


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ПРИГОРСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА СМОЛЕНСКОГО РАЙОНА СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

РАССМОТРЕНА
на заседании методического
совета
Протокол № 1 от 29.08.2022г.
Председатель МС
 /А.Ю. Бурлаева/

ПРИНЯТА
на заседании
педагогического совета
Протокол №1
от 30.08.2022г.

УТВЕРЖДАЮ
директор МБОУ Пригорской СШ
 В.П. Понизовцев
Приказ от 31.08.2022г. № 297



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА**

«ЮНЫЙ ПСИХОЛОГ»

Направленность программы: социально-гуманитарная

Возраст обучающихся: 11-12 лет

Класс/ классы: 5-6

Срок реализации: 1 год

Составитель:
педагог дополнительного образования
Шерстюк Алина Александровна

с. Пригорское
2022 год

I. Пояснительная записка

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

В этой связи возникла идея создания данной общеразвивающей программы, образовательная деятельность, которой направлена на создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития обучающихся, через процесс самопознания; социализацию и адаптацию обучающихся к жизни в обществе. Содержание программы имеет «Стартовый уровень» сложности, так как используемые в ней материалы, предполагают минимальный уровень затрат для освоения содержания программы.

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

1. Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.15 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ».
4. Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.
5. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

1. Направленность программы социально-педагогическая.

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

Вступая во взаимодействие с существующими общественными ценностями, ребенок сравнивает свое поведение с теми образцами, которые предлагаются ближайшим окружением: родителями, учителями, воспитателями и другими значимыми для него взрослыми и сверстниками. При возникновении несоответствия между реальным поведением и предлагаемыми образцами в самосознании ребенка формируются негативные отношения, как к

предлагаемым ценностям, так и к самому себе. Младший школьник начинает испытывать трудности во взаимоотношениях с окружающими людьми, которые приводят к тем или иным формам социальной дезадаптации. В связи с этим, главной психолого-педагогической идеей данной программы является, преодоление процесса дезадаптации обучающихся через процесс самопознания и как следствие личностного развития обучающихся.

2. Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность.

Данная программа подразумевает усвоение программного материала обучающимися в условиях системно–деятельностного подхода, дает практические навыки. В итоге, обучающиеся приобретают коммуникативные навыки, опыт социального общения и социальной адаптации.

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

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

3. Цель и задачи программы.

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

Задачи программы:

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

4. Возраст детей, участвующих в реализации программы.

Программа рассчитана на детей среднего школьного возраста 11-12 лет. Количество детей в группе – 15 человек.

5. Сроки реализации программы.

Общеобразовательная программа рассчитана на 1 год.

Учебный план программы рассчитан на 72 часа.

Программа составлена таким образом, чтобы школьники смогли не только уяснить и прослушать материал, но и на практике его отработать и закрепить. Оптимальная численность в группе: 15 человек, что обеспечивает успешное усвоение материала и приобретение необходимых навыков.

6. Формы и режим занятий.

1. Психологические игры и упражнения:
игры-переживания;

деловые игры
психогимнастика;
упражнения на отработку различных навыков.

2. Различные методы тренинга:

ролевая игра;
моделирование практических ситуаций;
работа в парах;
работа в малых группах;
игра по ролям;
метод кейсов и т.д.

3. Групповые дискуссии, беседы.

4. Информационные блоки.

5. Психологические тесты.

6. Элементы арт-терапии.

7. Элементы сказкотерапии.

8. Элементы телесно-ориентированной терапии.

Формы организации деятельности детей на занятиях:

- индивидуальная;
- групповая;
- подгрупповая.

Структура занятия:

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

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

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

IV этап. Завершающий этап: рефлексия, ритуал прощания.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу с 10 минутным перерывом.

7. Ожидаемые результаты и способы их проверки.

Результатами реализации программы является:

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

8. Формы подведения итогов реализации программы.

Способы отслеживания усвоения программы:

- начальная диагностика, проводится с целью определения уровня развития детей;
- текущая диагностика, проводится с целью определения степени усвоения обучающимися учебного материала;

- промежуточная аттестация, проводится с целью определения результатов обучения по окончании полугодия;
- итоговая диагностика, проводится на конец срока реализации программы с целью определения уровня личностного развития обучающихся.

