательной программы с применением электронного обучения и дистанционных технологий, ознакомление с расписанием занятий, графиком проведения контроля (текущего, итогового), ведение учета результативности образовательного процесса в электронной форме, проводится с использованием телефонной связи, смс - сообщений, видео-звонков, различных мессенджеров, сайта учреждения.

1.1.8. Особенности набора учащихся для обучения по программе «Обо мне и для меня»

Для обучения по программе принимаются дети в возрасте от 5 до 7 лет. После собеседования и тестирования (входящего контроля) формируются учебные группы.

Наполняемость группы – до 15 человек.

Количество обучаемых в группах регламентируется санитарными правилами и нормами, а также Уставом ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи».

1.2. Цель и задачи дополнительной общеразвивающей программы

Цель: овладение коммуникативными навыками за счет расширения социального опыта общения, самовыражения в большой группе людей и снятия барьера стеснительности, психологической зажатости.

Задачи программы:

Обучающие:

- научить рефлексивным умениям формировать потребность в саморазвитии;
- научить навыкам общения и сотрудничества.

Развивающие:

- развивать коммуникативные умения в процессе общения в коллективе;
- развивать навыки совместной деятельности;
- развивать познавательный интерес к окружающим людям и окружающему социальному миру;
- содействовать расширению социально-адаптивных и коммуникативных возможностей учащихся, их социализации за счет дополнительно приобретенных умений и навыков;
- способствовать расширению кругозора учащихся путем формирования знаний и представлений о социальном мире, коммуникациях и способах их применения.

Воспитательные:

- научить самовыражению, положительному самоотношению и принятию других людей;
- воспитать чувство коллективизма, взаимопомощи, ответственности;
- формировать учебную и трудовую мотивацию, уверенность в познании окружающего мира;
- подготовить детей к социальной практической деятельности;
- воспитывать положительное отношение к окружающим людям и окружающему социальному миру;
- создавать ситуацию успеха для каждого ребенка;
- воспитывать навыки культурного общения со сверстниками.

1.3. Планируемые результаты освоения программы

Метапредметные

Регулятивные универсальные учебные действия:

- умение составлять план своих действий;

- осуществить действия по реализации плана;
- соотнести результат своей деятельности с целью и оценить его;
- уметь осуществлять пошаговый и итоговый контроль учебной деятельности по результату;
- проявлять целеустремлённость и настойчивость в достижении цели.

Познавательные универсальные учебные действия:

- уметь вести диалог "человек - человек";
- понимать принципы построения социальной коммуникации;
- уметь работать в коллективе;
- уметь адаптироваться в условиях новой социальной среды;
- извлекать информацию, ориентироваться в своей системе знаний;
- перерабатывать социальную информацию для получения необходимого результата, в т.ч. для создания нового продукта;
- преобразовывать информацию из одного вида в другой и выбирать наиболее удобную для себя форму;
- формировать социальные и коммуникативные компетенции.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- доносить свою позицию до других, владея приемами монологической и диалогической речи;
- понимать другие позиции (взгляды, интересы);
- договариваться с людьми, согласовывать с ними свои интересы и взгляды, для того чтобы сделать что-то сообща;
- продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех его участников;
- уметь сотрудничать с педагогом и сверстниками при решении различных творческих задач;
- принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

Личностные

- иметь сформированность внутренней позиции обучающегося;
- осуществлять поиск и установление личностного смысла;
- знать основные моральные нормы и основы ориентации в современном социальном мире;
- быть готовыми к развитию этических чувств как регуляторов морального поведения;
- понимать роль коммуникаций в современном социальном мире;
- относиться ответственно к своим действиям в отношении других людей с учетом правовых и этических аспектов;
- быть готовыми к повышению своего образовательного уровня и продолжению обучения;

- быть готовыми и способными к общению и сотрудничеству со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной, общественно-полезной, учебно-исследовательской, творческой деятельности;
- быть готовыми и способными к принятию ценностей здорового образа жизни.

Предметные

Учащиеся должны

ЗНАТЬ:

- индивидуальные психологические особенности личности;
- правила работы в группе;
- общие сведения о социальном мире;
- правила общения;
- нормы этикета и культуры поведения;
- основные элементы зрительной и дыхательной гимнастики.

УМЕТЬ:

- работать в группе;
- использовать основы самопознания, самоанализа;
- принимать сюжет и правила игры;
- мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой;
- выполнять дыхательные упражнения;
- использовать основы построения гармоничных межличностных отношений, сотрудничества и плодотворного взаимодействия с другими людьми;
- использовать основы разрешения и профилактики конфликтов;
- использовать основы регуляции своего эмоционального состояния;
- применять навыки рефлексии;
- вербально выражать собственное мнение;
- получить навыки дискуссии;
- осознавать свои чувства, причины поведения.

1.4. Содержание программы
Учебный план занятий первый год обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Теория	Практика	Всего	
1й год обучения					
Раздел 1. Учебно- тренировочный					
1	Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	1	1	2	Устный опрос
2	Тема 2. Знакомство	1	1	2	Беседа
3	Тема 3. Сплочение коллектива	4	8	12	Тренинг-игра, беседа, тестирование, викторина, опрос
Раздел 2. Эмоционально-волевая сфера					
4	Тема 4. Тревожность	6	6	12	Беседа, рисуночный тест, ситуативная игра, тренинг- игра, опрос
5	Тема5. Рефлексия и коррекция психо-эмоционального состояния	4	12	16	Опрос, беседа, дидактическая игра
Раздел 3. Личностная сфера					
6	Тема 6. Самооценка	6	10	16	Беседа, опрос, тестирование, тренинг
Раздел 4. Развитие навыков коммуникации и формирование адекватной самооценки					
7	Тема 7. Значение памяти для успешного общения	4	12	16	Беседа, тренинг развития памяти, индивидуальный опрос
8	Тема 8. Значение наглядно-действенного мышления для успешного общения	6	10	16	Индивидуальный опрос, тренинг развития наглядно-действенного мышления, беседа
9	Тема 9. Значение логического мышления детей для успешного общения	1	15	16	Тренинг развития логического мышления, беседа, индивидуальный опрос
10	Тема 10. Значение восприятия детей для успешного общения	4	12	16	Тренинг развития восприятия, индивидуальный опрос
11	Тема 11. Значение внимания для успешного общения	4	12	16	Дискуссия, тренинг развития внимания, беседа, индивидуальное тестирование
Раздел 5. Профессиональное ориентирование					
12	Тема 12. В мире профессий	2	0	2	Беседа, викторина, опрос
13	Итоговое занятие	0	2	2	Индивидуальное задание
-	Итого	43	101	144	-

Учебный план занятий второй год обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Теория	Практика	Всего	
2й год обучения					
Раздел 1. Учебно- тренировочный					
1	Тема 1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	1	1	2	Устный опрос
2	Тема 2. Знакомство	1	1	2	Беседа
3	Тема 3. Сплочение коллектива	4	4	8	Игра
Раздел 2. Личностная сфера					
4	Тема 4. Самооценка	10	10	20	Тестирование
5	Тема 5. Темперамент	4	4	8	Тестирование
6	Тема 6. Коммуникативные навыки и их значение для человека	18	18	36	Викторина
Раздел 3. Эмоционально-волевая сфера					
7	Тема 7. Тревожность	10	10	20	Тестирование
8	Тема 8. Конфликтное взаимодействие	4	4	8	Тестирование
Раздел 4. Профессиональное ориентирование					
9	Тема 9. «Путешествие в мир профессий»	8	8	16	Викторина
Раздел 5. Работа по профилактике отклоняющегося поведения и пропаганде ЗОЖ					
10	Тема 10. Вредные и полезные привычки	6	6	12	Кроссворд
11	Тема 11. Профилактика деструктивного поведения	6	5	11	Беседа
12	Итоговое занятие	-	1	1	Викторина
-	Итого	72	72	144	-

Содержание учебного плана занятий первый год обучения

(4 часа в неделю)

Раздел I. Учебно-тренировочный

Тема 1. Вводное занятие

Теория	Практика
Знакомство с коллективом.	Тренинг с целью знакомства, сплочения коллектива
Инструктаж по ТБ и ПБ	Пальчиковые упражнения
-	Дыхательная гимнастика

Тема 2. Знакомство

Теория	Практика
Беседа «Психология - интереснейшая наука»	Тренинг-игра «Мы вместе»
-	Пальчиковая гимнастика

Тема 3. Сплочение коллектива

Теория	Практика
Беседа «Мы разные, но мы вместе!»	Упражнения с элементами тренинга
Этическая беседа «Как помириться после ссоры?»	Тренинг на сплочение
Этическая беседа «Правила дружной игры»	Пальчиковая гимнастика
Беседа «Урок дружбы»; чтение и обсуждение рассказа М. Пляцковского «Урок дружбы»	Входная диагностика
Беседа о дружбе и друзьях	Упражнения с карандашами для развития мелкой моторики
Беседа «Как найти друга»	Арт-терапия
Беседа «Для чего нужны друзья»	Зрительная гимнастика
Беседа «Мой лучший друг»; Знакомство с пословицами о дружбе	-

