

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
ЛЕНИНОГОРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования «Дом детского творчества»  
муниципального образования «Лениногорского муниципального района»  
Республики Татарстан

Принята на заседании  
методического совета  
МБУДО «ДДТ» МО «ЛМР» РТ  
Протокол № 1 от 25 августа 2017г.

Утверждаю  
Директор  
МБУДО «ДДТ» МО «ЛМР» РТ  
Приказ № 1-ОД от

Т.М.Семенова



Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
социально-педагогического направления  
**«Познай себя»**

Возраст детей: 14-18 лет  
Срок реализации: 2 года  
Составитель :  
Артемьева Елена Викторовна  
педагог дополнительного образования

г. Лениногорск, 2014

## **1.2.Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-педагогического направления «Познай себя» начала реализовываться в подростковом клубе общения «Шанс» с 2002 года. С учетом развития социально-экономических отношений в стране, развитием науки, техники, культуры, программа редактировалась в 2007, 2013-2014 годах.

В 2013-2014 гг. программа обновлена в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в РФ» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012г., на основании Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденного Приказом Минобрнауки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008.

За весь период реализации программа прошла апробацию, претерпела дополнения, усовершенствовалась и доказала что она востребована и актуальна.

**Вид программы:** модифицированная.

**Направленность:** социально- педагогическая;

**Новизна программы** заключается в том, что посредством клубной деятельности создаются условия для формирования духовно - развитой, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на созидательный выбор жизненной позиции, на самостоятельную выработку идей, умеющей ориентироваться в современных социокультурных условиях.

Занятия по программе «Познай себя» дают возможность учащимся познать себя и научиться управлять своим внутренним миром. В ходе проведения занятий решаются вопросы развития личности, формирования коммуникативных навыков, оказания психологической помощи и поддержки.

**Актуальность образовательной программы.**

В «Концепции модернизации российского образования до 2025 года» подчеркивается: развивающемуся обществу нужны современно образованные, нравственные, предпримчивые люди, способные самостоятельно принимать ответственные решения в ситуации выбора, быть динамичными, конструктивными специалистами, обладать развитым чувством ответственности за судьбу страны, ее социально-экономическое процветание. Стране необходимы люди, способные по-новому взглянуть на насущные проблемы и вести за собой. Они двигатели прогресса. На первый план выходят такие важные человеческие качества как мобильность и конкурентоспособность.

Особенно сложно самоопределиться в столь динамичном мире подростку, для которого именно это время является ключевым в становлении и развитии, так как в этом возрасте закладываются и формируются основы лидерского потенциала, который, в последствие, раскрывается во взрослой жизни.

Подростковый возраст относится к числу критических периодов жизни детей, связанных с кардинальными преобразованиями в сфере сознания, деятельности и системы взаимоотношений. Этот этап характеризуется бурным и во многом противоречивым развитием. Основу формирования новых психологических и личностных качеств подростков составляет общение в процессе различных видов деятельности.

Характерным новообразованием является «чувство взрослости», а также развитие самосознания и самооценки, интерес к себе как личности, к своим возможностям и особенностям. Для того чтобы подросток по-настоящему «влился» в коллектив, необходимо, чтобы задачи, которые ставятся перед ним в ходе деятельности, были не только понятны, но и внутренне принятые им, т.е. чтобы они приобрели значимость для него и нашли, таким образом, отклик и опорную точку в его самоудовлетворении. При отсутствии условий для индивидуализации и позитивной реализации своих новых возможностей самоутверждение подростка может принимать нежелательные формы, приводить к неблагоприятным реакциям.

Безусловно, в юности должно быть много друзей, но как важно, чтобы общение с друзьями приносило только пользу! У подростка должны быть выработаны стойкие убеждения в приемлемости или неприемлемости тех или иных способов поведения. Следовательно, встает задача создать ребенку условия для свободного выбора форм, способов самореализации на основе усвоения общечеловеческих ценностей.

Программа «Познай себя» поможет подростку найти свою индивидуальность, так как она базируется на познавательных, творческих интересах и потребностях личности и объединяет воспитание, самовоспитание, обучение, развитие в единый процесс с целью удовлетворения познавательных интересов и творческого потенциала ребенка, способствующих самореализации личности.

**Педагогическая целесообразность программы** в учете особенностей детей подросткового возраста, в разнообразии видов деятельности в условиях Дома детского творчества, в дополнительной возможности их самоутверждения и самореализации.

Обучение по программе позволит создать условия для освоения нравственных ценностей и самоопределения подростка в различных сферах: «Общение», «Познание», «Здоровье», «Семья», «Культура».

В ходе работы по предлагаемой программе учащиеся осваивают различные виды деятельности: проблемную, коммуникативную, творческую.

Эта программа является одной из моделей психолого-педагогического сопровождения развития учеников, направленной на формирование компетентностей: познавательной, личностной, самообразовательной, социальной, компетентное отношение к собственному здоровью.