II. Учебный план программы «Юный психолог» 1 год обучения

<i>Название раздела</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Форма аттестации/ контроля</i>	<i>Теория</i>	<i>Практика</i>
Раздел №1. Основы психологической науки	9	Анкетирование	3	6
Раздел №2. Личность человека	9	Тест	3	6
Раздел №3. Семья и семейные ценности	9	Опрос	3	6
Раздел №4. Школа и учебный процесс	9	Круглый стол	3	6
Промежуточная аттестация. Форма проведения: занятие с элементами тренинга «Диалог о себе»				
Раздел 5. Коммуникация и основы общения	9	Беседа-игра	3	6
Раздел 6. Личные качества человека	9	Тест	3	6
Раздел 7. Самооценка и оценка окружающих	9	Анкетирование	3	6
Раздел 8. Цели и целеполагание	9	Тренинг	3	6
Итоговое занятие Форма проведения: занятие с элементами тренинга «Монолог о себе»				
	72		24	48

III. Содержание учебного плана

1 года обучения

Раздел № 1 «Основы психологической науки».

(Всего 9 часов: теория 3 ч, практика 6 ч)

Теория (3 ч)

- Что такое психология?
- История психологической науки
- Психологические знания и их роль в жизни человека

Практика (6 ч)

- Знакомство в группе. Принятие правил работы группы
- Занятие с элементом тренинга «Самопрезентация»
- Беседа – тренинг «Кто такой человек?»
- Занятие с элементом тренинга «Человек и социум»
- Упражнения на развитие сплоченности группы «Связующая нить», «Повтори за другом», «Ты и я, мы с тобой друзья»
- Итоговое занятия раздела: анкетирование «Мои новые знания»

Раздел № 2 «Личность человека».

(Всего 9 часов: теория 3 ч, практика 6 ч)

Теория (3 ч)

- Понятие «личность» и этапы её развития
- Темперамент и характер
- Самореализация личности

Практика (6 ч)

- Занятие с элементом тренинга «Кто я?»
- Игра «Путешествие с друзьями»
- Игра «Помоги решить проблему»
- Упражнения на повышение самооценки «Скала препятствий», «Черное и белое»
- Упражнения на развитие сплоченности группы «Протяни руку», «От кого это письмо?»
- Итоговое занятие раздела: тест «Что такое личность человека?»

Раздел № 3 «Семья и семейные ценности»

(Всего 9 часов: теория 3 ч, практика 6 ч)

Теория (3 ч)

- Понятие семьи
- Семейные ценности и традиции
- Воспитание и любовь родителей

Практика (6 ч)

- Занятие с элементом арт-терапии «Портрет моей семьи»
- Игра «Возьмемся за руки, друзья – мы теперь одна семья»
- Упражнение на развитие сплоченности группы «Паутинка», «Слон»
- Упражнение «Интервью с партнером»
- Занятие с элементом игры «Дочки-матери, отцы и сыновья»
- Итоговое занятие раздела: опрос «Семья и я»

Раздел № 4 «Школа и учебный процесс»

(Всего 9 часов: теория 3 ч, практика 6 ч)

Теория (3 ч)

- «Зачем учиться в школе?»
- Нелегкий процесс получения знаний
- Знания и будущая профессия

Практика (6 ч)

- Занятие с элементом игры «В нашем классе»
- Занятие с элементом тренинга «Как понять педагога»
- Игра «Никому не дам списать»
- Упражнения «Не хочу грубить в ответ», «Сказать спасибо так несложно»
- Занятие с элементом арт-терапии «Мой идеальный класс»
- Итоговое занятие раздела: круглый стол «Школьное бюро»

Промежуточная аттестация

Форма проведения: занятие с элементами тренинга «Диалог о себе»

Раздел № 5 «Коммуникация и основы общения»

(Всего 9 часов: теория 3 ч, практика 6 ч)

Теория (3 ч)

- Общение. Зачем людям общаться?
- Конфликт. Причины возникновения и способы решения
- Толерантность. Понятие толерантности и терпимости

Практика (6 ч)

- Занятие с элементом тренинга «Передай другому»
- Упражнения «Свои и чужие», «Мое государство»
- Игра «По чужим правилам»
- Упражнения «Как отстоять свое мнение?», «Докажи, но не злись»
- Занятие с элементом тренинга «Толерантность или как быть терпимым?»
- Итоговое занятие раздела: беседа - игра «В мире без войны»