Раздел II. Эмоционально-волевая сфера

Тема 4. Тревожность

Теория	Практика
Беседа «Будь смелым»	Диагностика уровня тревожности посредством методики «Кактус»
Беседа «Как вы справляетесь с трудностями?»	Тренинг-игра, способствующая снижению уровня тревожности учащихся
Беседа «Я всё могу!»	Просмотр видеоролика «Морские обитатели» с целью снижения уровня тревоги у учащихся
Беседа «Радость»	Сказко-терапевтические упражнения
Беседа «Я-сильный»	Арт-терапия
Беседа «Верь в себя»	-

Тема 5. Рефлексия и коррекция психо-эмоционального состояния

Теория	Практика
Беседа «Наши чувства»	Сказкотерапия
Беседа «Разноцветный мир эмоций»	Игра-драматизация
Беседа «Вежливый и учтивый ребенок»; чтение и обсуждение мексиканской сказки «Вежливый кролик»;	Дидактические игры на развитие эмоциональной сферы детей дошкольного и младшего школьного возраста
Беседа «Я и другие люди»	Пальчиковые упражнения
Беседа «Поссорились и помирились»	Арт-терапия;
Беседа «Правила дружбы»	Тренинг «Наши чувства»
Беседа «Путешествие в страну грусти»	Зрительная гимнастика
Беседа о доброте и жадности; чтение и обсуждение рассказа Т. Пономаревой «Хитрое яблоко»	-

Раздел III. Личностная сфера

Тема 6. Самооценка

Теория	Практика
Беседа на тему: «Я» с целью познакомить детей с понятием	Упражнение «Расскажи о себе»

«Самооценка»	
Чтение и обсуждение терапевтических сказок: <ul style="list-style-type: none"> ▪ «Случай в лесу»; ▪ «Кенгурёнок Вася»; ▪ «Сказка о ежонке»; ▪ «Хвостатик»; ▪ «Нужная вещь»; ▪ «Скрипочка»; ▪ «Костерчик»; ▪ «Ловкая лапка» 	Тренинг повышения самооценки
Беседа «Когда и в чем нужна смелость»	Пальчиковая гимнастика
Беседа «Что такое героизм?»	Упражнения с элементами тренинга.
Беседа «Подвигу - жить!»; расширять представления детей о защитниках Родины, знакомить с юными героями ВОВ	Упражнения с карандашами для развития мелкой моторики
-	Сказко-терапевтические упражнения
-	Арт-терапия

Раздел IV. Развитие навыков коммуникации и формирование адекватной самооценки

Тема 7. Значение памяти для успешного общения

Теория	Практика
Беседа «Что такое память?»	Пальчиковые игры
Беседа «Развиваем нашу память»	Дидактические игры с целью развития памяти дошкольников и младших школьников
Беседа «Учимся запоминать»	Подвижные игры с музыкальным сопровождением
-	Развивающие задания с целью развития памяти
-	Упражнения с элементами тренинга
-	Дыхательная гимнастика
-	Коммуникативный тренинг-игра

Тема 8. Значение наглядно-действенного мышления для успешного общения

Теория	Практика
Беседа: «Учимся составлять группу из отдельных предметов»	Дидактические игры с целью развития наглядно-действенного мышления дошкольников и младших школьников
Беседа: «Учимся выделять предметы по назначению и по отдельным признакам»	Упражнения с карандашом для развития мелкой моторики рук
Беседа: «Учимся обобщать предметы по характерным признакам»	Дыхательная гимнастика
Беседа: «Учимся сравнивать предметы»	Пальчиковые игры
Знакомство с живописью: рассматривание картин Виктора Михайловича Васнецова: «Ковер самолёт», «Три богатыря»; «Царевна-лягушка», «Иван Царевич на сером волке», «Аленушка». Рассказы по картинам.	Отгадывание загадок

Тема 9. Значение логического мышления для успешного общения

Теория	Практика
Беседа: «Рассуждалки» для развития смекалки»	Дидактические игры с целью развития логического мышления
Беседа: «Сочиняем сказку сами»	Составление кроссвордов
-	Задание «Придумаем логическую загадку»
-	Отгадывание логических загадок
-	Дыхательная гимнастика ¹
-	Викторина «Устами младенца»

Тема 10. Значение восприятия детей для успешного общения

Теория	Практика
Беседа «Как мы воспринимаем мир»	Дидактические игры на восприятие дошкольников и младших школьников
Беседа «Наши ощущения и восприятия»	Тренинг для развития восприятия и наблюдательности ²

¹ Тестирование способностей вашего ребенка/ Ю.Виес.-Минск:Попурри,.2013-с.112

Беседа «Восприятие пространства»	Дыхательная гимнастика
Беседа «Восприятие формы, величины и цвета»	Арт-терапия
-	Упражнения для тренировки и развития восприятия ³
-	Диагностика наблюдательности ⁴

Тема 11. Значение внимания для успешного общения

Теория	Практика
Беседа «Что такое внимание?»	Дидактические игры с целью развития внимания дошкольников и младших школьников;
Беседа «Как быть внимательным?»	Пальчиковые игры;
Беседа «Невнимательность и к чему это может привести»	Дыхательная гимнастика;
Беседа «Внимание! Улица»	Арт-терапия;
Беседа «Опасные ситуации на улице и во дворе»	Подвижные игры с музыкальным сопровождением.
Беседа «Внимание! Уличные животные»	Упражнения с карандашами для развития мелкой моторики;
Беседа-игра «Осторожно, электричество!»	Упражнение «Найди отличия».

Раздел 5. Профессиональное ориентирование

Тема 12. «В мире профессий»

Теория	Практика
Беседа «Профессии наших родителей»	Викторина «Кто больше знает профессий?»
Беседа «Что больше всего вы любите делать?»	Беседа «Знакомимся с пословицами и поговорками о труде»

² Развитие интеллектуальных способностей школьника. Популярное пособие для родителей и педагогов/ Тихомирова Л.Ф.-Ярославль: «Академия развития», 1997- стр. 31

³ Развитие интеллектуальных способностей школьника. Популярное пособие для родителей и педагогов/ Тихомирова Л.Ф.-Ярославль: «Академия развития», 1997- стр. 25

⁴ Развитие интеллектуальных способностей школьника. Популярное пособие для родителей и педагогов/ Тихомирова Л.Ф.-Ярославль: «Академия развития», 1997- стр. 22

Содержание учебного плана занятий второй год обучения

(4 часа в неделю)

Раздел I. Учебно-тренировочный

Тема 1. Вводное занятие

Теория	Практика
Инструктаж по ТБ	Закрепление знаний посредством просмотра видеороликов и обсуждения их
-	Зрительная гимнастика

Тема 2. Знакомство

Теория	Практика
Знакомство с коллективом	Тренинг с целью знакомства, сплочения коллектива

Тема 3. Сплочение коллектива

Теория	Практика
Беседа «О дружбе и друзьях»	Тренинг на сплочение коллектива
Беседа «Дружбой дорожить умеете»	Входная диагностика
Беседа о вежливости	Упражнения с элементами тренинга
Беседа «Могут ли Вам руки помочь подружиться?»	Дыхательная гимнастика

Раздел II. Личностная сфера

Тема 4. Самооценка

Теория	Практика
Беседа на тему: «Самооценка и ее роль в жизни человека»	Диагностика самооценки в соответствии с методикой «Самооценка» ⁵
Беседа «О важности самооценки в жизни подростка»	Тренинг повышения самооценки;
Беседа «Личностный рост и саморазвитие»	Тренинг-игра с целью выявления индивидуальности: «Я особенный!»
Беседа «Мои достоинства»	Арт-терапия

⁵ Тестирование способностей вашего ребенка/ Ю.Виес.-Минск:Попурри,.2013-с177

Беседа «Чему я хочу научиться»	Тренинг с целью повышения самооценки
Беседа - игра «Кто Я?»	Упражнения с элементами тренинга
Беседа «Моё настроение»	-
Беседа «О мужестве и героизме»;	-
Беседа «Подвигу - жить!»; расширять представления учащихся о защитниках Родины, знакомить с юными героями ВОВ	-
Беседа «Героические подвиги во время Великой Отечественной Войны	Тестирование в соответствии с методикой «Мотивация успеха и боязнь неудачи» А.А. Реан

Тема 5. Темперамент

Теория	Практика
Беседа «Типы и признаки темперамента»	Рисунок несуществующего животного ⁶ .
Беседа «Моё настроение»	Тренинг для подростков «Я и темперамент»
Беседа «От улыбки станет всем светлей»	Дыхательная гимнастика
Беседа «Что мы чувствуем?»	Психометрический тест

Тема 6. Коммуникативные навыки и их значение для человека

Теория	Практика
Беседа «Польза общения»	Тест «Умею ли я общаться» (по В.Ф. Ряховскому)
Беседа «Как начать общаться со сверстниками»	Тренинг на развитие коммуникативных навыков «Мы умеем общаться»
Беседа «С чего начать нам разговор?»	Игра-драматизация
Беседа «Невербальные средства в общении»	Упражнения с элементами тренинга: <ul style="list-style-type: none"> ❖ «Приветствие»; ❖ «Настроение»; ❖ «Мимика»; ❖ «Зеркало»; ❖ «Встреча»;