**Цель программы:**

Создание условий для формирования духовно - развитой, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на созидательный выбор жизненной позиции, на самостоятельную выработку идей, умеющей ориентироваться в современных социокультурных условиях.

**Задачи:*****Образовательные:***

- расширить представление о социальном устройстве жизни через формирование знаний об образе жизни человека и способах его общения;
- обучить правилам общения, активного слушания, простым секретам бесконфликтности;
- формировать умение самореализации через участие в разнообразных видах клубной деятельности;
- формировать ключевые компетенции : познавательную ,личностную, самообразовательную, социальную;
- формировать компетентное отношение к собственному здоровью.

***Развивающие:***

- развить познавательную активность;
- развить коммуникативные способности, умения находить язык со сверстниками;
- развитие потребности в здоровом образе жизни, формирование чувства ответственности за свою жизнь.

***Воспитательные:***

- формирование конструктивного поведения, умения бесконфликтного поведения
- воспитать стремления к достижению жизненного успеха, реализация своих умений и возможностей.
- способствовать формированию навыков поведения, трудолюбия, выдержки, умения работать в коллективе;
- воспитание творческого «Я», умеющего конструировать собственное пространство жизнетворчества, организовывать содержательный досуг.

**Возраст учащихся: от 14 до 18 лет**

**Срок реализации программы:** Программа рассчитана на 2 года обучения.

***Формы и режим занятий:***

**Форма обучения** : очная, возможны условия сетевого взаимодействия и онлайн- обучение.

Формы занятий: индивидуальная, групповая, индивидуально-групповая

**Численный состав группы:**

1 год обучения -15 человек.

2 год обучения -12 человек в соответствии СанПиН 2.4.43172-14.

Группы формируются согласно возрасту детей.

**Недельная нагрузка групп:**

1 года обучения - 4 часа в неделю, 144 часа в год.

2 года обучения подгруппы - 6 часов в неделю, 216 часов в год.

Набор в объединение осуществляется на добровольной основе, не исключается принятие в основной состав детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов.

Исходя целей и задач занятия, мероприятия в работе объединения совместно с несовершеннолетними учащимися могут принять участие их родители (законные представители), приглашенные лица без включения их в основной состав. Обучение ведется основным составом, а также могут проводиться индивидуальные консультации по запросу учащихся.

**В программу «Познай себя» входят следующие блоки:**

**I. Познание**

**II. Общение**

**III. «Я» в стране здоровья.**

**IV. Досуг**

**I.«Познание».** Занятия по данному блоку направлены на развитие интеллектуального потенциала, воспитание сознательного, активного интереса к знаниям. Изучение личности, изучение искусства общения, знакомство с простыми секретами бесконфликтности – это главные составляющие этого блока.

Используемые формы работы в этом блоке:

1.Диагностика

2.Беседы.

3.Практикумы.

4.Часы общения.

5.Ролевые игры.

6.Диспуты.

7.«Мозговой штурм».

8.Читательские конференции.

9.Уроки творчества.

10.Сказкотерапия.

В ходе работы этого блока подростки открывают для себя ценность удивительного, неповторимого, непохожего, сложного и тонкого мира «Я».

**II. Блок «Общение»**

Работая в этом блоке учащиеся клуба:

- Развивают коммуникативные способности, умения находить язык со сверстниками.
- Расширяют представлений о социальном устройстве жизни через формирование знаний об образе жизни человека и способах его общения.
- Воспитывают в себе потребность соотносить свои интересы и желания с интересами другого человека.
- Организовывают и проводят мероприятия направленные на формирование конструктивного поведения, умения бесконфликтного поведения.

Основные формы работы:

- Тренинг «Страна понимания»
- Дни доброго общения
- Ролевые и долевые игры
- Встречи в творческом кафе
- Сотрудничество с объединениями ДДТ
- Связь с образовательными учреждениями города

**III Блок «“Я” в стране здоровья»** направлен на:

- Воспитание и развитие потребности в здоровом образе жизни.
- Формирование рациональной организации учебного процесса, труда и отдыха.
- Формирование устойчивого отрицательного отношения к вредным привычкам.
- Воспитание стремления к достижению жизненного успеха, реализация своих умений и возможностей.

Формы работы:

- 1.Акции
- 2.«Дни здоровья»
- 3.Тренинг
- 4.Беседа
- 5.Круглый стол
- 6.Защита рефератов
- 7.Ток-шоу
- 8.Соревнования
- 9.Конкурсы
- 10.Походы
- 11.Реализация проекта «Самостоятельные дети»

**IV Блок «Досуг»**

Основное внимание отводится на формирование нравственных и гражданских качеств на основе разнообразной творческой деятельности, что способствует:

- созданию особой творческой среды;
- приобретению организаторских навыков;
- организации содержательного досуга;
- воспитанию творческого «Я» умеющего конструировать собственное пространство жизни творчества.

