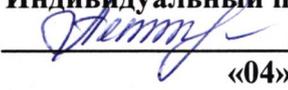


**Индивидуальный предприниматель  
Нефедьева Оксана Викторовна**

---

**УТВЕРЖДАЮ**  
Индивидуальный предприниматель  
 / Нефедьева О.В.  
«04» сентября 2023 г.

**ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**Дополнительная общеобразовательная программа**  
**«Развитие личности»**

Срок реализации: 64 часа  
Возраст обучающихся: 11-13 лет

г.Сургут  
2023г.



## 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

### 1.1. Пояснительная записка

1.1. Дополнительная общеразвивающая программа «Развитие личности» (далее – Программа) направлена на решение вопросов развития личности, формирования коммуникативных навыков, оказание психологической помощи и поддержки подросткам

1.2. Программа носит универсальный характер и направлена на создание атмосферы сотрудничества, взаимного доверия между детьми, между взрослым и детьми, оказание помощи подростку в его саморазвитии.

1.3. Актуальность данной Программы Подростковый возраст обычно характеризуется как переломный, переходный, критический. Подросток чувствует себя одиноким, чужим и непонятым в окружающей его жизни взрослых и сверстников. В подростковом возрасте происходит существенная перестройка всего организма ребенка, которая отражается и на психических особенностях. Появляется интерес к собственному внутреннему миру, возникает желание понять, лучше узнать себя. Возникшее острое «чувство Я», увеличение значимости проблем, связанных с самооценкой, сопровождаются трудностями думать и говорить о себе, слабым развитием рефлексивного анализа, что приводит к повышенной тревожности, возникновению чувства неуверенности в себе.

1.4. Отличительной особенностью Программы является то, что данный возрастной период является благоприятным временем для формирования личности. Занятия не предусматривает теоретической подготовки подростков, и ориентирована на обращение к тем проблемам, причем только в не директивной форме, которые могут быть важными для них в силу их возрастных особенностей.

1.5. В основе обучения лежит индивидуально-групповая форма работы, которая позволяет дифференцированно, с учетом возрастных и психологических особенностей, подойти к каждому обучающемуся.

1.6. Категория обучающихся: подростки 11-13 лет

1.7. Объем программы (трудоемкость): общая трудоемкость 64 часа, включая самостоятельную работу обучающихся.

1.8. Форма обучения: очная.

1.9 Форма итоговой аттестации: семинар, презентация.

1.10 Документ, выдаваемый после завершения обучения: сертификат.

## 2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

2.1. Целью общеразвивающей программы «Развитие личности» является всестороннее развитие личности ребенка. Умение принимать себя. Формирование навыков soft-skills у детей целенаправленно для будущей успешной и благополучной жизни.

Развитие навыков soft-skills позволит ребенку понимать себя и свои интересы, стать гибким, адаптируемым к изменениям, востребованным в обществе будущего.

### 2.1. Задачи программы:

*Обучающие:*

- создать условия для проявления самостоятельности и активной жизненной позиции;
- развивать целеустремленность, умение отстаивать свое мнение;
- раскрывать и развивать индивидуальные особенности детей;
- формировать навыки ораторского искусства и публичных выступлений;
- обучать умению эффективной работы в команде;

- развивать умение управлять своими эмоциями и снимать стресс;
- раскрывать творческие способности детей

*Развивающие:*

- Развитие навыков и умений, необходимых для уверенного поведения;
- Развитие способности к дифференциации эмоциональных состояний и рефлексии эмоционального поведения;
- Воспитания умения адекватно реагировать в различных бытовых, учебных и других видах деятельности.

### 3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

3.1. Планируемым результатом обучения является освоение как теоретических знаний, так и практических умений и навыков.

В результате прохождения курса участники научатся:

- ✓ ставить цели и достигать их
- ✓ эффективному взаимодействию в команде
- ✓ легко коммуницировать и договариваться с людьми
- ✓ станет уверенным в себе и получит мотивацию для успешной деятельности
- ✓ сможет контролировать эмоции, снимать стресс и негатив с помощью позитивных техник
- ✓ разовьют фантазию и гибкость мышления
- ✓ ребенок станет более ответственным и самостоятельным
- ✓ умению создавать красивые презентации, выступать публично и не бояться сцены
- ✓ умению максимально использовать свои творческие способности.

### 4. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН дополнительной общеразвивающей программы «Развитие личности»

**Цель обучения** Всестороннее развитие личности ребенка. Умение принимать себя. Формирование навыков soft-skills у детей целенаправленно для будущей успешной и благополучной жизни.

Развитие навыков soft-skills позволит ребенку понимать себя и свои интересы, стать гибким, адаптируемым к изменениям, востребованным в обществе будущего.

**Возраст обучающихся 11-13 лет**

**Срок обучения: 9 месяцев.**

**Форма обучения:** очная.

№	Название, задачи
1 занятие	Знакомство и создание благоприятной обстановки в коллективе
2 занятие	«Я личность», развитие доверительных отношений и коммуникации в группе.
3 занятие	Сплоченность в коллективе – залог успешной работы
4 занятие	Формирование представления учащихся о правилах поведения в обществе и соблюдении правил этикета «Азбука Маркиза Этикета».
5 занятие	Занятие на командообразование, что такое команда.
6 занятие	Что такое уверенность?
7 занятие	Развитие внутренней мотивации
8 занятие	Развитие воображения и фантазии

9 занятие	Развитие познавательных процессов
10 занятие	Путешествие в страну счастья
11 занятие	«Успех — внутри нас»
12 занятие	Целеполагание. Часть 1.
13 занятие	Целеполагание. Часть 2.
14 занятие	Закрепительное занятие на цель
15 занятие	Мои эмоции
16 занятие	Такие разные настроения.
17 занятие	Как узнать эмоцию?
18 занятие	Я – наблюдатель.
19 занятие	Воображариум
20 занятие	Как стать уверенным в себе?
21 занятие	Я умею управлять собой
22 занятие	Что такое доброта?
23 занятие	Развитие воображения
24 занятие	Как делать выбор?
25 занятие	Эмоциональный словарь.
26 занятие	Чувства «полезные» и «вредные»
27 занятие	Трудное слово «нет»
28 занятие	Трудное слово «нет»
29 занятие	Как победить свой страх?
30 занятие	Учимся говорить себе «стоп»
31 занятие	Нужно ли управлять своими эмоциями?
32 занятие	Как я чувствую себя в коллективе.
33 занятие	Что такое «запретные» чувства?
34 занятие	Какие чувства мы скрываем?
35 занятие	Я в «бумажном зеркале».
36 занятие	Что такое страх?
37 занятие	Страхи и страшилки.
38 занятие	Побеждаем все тревоги.
39 занятие	«А что они обо мне подумают?»
40 занятие	Страх оценки.
41 занятие	Мое восприятие времени
42 занятие	Тайм-менеджмент
43 занятие	Злость и агрессия.
44 занятие	Жизненные ориентиры
45 занятие	Мое будущее
46 занятие	Тревожность в школьном возрасте
47 занятие	Внимание конфликт
48 занятие	Конфликты в коллективе
49 занятие	Стресс и способы его преодоления.
50 занятие	«Слово не воробей - вылетит, не поймаешь», ораторское мастерство
51 занятие	Ораторское мастерство
52 занятие	Публичное выступление
53 занятие	Как справиться со злостью?
54 занятие	Лист гнева.
55 занятие	Обида.