⁶ Тестирование способностей вашего ребенка/ Ю.Виес.-Минск:Попурри,.2013-с160

	<ul style="list-style-type: none"> ❖ «Давайте познакомимся»; ❖ «Хочу у Вас работать»
Беседа «Мимика и пантомимика в общении»	Дыхательная гимнастика
Беседа «Жизненные роли: Родитель-Взрослый – Ребенок»	Обыгрывание ситуаций общения с позиций «Родитель – Взрослый - Ребёнок»
Беседа о вежливости	-
Беседа «Дружбой дорожить умеете»	-
Беседа «Если с другом вышел в путь»	-

Раздел III. Эмоционально-волевая сфера

Тема 7. Тревожность

Теория	Практика
Беседа «Что такое тревожность?»	Графическая методика «Кактус»
Беседа «Мои сильные стороны»	Тренинг, способствующий снижению уровня тревожности
Беседа «Мои ценности»	Дыхательная гимнастика
Беседа «Я могу...»	Упражнения на снятие мышечного панциря
Беседа «Эмоции правят мной или я ими?»	Арт-терапия
Беседа «Как управлять эмоциями? Способы саморегуляции»	Тренинг «Приемы и способы саморегуляции эмоционального состояния»
Беседа «Техники и приёмы конструктивного общения»	Упражнения с элементами тренинга, способствующие снятию эмоционального напряжения
Беседа «Культурный человек»	-
Беседа «Что я думаю о себе и о других»	-
Беседа «Этичные и неэтичные поступки»	-

Тема 8. Конфликтное взаимодействие

Теория	Практика
Беседа «Глупые - ссорятся, а умные - договариваются»	Упражнения с элементами тренинга
Беседа «Не будь жадным»	Тренинг «Пути выхода из конфликтов»

Беседа «Я среди людей»	Дыхательная гимнастика
Беседа «Давай помиримся»	Арт-терапия

Раздел IV. Профессиональное ориентирование

Тема 9. «Путешествие в мир профессий»

Теория	Практика
Беседа «Путешествие в мир профессий»	Игра - погружение «У меня все получится!»
Беседа «Как много профессий хороших и нужных»	Рассматривание иллюстраций «Все профессии нужны, все профессии важны»
Беседа «Все профессии важны, все профессии нужны»	Разучивание поговорок и пословиц о труде
Беседа «Что такое орудие труда?»	Художественное творчество (раскраски «В мире профессий»)
Беседа «Технология эффективного собеседования»	Чтение и обсуждение рассказа Л. Толстого «Пожарные собаки»
Беседа «Кто такой почтальон?»	Просмотр и обсуждение презентации «Как работает почта?»
Беседа «Кем я хочу стать?»	Дидактические игры «Кому, что нужно для работы»; «Кто, что делает».
Беседа «Знакомство с профессией водителя»	Чтение и обсуждение произведений о правилах дорожного движения

Раздел V. Работа по профилактике отклоняющегося поведения и пропаганде ЗОЖ

Тема 10. «Вредные и полезные привычки»

Теория	Практика
Беседа «Вредные и полезные привычки»	Беседа «Суд над компьютерными играми»
Беседа «Что нам даёт интернет»;	Дыхательные упражнения
Беседа «О пользе витаминов и для чего они нужны человеку»	Упражнения с элементами тренинга, способствующие формированию ЗОЖ
Беседа «Правильное питание»	-
Беседа «Личная гигиена»	-
Беседа «Для чего нужен режим дня?»	-

Тема 11. «Профилактика деструктивного поведения»

Теория	Практика
Беседа «Что такое агрессия»	Упражнения с элементами тренинга
Беседа «Злость не красит человека»	Упражнение «Подари добро»
Беседа «Позитивное отношение к жизни»	Арт-терапия
Беседа «Что такое доброжелательность?»	Дыхательная гимнастика
Беседа «Царство эмоций»	Упражнение «Отгадай эмоцию»
Беседа «Поделитесь радостью»	Итоговое занятие ²¹

1.5. Формы аттестации и их периодичность

Освоение дополнительной общеразвивающей программы «**Обо мне и для меня**» сопровождается процедурами входящего контроля, текущего контроля, промежуточной аттестации, итоговой аттестации.

Входящий контроль (диагностика) осуществляется в начале обучения и проводится с целью определения доминирующих черт характера каждого ребенка и особенностей его поведения (приложение 2,3).

Форма диагностики — тестирование.

Текущий контроль осуществляется по завершению занятия, темы и проводится с целью определения степени усвоения учебного материала. Формы контроля: викторина, тренинг, беседа, устный опрос, тестирование, дискуссия, соревнование, кроссворд.

Промежуточная аттестация осуществляется в середине учебного года (в декабре) с целью определения степени и качества выполнения самостоятельной работы. Форма контроля - тестирование (Приложение 4).

Итоговая аттестация осуществляется по итогам учебного года на итоговом занятии с целью определения уровня развития самооценки детей. Формы подведения итогов реализации ДОП - опрос-зачет (Приложение 5-6).

Основная формы отслеживания результативности: опрос-беседа, тренинг, викторина, упражнения, дискуссия.

Аттестация проводится с целью установления:

- соответствия результатов освоения программы заявленным задачам и планируемым результатам обучения;
- соответствия организации образовательного процесса по реализации программы установленным требованиям к порядку и условиям ее реализации.

При подведении результативности дополнительной общеразвивающей программы в режиме дистанционного обучения с применением электронного

обучения и дистанционных образовательных технологий, как результат следует использовать участие и награды обучающихся в дистанционных конкурсах, марафонах, акциях, проектах, других мероприятиях.

2. Комплекс организационно - педагогических условий

2.1. Методическое обеспечение дополнительной общеразвивающей программы

Формы организации образовательного процесса по программе *«Обо мне и для меня»*: индивидуальные, индивидуально-групповые, дистанционные. Эффективность обучения и воспитания достигается использованием в программе различных форм занятий, включающих в себя:

- беседа;
- практические занятия (тренинг, викторина, кроссворд);
- беседы (вводные, контрольно-коррекционные, контрольно-диагностические);
- упражнения;
- игры.

При переводе на дистанционный режим проведения занятий, данные формы проведения занятий также целесообразно использовать с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

В процессе обучения используются следующие **методы обучения**:

Словесный: беседа сообщающая, беседа сообщения новых знаний, беседа контрольно-коррекционная; рассказ;

Наглядный: демонстрация иллюстраций, видео-материалов, демонстрация педагогом приемов выполнения работ;

Практический: выполнение практических упражнений, практических работ (кроссворд, викторина), тренинги, игры.

Теоретические знания учащиеся приобретают на занятиях получения новых знаний или в теоретической части практической работы. Теоретические занятия проводятся как самостоятельные учебные занятия в форме рассказов, бесед или как часть практической работы, где учащиеся получают инструктаж по выполнению работы.

Практические занятия представляют собой тренинги, викторины, кроссворды.

Воспитательная работа в объединении заключается в организации участия учащихся в конкурсных мероприятиях художественного творчества различного уровня, что положительно сказывается на их социализации. Проводится диагностика уровня воспитанности, уровня тревожности учащихся.

Программой предусмотрена **работа с родителями**: индивидуальные консультации, анкетирование родителей (удовлетворенность дополнительными

образовательными услугами), проведение родительских собраний, Открытых занятий, Дней открытых дверей.

Обучение по программе **«Обо мне и для меня»** предполагает применение **современных образовательных технологий обучения и воспитания:**

1. Гуманизация образования и воспитания;
2. Технология педагогической поддержки;
3. Технология личностно-ориентированного развивающего обучения;
4. Игровая технология обучения;
5. Здоровьесберегающие технологии.
6. Тренинговая технология обучения.

Гуманизация образования и воспитания, как ценностно- ориентированное направление в педагогике предполагает наличие 2-х условий:

Первое условие – наличие творчески работающего педагога, владеющего на высоком уровне воспитательными ценностями;

Второе условие – создание доброжелательной, открытой творческой атмосферы в работе детского объединения дополнительного образования.

В основе взаимоотношения педагога детского объединения и обучающихся лежит понимание, принятие и признание. В детском объединении дополнительного образования отсутствует жесткая регламентация деятельности, между участниками образовательного процесса налажены гуманистические взаимоотношения, созданы комфортные условия для творческого и индивидуального развития детей, осуществляется адаптация их интересов к сфере человеческой жизни.

С целью выявления и поддержки одарённых детей проводится первичная диагностика одарённых детей (шкалы Дж. Рензулли), обновление банка одарённых детей.

Технология педагогической поддержки.