- самореализации через участие в разнообразных видах работы.

Формы работы:

- 1.Вечер отдыха
- 2.Праздники
- 3.Массовые мероприятия
- 4.Фестивали
- 5.Экскурсии
- 6.Встречи с интересными людьми

При реализации программы «Познай себя» используются различные образовательные технологии и методики:

- общеметодические инновации (разработка творческих заданий для обучающихся, проектная деятельность, исследовательские задания);
- технологии дифференциации и индивидуализации (учет уровня обученности и обучаемости, развитие психофизиологических особенностей детей, скорость усвоения и выполнения заданий);
- применение активных методов обучения, деятельностного подхода;
- использование инновационных информационных технологий;
- дистанционные образовательные технологии (активно используются при зачислении детей с ограниченными возможностями, детей-инвалидов).

Язык, на котором осуществляется образовательная деятельность – русский.

Ожидаемые результаты и способы определения результативности:

Ожидаемые результаты	Показатели эффективности	Источники получения данных	Формы подведения итогов
<p>-повышение уровня воспитанности среди детей и молодежи</p> <p>-развитие креативности, познавательных процессов, интеллекта;</p> <p>-потребность в здоровом образе жизни;</p> <p>-активная жизненная позиция;</p> <p>-приобретение организаторских качеств личности;</p> <p>-открытое выражение личной точки зрения;</p> <p>-сформированные позитивные установки жизненных ценностей.</p>	<p>-уровень воспитанности – 100%</p> <p>-умение самостоятельно дать нравственную оценку своим и чужим поступкам;</p> <p>-принятие национальных ценностей, этнических духовных традиций;</p> <p>-позитивная нравственная самооценка, самоуважение, жизненный оптимизм;</p> <p>-способность к самостоятельным поступкам и действиям на основе морального выбора, принятие ответственности за свои поступки</p>	<p>-Психолого-педагогическое исследование;</p> <p>-итоговые занятия;</p> <p>-подведение итогов реализации проекта «Самостоятельные дети».</p>	<p>-фестивали</p> <p>-конкурсы</p> <p>-проекты</p> <p>-диагностика</p>

Практическая реализация программы «Познай себя» на всех ее

этапах предполагает формирование благоприятного психологического климата, формирование духовной атмосферы в объединении, способствует формированию творческой личности, стремящейся к Добру, Истине, Красоте. Программа «Познай себя» помогает подростку строить свою жизнь и после окончания обучения. Учащиеся, прошедшие обучение по программе, имеют возможность остаться в объединении, реализовать себя в качестве волонтеров. Полученные знания, умения, навыки помогут организовать досуг семьи, кампании друзей, одноклассников, они могут попробовать свои силы в качестве вожатых в школах и оздоровительных лагерях.

Программа остается открытой, что позволит ее дополнить, уточнить, совершенствовать, корректировать. Так как программа актуальна и востребована, ежегодно по ней может обучаться обновленный состав клуба.

#### **компетентность:**

- учебные достижения;
- интеллектуальные задания;
- умение учиться и оперировать знаниями.

#### **2. Личностная компетентность:**

- развитие индивидуальных способностей и талантов;
- знание своих сильных и слабых сторон;
- способность к рефлексии;
- динамичность знаний.

#### **3. Самообразовательная компетентность:**

- способность к самообразованию, организации собственных приемов самообучения;
- ответственность за уровень личной самообразовательной деятельности;
- гибкость применения знаний, умений и навыков в условиях быстрых изменений;
- постоянный самоанализ, контроль своей деятельности

#### **4. Социальная компетентность:**

- сотрудничество, работа в команде, коммуникативные навыки;
- способность принимать собственные решения, стремиться к осознанию собственных потребностей и целей;
- социальная целостность, умение определить личностную роль в обществе;
- развитие личностных качеств, саморегулирование.

#### **5. Компетентное отношение к собственному здоровью:**

- соматическое здоровье;
- клиническое здоровье;
- физическое здоровье;
- уровень валеологических знаний.

### 1. 3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

(разделы программы, общее количество часов)

#### **1 год обучения**

№	Раздел программы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Вводное занятие.	2 ч	1 ч	1 ч
1.1	Основные нормы взаимоотношений в группе.	2ч	1ч	1ч
2.	Блок «Познание»	10 ч	5 ч	5 ч
2.	Блок «Общение»	28ч	11 ч	17 ч
3.	Блок «Я» в стране здоровья»	70 ч	20 ч	50 ч
4.	Блок «Досуг»	30 ч	8 ч	22 ч
5	Итоговое занятие	2ч		2ч
	Итого:	144 ч	46 ч	98 ч