56 занятие	Как простить обиду?
57 занятие	Что такое эмпатия?
58 занятие	Зачем мне нужна эмпатия?
59 занятие	Развиваем эмпатию.
60 занятие	Эмпатия в действии.
61 занятие	Способы выражения чувств.
62 занятие	Тренировка «Я – высказываний».
63 занятие	Комплименты.
64 занятие	Подведение итогов

## Содержание учебно-тематического плана

### 1. Тема. Знакомство и создание благоприятной обстановки в коллективе

*Цель.* Познакомить детей с содержанием и навыками общения. Учить устанавливать контакт при знакомстве; Создать чувство безопасности и эмоциональный комфорт.

*Практика.* Обсуждение правил поведения в группе:

Давайте доверять друг другу (Доверительный стиль общения)

Правило правой руки, лови волну (кодовый знак для установления тишины среди участников)

Общение по принципу “Здесь и сейчас”.

«Я» ( высказывания “от собственного имени”)

Не осуждай (Недопустимость оценок в адрес другого)

Активности (Активное участие во всех упражнениях)

Уважения (Уважение к говорящему, принцип активного слушания)

Добавить все, что предложат сами дети.

### 2. Тема. «Я личность», развитие доверительных отношений и коммуникации в группе.

*Цель.* Установить доверительные отношения между участниками группы; Показать детям, что они личности.

*Практика.* Дети выбирают среди представленного набора цветной бумаги, фломастеров, маркеров те, которые им нравятся больше всего и изготавливают визитки, отражающие их индивидуальность. Затем педагог предлагает детям разместить все визитки так, чтобы их было видно всем и ребята пробуют догадаться, кому принадлежит та или иная визитка. Можно предложить детям рассказать, что они хотели выразить своим рисунком.

### 3. Тема. Сплоченность в коллективе – залог успешной работы.

*Цель.* Преодоление дискомфорта, связанного с новыми знакомствами;

Усиление сплоченности в коллективе

*Практика.* Участникам группы предлагается в течении 15 минут создать общий рисунок или коллаж на тему " Наша команда", который бы соответствовал полностью всем пожеланиям.

Преподавателю необходимо поддерживать творческие порывы детей (рисовать пальцами, ладошками и т.д), а также создавать позитивный фон, чтобы участники общались между собой, чтобы определить тему, согласовать действия.

Дети делятся на пары и встают спина к спине. Медленно, не отрывая своей спины от спины партнёра, сесть на пол. Потом также подняться.

Дети составляют ментальную карту понятия «Командная работа»

#### **4. Тема. Формирование представления учащихся о правилах поведения в обществе и соблюдение правил этикета “Азбука Маркиза Этикета”**

**Цель.** Воспитывать у учащихся желание выучить правила этикета; Применять правила этикета в повседневной жизни. Современный этикет — это правила поведения, помогающие производить приятное впечатление и строить эффективное общение. Они включают в себя опрятность, культуру речи, вежливость и умение держаться в различных ситуациях (за столом, в транспорте, в театре).

**Практика.** Детям предлагается разыграть сценки, в которых нарушаются правила этикета. Дети объединяются в пары, вытягивают ситуации, лучше заранее и одновременно. Необходимо дать 5 минут на подготовку. Затем группа должна угадать какое правило этикета нарушено, как правильно поступить. Если дети не знают, преподаватель объясняет

#### **5. Тема. Занятие на командообразование, что такое команда.**

**Цель.** Сплочение коллектива; Командообразование.

**Практика.** Участники встают в круг и протягивают правую руку к центру. По сигналу ведущего каждый игрок находит себе «партнера по рукопожатию» (число игроков должно быть четным). Затем все вытягивают левую руку и также находят себе «партнера по рукопожатию» (очень важно, чтобы это не был тот же самый человек). И теперь задача участников состоит в том, чтобы распутаться, т.е. снова выстроиться по кругу, не разъединяя рук. Задачу можно усложнить, запретив всякое словесное общение. Участники объединяются в мини-группы размером от 3 до 6 человек, каждой команде выдается газетный лист. Тренер озвучивает следующую инструкцию: «Вам нужно всей командой встать на газетный лист и скандировать «Мы — одна команда!»»

После того как это будет сделано, тренер складывает газету пополам и повторяет задание. После того как это будет сделано, тренер еще раз складывает газету пополам и снова повторяет задание. Задача группы — разместиться на наименьшем возможном кусочке бумаги на время, достаточное для того, чтобы крикнуть всем вместе «Мы — одна команда!»

#### **6. Тема. Что такое уверенность?**

**Цель.** Сформировать у детей адекватную самооценку, развить представление о собственной уникальности; Воспитать у ребенка уверенность в себе; Сформировать навыки саморегуляции.

**Практика.** Посередине круга поставить стул и объяснить, что этот стул волшебный и у того, кто на него садится, сразу становятся видны все его лучшие качества. Предложить кому-либо сесть на стул, остальным детям называть хорошие качества ребенка, сидящего на стуле. На стуле должны посидеть все желающие.

Участники поочередно встают и рассказывают о каком-либо деле, которое им особенно хорошо удается. Потом они отвечают на два вопроса:

-Как им удалось этому научиться?

-Где может пригодиться это умение?

Обсуждение: Чему из того, про что рассказали другие участники, захотелось научиться каждому из вас? Кто из участников вас удивил? Заставил взглянуть на него по-новому?

#### **7. Тема. Развитие внутренней мотивации.**

**Цель.** Выявление интересов группы; Развитие мотивации к обучению

**Практика.** Спросить у детей, где они получают знания. (школа, школа лидерства «Действуй», музыкалка, художка, кружки – всё это образование)

Объединяем детей в группы по 2-3 человека. Нарисовать всё хорошее, что есть у них в процессе образования, что им нравится.

Презентовать группе.

Обсудить, что может быть интересного и полезного в учёбе.

### **8. Тема. Развитие воображения и фантазии.**

*Цель.* Тренировка воображения детей; Развитие мышления

*Практика.* Каждый из участников называет какое-нибудь спортивное умение, которым он владеет (например, кататься на сноуборде или на роликах, подтягиваться на перекладине, кидать мяч в точно заданном направлении и т. п.). Потом остальные участники предлагают возможные варианты применения этих умений — не только в физкультуре и спорте, но и в других жизненных областях.

Упражнение выполняется в общем кругу. Обсуждение

Участники обмениваются своими впечатлениями и соображениями о том, какие новые умения и способы применения их заинтересовали.