Суть данной технологии заключается в индивидуально-личностной поддержке и нравственном воспитании учащихся. Внедрение в практику данной технологии позволяет сделать вывод о том, что использование технологии педагогической поддержки в качестве основного средства нравственного воспитания позволяет воспитателю:

- дифференцированно подходить к воспитанию учащихся, учитывая их индивидуальные психологические особенности и индивидуальный нравственный опыт;
- любую проблемную или конфликтную ситуацию переводить в нравственную плоскость и искать нравственные пути разрешения конфликта;
- развивать у подростков способность к *самоанализу* как важнейшему условию их самоопределения и самореализации, воспитывать в каждом учащемся нравственную свободную личность, что создаёт условия для внедрения личностно-ориентированных технологий в практику образовательной деятельности.

Технология личностно-ориентированного развивающего обучения предполагает максимальное развитие индивидуальных познавательных

способностей ребёнка, на основе имеющегося у него опыта жизнедеятельности. Содержание, методы и приёмы технологии направлены на раскрытие и использование субъективного опыта каждого обучающегося и помощь становлению личности путём организации познавательной деятельности, методическую основу которой составляет дифференциация и индивидуализация обучения. В данном детском объединении применяются такие варианты дифференциации, как комплектование групп разновозрастного состава и внутригрупповая дифференциация (для разделения по уровням познавательного интереса). Комплектование состава учебных групп осуществляется на основе входного контроля — тестирования, собеседования. Подготовка учебного материала предусматривает учёт индивидуальных способностей и возможностей детей, а образовательный процесс направлен на «зону ближайшего развития обучающегося». В процессе обучения педагог адаптирует содержание, методы, формы, темпы обучения к индивидуальным особенностям каждого обучающегося, следит за его продвижением в обучении, что позволяет корректировать процесс обучения каждого по мере необходимости.

Информационно–коммуникативные технологии в образовательном процессе. В процессе обучения по дополнительной общеразвивающей программе «**Обо мне и для меня**» педагог использует информационно–коммуникативные технологии на всех этапах образовательного процесса: при объяснении нового материала, закреплении, повторении, контроле ЗУМ.

Педагог использует компьютер и проектор для объяснения нового материала. Учащиеся приобретают умения и навыки, предусмотренные программой; проходят тестирование для отслеживания результативности образовательного процесса, выполняют самостоятельные и контрольные работы.

Здоровьесберегающие технологии предполагают создание педагогом здоровьесберегающей среды:

1. Обстановка и гигиенические условия в кабинете соответствуют требованиям СанПиН 1.2.3685-21- температура и свежесть воздуха (регулярные проветривания, приточно-вытяжная вентиляция), рациональность освещения рабочих мест и доски, отсутствие монотонных, неприятных звуковых раздражителей.

2. Смена видов учебной деятельности на занятии: практическая работа, беседа, опрос.

3. Средняя положительность и частота чередования различных видов учебной деятельности – 7-10 минут.

4. Количество видов преподавания - словесный, наглядный, аудиовизуальный, самостоятельная работа (не менее трех). Чередование видов преподавания не позже чем через 10-15 минут.

5. На занятиях используются методы, способствующие активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся – свободный выбор творческой деятельности.

6. Минутки релаксации, физкультминутки – каждые 20 мин (Приложение 7).

7. Обсуждение здоровья и пользы здорового образа жизни на занятиях (например, беседы с учащимися по профилактике детского травматизма, о вреде курения, наркомании и т.д.).

8. Используется внешняя мотивация учебной деятельности: оценка, похвала, поддержка.

9. Наличие эмоциональных разрядок: шутка, улыбка, музыкальная минутка.

Обеспечение программы методическими видами продукции

№	Наименование методического продукта	Форма
1.	Информация об объединении.	Электронная, (сайт образовательного учреждения.)
2.	Литература по профилю объединения.	бумажная (см. список литературы)
3.	Памятки по технике безопасности; памятка ЗОЖ.	Электронная.
4.	Демонстрационные материалы.	Электронная.
5.	Анкеты для учащихся объединения и их родителей.	Бумажная, электронная
6.	Тестовые задания для входящего, текущего контроля и итогового знаний.	Бумажная, электронная
7.	Дидактические материалы.	Электронная.
8.	Комплекты оценочных материалов освоения ДОП.	Электронная.

2.2. Условия реализации программы

Для проведения занятий используется **учебный класс**, соответствующий санитарным нормативам. Учебный класс оснащен дидактическими демонстрационным материалом по тематике дополнительной общеразвивающей программы.

Информационное обеспечение

В образовательном процессе используется компьютер и проектор для объяснения нового материала, для демонстрации видеоматериалов по тематике программы, для обработки результатов тестирования детей.

2.3. Оценочные материалы

№п/п	Контролируемые темы	Система оценки уровней знаний, умений и навыков	Дата
Входная диагностика			
1 год обучения			
	Беседа «Как нужно общаться?»	Тестирование «Психометрический тест» ⁷	сентябрь
2 год обучения			
	Беседа «Секреты общения»	Методика «Лесенка» Щур В.Г.	сентябрь
Промежуточная аттестация			
1й-2й год обучения			
	Беседа «Невербальные средства в общении»	Методика «Сюжетные картинки» Р.Р. Калинина	декабрь
Итоговая аттестация			
1 год обучения			
	Беседа «Царство эмоций»	Методика «Лесенка» Щур В.Г.	май
2 год обучения			
	Беседа «Отгадай эмоцию»	Методика «Неоконченные ситуации» (Щетинина А.М., Кирс Л.В.)	май

⁷ Тестирование способностей вашего ребенка/Ю. Виес.- Минск: Попурри

2.4. Список литературы

Основная и дополнительная литература для педагога

1. Астапов В.М. Тревожность у детей. М.: ПЕРСЭ, 2008. 160 с.
2. Бэддели А., Ваша память. Руководство по тренировке и развитию / Пер. с англ. С. Л. Могилевского. М.: Изд-во ЭКСМО-ПРЕСС, 2001. 320 с.
3. Валлон А. Психическое развитие ребенка. М.: Просвещение, 1967. 268 с.
4. Виес Ю. Тестирование способностей Вашего ребенка. Минск: Попурри, 2013. 224с.
5. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. СПб.: Питер, 2009. 336с.
6. Дурнева М.Ю. Формирование отношения к телу и пищевого поведения у девушек подросткового и юношеского возраста: М.: Академия, 2014. 420 с.
7. Кожохина С. Растем и развиваемся с помощью искусства. СПб.: Речь, 2006. 268 с.
8. Куражева Н.Ю., Тулаева А.С., Козлова И.А. 70 развивающих заданий для дошкольников 5-6 л. СПб.: Речь; М.: Сфера, 2011. 64с.
9. Лихи Роберт. Свобода от тревоги. Справься с тревогой, пока она не справилась с тобой. СПб.: Питер, 2017. 368с.
10. Остроумова М.Г., Белоконь Е.Г. Практикум по арттерапии /Сборник игр, техник и упражнений. Краснодар: КРИА, 2005. 360 с.
11. Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов. М.: Академия-2000. 240 с.
12. Преображенская Н. Тесты для вас и ваших детей. Ваши творческие способности. Занимательные упражнения в самопознания. Екатеринбург: У-Фактория, 2004. 220 с.
13. Пиаже Ж. Речь и мышление ребенка. СПб.: Союз, 1997. 428 с.
14. Шевцова И. Диалоги с внутренним ребенком: тренинг работы с детством взрослого человека. М.: Издательские решения, 2019. 230 с.
15. Шевченко М.А. Я рисую успех и здоровье. Арт - терапия для всех- СПб.: Питер, 2007. 366 с.
16. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. М.: Просвещение, 1989. 648 с.

Дополнительная литература для учащихся

1. Абдулова Т.П. Альтернативный выбор подростков в информационном пространстве// Психология обучения. 2012. №11 с. 71-82.
2. Бабаева Ю.Д. Психологические последствия информации//Психологический журнал. 1998. №1 с.88-100.
3. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. СПб.: Питер, 2008. 348 с.
4. Кон И.С. Что такое буллинг и как с ним бороться//Семья и школа. 2006.
5. Немов Р.С. Психологическое консультирование: учебник для бакалавров.-М.: Юрайт, 2013. 344 с.
6. Петровская Л.А. Компетентность в общении. Социально-психологический тренинг. М.: Изд-во МГУ, 1989. 216с.
7. Рамендик Д.М. Тренинг личностного роста: учеб. пособие.- М.: ФОРУМ:ИНФРА-М, 2008. 176с.
8. Реан А.А. Психология подростка: практикум: Тесты, методики для психологов, родителей. СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК; М.:ОЛМА-ПРЕСС, 2004.128с.
9. Сосин В.А., Лунев П.А. Учимся общению: взаимопонимание, взаимодействие, переговоры, тренинг. М.: Институт психологии РАН, 1993. 448 с.
10. Старшенбаум Г.В. Энциклопедия начинающего психолога. М: АСТ, 2016. 568 с.
11. Старшенбаум Г.В. Тренинг навыков практического психолога-Саратов: Вузовское образование, 2017. 344 с.

**2.5. Приложение к дополнительной общеразвивающей программе
«Обо мне и для меня»**

Приложение 1

Календарный учебный график

Календарный учебный график на 2023/2024 учебный год
объединения «Психологический театр общения»
по программе «**Обо мне и для меня**» 1 год обучения, 4 часов/нед.