#### **2 год обучения**

№	Раздел программы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Вводное занятие.	3ч	1 ч	2 ч
2.	Блок «Познание»	21ч	7ч	14ч
2.	Блок «Общение»	63 ч	15 ч	48 ч
3.	Блок «Я» в стране здоровья»	93 ч	14 ч	79 ч
4.	Блок «Досуг»	33 ч	7ч	26 ч
5.	Итоговое занятие	3 ч		3 ч
	Итого:	216 ч	44 ч	172 ч

## 1.4. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

### 1 год обучения

№	Раздел и темы	Всего часов	теория	практика
<b>1.</b> 1.1	<b>Вводное занятие</b> Основные нормы взаимоотношений в группе.	2 2	1 1	1 1
<b>2.</b> 2.1 2.2 2.3 2.4 2.5	<b>Блок «Познание»</b> Понятие «личность» и «индивидуальность» Темперамент и личность Характер личности Творческо- саморазвивающаяся личность Организаторские способности и лидерские качества	10 2 2 2 2	5 1 1 1 1	5 1 1 1 1
<b>3.</b> 3.1 3.2 3.3 3.4 3.5 3.6 3.7 3.8 3.9 3.10	<b>Блок «Общение»</b> Роль общения в развитии человека. Виды общения. Субъекты и объекты общения. Вербальное общение. Невербальное общение, его особенности. Роль эмоций в общении. Техника активного слушания. Простые секреты бесконфликтности. Сотрудничество со сверстниками. Взаимоотношение с родителями. Тренинг коммуникативных умений «Страна понимания»	28 2 2 2 2 2 2 2 2 10	11 1 1 1 1 1 1 1 1 2	17 1 1 1 1 1 1 1 1 8
<b>4.</b> 4.1. 4.2. 4.3. 4.4. 4.5 4.6 4.7 4.8	<b>Блок «Я» в стране здоровья»</b> Здоровый образ жизни и его составляющие. Влияние двигательной активности и закаливания организма на здоровье человека. Режим труда и отдыха Рациональное питание и его значение для здоровья. Правила личной гигиены и здоровья человека. Тренинг формирования здорового образа жизни. Дни здоровья (соревнования, походы, велопробеги) Участие в работе Республиканского антинаркотического проекта «SaMoСтоятельные дети».	70 4 2 2 2 2 14 20 24	20 2 1 1 1 6 8 20 8	50 2 1 1 1 1 8 20 16

<b>5.</b>	<b>Блок «Досуг»</b> Режиссёрский замысел Творческое кафе	30	8	22
<b>6.</b>	<b>Итоговое занятие</b>	2		2
	<b>Итого</b>	<b>144</b>	<b>46</b>	<b>98</b>

**2 год обучения**

<b>№</b>	<b>Раздел и темы</b>	<b>Всего часов</b>	<b>теория</b>	<b>практика</b>
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>	3	1	2
<b>2.</b>	<b>Блок «Познание»</b> Основные нормы взаимоотношений в группе «Формирование способности к выявлению Я-концепции - реальной самоидентификации лидера» «Развитие личностных и социальных качеств» «Формирование уверенности в себе»	21 3 6 6 6	7 1 2 2 2	14 2 4 4 4
<b>3.</b>	<b>Блок «Общение»</b> 3.1 Азбука вежливости. 3.2 Ораторское искусство. 3.3 Толерантность. Правила доброты. 3.4 Тренинг коммуникативной компетентности.	63 6 6 36 15	15 2 1 9 3	48 4 5 27 12
<b>4.</b>	<b>Блок «Я» в стране здоровья»</b> 4.1 Участие в Республиканском антинаркотическом проекте « SaMoСтоятельный дети» 4.3 Тренинги формирования здорового образа жизни 4.4 Акции «Мое здоровье – мое будущее» Дни здоровья Соревнования, походы	95	20	75
<b>5.</b>	<b>Блок «Досуг»</b> 5.1. Виды игр и их классификация 5.2. -Режисерский замысел - Работа с техническими средствами -Творческое кафе	33 3 9 9 12	7 1 3 3 12	26 2 6 6 12
<b>6.</b>	<b>Итоговое занятие</b>	3		3
	<b>Итого</b>	<b>216</b>	<b>44</b>	<b>172</b>



### 3. Содержание дополнительной общеобразовательной программы.

1год обучения.