Раздел № 6 «Личные качества человека»

(Всего 9 часов: теория 3 ч, практика 6 ч)

Теория (3 ч)

- Эмоции и чувства людей
- Доброта и злость. Отчего злятся люди?
- Воспитание характера - тернистый путь

Практика (6 ч)

- Упражнения «Дерево радостей и печалей», «Передача чувств»
- Упражнение «Что было бы, если...», Игра «Снежный ком»
- Занятие с элементом арт-терапии «Как простить обиду?»
- Упражнения «Зеркало», «Три желания».
- Занятие с элементом тренинга «Самовоспитание. Правила на каждый день»
- Итоговое занятие раздела: тест «Узнай качество в себе»

Раздел 7 «Самооценка и оценка окружающих»

(Всего 9 часов: теория 3 ч, практика 6 ч)

Теория (3 ч)

- Что такое самооценка
- Как не поддаться мнению окружающих
- Кумиры и ценности. Положительные и отрицательные стороны мечты

Практика (6 ч)

- Тестирование на самооценку (интерпретация и комментирование)
- Упражнения «Комплимент другу», «Подари улыбку»
- Занятие с элементом тренинга «Кому слабо?», «Портрет в лучах солнца»
- Упражнения «Новичок в классе», «Почетный гость»
- Упражнение: «Посмотри со стороны», «Успех»
- Итоговое занятие раздела: анкетирование «Оценка самому себе»

Раздел 8 «Цели и целеполагание»

(Всего 9 часов: теория 3 ч, практика 6 ч)

Теория (3 ч)

- Успешный человек. Как достичь успехов в учебе?
- Постановка цели
- План достижения цели

Практика (6 ч)

- Имидж-техника: упражнение «Самопиар»
- Игра – воображение «Биография кумира»
- Занятие с элементом тренинга «Внутренняя осанка»
- Занятие с элементом тренинга «Я хочу...»
- Практическое занятие «Как достичь мою цель?»
- Итоговое занятие раздела: тренинг «Я могу!»

Итоговая аттестация

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

IV. Методическое обеспечение образовательной программы

<i>Наименование раздела</i>	<i>формы занятий</i>	<i>методы и приемы</i>	<i>дидактический материал</i>	<i>техническое оснащение</i>	<i>формы подведения итогов</i>	<i>Участники</i>
Раздел 1 (9 ч.) «Основы психологической науки»	занятие с элементом тренинга, беседа – тренинг, анкетирование	вербальный, наглядный, объяснительно-иллюстративный слушание, комментирование, выполнение практических упражнений	анкеты, раздаточный материал	ноутбук, проектор, экран	анкетирование «Мои новые знания»	педагог, обучающиеся
Раздел 2 (9ч.) «Личность человека»	беседа - лекция, психологическая игра, занятие с элементом тренинга,	вербальный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный	видеозаписи, специальная литература, памятки	ноутбук, проектор, экран	тест «Что такое личность человека?»	педагог, обучающиеся

	тестирование	выполнение самостоятельной работы, выполнение практических упражнений				
Раздел 3 (9ч.) «Семья и семейные ценности»	занятие с элементом арт-терапии, беседа - тренинг, занятие с элементом игры, опрос	вербальный, наглядный, объяснительно-иллюстративный слушание, комментирование, выполнение самостоятельной работы, выполнение практических упражнений	видеозаписи, специальная литература, памятки раздаточный материал	компьютер, мультимедийный проектор	опрос «Семья и я»	педагог, обучающиеся
Раздел 4 (9ч.) «Школа и учебный процесс»	занятие с элементом игры, занятие с элементом тренинга, занятие с элементом арт-терапии, круглый стол, беседа - тренинг	вербальный, наглядный, объяснительно-иллюстративный слушание; комментирование, выполнение самостоятельной работы, выполнение практических упражнений	специальная литература, раздаточный материал	ноутбук, проектор, экран	круглый стол «Школьное бюро»	педагог, обучающиеся
Раздел 5 (9ч.) «Коммуникация и основы общения»	беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга, беседа - тренинг	вербальный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный слушание, комментирование, выполнение самостоятельной работы, выполнение практических упражнений	раздаточный материал, презентации	ноутбук, проектор, экран	беседа - игра «В мире без войны»	педагог, обучающиеся
Раздел 6 (9ч.) «Личные качества человека»	занятие с элементом арт-терапии, беседа - тренинг, занятие с элементом тренинга, тестирование	вербальный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный слушание, комментирование, выполнение самостоятельной работы, выполнение практических упражнений	видеозаписи, презентации, раздаточный материал	ноутбук, проектор, экран	тест «Узнай качество в себе»	педагог, обучающиеся
Раздел 7 (9 ч.) «Самооценка»	тестирование, анкетирование, занятие	вербальный, наглядный,	научная и специальная	ноутбук, проектор,	анкетирование	педагог, обучающиеся