№ п/п	Планируемая дата	Фактическая дата	Тема занятия	Количество часов			Место проведения	Форма контроля
				теория	практика	всего		
Раздел 1 Учебно-тренировочный								
1	04.09.2023		Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	1	1	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Устный опрос
Тема: «Знакомство»								
2	06.09.2023		Беседа «Психология- интереснейшая наука»	1	1	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Беседа
Тема: «Сплочение коллектива»								
3	11.09.2023		Этическая беседа «Правила дружной игры»	2	0	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Беседа
4	13.09.2023		Тренинг на сплочение коллектива	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Тренинг
5	18.09.2023		Входная диагностика: беседа «Как нужно общаться?»	2	0	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Беседа
6	20.09.2023		Входная диагностика: Тестирование	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный	тестирован ие

			«Психометрический тест» ⁸				центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	
7	25.09.2023		Тренинг на сплочение	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Тренинг
8	27.09.2023		Тренинг на сплочение	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Тренинг
Раздел 2-Эмоционально-волевая сфера								
Тема: «Тревожность»								
9	02.10.2023		Диагностика уровня тревожности в соответствии с методикой «Кактус» ⁹	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Тестирование
10	04.10.2023		Беседа «Как вы справляетесь с трудностями?»	2	0	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Беседа
11	09.10.2023		Тренинг-игра, способствующая снижению уровня тревожности учащихся	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Тренинг-игра
12	11.10.2023		Беседа «Я всё могу!»	2	0	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Беседа
13	16.10.2023		Арт-терапия	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Арт-терапевтические упражнения

⁸ Тестирование способностей вашего ребенка/ Ю. Виес.- Минск: Попурри

⁹ <http://www.vashpsixolog.ru/psychodiagnostic-school-psychologist/123-projective-tests-of-personality-research/2665-2018-08-23-13-04-06>

14	18.10.2023		Беседа «Я -сильный»	2	0	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Беседа
Тема: «Рефлексия и коррекция психо-эмоционального состояния»								
15	23.10.2023		Беседа «Наши чувства»	2	0	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Беседа
16	25.10.2023		Сказкотерапия	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Сказко- терапия
17	30.10.2023		Беседа «Я и другие люди»	2	0	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Беседа
18	01.11.2023		Дидактические игры на развитие эмоциональной сферы детей дошкольного и младшего школьного возраста	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Дидактичес кие игры
19	08.11.2023		Арт-терапия	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Арт- терапия
20	13.11.2023		Тренинг «Наши чувства»	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Тренинг
21	15.11.2023		Тренинг снижения эмоционального напряжения	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Тренинг
22	20.11.2023		Сказко- терапевтические упражнения	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной	Сказко- терапия

							подготовки молодёжи». Учебный кабинет	
Раздел III- Личностная сфера								
Тема: «Самооценка»								
23	22.11.2023		Беседа на тему «Я»	2	0	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Беседа
24	27.11.2023		Тренинг повышения самооценки	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Тренинг
25	29.11.2023		Беседа «Что такое героизм?»	2	0	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Беседа
26	04.12.2023		Чтение и обсуждение терапевтических сказок: – «Сказка о ежонке»; – «Скрипочка»	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Индивидуа льный опрос
27	06.12.2023		Тренинг повышения самооценки	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Тренинг
28	11.12.2023		¹⁰ Чтение и обсуждение терапевтических сказок: – «Ловкая лапка»; – «Хвостатик»	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Индивидуа льный опрос
29	13.12.2023		Беседа «Подвигу- жить!»	2	0	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки	Беседа

¹⁰ <https://paidagogos.com/ispolzuem-metodiku-syuzhetnyie-kartinki-dlya-opredeleniya-ponimaniya-detmi-nravstvennyih-norm.html>

							молодёжи». Учебный кабинет	
30	18.12.2023		Тренинг повышения самооценки	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Тренинг
Раздел IV. Развитие навыков коммуникации и формирование адекватной самооценки								
Тема: «Значение памяти для успешного общения»								
31	20.12.2023		Беседа «Развиваем нашу память»	2	0	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Индивидуальный опрос
32	25.12.2023		Дидактические игры с целью развития памяти дошкольников и младших школьников	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Дидактические игры
33	27.12.2023		Развивающие задания с целью развития памяти	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Индивидуальный опрос
34	10.01.2024		Беседа «Развиваем нашу память»	2	0	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Беседа
35	15.01.2024		Упражнения с элементами тренинга	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Тренинг
36	17.01.2024		Беседа «Учимся запоминать»	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Индивидуальный опрос

37	22.01.2024		Дидактические игры с целью развития памяти дошкольников и младших школьников	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Дидактические игры
38	24.01.2024		Коммуникативный тренинг	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Тренинг
Тема: «Значение наглядно-действенного мышления для успешного общения»								
39	29.01.2024		Беседа «Учимся составлять группу из отдельных предметов»	2	0	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Индивидуальный опрос
40	31.01.2024		Знакомство с живописью: рассматривание картин В.М. Васнецова	2	0	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Беседа
41	05.02.2024		Дидактические игры с целью развития наглядно-действенного мышления дошкольников и младших школьников	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Дидактические игры
42	07.02.2024		Беседа «Учимся сравнивать предметы»	2	0	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Индивидуальный опрос
43	12.02.2024		Упражнение с карандашами для развития мелкой моторики рук	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Тренинг
44	14.02.2024		Пальчиковые игры	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Тренинг

							молодёжи». Учебный кабинет	
45	19.02.2024		Дидактические игры с целью развития наглядно-действенного мышления	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Дидактические игры
46	21.02.2024		Тренинг с целью снижения эмоционального напряжения	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Тренинг
Тема «Значение логического мышления для успешного общения»								
47	26.02.2024		Беседа «Рассуждалки» для развития смекалки»	1	1	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Индивидуальный опрос
48	28.02.2024		Дидактические игры с целью развития логического мышления	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Тренинг развития логического мышления
49	04.03.2024		Беседа «Сочиняем сказку сами»	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Индивидуальный опрос
50	06.03.2024		Составление кроссвордов	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Тренинг развития логического мышления
51	11.03.2024		Задание «придумаем логическую загадку»	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодёжи». Учебный кабинет	Тренинг развития логического мышления

52	13.03.2024		Отгадывание логических загадок	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Тренинг логического мышления
53	18.03.2024		Викторина «Устами младенца»	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Викторина
54	20.03.2024		Дидактические игры с целью развития логического мышления	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Дидактические игры
Тема: «Значение восприятия детей для успешного общения»								
55	25.03.2024		Беседа «Как мы воспринимаем мир»	2	0	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Индивидуальный опрос
56	27.03.2024		Дидактические игры на развитие восприятия дошкольников и младших школьников	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Дидактические игры
57	01.04.2024		Тренинг на развитие восприятия и наблюдательности ¹¹	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Тренинг
68	03.04.2024		Беседа «Наши ощущения восприятия»	2	0	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи».	Опрос

¹¹ Развитие интеллектуальных способностей школьника. Популярное пособие для детей и педагогов/ Тихомирова Л.Ф. – Ярославль: «Академия развития», 1997- стр. 31

							Учебный кабинет	
59	08.04.2024		Упражнения для тренировки и развития восприятия ¹²	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Тренинг
60	10.04.2024		Диагностика наблюдательности ¹³	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Тестирование
61	15.04.2024		Упражнения для тренировки и развития восприятия	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Тренинг
62	17.04.2024		Тренинг снижения эмоционального напряжения	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Тренинг
Тема: «Значение внимания для успешного общения»								
63	22.04.2024		Беседа «Что такое внимание?»	2	0	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Опрос
64	24.04.2024		Дидактические игры с целью развития внимания дошкольников и младших школьников	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Дидактические игры
65	27.04.2024		Беседа «Невнимательность и	2	0	2	ГБУ ДО «Региональный	Опрос

¹² Развитие интеллектуальных способностей школьника. Популярное пособие для детей и педагогов/ Тихомирова Л.Ф. – Ярославль: «Академия развития», 1997- стр. 25

¹³ Развитие интеллектуальных способностей школьника. Популярное пособие для детей и педагогов/ Тихомирова Л.Ф. – Ярославль: «Академия развития», 1997- стр. 22

			к чему это может привезти»				центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	
66	06.05.2024		Дидактические игры с целью развития внимания дошкольников и младших школьников	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Дидактические игры
67	08.05.2024		Упражнение «Найди отличия»	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Индивидуальный опрос
68	13.05.2024		Беседа- игра «Осторожно, электричество!»	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Опрос
69	15.05.2024		Беседа «Как быть внимательным?»	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Индивидуальный опрос
70	20.05.2024		Беседа «Опасные ситуации на улице и во дворе»	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Индивидуальный опрос
Раздел 5. Профессиональное ориентирование								
Тема 12 «В мире профессий»								
71	22.05.2024		Викторина «Кто больше знает профессий?»	2	0	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Индивидуальный опрос
72	27.05.2024		Итоговое занятие	0	2	2	ГБУ ДО «Региональный центр допризывной подготовки молодежи». Учебный кабинет	Беседа
Итого				43	101	144	-	-

Входная диагностика
Учебный план первый год обучения

Психометрический тест

Психометрия как система сложилась в США. Автор этой системы Сьюзен Деллингер – специалист по социально-психологической подготовке управленческих кадров. Точность диагностики с помощью психометрического метода достигает 85%. Она много лет проработала с персоналом и свой опыт обобщила в психометрии. Теперь этой системой пользуется почти каждый кадровик в США и очень многие в России.