	<b>Раздел и тема</b>	<b>Содержание.</b> Базовые понятия. Практическая часть.	<b>Оборудование и наглядное пособие</b>
1.	<b><u>Вводное занятие «Введение в дополнительную общеобразовательную программу»</u></b> -Общий обзор программы - Знакомство с традициями клуба, с правилами внутреннего распорядка, -с правилами техники безопасности	<b>Тренинг знакомства</b> <b>Упражнения</b> на знакомство. <b>Упражнение 1 «Знакомство»</b> Необычные приветствия, знакомство во в разные времена (средний век, наше время) <b>Упражнение 2 «Снежный ком»</b> <b>Упражнение 3 «Представь соседа»</b> <b>Упражнение 4 «Фраза по кругу»</b> <b>Заполнение «Старт - анкеты»</b>	Гитара, мультимедийное оборудование, фото-видео материал: «Страницы из жизни объединения» «Презентация клуба общения «Шанс»» Бумага для записи, ручки по числу участников.
1.1.	<b><u>Основные нормы взаимоотношений в группе.</u></b> -Понятие «группа», функции группы. -Правила поведения в группе, ознакомление с основными принципами работы социально-психологического тренинга . -Первичное освоение приёмов активного стиля общения. Прием быстрого соглашения друг с другом и разрешения возникших проблем. -Выбор актива группы, распределение обязанностей. -Планирование работы группы.	Упражнения на углубленное знакомство. <b>Упражнение 1 «Домино»</b> <b>Упражнение 2 «Поиск общего»</b> <b>Упражнение 3 «Живое ранжирование»</b> <b>Упражнение 4 «Общий шаг»</b> <b>Упражнение 5 «Священные палочки»</b> <b>Упражнение 6 «Полёт над африканской пустыней»</b> <b>Игра:</b> «Счёт до десяти» <b>Деловая игра :</b> «Дерево идей» <b>Психокоррекционная сказка:</b> <b>«Горошинка»</b> <b>Тест:</b> «Самоопределение»	Гитара, видеотехника . Бумага для записи, ручки по числу участников Плакат: «Дерево идей» Ленточки, палочки(40см) по числу участников. Бланки вопросов теста по числу участников.

2.	<b><u>Блок «Познание»</u></b>	-Понятие «личность» и «индивидуальность.	-Понятие «гармоничный человек», составляющие гармоничного человека.	Гитара, мультимедийное оборудование,
2.1			-Уникальность и своеобразие каждого человека	Бумага для записи, ручки по числу участников
2.2		-Темперамент и личность.	Упражнения на самораскрытие,	Цветная бумага, ножницы, клей, скотч.
2.3		-Характер личности.	самопознание, раскрытие важных качеств для	Вырезки из газет, журналов.
2.4		-Творчески саморазвивающаяся личность.	эффективного межличностного общения	Бланки «Я в лучах солнца», «Звёздная карта моих интересов»
2.5	Организаторские способности и лидерские качества		<b>Занятия:</b> «Эмоции и чувства» («Рисуем чувства», «Способы выражения эмоций», «Узнавание эмоций», «Социальная самоидентификация», «Роли и социальные институты», «Я-личность, ты-личность», «Первичные и вторичные способности личности», «Список моих качеств и чувств», «Целостная картина личности», «Я и мой выбор»).	«Карта наших интересов», «Мои достоинства, мои недостатки»
			<b>Тренинг организаторских и лидерских способностей.</b>	Бланки вопросов теста по числу участников
			<b>Упражнения:</b> «Футболка с надписью», «Части моего Я», «Какой я человек», «Мой портрет в лучах солнца», «Письмо себе, любимому», «Творческие силы», «Звёздная карта моей жизни»	
			<b>Методики:</b> «Знаю ли я себя?», «Словесный портрет» «Волшебное психологическое зеркало», «Моё лучшее “ Я”» «Какой я есть и каким бы я хотел быть» «Качества личности»	
			<b>Игра-идентификация</b> «Моя волшебная земля»	
			<b>Тест</b> Айзенка «Определение черт характера	

		<p>и темперамента (<i>подростковый вариант</i>)</p> <p>Психокоррекционные сказки: «Пряник», «Ласточка» «Коряга» «Золотая рыбка»</p> <p><b>Тест</b> «Ведущее полушарие»</p> <p><b>Тест</b> «Мои склонности» «Методы исследования общения»</p> <p><b>Итоговое занятие:</b> «Талант – шоу»</p> <p>презентация творческих способностей учащихся.</p>	
3.	<b><u>Блок «Общение»</u></b>		
3.1	-Роль общения в развитии человека.	-Понятие «Общение» «Общительный человек»	Гитара, мультимедийное оборудование,
3.2	-Виды общения. Субъекты и объекты общения	-Понятие «вербальное общение», вербальная коммуникация. Эффективные техники речевого общения.	Бумага для записи, ручки по числу участников.
3.3	-Вербальное общение	- Понятие «невербальное общение».	Маркеры, цветные карандаши, листы А3,
3.4	-Невербальное общение, его особенности	Мимика, визуальный контакт, интонация и тембр голоса, позы и жесты, звуки и запахи, межличностное пространство.	Ключ от дверного замка
3.5	-Роль эмоций в общении.	- Понятие «эмоции». Происхождение эмоций.	Листы А-4с названием эмоций
3.6	-Техника активного слушания.	-Положительные, отрицательные эмоции Правила управления собственными эмоциями и эмоциями других людей. -Правила хорошего слушания. -Правила организации пространства общения.	Карточки к упражнениям: «Мудрый слушатель» «Поймите меня правильно» «Невербальные средства общения» «Узнай эмоцию» «Маски релаксации» «Толстое стекло»
3.7	-Простые секреты бесконфликтности.	-Понятие «конфликт». -Виды конфликтов. -Агрессия и гнев. Стресс. Способы борьбы с ним. - Пути решения проблем и конфликтов.	образцы конфликтных ситуаций к упражнению «Карусель»