### **9. Тема. Развитие познавательных процессов.**

*Цель.* Понять сильные и слабые стороны каждого ребенка; Развитие познавательных процессов.

*Практика.* Каждый из участников игры берет себе лист бумаги формата А4, располагает его вертикально и рисует головной убор. Рисунок никому не показывает. Затем перегибает лист по горизонтали таким образом, чтобы нарисованный головной убор не был виден, и отдает свой лист соседу справа. Сосед рисует голову, перегибает лист по горизонтали так, чтобы не было видно нарисованной головы, и передает его дальше – другому участнику игры. Так, друг за другом, участники рисуют на листе бумаги шею, верхнюю часть туловища, ноги до колен, голень со ступнями и туфли. В результате лист оказывается свернутым в гармошку. Развернув лист, участники получают смешной рисунок.

### **10. Тема. Путешествие в страну счастья.**

*Цель.* Создать ситуацию для размышления по поводу счастья; Формирование у детей чувства единения, сплочения с группой; Повышение самооценки учащихся.

*Практика.* Преподаватель обращает внимание на ватман по середине кабинета и просит представить ребят, что они могут построить «Дом счастья». Как он может выглядеть? Дети по очереди выходят и рисуют контур дома, цвета для рисования выбирают сами.

Преподаватель: а сейчас, давайте все встанем в круг, и как только образуется круг, путешествие наше закончится. Сейчас, мы будем передавать вот эту свечу по кругу, пока она не вернется снова ко мне. Передавая свечу, пусть каждый из вас поделится частичкой своего тепла и пожелает добра, радости и счастья.

### **11. Тема. “Успех – внутри нас”**

*Цель.* Познакомить детей с понятием успех; Повышение уверенности в себе;

*Практика.* Поднятие самооценки, формирование уверенности в преодолении трудностей. Правила:

- На пути к успеху встречаются различные препятствия, преграды, и от того, как мы их преодолеем, зависит, достигнем ли мы его. Сейчас мы попробуем идти к успеху через различные препятствия. В начале нашего пути мы на листочках напишем качества, которые помогают нам на пути к успеху. Вам нужно на подготовленных листах цветными карандашами написать свои положительные качества.

Детям предлагается встать друг напротив друга на определенном расстоянии (около 2 метров). Ведущий раскладывает между участниками листы А4 с написанными качествами. Один участник в роли ведомого, второй — в роли поводыря. Задача второго участника — говорить, сколько и в каком направлении сделать шагов, чтобы не наступить на препятствие. Если ведомый наступил на препятствие, игра прекращается. Листок переворачивается, и ведомый зачитывает качество. Затем участники игры меняются местами.

-Сейчас мы с вами попробуем вспомнить свои успехи и определить цели, ведущие к успеху.

## **12. Тема. Целеполагание. Часть 1**

**Цель.** Научить каждого ребенка как правильно поставить цель. Рассказать о важности цели; Через игру рассказать о способах достижения цели

**Практика.** Участники записывают каждый на своем листке бумаги фразу «Я хочу достигнуть...» и продолжают ее в соответствии с тем, чего бы хотели лично они. Потом эти листки сминаются в комочки, и каждый участник кладет свой комочек на пол в том месте аудитории, где

захочет. После этого игроки берут новые листки бумаги и пишут на них «Я уже достиг...» и ту цель, что уже была записана на первом листочке. Эти листы тоже сминаются в комочки и размещаются на полу таким образом, чтобы расстояние между ними и теми комками, которые созданы в первой части упражнения, составляло не менее 3 м.

Далее участникам следует, присев на корточки и дунув на свои комочки, образованные из листов «Я хочу достигнуть...», добиться того, чтобы пригнать их к собственным комочкам из листов «Я уже достиг...».

В конце, необходимо провести суждение – поделиться эмоциями.

## **13. Тема. Целеполагание. Часть 2.**

**Цель.** Осознание своих жизненных целей, ценностей и ресурсов, которые могут помочь в достижении цели; Формирования личной ответственности за свое будущее

**Практика.** Участникам дается задание построить коллаж, если группа не готова к коллажу – это может быть рисунок, отражающий ресурсы – факторы, помогающие преодолевать жизненные трудности и достигнуть поставленных целей, например, профессионального становления или спортивных успехов.

Упражнение обычно выполняется индивидуально, хотя может, по желанию участников, проводиться и в микрогруппах.

Как правило, выделяются следующие группы ресурсов:

Внутренние, личностные, интеллектуальные и волевые качества, знания и умения, различные элементы жизненного опыта. (Привести примеры качеств, которые помогут детям – доброта, упорство, позитив)

Социальные: люди, способные помочь в преодолении трудностей и достижении поставленных целей – родственники, друзья, преподаватели и т. д.

3. Внешние: место жительства, различные предметы, материальные возможности, место учебы.

Помимо использования обычного набора изобразительных материалов, в композицию целесообразно включать и те оказавшиеся у участников предметы, которые могут символизировать для них какие-либо ресурсы (фотография любимого человека, сотовый телефон, ключи от квартиры или автомобиля и т. п.). Время работы – 10 -15 минут, потом занимающиеся проводят презентации своих композиций.

Обсуждение.

Какие выводы сделал каждый участник лично для себя из этого упражнения?

Что за ресурсы представляются наиболее важными, кто и для чего планирует их использовать?

Как ресурсы могут помочь в достижении мечты и цели?

Психологический смысл упражнения. Упражнение обладает ярко выраженным психотерапевтическим эффектом, способствует повышению уверенности в себе и позитивной переоценке своего жизненного опыта.

#### **14. Тема. Закрепительное занятие на цель.**

*Цель.* Пройти упражнения с закрепительным материалом

*Практика.* Участники сидят в комфортном положении, играет приятная музыка.

- Ребята, а теперь вместе простроим дорогу для наших целей.

Возможно, вы когда-нибудь слышали о том, что цель можно достигнуть быстрее, если ее нарисовать или создать коллаж «Мои цели». Давайте и мы с вами попробуем создать проект будущей цели. Дети выполняют это задание у себя на листках, а ведущий на доске. Для начала каждому и каждой из вас необходимо обвести собственную ладонь. Затем в центре руки «на ладони» напишите цель. Теперь на каждом «пальце» напишите, что вам необходимо для достижения этой цели. И в последнюю очередь напишите на каждом «пальце», кто или что может вам помочь достигнуть этой цели. После завершения задания необходимо провести обсуждение для чего необходимо это задание? как может оно помочь в реальности?

#### **15. Тема. Мои эмоции.**

*Цель.* Создание условий для обращения подростков к телесному опыту переживания эмоций

*Практика.* Участники свободно перемещаются по аудитории. По команде ведущего, подаваемой с помощью хлопка в ладоши, они останавливаются и демонстрируют с помощью мимики и пантомимики (позы, жестов, движений тела) ту эмоцию или чувства, которые называет ведущий. «Стоп-кадр» продолжается 8-10 с, после чего по повторному хлопку ведущего участники опять начинают свободно перемещаться по помещению, пока не прозвучит следующий хлопок и не будет названо очередное слово.