Эта методика анализа личности позволяет определить:

- к какому типу личности относится человек,
- какие качества ему присущи,
- предугадать, какие действия он будет предпринимать в сложившейся ситуации.

И всё это очень быстро, для теста пригодится ручка и бумага.

ИНСТРУКЦИЯ: Посмотрите прикрепленную картинку и выберите фигурку, о которой можете сказать: «Это – я!». Постарайтесь почувствовать свою форму. Если вы испытываете затруднение, выберите ту, которая первой привлекла вас. Запишите ее название под номером 1.



Теперь, в порядке предпочтения, пронумеруйте оставшиеся четыре фигуры. Номер 1 – это ваша основная фигура или субъективная форма. Она дает возможность определить доминирующие черты характера и особенности поведения.

КЛЮЧ:

КВАДРАТ

ведущей функцией жизнедеятельности является л о г и к а, что и определяет его склонность к планированию, поиску и установлению причинно-следственных связей. Трудолюбие, усердие, потребность доводить начатое дело до конца, упорство, позволяющее добиваться завершения работы, – вот основные качества истинных Квадратов. Выносливость, терпение и методичность делают Квадрата высококлассным специалистом в своей области. Этому способствует и неутолимая потребность в информации. Все сведения, которыми они располагают, систематизированы и разложены по полочкам. Если вы выбрали

для себя квадрат – фигуру линейную, то, вероятнее всего, вы относитесь к «левополушарным» мыслителям, т. е. к тем, кто перерабатывает данные последовательно... Они скорее «вычисляют результат», чем догадываются о нем. Они чрезвычайно внимательны к деталям, подробностям, любят порядок. Их идеал – распланированная, предсказуемая жизнь. Они постоянно «упорядочивают», организуют людей и вещи вокруг себя, порой провоцируют конфликты излишне жесткими мерами дисциплины или слишком строгой регламентацией.

Квадраты могут стать хорошими специалистами – техниками, отличными администраторами, но редко бывают хорошими менеджерами. Чрезмерное пристрастие к деталям, потребность в уточняющей информации для принятия решений лишает Квадрата оперативности. Кроме того, рациональность, эмоциональная сухость, консерватизм в оценках мешают Квадратам устанавливать контакты. Квадраты неэффективно действуют в аморфной ситуации.

ТРЕУГОЛЬНИК

ведущая функция – и н т у и ц и я. Фигура символизирует лидерство, и многие Треугольники ощущают в этом свое предназначение. Характерная особенность истинного Треугольника – способность концентрироваться на главной цели. Они – энергичны и сильны. Треугольники сосредоточиваются на сути проблемы. Их прагматическая ориентация направляет мыслительный анализ и ограничивает его поиском эффективного в данных условиях решения. Треугольник – очень уверенный человек. Потребность быть правым и управлять положением дел, решать не только за себя, но и за других, делает Треугольника личностью, постоянно соперничающей, конкурирующей с другими. Треугольники с трудом признают свои ошибки! Они видят то, что хотят видеть, не любят менять свои решения, часто бывают категоричны. К счастью (для них и окружающих), Треугольники быстро и успешно учатся (впитывают полезную информацию, как губка), правда, только тому, что соответствует их прагматической ориентации, способствует достижению главного.

Треугольники честолюбивы. Из них получаются отличные менеджеры. Но! Интуиция треугольника иногда играет злую шутку с его подчиненными – поставив цель перед своим отделом и интуитивно видя решение задачи, шеф-Треугольник ровным счетом ничего не сообщает коллегам, предполагая, что все будет развиваться согласно его представлениям, а потом очень «удивляется», почему нет результата или все пошло как-то не так. Главное отрицательное качество Треугольников – сильный эгоцентризм, направленность на себя. На пути к вершинам власти они не проявляют особой щепетильности, иногда для достижения результата они используют все возможные средства, пренебрегая интересами других людей и наживая врагов. Треугольники заставляют все и всех вращаться вокруг себя... Может быть, без них жизнь потеряла бы свою остроту.

ПРЯМОУГОЛЬНИК

фигура, символизирующая состояние перехода и изменения. Это временная

форма личности, которую могут «носить» остальные четыре сравнительно устойчивые фигуры в определенные периоды (например, Квадрат, осознавший бесполезность и несостоятельность своих логических заключений или подросток в период самоидентификации). Это люди, не удовлетворенные тем образом жизни, который они ведут сейчас, и занятые поисками лучшего положения.

Основное психическое состояние Прямоугольников – замешательство, запутанность в проблемах. Наиболее характерные черты – непоследовательность и непредсказуемость поступков в течение переходного периода. Они часто имеют низкую самооценку. Стремятся стать лучше в чем-то, ищут новые методы работы, стили жизни. Непредсказуемые изменения в поведении Прямоугольника обычно смущают и настораживают другие адаптивные и уже состоявшиеся личностные формы, в особенности Треугольника и Зигзага, которые сознательно могут уклоняться от контактов с «человеком без стержня».

Прямоугольникам же общение с другими людьми необходимо. Это еще одна сложность переходного периода. У Прямоугольника есть и позитивные, привлекательные качества: любознательность, пытливость, интерес к происходящему и... смелость! Они открыты для новых идей, ценностей, способов мышления и жизни, легко усваивают все новое. Обратной стороной этого является чрезмерная доверчивость, внушаемость. Прямоугольниками легко манипулировать, потому что их л о г и к а является подчиненной: на вопрос, почему он поступает именно так, звучит ответ с первыми словами «да потому что...». Прямоугольники тяготеют к авторитетным, сильным личностям, что порой и обуславливает зависимость от их мнения, подражание.

КРУГ

символика отношений или э т и к и. Тот, кто уверенно выбирает эту форму, искренне заинтересован в хороших межличностных отношениях. Высшая ценность для Круга – люди. Он стабилизирует группу. Круги – лучшие слушатели. Они обладают высокой сензитивностью и эмпатичностью. Круги великолепно «читают» людей и в одну минуту способны распознать притворщика, обманщика.

Круги «болеют» за свой коллектив и популярны среди коллег по работе, что и обеспечивает начало их подъема по служебной лестнице как активистов, «своих парней», чаще всего – через общественные организации (прим. авт.). Однако они, как правило, слабые менеджеры и руководители. Во-первых, Круги направлены скорее на людей, чем на дело. Пытаясь сохранить мир, они избегают занимать «твердую» позицию и принимать непопулярные решения. Для Круга нет ничего более тяжелого, чем вступать в межличностный конфликт, вызванный сверхценными идеями отношений своих вчерашних коллег, а сегодня – подчиненных («Стал начальником, думаешь о себе много... Рано нос задрал! Откуда сам вышел – забыл!») (прим. авт.). Во-вторых, Круги вообще не отличаются решительностью, часто не могут подать себя должным образом. Однако их не слишком беспокоит, в чьих руках находится власть. В одном

Круги проявляют завидную твердость – если дело касается вопросов морали или нарушения справедливости.

Круг – нелинейная форма, и те, кто уверенно идентифицирует себя с кругом, скорее относятся к «правополушарным» мыслителям. «Правополушарное» мышление – более образное, интуитивное, эмоционально окрашенное, чем анализирующее. Поэтому переработка информации у Кругов осуществляется не последовательно, а скорее мозаично, прорывами. Это не означает, что Круги не в ладах с логикой. Просто главная черта их мышления – ориентация на субъективные факторы проблемы (ценности, оценки, чувства) и стремление найти общее даже в противоположных точках зрения. Круг – прирожденный психолог, но слабый организатор.

ЗИГЗАГ

символика ч у в с т в и э м о ц и й - самая уникальная из пяти фигур и единственная разомкнутая.

Эта фигура символизирует креативность, творчество. Если вы твердо выбрали зигзаг в качестве основной формы, то вы, скорее всего, истинный «правополушарный» мыслитель, инакомыслящий. «Правополушарное» мышление не фиксируется на деталях, поэтому оно, упрощая в чем-то картину мира, позволяет строить целостные, гармоничные концепции и образы, видеть красоту. Зигзаги обычно имеют развитое эстетическое чувство. Доминирующим стилем мышления Зигзага чаще всего является синтетический стиль. Зигзаги не заинтересованы в консенсусе и добиваются синтеза заострением конфликта идей и построением новой концепции, в которой этот конфликт получает свое разрешение, «снимается». Причем, используя природное остроумие, они могут быть весьма язвительными, «открывая глаза» другим. Зигзаги просто не могут трудиться в хорошо структурированных ситуациях. Их раздражают четкие вертикальные и горизонтальные связи, строго фиксированные обязанности и постоянные способы работы. В работе им требуется независимость от других и высокий уровень стимуляции на рабочем месте. Тогда Зигзаг «оживает» и начинает выполнять свое основное назначение – генерировать новые идеи и методы работы. Зигзаги – идеалисты, отсюда берут начало такие их черты как непрактичность, наивность. Они несдержанны, очень экспрессивны, что, наряду с их эксцентричностью, часто мешает им проводить свои идеи в жизнь. К тому же они не сильны в проработке конкретных деталей и не слишком настойчивы в доведении дела до конца (так как с утратой новизны теряется и интерес к идее). Только для Зигзага, пожалуй, нехарактерна модуляция какой-либо из фигур.