и оценка окружающих»	с элементом тренинга, беседа - тренинг	объяснительно-иллюстративный, слушание, комментирование, выполнение самостоятельной работы, выполнение практических упражнений	литература, раздаточный материал	экран	«Оценка самому себе»	ся
Раздел 8 (9ч.) «Цели и целеполагание»	игра – воображение, занятие с элементом тренинга, практическое занятие, тренинг	вербальный, наглядный, объяснительно-иллюстративный слушание, комментирование, конспектирование; выполнение самостоятельной работы, выполнение практических упражнений	презентация, научная и специальная литература	ноутбук, проектор, экран	тренинг «Я могу!»	педагог, обучающиеся

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	сентябрь	14.30 – 15.30	занятие с элементом тренинга, беседа – тренинг, анкетирование	9 ч.	раздел 1. «Основы психологической науки»	кабинет педагога-психолога	анкетирование «Мои новые знания»
2.	октябрь	14.30 – 15.30	беседа - лекция, психологическая игра , занятие с элементом тренинга, тестирование	9 ч.	раздел 2. «Личность человека»	кабинет педагога-психолога	тестирование «Что такое личность человека?»
3.	ноябрь	14.30 – 15.30	занятие с элементом арт-терапии, беседа - тренинг, занятие с элементом игры, опрос	9 ч.	раздел 3. «Семья и семейные ценности»	кабинет педагога-психолога	опрос «Семья и я»
4.	декабрь	14.30 – 15.30	занятие с элементом игры,	9 ч.	раздел 4. «Школа и учебный процесс»	кабинет педагога-психолога	круглый стол «Школьное

			занятие с элементом тренинга, занятие с элементом арт-терапии, круглый стол, беседа - тренинг				бюро»
5.	январь	14.30 – 15.30	беседа с элементами игры, занятие с элементом тренинга, беседа - тренинг	9 ч.	раздел 5. «Коммуникация и основы общения»	кабинет педагога-психолога	беседа - игра «В мире без войны»
6.	февраль	14.30 – 15.30	занятие с элементом арт-терапии, беседа - тренинг, занятие с элементом тренинга, тестирование	9 ч.	раздел 6. «Личные качества человека»	кабинет педагога-психолога	тестирование «Узнай качество в себе»
7.	март	14.30 – 15.30	тестирование анкетирование, занятие с элементом тренинга, беседа - тренинг	9 ч.	раздел 7. «Самооценка и оценка окружающих»	кабинет педагога-психолога	анкетирование «Оценка самому себе»
8.	апрель	14.30 – 15.30	игра – воображение, занятие с элементом тренинга, практическое занятие, тренинг	9 ч.	раздел 8. «Цели и целеполагание»	кабинет педагога-психолога	тренинг «Я могу!»

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

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

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

1. Альманах психологических тестов. – М.: «КСП», 2006г.
2. «Внешкольник. Воспитание и дополнительное образование молодежи». – Журнал. Москва, ООО «Красногорская типография». – 2014 – 2015гг. Психогимнастика в тренинге / Под редакцией Н.Ю. Хрящевой. – СПб.: «Речь», Институт Тренинга, 2014г.
3. Петровская А.А. «Теоретические и методические проблемы социально – психологического тренинга» - М.: 2010г.
4. «Программно – методическое обеспечение образовательного процесса» (из опыта работы педагогического коллектива Дворца детского и юношеского творчества) Составитель: А.И. Тихненко, г. Армавир 2014 г.
5. Свеницкий А.Л. Социальная психология: Учебник. – М.: ООО «ТК Велби», 2013г.
6. «Школьный психолог». – Еженедельная методическая газета для педагогов – психологов. М.: Издательский дом «Первое сентября». – 2015-2019 г.