#### **16. Тема. Такие разные настроения**

*Цель.* Создать в группе доверительную обстановку, позволяющую детям проявлять свои чувства и говорить о них; Ознакомить детей с понятием "настроение"; Ввести наглядные образы, символизирующие разные настроения

*Практика.* Обозначение способов, помогающих справиться с плохим настроением, выбор адекватных, «здоровых», не вредящих здоровью способов поднятия настроения.

Правила: Объединить детей в команды по 3-4 человека, в командах придумать как можно больше способов, помогающих справиться с плохим настроением, а затем по истечении времени озвучить их.

Вывод: Необходимо помнить, что одной из главных жизненных ценностей является здоровье. Выбирая определенные способы, помогающие справиться с плохим настроением, нужно подумать: «Какой ценой я улучшаю свое настроение сегодня?». Если ответ – «Ценой в здоровье», то постараться выбрать другой способ.

По ходу презентации педагог составляет карту способов поднятия настроения.

### **17. Тема. Как узнать эмоцию?**

**Цель.** Создание условий для определения основных способов распознавания эмоций (мимика, пантомимика, интонации). Формирование у подростков навыка распознавания эмоций другого человека.

**Практика.** Упражнение «Угадай эмоцию». Насколько хорошо я распознаю эмоции? По каким признакам мне проще понять состояние другого человека, по каким сложнее?

### **18. Тема. Я - наблюдатель.**

**Цель.** Создание условий для анализа подростками мимических признаков эмоций как средства их распознавания

**Практика.** Ребята работают в паре с соседом по парте. Нужно попросить соседа изобразить какую-нибудь эмоцию и описать ее по схеме («списать эмоциональный портрет»).

### **19. Тема. Воображариум.**

**Цель.** Развить ситуативное воображение ребенка; Потренировать воображение детей

**Практика.** в начале, нужно напомнить сказку "Красная Шапочка", в частности эпизод, где Красная Шапочка удивляется переодетому в бабушку волку. Предложение сыграть эпизод в измененном виде: бабушка, узнав о коварстве волка, превращается в какой-либо предмет, чтобы избежать печальной участи.

Ведущий предлагает детям предмет, в который превратилась бабушка (например: часы, стакан, душ, окно, сапог, гитара, свечка и др.) и просит назвать свойства этого предмета (например, стакан: прозрачный, пустой). Затем ведущий рисует бабушку, связывая ее части тела с предметом превращения и используя названные свойства (например, бабушка-стакан: вместо туловища стакан, над ним голова в косынке, внизу и по бокам - руки и ноги). Кого-то из девочек ведущий назначает Красной Шапочкой. Она подходит к "бабушке" и спрашивает: - Бабушка, бабушка, почему ты такая (называет одно из свойств, например, прозрачная)? Остальные дети должны ответить от имени бабушки (например, чтобы видеть, сколько я съела). И так, пока будут обоснованы все странности бабушки. Потом можно обсудить, как бабушка может защититься от волка (например, выплеснуть на него содержимое своего живота или втянуть руки, ноги, голову в стакан, обвязать его косынкой и спрятаться).

### **20. Тема. Как стать уверенным в себе.**

**Цель.** Дать представление о связи между мыслями и поведением; Закрепить умение менять отношение к трудной ситуации;

**Практика.** Я хочу предложить вам поиграть в игру, которая называется «Калоши счастья». У Андерсена есть сказка с таким названием. В этой сказке фее подарили на день рождения калоши счастья, которые она решила отдать людям, чтобы те стали счастливее. Человек, который надевал эти калоши, становился самым счастливым человеком. Калоши исполняли все его желания, он мог перенестись в любое время или эпоху. Итак, я предлагаю вам обуть эти калоши и стать счастливым человеком. Я также буду зачитывать вам различные ситуации, а ваша задача — надев эти калоши, найти в ситуации, предложенной вам, позитивные стороны. Другими словами, посмотрите на ситуацию глазами счастливого человека-оптимиста.

**Ожидаемый результат:** участники игры, надев «калоши счастья», отвечают на предложенную ситуацию в позитивном ключе. Тому, кто затрудняется дать позитивный ответ, остальные участники игры помогают, предлагая свои варианты. Участники получают эмоциональную разрядку и позитивный настрой.

## **21. Тема. Я умею управлять собой.**

**Цель.** Закрепить навыки работы с "позитивными мыслями"; Закрепить представление о том, что мысли могут управлять нашими поступками; Учить детей способам саморегуляции.

**Практика.** неоконченные предложения пускаем по кругу (по количеству детей), и они обрастают снежным комом предложений.. Затем Педагог собирает варианты неоконченных предложений и зачитывает:

Хочу поделиться своей радостью...  
Мне пришла в голову отличная мысль...  
Мне нравится в себе, что я ...  
Мне хочется доставить радость ...  
Больше всего удовольствия я получаю от ...  
У меня теплеет на душе, когда я думаю о ...  
Мне очень помогает в жизни ...  
Когда мне трудно, я утешаюсь мыслью о ...

## **22. Тема. Что такое доброта.**

**Цель.** Формирование позитивного отношения к жизни и окружающим;

**Практика.** Дети под музыку для релаксации выполняют задания ведущего. Сядьте удобно, прикройте глаза, дышите спокойно, ровно и глубоко. Расслабьтесь. Представьте себе белый экран, сосредоточьтесь на нем. Вообразите, что вы видите на нем свою любимую чашку. Раскрасьте ее так, как вам хочется. Еще раз внимательно рассмотрите чашку. Наполните ее до краев вашим любимым напитком. Представьте и постарайтесь мысленно нарисовать рядом с вашей чашкой другую, чужую. Она пустая. Отлейте из своей чашки в пустую. Рядом еще пустая чашка, еще и еще... Отливайте из своей в пустые и не жалейте. А сейчас посмотрите снова в свою чашку. О! Она снова полна до краев! Что же с ней случилось? Почему так произошло?.. Ваша чашка особенная - волшебная. Мы можем отливать из нее, а она всегда будет полной. Эта чашка - твоя! Она наполнена твоей добротой! Откройте глаза. Спокойно и уверенно скажем: "Это я! У меня есть такая чашка!"

Обсуждение

Завершив упражнение, дети рассказывают о том, какие чашки видели, обмениваются мнениями, почему чашка всегда оставалась полной. После этого Педагог предлагает участникам нарисовать свою чашу доброты.

## **23. Тема. Развитие воображения.**

**Цель.** Тренировка воображения детей; Развитие мышления;

**Практика.** детям предлагается изобразить в движении игровые образы.

- Вообрази, что ты превратился в тигра, который пробирается в джунглях. Изобрази это в движении. После выполнения задания, даётся следующее: «робот», «орёл», «королева», «кипящая кастрюля».