Номера 2, 3, 4 – это своеобразные модуляторы, которые окрашивают ведущую мелодию вашего поведения. Наибольшее влияние на основную форму личности оказывает, несомненно, фигура, находящаяся на позиции 2.

**Входная диагностика
учебный план второй год обучения**

Методика «Лесенка» В.Г. Щур

Цель: выявление отношения учащегося к себе и его окружения к нему самому.

Инструкция: «..Перед тобой лесенка со ступеньками. На нижних ступеньках стоят неуспевающие, непослушные, плохие дети. На верхних - послушные и успевающие. В середине - дети, которые иногда бывают послушными, иногда нет. Обозначь, куда ты поставишь себя»

Каждая ступень имеет интерпретацию (истолкование):

1. Седьмая ступень – показатель завышенной самооценки. Показатель является нормой для первоклассников. Ученику трудно проводить анализ собственной личности. Родители часто его хвалят, говорят: «Ты лучше остальных детей». Доверяя мнению семьи, малыш выбирает верхнюю ступеньку.

2. Пятая и шестая ступеньки рассказывают об адекватной самооценке. Дети понимают - они занимают эту позицию, потому что отличаются примерным поведением, помогают родителям, доброжелательно относятся к окружающим, положительно оценивают свои поступки.

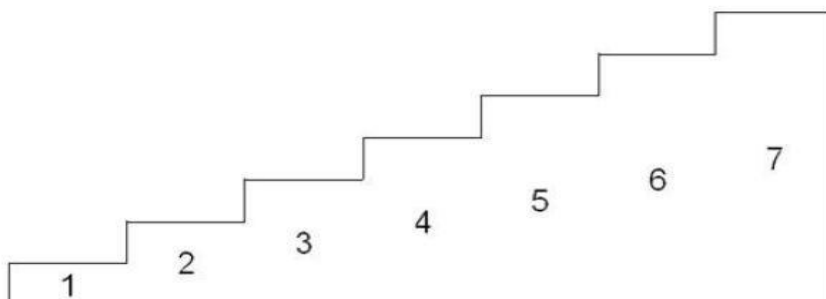
3. Четвертая ступень является крайней нормой, говорит про слегка заниженную самооценку. Эту позицию школьник занимает из-за проблем во взаимоотношениях с людьми, которых считает главными. Мама осуждает плохие оценки, а учительница хвалит за примерное поведение. Поэтому ученик не может однозначно дать ответ.

4. Вторая и третья ступеньки показывают заниженную самооценку. Нужно учитывать факторы, искажающие результаты. Тестирование может проводиться после недавней ссоры, когда ребенок чувствует собственную вину. Скорее всего, через пару дней школьник даст противоположные ответы. Педагогу нужно провести беседу, выяснить, является ли оценка временной. Возможно, существуют причины, которые заставляют его быть «плохим».

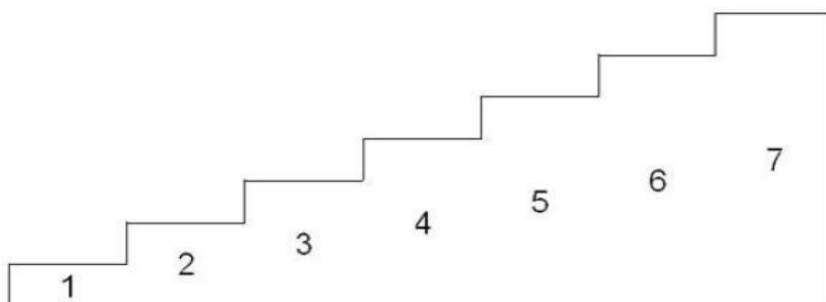
5. Первая ступень является показателем критически низкой самооценки. Школьник испытывает эмоциональный стресс, постоянно выслушивает критику педагогов, осуждения семьи, неодобрение сверстников. Таким детям необходима психологическая помощь.

Рисунок 1- шаблон методики «Лесенка»

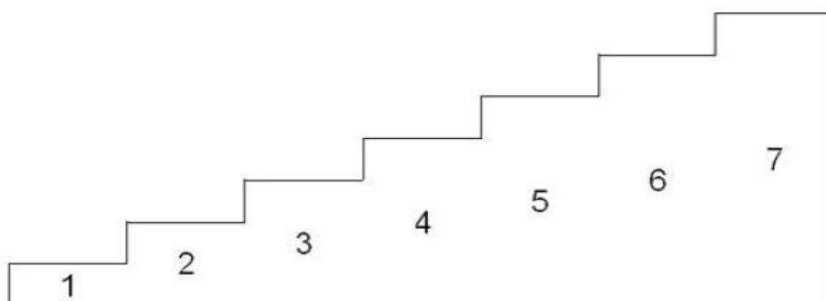
Как видят меня мои родители?



Как видит меня мой учитель?



Я - умный!



**Промежуточная аттестация
первый и второй год обучения**

Методика «Сюжетные картинки» (Р. Р. Калинина)

Цель: изучение осознания детьми таких нравственных норм, как: доброта - злость; щедрость - жадность; трудолюбие - лень; правдивость - лживость.

Диагностические показатели: Осведомленность о нормах и ценностях принятых в обществе.

Возрастной диапазон: 4-7 лет

Источник информации: дети

Форма и условия проведения: индивидуальная

Инструкция: Исследование проводится индивидуально. Ребенку говорят: «Разложи картинку так, чтобы с одной стороны лежали те, на которых нарисованы хорошие поступки, а с другой - плохие. Рассказывай и объясняй, куда ты положишь каждую картинку и почему».

В протоколе фиксируются эмоциональные реакции ребенка, а также его объяснения (желательно дословно).

Стимулирующий материал приложение №1

Обработка результатов: Ребенок неправильно раскладывает картинку (в одной стопке оказываются картинка с изображением, как положительных поступков, так и отрицательных, эмоциональные реакции неадекватны или отсутствуют, интерпретируется как несформированность понятия нравственных норм.

Низкий (2 балла) - ребенок правильно раскладывает картинку, но не может обосновать свои действия; эмоциональные реакции неадекватны.

Средний (3 балла) - правильно раскладывая картинку, ребенок обосновывает свои действия; эмоциональные реакции адекватны, но выражены слабо.

Высокий (4 балла) - ребенок обосновывает свой выбор (возможно, называет моральную норму); эмоциональные реакции адекватны, яркие, проявляются в мимике, активной жестикуляции и т. д.

Следует учитывать, что оценивается не каждый ответ испытуемого, а его ответы в целом. Возрастной нормой считается результат в 3 балла, указывающий на то, что эмоциональные реакции ребёнка адекватны, а нравственные ориентиры сформированы в достаточной степени. Результат в 2 балла также считается удовлетворительным. Если ребёнок справляется с заданиями плохо, набрал 0–1 баллов, рекомендуется индивидуальная беседа с психологом, занимающимся вопросами развития.

**Входная диагностика
учебный план второй год обучения**

Методика «Лесенка» В.Г. Щур

Цель: выявление отношения учащегося к себе и его окружения к нему самому.

Инструкция: «..Перед тобой лесенка со ступеньками. На нижних ступеньках стоят неуспевающие, непослушные, плохие дети. На верхних - послушные и успевающие. В середине - дети, которые иногда бывают послушными, иногда нет. Обозначь, куда ты поставишь себя»

Каждая ступень имеет интерпретацию (истолкование):

6. Седьмая ступень – показатель завышенной самооценки. Показатель является нормой для первоклассников. Ученику трудно проводить анализ собственной личности. Родители часто его хвалят, говорят: «Ты лучше остальных детей». Доверяя мнению семьи, малыш выбирает верхнюю ступеньку.

7. Пятая и шестая ступеньки рассказывают об адекватной самооценке. Дети понимают - они занимают эту позицию, потому что отличаются примерным поведением, помогают родителям, доброжелательно относятся к окружающим, положительно оценивают свои поступки.

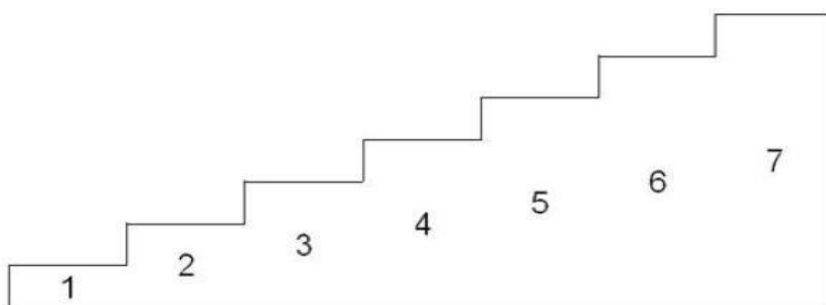
8. Четвертая ступень является крайней нормой, говорит про слегка заниженную самооценку. Эту позицию школьник занимает из-за проблем во взаимоотношениях с людьми, которых считает главными. Мама осуждает плохие оценки, а учительница хвалит за примерное поведение. Поэтому ученик не может однозначно дать ответ.