3.8 3.9 3.10	<p>Сотрудничество со сверстниками. -Взаимоотношение с родителями.</p> <p>Тренинг коммуникативных умений «Страна понимания»</p>	<p>- Понятие «семья», правила поведения в семье, семейные традиции.</p> <p><b>-Тренинг коммуникативных умений</b> <b>«Страна понимания»</b></p> <p><b>Занятия:</b> «Установление контакта», «Коммуникация чувств», «Навыки принятия решений и нахождение компромисса», «Разыгрывание трудных ситуаций в общении», «Обучение социальным навыкам» (как сказать «Нет», ведение переговоров, отстаивание своего мнения; задавание вопроса, начало беседы, принятие критики, преодоление обвинения; просьба о помощи, выражение благодарности), «Я и они» (как ты выглядишь в глазах других? О пользе критики, умение принимать решение, конфликты и компромиссы)</p> <p><b>Упражнения:</b></p> <p>Упражнение 1: «Эффективность общения</p> <p>Упражнение 2: «Что я вижу на картине»</p> <p>Упражнение 3: Диалог с великим»</p> <p>Упражнение4 «Карусель»</p> <p>Упражнение5: «Невербальные средства общения»</p> <p>Упражнение6: «Толстое стекло»</p> <p>Упражнение7: «Мудрый слушатель»</p> <p>Упражнение8: «Поймите меня правильно»</p> <p>Упражнение9: «Колобок и лисица»</p> <p>Упражнение10: «Телеграмма»</p> <p>Упражнение11: «Комplимент»</p> <p>Упражнение12: «Контакты»</p> <p>Упражнение 13: «Таможня»</p> <p>Упражнение 14: «Групповой рисунок на тему»</p>	<p>Фотографии из «семейных альбомов»</p> <p>презентации учащихся: «Профессия моих родителей»</p>
--------------------	--	--	--

		<p><i>Упражнение 15: «Выходи из круга»</i></p> <p><i>Упражнение 16: «Тропа эмоций»</i></p> <p><i>Упражнение 17: «Анализ негативных эмоций»</i></p> <p><i>Упражнение 18: «Игра со стульями»</i></p> <p><i>Упражнение 19: «Аплодисменты по кругу»</i></p> <p><b><i>Игры-активаторы</i></b> «Испорченный телефон» «Слепой паровозик» «Да- нет» «Зеркало» «Пойми меня» «Мы похожи» «Внимание» «Общий ритм»</p> <p><b><i>Игры-исследования:</i></b> «Наши эмоции» «Взгляд»</p> <p><b><i>Психокоррекционные сказки:</i></b> «Горошинка» «Гучка» «Золотая рыбка» «Цепь» «Котёнок»</p> <p><b><i>Семейный блок</i></b> (по запросу)</p>	
4.	<b><u>Блок «Я в стране здоровья»</u></b>		
4.1	Здоровый образ жизни и его составляющие.	- Понятия «здоровье» и «болезнь». -Категории определения здоровья. -Методы укрепления и сохранения здоровья.	Презентация: Здоровый образ жизни.
4.2	Влияние двигательной активности и закаливания организма на здоровье человека.	-Правила личной гигиены. -Влияние алкоголя, табака, наркотических средств на организм человека, к чему может привести употребление их.	буклеты, листовки по пропаганде ЗОЖ
4.3	Режим труда и отдыха	-Приёмы отказа от предлагаемых вредных веществ.	Гитара, мультимедийное оборудование,
4.4	Рациональное питание и его значение для здоровья.	-Тренинг «Умей сказать “НЕТ”!»	аудио- магнитофон.
4.5	Правила личной гигиены и здоровья человека.	-Упражнения, направленные на воспитание и развитие потребности в здоровом образе жизни, на формирование устойчивого отрицательного отношения к вредным привычкам.	Бумага для записи, ручки по числу участников.
4.6	Тренинг формирования здорового образа жизни.		Маркеры, цветные карандаши, листы А3, А4, спортивный инвентарь.
4.7	Дни здоровья (соревнования, походы, велопробеги)		Походное снаряжение.