## **24. Тема. Как делать выбор.**

**Цель.** Ознакомить детей с понятием "выбор"; Учить детей прогнозировать ситуацию.

**Практика.** Предложите детям ответить на вопрос:

Часто ли приходится делать выбор?

Вспомните о ситуациях, в которых приходилось делать выбор.

Какие последствия за собой это повлекло. Расскажите друг другу истории.

В реальной жизни человек постоянно встает перед необходимостью сделать выбор: поступить так или иначе, прийти на помощь или проявить безразличие,

выполнить обещание или просто забыть о нем. Именно в ситуации выбора проявляются истинные мотивы человека, его отношение к окружающим людям.

#### **25. Тема. Эмоциональный словарь.**

**Цель.** Создание условий для обращения участников к особенностям собственного эмоционального мира

**Практика.** Работа со «Словарем». Подростку нужно проработать со своим «словарем» те эмоции, которые испытывались им когда-либо в жизни.

#### **26. Тема. Чувства “полезные” и “вредные”.**

**Цель.** Создание условий для осознания подростками амбивалентности эмоций.

**Практика.** Бывают ли абсолютно бесполезные чувства? Бывают ли чувства, не приносящие никакого вреда? Упражнение «Полезность и вред эмоций».

**Ситуация, в которой положительная эмоция принесла мне вред.**

**Ситуация, в которой отрицательная эмоция принесла мне пользу.**

#### **27. Тема. Трудное слово нет.**

**Цель.** Помочь детям осознать ответственность за свой выбор

**Практика.** Участники сидят в кругу, Преподаватель бросает мяч с предложением «пойдём гулять в тайгу?», участник ловит и быстро должен сказать «нет» и назвать причину, следующий игрок должен отказать по-новому. Одно предложение можно давать 2-3 участникам, затем менять его.

#### **28. Тема. Трудное слово нет.**

**Цель.** Учить детей говорить "нет!", используя приобретенные знания о выборе.

**Формирование культуры отказа; – Развитие навыков личностного контроля над ситуацией**

**Практика.** Проработка страхов, связанных с выбором и трудными ситуациями;  
Правила:

— Представьте, что кто-то пытается заставить вас сделать что-то неприятное, опасное, просто плохое. Что подсказывает вам ваш ум? Запишите на листочке все «темные мысли» и рядом отпугните их «чистыми мыслями» "Темные" мысли:

Если я скажу "нет!", со мной не будут дружить.

Если я откажусь, то они станут дразнить меня.

А вдруг я останусь один, если скажу им "нет"?

"Чистые" мысли:

Это мой выбор!

Я смогу победить свой страх!

Это нужно сказать, и я сделаю это!

Я не испугаюсь!

#### **29. Тема. Как победить свой страх?**

**Цель.** Предупреждение и коррекция страхов. Развитие навыков личностного контроля над ситуацией

**Практика.** Педагог предлагает детям нарисовать свой страх. После этого он предлагает показать друг другу свои рисунки и рассказать о своём страхе.

Коррекционный этап – превратить этот страх во что-то приятное и радостное. (поверх рисунка)

### **30. Тема. Учимся говорить себе “стоп”.**

**Цель.** Дать детям представление о саморегуляции в критических ситуациях; Ввести понятие "тайм-аут".

**Практика.** Ведущий обсуждает с детьми вопрос о том, как они обычно выбирают себе друзей.

Затем ведущий задает детям следующие вопросы:

А ссоритесь ли вы со своими друзьями?

В чем причины ваших ссор?

Возможно-ли остановить ссору?

### **31. Тема. Нужно ли управлять своими эмоциями?**

**Цель.** Создание условий для осознания подростками необходимости управления собственными эмоциями как свободного выбора. Ознакомление подростков с приемом «Эмоциональный дневник» и обучение использованию этого приема для рефлексии своего эмоционального состояния и самопомощи в ситуациях эмоционального дискомфорта.

**Практика.** Анализ сказки В. Симонова «Емелино настроение».

### **32. Тема. Как я чувствую себя в коллективе.**

**Цель.** Создание условий для формирования эффективных форм поведения, снятия эмоционального напряжения; содействие повышению групповой сплоченности; формирование чувства близости с другими людьми, принятия детьми друг друга, чувства ценности других и самооценности; формирование умения передавать эмоциональное состояние в рисунке; формирование позитивного образа своего «Я».

**Практика.** дети сидят на стульчиках в кругу. Преподаватель объясняет, что сейчас детям нужно будет меняться местами. Например, поменяйтесь местами те, у кого есть младшие сестры или братья. Поменяйтесь местами те, на ком есть желтая вещь.

### **33. Тема. Что такое “запретные” чувства.**

**Цель.** Создание условий для углубленного самоисследования своей эмоциональной жизни. Снятие запрета на выражение отдельных эмоций в игровой форме.

**Практика.** Все ли свои чувства человек показывает другим людям?

Почему люди иногда скрывают свои чувства?

Упражнение «Эксперимент».

Упражнение «Подвиг искренности»

- Что я чувствовал во время упражнения «Подвиг искренности»?

### **34. Тема. Какие чувства мы скрываем?**

**Цель.** Создание условий для рефлексии подростками скрываемых чувств и последующего их выражения с помощью невербальных и вербальных средств.

**Определение основных причин, по которым люди скрывают свои чувства.**

**Практика.** Упражнение «Подвиг искренности».

Упражнение «Айсберг».

### **35. Тема. Я в “бумажном зеркале”.**

**Цель.** Создание условий для самоанализа учащимися своей эмоциональноличностной сферы в режиме развивающей психодиагностики (диагностический этап).

*Практика.* На основе анализа «Словаря эмоций» и списка «подводных чувств» выделяются «наименее желательные» чувства. Упражнение «Бумажное зеркало».

### **36. Тема. Что такое страх.**

*Цель.* Обобщение опыта и знаний подростков об эмоциональных проявлениях в общении; анализ психологической природы страха.

**Проективная проработка и разрядка страхов (тревоги).**

*Практика.* Обсуждение. Что такое страх?

Анализ притчи «Чума».

Упражнение «Чего боятся люди».

### **37. Тема. Страхи и страшилки.**

*Цель.* Обобщение опыта и знаний подростков об эмоциональных проявлениях в общении; анализ психологической природы страха.

**Проективная проработка и разрядка страхов (тревоги).**

*Практика.* Разминка «Клопы».

Упражнение «Страшилка».

Что я чувствовал, когда все читали свои страшилки?

### **38. Тема. Побеждаем все тревоги.**

*Цель.* Обобщение опыта и знаний подростков об эмоциональных проявлениях в общении; анализ психологической природы страха.

**Проективная проработка и разрядка страхов (тревоги).**

*Практика.* Игра «Гражданская оборона».

Упражнение «Как справиться со страхом».

Способы борьбы с тревогой и страхом.

Составляется памятка по борьбе с тревогой и страхом.