9. Вторая и третья ступеньки показывают заниженную самооценку. Нужно учитывать факторы, искажающие результаты. Тестирование может проводиться после недавней ссоры, когда ребенок чувствует собственную вину. Скорее всего, через пару дней школьник даст противоположные ответы. Педагогу нужно провести беседу, выяснить, является ли оценка временной. Возможно, существуют причины, которые заставляют его быть «плохим».

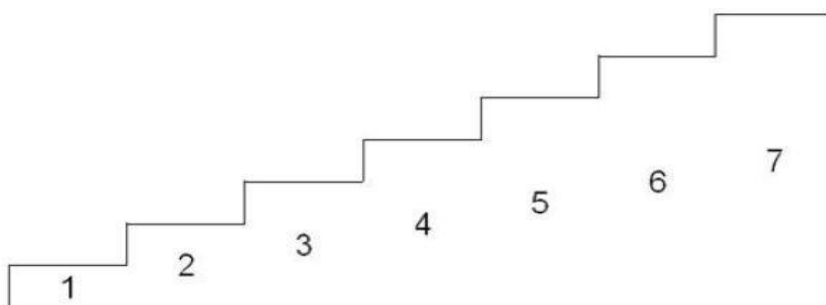
10. Первая ступень является показателем критически низкой самооценки. Школьник испытывает эмоциональный стресс, постоянно выслушивает критику педагогов, осуждения семьи, неодобрение сверстников. Таким детям необходима психологическая помощь.

Рисунок 1- шаблон методики «Лесенка»

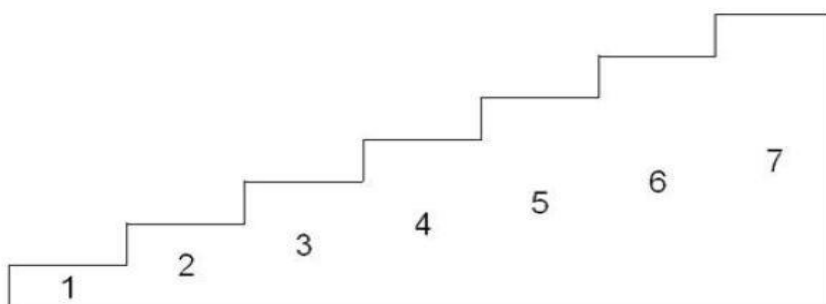
Как видят меня мои родители?



Как видит меня мой учитель?



Я - умный!



**Итоговая аттестация
2 год обучения**

Методика «Неоконченные ситуации» (А. М. Щетинина, Л. В. Кирс)

Цель: изучение особенностей принятия и осознания детьми нравственной нормы.

Диагностические показатели: осведомленность норм и ценностей принятых в обществе.

Возрастной диапазон: 5-7 лет

Источник информации: ребенок

Форма и условия проведения: индивидуальная.

Инструкция: Ребенку говорят: «Я буду рассказывать тебе истории, а ты их закончи». В каждом случае нужно добиваться от ребенка мотивировки ответа.

Ситуации:

1. Дети строили город. Оля не хотела играть. Она стояла рядом и смотрела, как играют другие. К детям подошла воспитательница и сказала: «Мы сейчас будем ужинать. Пора складывать игрушки. Попросите Олю помочь вам». Тогда Оля ответила. Что ответила Оля? Почему?

2. Кате на день рождения мама подарила красивую куклу. Катя стала с ней играть. Тут к ней подошла ее младшая сестра Вера и сказала: «Я тоже хочу поиграть с этой куклой». Тогда Катя ответила. Что ответила Катя? Почему?

3. Люба и Саша рисовали. Люба рисовала красным карандашом, а Саша – зеленым. Вдруг Любин карандаш сломался. «Саша, – сказала Люба, – можно мне дорисовать картинку твоим карандашом?» Саша ей ответила. Что ответила Саша? Почему?

4. Маша и Света убирали игрушки. Маша быстро сложила кубики в коробку. Воспитатель ей сказал: «Маша, ты сделала свою часть работы. Если хочешь, иди играй или помоги Свете закончить уборку». Маша ответила. Что ответила Маша? Почему?

5. Петя принес в детский сад игрушечный самосвал. Всем детям захотелось поиграть с этой игрушкой. Вдруг к Пете подошел Сережа, выхватил машину и стал с ней играть. Тогда Петя. Что сделал Петя? Почему?

6. Катя и Вера играли в пятнашки. Катя убежала, а Вера догоняла. Вдруг Катя упала. Тогда Вера. Что сделала Вера? Почему?

7. Таня и Оля играли в «дочки-матери». К ним подошел маленький мальчик и попросил: «Я тоже хочу играть. Мы тебя не возьмем, ты еще маленький» - ответила Оля. А Таня сказала. Что сказала Таня? Почему?

8. Коля играл в «лошадки». Он бегал и кричал: «Но, но, но!» В другой комнате мама укладывала спать его маленькую сестренку Свету. Девочка никак не могла заснуть и плакала. Тогда мама подошла к Коле и сказала: «Не шуми,

пожалуйста, Света никак не может заснуть» Коля ей ответил. Что ответил Коля? Почему?

9. Саша гулял около дома. Вдруг он увидел маленького котенка, который дрожал от холода и жалобно мяукал. Тогда Саша. Что сделал Саша? Почему?

Обработка результатов: В процессе анализа результатов учитывается характер поступка и его аргументации. По особенностям придуманного ребенком поступка героя ситуации можно судить о степени принятия им нравственной нормы, а по характеру аргументации поступка - об осознании этой нормы.

Высокий уровень: ребенок придумывает поступок героя, адекватный социально принятой этической норме, умеет объяснить этот поступок с позиций нормы.

Средний уровень: ребенок домысливает поступок, соответствующий общепринятой норме, но не может аргументировать его.

Низкий уровень: ребенок придумывает окончание ситуации, в которой герой совершает поступок, не отвечающий социальной нравственной норме.

Комплекс гимнастики и физкультминуток:

1. Закрывать глаза, сильно напрягая глазные мышцы, на счет 1-4, затем раскрыть глаза, расслабить мышцы глаз, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.
2. Посмотреть на переносицу и задержать взор на счёт 1-4. До усталости глаз не доводить. Затем закрыть глаза, посмотреть вдаль на счёт 1-6. Повторить 3-4 раза.
3. Не поворачивая головы, посмотреть направо и зафиксировать взгляд на счёт 1-4, затем посмотреть вдаль прямо на счёт 1-6. Аналогичным образом проводятся упражнения, но с фиксацией взгляда влево, вверх, вниз. Повторить 3-4 раза.
4. Перевести взгляд быстро по диагонали: направо вверх – налево вниз, потом прямо вдаль на счёт 1-6; затем налево вверх – направо вниз и посмотреть вдаль на счёт 1-6. Повторить 4-5 раз.

Проведение гимнастики для глаз не исключает проведение физкультминутки. Регулярное проведение упражнений для глаз и физкультминуток эффективно снижает зрительное и статическое напряжение.

Упражнения и массаж для мышц шей и плеч

1. Расслабьте мышцы спины и плечевого пояса. Покачайте головой влево и вправо (так, как будто выражаете несогласие), потом – вперед и назад (как будто с чем – то несогласные).
2. Покрутите головой сначала по часовой стрелке, затем – в противоположном направлении.
3. Наклоните голову влево и правой рукой похлопайте по шее с правой стороны. Повторите всё с точностью «до наоборот».
4. Положите левую руку на правое плечо, а голову наклоните влево. Нажимая рукой на плечо и отклоняя голову, растяните шею три – четыре раза. Повторите с точностью «до наоборот».

Упражнения и самомассаж для кистей рук

1. Не вставая со стула, положите руки на стол. Согните пальцы так, как будто держите в руках теннисный мяч, и упритесь ими в стол. Теперь поднимите указательный палец (остальные пальцы на столе) и резко выпрямите его. Прodelать это упражнения со всеми пальцами 2 раза.
2. Соедините ладони и прижмите их к груди. Пальцы должны быть вытянуты и прижаты друг к другу. Не разводя ладони, сделайте из пальцев веер и снова соедините пальцы. И так 10 раз.
3. Теперь ладони прижаты друг к другу, а пальцы убегают в разные стороны. Сложите руки ладонь к ладони перед грудью. Отведите пальцы левой

руки до предела. То же самое выполните с пальцами правой руки. Это упражнение нужно выполнить 10 раз.

4. Упражнение похожее на предыдущие, только теперь «убегают» ладони, а пальцы остаются на месте. Выполнить упражнение нужно 10 раз.