4.8	Участие в работе Республиканского антинаркотического проекта «SaMoСтоятельный дети».	<p><b>-Беседа:</b> «Наше здоровье – в наших руках», «Сотовый телефон и безопасность здоровья», «Вред курения для здоровья и красоты голоса»</p> <p><b>-Игракросс</b> «Играют все!»</p> <p><b>-Деловая игра:</b> «Взгляд со стороны»</p> <p><b>-Круглый стол</b> - обсуждение проблемы.</p> <p><b>-День здоровья</b> «Эх, ухнем!»</p> <p><b>-Интеллектуальная игра</b> для подростков «Внимание-Наркомания!».</p> <p><b>-Организация походов, лыжных вылазок, массовые походы в ледовый дворец.</b></p> <p><b>-Акции</b> «Мое здоровье – мое будущее» «Здоровая пробежка», «Здоровая мама - здоровый ребёнок»</p> <p><b>-Инструктажи, тренинги, игры по безопасному поведению</b> (на дорогах, в общественном месте, в зонах отдыха)</p>	
5.	<p><b><u>Блок «Досуг»</u></b></p> <p>-Режиссерский замысел (этапы составления сценария, сценические эффекты, (бутафория, грим);</p> <p>-Творческое кафе</p>	<p>-Репетиционный блок.</p> <p>-Организация и проведение мероприятия в объединение, в ДДТ</p> <p>-Организация праздников для учащихся школ города.</p> <p>-Пополнение песенного репертуара</p> <p>-Встречи с интересными людьми</p> <p>-Творческие встречи с городскими клубами общения.</p> <p>- Сотворчество с бардами города.</p> <p>-Викторины,</p> <p>-конкурсные задания,</p> <p>-концертные номера.</p>	<p>Гитара, мультимедийное оборудование, аудио- магнитофон.</p> <p>Бумага для записи, ручки по числу участников.</p> <p>Маркеры, цветные карандаши, листы А3, А4.</p>

6.	<b><u>Итоговое занятие</u></b>	В конце учебного года проводится однодневный поход « Родные просторы», где подводятся итоги работы учащихся, вручаются дипломы и благодарственные письма родителям.	Согласно составленной программе мероприятия.
----	--------------------------------	---	--

### **3. Содержание дополнительной общеобразовательной программы 2 год обучения**

	<b>Раздел и тема</b>	<b>Содержание.</b> Базовые понятия. Практическая часть.	<b>Оборудование</b>
1.	<b><u>Вводное занятие</u></b>	<p>Общий обзор программы 2 года обучения.</p> <p>Знакомство с традициями объединения,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Правила внутреннего распорядка,</li> <li>-инструктаж по правилам дорожного движения</li> <li>-Инструктаж о правилах Т.Б.</li> <li>-Заполнение «Старт - анкеты»</li> </ul> <p><b>Тренинг знакомства</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.Знакомство, упражнения разминки «Ассоциация с встречей»</li> <li>2. Правила работы в группе</li> <li>3.Упражнение «Кто я?»</li> <li>4.Упражнение «Каким меня видят?»</li> <li>5.Упражнение «Ты и твое имя»</li> <li>6.Упражнение «Наша звёздная галактика» »</li> <li>7.Рефлексия</li> </ol>	<p>«Старт - анкеты»</p> <p>Гитара, мультимедийное оборудование, фото- видео материал:</p> <p>«Странички из жизни объединения»</p> <p>«Презентация клуба общения «Шанс»»</p> <p>Бумага формат А -3, А-4; фломастеры ,маркеры , ручки по числу участников. Ножницы , клей.</p>

2.	<p><b><u>Блок «Познание»</u></b></p> <p>2.1 Основные нормы взаимоотношений в группе.</p> <p>2.2 «Формирование способности к выявлению Я-концепции - реальной самоидентификации лидера»</p>	<p>-Понятие «группа», функции группы.</p> <p>-Правила поведения в группе, ознакомление с основными принципами работы социально-психологического тренинга.</p> <p>-Выбор актива группы, распределение обязанностей.</p> <p>-Планирование работы группы</p> <p><b>Упражнения на командообразования</b></p> <p>Упражнение «Да здравствует команда!»</p> <p>Упражнение «Круг-треугольник-квадрат-спираль»</p> <p>-Представление о лидерстве.</p> <p>-Самоанализ.</p> <p>-Преодоление внутренних барьеров</p> <p>2.Коллаж «Настоящий лидер»</p> <p>3. Игра «Выборы царя зверей»</p> <p>6. Упражнение «Я за тебя отвечаю»</p>	<p>презентация учащихся: « Моя платформа»</p> <p>бумага формат А3 с сеткой из пронумерованных квадратов (всего 25 квадратов),</p> <p>Гитара, мультимедийное оборудование, аудио-магнитофон.</p> <p>Бумага для записи, ручки по числу участников</p> <p><a href="https://vk.com/videos-2137930">https://vk.com/videos-2137930</a></p> <p>презентация: «Я-лидер»</p> <p>бумага формат А3, ножницы, клей, маркеры, воздушные шары по количеству участников группы</p> <p>Гитара, мультимедийное оборудование</p>