### **39. Тема. “А что они обо мне подумают?”.**

*Цель.* Создание условий для обращения подростков к собственному страху оценки и самооценочным страхам, разрядка связанных с ними негативных эмоций в игровой форме.

*Практика.* Обсуждение. В каких ситуациях людей начинает беспокоить вопрос: «А что они обо мне подумают?». Что происходит с человеком, когда он попадает в такие ситуации? Что он при этом чувствует?

Упражнение «Гримаса».

Описать свои собственные ощущения во время упражнения «Гримаса».

### **40. Тема. Страх оценки.**

*Цель.* Создание условий для обращения подростков к собственному страху оценки и самооценочным страхам, разрядка связанных с ними негативных эмоций в игровой форме.

*Практика.* Разминка «Крокодил». По окончании разминки обсуждаются трудности, с которыми «некоторые люди» могут столкнуться в этой игре. Оказывается, это страх оценки, который мешает и сковывает. Попробуем его преодолеть!

Упражнение «Клоун».

Мои способы справиться с мыслью «А что они обо мне подумают?»

### **41. Тема. Мое восприятие времени.**

*Цель.* Актуализировать знания о понятиях «время», «чувство времени»;

**Выявить у обучающихся индивидуальные особенности восприятия времени;**

**Сформировать ценностное отношение к своему и чужому времени;**

**Практика.** формировать ценностное отношение к своему и чужому времени; Вам необходимо совместно, за 1 мин раскрасить предложенную картинку. Но сначала в течение 30 сек. необходимо договориться о ходе совместной работы в паре. Пожмите друг другу руки и приступаем. Выполненную работу один из участников пары прикрепляет с помощью магнитов на доску.

Анализ работы в паре:

Что помогло вам успешно справиться с заданием?

Что помешало вам справиться с заданием?

Вывод по экспериментальной пробе: насыщенность, интенсивность деятельности, хорошие социальные взаимоотношения, правильная организация работы, правильное распределение обязанностей меняют восприятие времени.

#### **42. Тема. Тайм-менеджмент.**

**Цель.** Формировать понятие о важности умения определять время по часам; научиться определять ход времени; научиться выделять «важные дела» от «второстепенных»;

**Практика.** Представьте себе, что остановились все часы: а) в вашем доме;

б) в нашем городе; в) на всей планете.

К чему это приведет?

Как мы можем воздействовать на свое время, чтобы достичь успеха в учебе?

#### **43. Тема. Злость и агрессия.**

**Цель.** Создание условий для обращения подростков к собственному опыту агрессии.

**Практика.** Обсуждение. Чем полезна и чем вредна злость? В каких ситуациях люди чаще всего злятся? В чем это проявляется?

Упражнение «Как я зол!»

Как я пережил упражнение «Как я зол!»? Что я чувствовал во время него?

#### **44. Тема. Жизненные ориентиры.**

**Цель.** Научить детей самостоятельности; Сформировать у детей понимание управления собой; Научиться выделять «важные дела» от «второстепенных»;

**Практика.** Возьмите листы бумаги, цветные карандаши и сделайте рисунок под названием «Я — самостоятельный человек». Под рисунком напишите, в каких жизненных ситуациях проявляется ваша самостоятельность.

Анализ упражнения

Трудно ли было рисовать свою самостоятельность?

Расскажите, в каких ситуациях вы проявляете самостоятельность?

Информация для ведущего. Данный этап необходим, чтобы дети понимали, какого именно поведения ожидают от них взрослые. Например, в чем конкретно может проявиться самостоятельность и что сам ребенок может сделать для того, чтобы стать

самостоятельным. Кроме того, уяснив критерии самостоятельного поведения, дети учатся оценивать не личность товарища, а проявления данного качества в повседневном общении.

#### **45. Тема. Мое будущее.**

**Цель.** Помочь детям понять, чего они хотят от будущего; Целеполагание; Развитие навыков прогнозирования;

**Практика.** Начертите карту своего будущего. Ваши глобальные цели обозначьте как пункты местности, в которых вы хотели бы оказаться. Обозначьте также промежуточные большие и маленькие цели на пути к ним. Придумайте и напишите названия для «пунктов-целей», к которым вы стремитесь в своей личной и профессиональной жизни. Нарисуйте также улицы и дороги, по которым вы будете идти.

Как вы будете добираться до своих целей? Самым коротким или обходным путем?

Какие препятствия вам предстоит преодолеть?

На какую помощь вы можете рассчитывать?

Какие местности вам придется пересечь на своем пути: цветущие и плодородные края, пустыни, глухие и заброшенные места?

Будете ли вы прокладывать дороги и тропы в одиночестве или с кем-нибудь?

Обсуждение итогов упражнения:

Где находятся важнейшие цели?

Насколько они сочетаются друг с другом?

Где вас подстерегают опасности?

Откуда вы будете черпать силы для того, чтобы достичь желаемого?

-Какие чувства вызывает у вас эта картина?

Метафорическое выражение целей в виде пунктов на карте, а путей их достижения в виде улиц и дорог помогает участникам создать в воображении наглядную картину своего будущего. После создания такой карты каждый сможет соотнести цели между собой и понять, насколько они сочетаются друг с другом, какие препятствия встречаются на пути к ним, какие новые возможности открываются.

#### **46. Тема. Тревожность в школьном возрасте.**

**Цель.** Сформировать у детей адекватную самооценку, развить представление о собственной уникальности; Воспитать у ребенка уверенность в себе; Сформировать навыки саморегуляции.

**Практика.** Участников спрашивают, как они понимают смысл слова "тревожность"; какие ассоциации оно вызывает у них. Все ассоциации записываются на доске. В ходе дальнейшего обсуждения необходимо подвести участников к пониманию того, что тревожность – это склонность к формированию страхов. Какие ситуации в школе вызывают у меня тревогу и страх?

Ведущий должен способствовать тому, чтобы дети описывали конкретные ситуации, а не говорили общие слова.

#### **47. Тема. Внимание конфликт.**

**Цель.** Обучить детей умению благополучно выходить из конфликтных ситуаций, формировать навык бесконфликтного общения; Формирование у детей чувства единения; Сплочение участников группы;

**Практика.** Выслушивается мнение детей:

Конфликт – это когда дерутся. Конфликт – это непонимание.

Конфликт – это когда люди кричат друг на друга. Конфликт – это когда люди что-то не поделили. Конфликт – это когда люди спорят.

Конфликт – это разногласие между людьми, столкновение разных мнений и интересов.

научить детей ненасильственному способу решения конфликтной ситуации;

#### **48. Тема. Конфликты в коллективе.**

**Цель.** Ознакомить ребят со способами выхода из конфликтных ситуаций формирование у детей адекватной самооценки.

**Практика.** Ход игры:

- Ребята, кто из вас когда-нибудь мечтал стать королем или королевой? Какие преимущества получает тот, кто становится королем? А какие неприятности — это может принести? Вы знаете, чем добрый король отличается от злого?

После выяснения мнения детей воспитатель предлагает им поиграть в игру, в которой каждый может побывать королем или королевой в течение минут пяти. При помощи считалки выбирается первый участник в роли короля, остальные дети становятся его слугами и должны делать все, что приказывает король. Естественно, король не имеет права отдавать такие приказы, которые могут обидеть или оскорбить других детей, но он может приказать, например, чтобы слуги ему кланялись, подавали питье, были у него на «посылках» и т. п. Когда приказы короля выполнены, по считалке выбирается другой исполнитель роли, за время игры в роли короля могут побывать 2-3 ребенка. Когда время правления последнего короля закончится, воспитатель проводит беседу, в которой обсуждает с детьми полученный ими опыт в игре.

Дальнейшее обсуждение:

Как ты чувствовал себя, когда был королем?

Что тебе больше всего понравилось в этой роли?

Легко ли было тебе отдавать приказы другим детям?

Что ты чувствовал, когда был слугой?

Легко ли тебе было выполнять желания короля?

Когда королем был Вова (Егор), он был для тебя добрым или злым королем?

Как далеко добрый король может заходить в своих желаниях?

#### **49. Тема. Стресс и способы его преодоления.**

**Цель.** Познакомить учащихся с различными способами преодоления стресса; Помочь овладеть навыками их применения.

**Практика.** все участники по кругу высказывают предположения о ситуациях, которые, по их мнению, являются стрессовыми.

Ведущий записывает их на доске (ватмане, флипчарте). Обратите внимание детей на то, что есть такие ситуации, которые каждый человек может назвать стрессовыми, а есть те, которые только лично для кого-то являются стрессом. Далее формулируем понятие «Стресс».

**Дыхательные техники.**

**50. Тема. “Слово не воробей – вылетит не поймаешь”, ораторское мастерство.**

**Цель.** Расширение представления детей об искусстве человеческих взаимоотношений, усвоение форм речевого общения и этикета;

**Формирование навыков в управлении своим голосом, своими чувствами; обогащение лексикона учащихся новыми словами.**

**Практика.** Упражнение развивает такие риторические навыки, как креативность и ассоциативность в речи

Правила:

На доске пишутся буквы алфавита (или дается распечатка), кроме «сложных» букв (ъ, ё, й). Участники называют слова на каждую букву. Если группа продвинутая, тогда проводим вторую ступень упражнения — участники делают связанный рассказ. Условия те же — все слова на одну букву.

Упражнение можно проводить в мини-группах или в общей группе.

Итоги упражнения:

Легко ли получалось? Что понравилось?

Что необходимо добавить?

Был ли прогресс во время выполнения упражнения?

### **51. Тема. Ораторское мастерство.**

**Цель.** Формирование навыков в управлении своим голосом; Обогащение лексикона участников новыми словами.

**Практика.** обогащение лексикона участников новыми словами, развитие воображения и креативности.

Правила: Упражнение гораздо сложнее и глубже, чем может сперва показаться. Нужно выбрать любой предмет (мобильный телефон, книга, кастрюля... Что угодно!) и начать описывать его в течение трех-пяти минут. Вся соль в том, что некоторые предметы можно описать буквально в двух словах, и приходится свое описание растягивать, а значит необходимо найти то, чего раньше не замечал. Очень сложное, но безумно интересное упражнение!

Каждый участник должен описывать предмет в течении трех минут

### **52. Тема. Публичное выступление.**

**Цель.** Развить в каждом ребенке навык публичного выступления

**Познакомить с навыком публичных выступлений;**

**Формирование навыков в управлении своим голосом, своими чувствами; обогащение лексикона учащихся новыми словами.**

**Практика.** Знакомство с понятиями «оратор», «ораторское искусство», «самопрезентация», «публичное выступление».

### **53. Тема. Как справиться со злостью.**

**Цель.** Создание условий для обращения подростков к личному опыту агрессии. Разрядка агрессивных тенденций в поведении (вербальных и невербальных) в игровой форме. Обучение способам безопасной разрядки агрессии.

**Практика.** Упражнение «Кошки — собаки».

Работа в малых группах. Ребята получают задание описать возможные способы справиться со своей злостью. По окончании работы на доске составляется список возможных способов «спустить пар». Составляется памятка по способам «спускания пара».

### **54. Тема. Лист гнева.**

**Цель.** Создание условий для обращения подростков к личному опыту агрессии. Обучение способам безопасной разрядки агрессии.

**Практика.** Обсуждение. Какие способы косвенной разрядки агрессии вы знаете? На доске составляется список таких корректных приемов.

Упражнение «Лист гнева».

### **55. Тема. Обида.**

**Цель.** Создание условий для осознания подростками психологической природы обиды. Определение понятия обиды и ее последствий для межличностных отношений на основе обращения к личному опыту.

**Практика.** Обсуждение. Когда люди обижаются друг на друга? За что?

Упражнение «Геометрия обиды».

**56. Тема. Как простить обиду.**

**Цель.** Создание условий для осознания подростками психологической природы обиды и возможностей ее разрядки.

**Практика.** Обсуждение. Бывает ли так, что одна и та же ситуация одного человека обижает, а другого — нет?

Упражнение «Письмо обидчику».

**57. Тема. Что такое эмпатия.**

**Цель.** Экспресс-диагностика уровня развития эмпатических тенденций.

**Создание условий для тренинга эмпатических навыков.**

**Практика.** Обсуждение. С помощью чего люди могут понимать друг друга? Зачем нужна эмпатия?

Стихотворение Ю. Саакяна «Горе козла».

Эмпатия—это умение понимать состояние другого человека. Без нее невозможно строить бесконфликтное, «эффективное» общение.

Упражнение «Мигалки».

Какой у меня уровень эмпатии (высокий, средний или низкий). Обосновать свое предложение.

**58. Тема. Зачем нужна эмпатия.**

**Цель.** Создание условий для исследования учащимися уровня своей эмпатии в режиме развивающей психодиагностики. **Ход занятия Приветствие.**

**Практика.** Диагностика уровня эмпатии.

**59. Тема. Развиваем эмпатию.**

**Цель.** Создание условий для развития эмпатии учащихся.

**Практика.** Упражнение «Лицом к лицу».

Упражнение «Фотографии».

Легко или трудно было выполнять упражнение «Фотографии»? Почему?

**60. Тема. Эмпатия в действии.**

**Цель.** Создание условий для развития эмпатии учащихся в игровых моделях межличностного взаимодействия.

**Практика.** Обсуждение. Как проверить и развить свою эмпатию в жизни?

Упражнение «Сыщик».

Индивидуальная работа в тетради проводится каждым от лица «сыщика»: Доволен ли я тем уровнем эмпатии, который проявился в игре? Почему?

**61. Тема. Способы выражения чувств.**

**Цель.** Анализ возможного поведения и чувств сторон в потенциально конфликтной ситуации. **Формулирование механизма безопасного выражения чувств и конструктивного выражения претензий.**

**Практика.** Обсуждение. Зачем мы так долго учились понимать собственные эмоциональные состояния и состояния другого человека? Чтобы чувства не мешали, а помогали строить отношения с другими людьми и с самим собой.

Упражнение «Поиск способов безопасного выражения чувств».

**62. Тема. Тренировка «Я высказываний»**

**Цель.** Создание условий для закрепления у подростков навыков формулирования «Я-высказываний».

**Практика.** Упражнение «Формулировка». Работа в малых группах.

Упражнение «Я-послания».

### **63. Тема. Compliments.**

**Цель.** Создание условий для развития у подростков навыков выражать и принимать комплименты

**Практика.** Упражнение «Комплимент».

Работа в малых группах: класс делится на четыре подгруппы, первые две получают задание составить перечень правил говорения комплиментов, вторые — принятия их.

### **64. Тема. Подведение итогов.**

**Цель.** Создание условий для рефлексии подростками собственных достижений на уроках психологии

**Практика.** Презентация. Чем мы занимались на психологии в этом году? Зачем? Что мы узнали?

## **5. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК дополнительной общеразвивающей программы «Развитие личности»**

Календарный график обучения является примерным, составляется и утверждается для каждой группы.

Срок освоения программы – 9 месяцев. Начало обучения – по мере набора группы. Каждый модуль программы включает в себя лекционный материал и практические задания.

## **6. ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

Формы аттестации

Для проведения промежуточной и итоговой аттестации Программы разработан фонд оценочных средств по программе, являющийся неотъемлемой частью учебно-методического комплекса.

Объектами оценивания выступают:

- степень освоения теоретических знаний;
- уровень овладения практическими умениями и навыками по всем видам учебной работы, активность на занятиях.

Текущий контроль знаний обучающихся проводится преподавателем, ведущим занятия в учебной группе, на протяжении всего обучения по программе.

Текущий контроль знаний включает в себя наблюдение преподавателя за учебной работой обучающихся и проверку качества знаний, умений и навыков, которыми они овладели на определенном этапе обучения посредством выполнения упражнений на практических занятиях в формате семинаров и в иных формах, установленных преподавателем.

Промежуточная аттестация – оценка качества усвоения обучающимися содержания учебных блоков непосредственно по завершении их освоения, проводимая в форме зачета посредством тестирования или в иных формах в соответствии с учебным планом и учебно-тематическим планом.

Итоговая аттестация – процедура, проводимая с целью установления уровня знаний обучающихся с учетом прогнозируемых результатов обучения и требований к результатам освоения программы. Итоговая аттестация обучающихся осуществляется в форме презентации.

Обучающийся допускается к итоговой аттестации после изучения тем программы в объеме, предусмотренном для лекционных занятий.

## 7. ПРОГРАММА ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Обучающиеся допускаются к итоговой аттестации после изучения Модулей программы в объеме, предусмотренном учебным планом программы.

Оценка качества освоения учебной программы проводится в процессе итоговой аттестации в форме презентации.

Оценка	Критерии
Зачтено	Оценка «Зачтено» выставляется обучающемуся, продемонстрировавшему твердые и всесторонние знания материалов, умение применять полученные в рамках занятий практические навыки и умения. Достижения за период обучения и результаты текущей аттестации демонстрировали отличный уровень знаний и умений обучающегося.
Не зачтено	Оценка «Не зачтено» выставляется обучающемуся, который в недостаточной мере овладел теоретическим материалом по дисциплине, допустил ряд грубых ошибок при выполнении практических заданий, а также не выполнил требований, предъявляемых к промежуточной аттестации. Достижения за период обучения и результаты текущей аттестации демонстрировали неудовлетворительный уровень знаний и умений обучающегося.

## 8. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Игры, упражнения, тесты, мозговые штурмы, групповые дискуссии, творческие и практические работы, мини-лекции, беседы, эксперименты, видеосюжеты и т.п.

В процессе работы используются групповые и индивидуальные формы обучения, основанные на исследовании мотивационной, интеллектуальной, эмоциональной, характерологической сфер личности.

### 7.1. Материально-технические условия реализации программы

Материально-техническая база ИП \_\_\_\_\_ оснащена \_\_\_\_\_

№	Наименование оборудования	Количество
1	Флип-чарт	1
2	Проектор	1
3	Ноутбук для преподавателя	1
4	Стол учителя	1
5	Стул учителя	1
6	Столы учеников	6

7	Стулья учеников	12
8	Цветные карандаши (набор)	5
9	Маркеры цветные (набор)	5
10	Фломастеры (набор)	5
11	Цветная бумага (набор)	5
12	Газеты	20
13	Набор бумаги А4	2
14	Ватман (набор)	10
15	Мяч	2
16	Свеча	3

## 9. ИНФОРМАЦИОННЫЕ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

### Нормативные документы:

---

### Список используемой литературы:

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология. – Екатеринбург, 1999.
2. Битянова М.Р. Социальная психология: наука, практика и образ мыслей: Учеб.пособие. М.:ЭКСМО-Пресс, 2001.
3. Вачков И.В. Психология тренинговой работы: Содержательные, организационные и методические аспекты ведения тренинговой группы. М.:ЭКСМО, 2007.
4. Витакер Д.С. Группы как инструмент психологической помощи / Пер. с англ. В.П.Чурсина.М., 2000
5. Грецов А.Г. Тренинг общения для подростков. ПБ.:Питер, 2005
6. Драгунова Т.В. «Кризис» объясняли по-разному // Хрестоматия по возрастной психологии /Институт практической психологии, 2006 - 429 с.
7. Емельянов Ю.Н., Поварницына С.Е. Психология бизнеса. М.:Армада,1998.
8. Коротаева Е.В. Игровые модули общения: учебные материалы к тренингу. Екатеринбург, 1995.
9. Захаров Н.Н. Профессиональная ориентация школьников. Просвещение, 1988. -242 с.
10. Крайг Г. Психология развития. – ПБ., 2002 - 489 с.
11. Леванова Е.А. Готовясь работать с подростками. М.:МПГУ им.Ленина, 1993.
12. Лутошкин А.Н. Как вести за собой: старшеклассникам об основах организаторской работы. М., 1986.
13. Марковская И.М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми. СПб.: Речь, 2005.
14. Марченко Л. «Подростковых лидеров возьмут на учет». // Площадь свободы, 2000. - 547 с.
15. Обухова Л.Ф. «Возрастная психология», Москва., 2000.
16. Петровская Л.А. Теоретические и методические проблемы социально-психологического тренинга. М.: Изд-во Моск.гос. Ун-та, 1982.
17. Раис Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. – СПб., 2000
18. Фопель К. Сплоченность и толернтность в группе. М.: Генезис, 2000.
19. Хьелл Л., Зиглер Д. «Теории личности». – СПб: Питер, 2000. - 608 с.
20. Черняева С.А. Психотерапевтические сказки и игры. СПб.: Речь, 2002.