2.3.	«Развитие личностных и социальных качеств»	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Лидер – эффективный коммуникатор.</li> <li>-Развитие лидерских навыков.</li> <li>-Навыки работы с партнером и группой.</li> <li>1.Разминка «Число три»</li> <li>2.Упражнение «Путаница»</li> <li>3.Упражнение «По одному»</li> <li>4.Упражнение Семейная фотография</li> <li>5.Упражнение «Сказка втроем»</li> <li>6.Этап тропы доверия. «Полет в космос»</li> </ul>	презентация: «Развитие личностных и социальных качеств» бумага формат А3, ножницы, клей, маркеры, воздушные шары по количеству участников группы  Гитара, видеотехника
2.4.	«Формирование уверенности в себе»	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Личность и ее психологические возможности.</li> <li>-Познай себя. «Пойми свое Я».</li> <li>-Неуверенность и страх.</li> <li>-Преодоление кризисных ситуаций.</li> <li>-Тренинг личностного роста.</li> <li>1.Игра «Паровозики»</li> <li>2.Игра «Ведущий телепередачи»</li> <li>3.Упражнение «Разрешение на уверенное управление»</li> <li>4.Упражнение «Переправа»</li> </ul>	презентация: «Личность и ее психологические возможности»  Бумага формат А -3, А-4; фломастеры ,маркеры , ручки по числу участников. Ножницы , клей.

<p><b>3.</b></p> <p><b>3.1</b></p>	<p><b><u>Блок «Общение»</u></b></p> <p>Азбука вежливости.</p>	<p>-Знание основных законов вежливости, культуры общения. Формирование навыков установки на успешное общение</p> <p>-Урок дискуссия «Великая тайна общения».</p>	<p>презентация: «Великая тайна общения».</p> <p>видеотехника.</p>
<p><b>3.2</b></p>	<p>Ораторское искусство.</p>	<p>-История ораторского искусства, основные навыки выступления, постановка голоса, внешний облик, интонация.</p>	<p>Гитара, мультимедийное оборудование, микрофоны</p>
<p><b>3.3</b></p>	<p>Толерантность. Правила доброты.</p>	<p>Мое личностное становление.</p> <p>Я и мое окружение. Ценностные ориентации личности.</p> <p>-Игровой тренинг с элементами сказкотерапии</p> <p>- «Неделя доброго общения»</p>	<p>презентация:</p> <p>- «Толерантное общение»</p> <p>-« Добрый быть просто»</p> <p>-дневники добрых дел</p> <p>цветные ленты, воздушные шары</p> <p>Бумага формат А -3, А-4;</p> <p>фломастеры ,маркеры , ручки по числу участников.</p>
<p><b>3.4</b></p>	<p>Тренинг коммуникативной компетентности.</p>	<p>групповая дискуссия «Что нам лучше помогает понимать друг друга»</p> <p>игра «Ассоциация»</p> <p>игра «Пересаживание по признакам»</p> <p>игра «Автомобиль»</p> <p>упражнение « Я - это ты. Ты - это я»</p> <p>упражнение «Скала»</p> <p>упражнение «Доверительное падение»</p> <p>упражнение «Слепой и поводырь»</p> <p>упражнение «Строим мост»</p> <p>упражнение «Коллективный рисунок»</p>	<p>бумага ширина 50см, шпагат,</p> <p>стакан с водой, ватман, краски</p> <p>Бумага формат А -3, А-4;</p> <p>фломастеры ,маркеры , ручки по</p>

		упражнение «Скульптор и глина»	числу участников.
4.	<p><b><u>Блок «Я в стране здоровья»</u></b></p> <p>Участие в Республиканском антинаркотическом проекте «SaMoСтоятельный дети»</p>	<p>-Республиканская акция «Поделись улыбкой» (сентябрь)</p> <p>-Республиканская антиалкогольная акция «Здоровая пробежка»</p> <p>-Республиканская акция «Здоровая мама - здоровый ребенок!»(ноябрь)</p> <p>- Республикаанская акция «Количество свечек зависит только от тебя (декабрь)</p> <p>-Республиканская акция «Подари чудо»</p> <p>-Республиканская антинаркотическая акция «Будь готов! Скажи, нет!» (апрель)</p> <p>-Республиканская акция «Россия без табака»</p> <p>-Республиканская акция (флеш-моб) «Будь здоровым! Танцуй!»(июнь)</p> <p>Участие в муниципальной профильной смене участников Республиканского антинаркотического проекта SaMoСтоятельный дети» (август ДОЛ Дружба)</p>	<p>Гитара, мультимедийное оборудование, аудио- магнитофон.</p> <p>Бумага для записи, ручки по числу участников.</p> <p>Маркеры, цветные карандаши, листы А3, А4, спортивный инвентарь.</p> <p>Походное снаряжение.</p> <p>оборудование и раздаточный материал согласно положению проведения акции .</p>
5.	<p><b><u>Блок «Досуг»</u></b></p> <p>-Виды игр и их классификация</p>	<p>Знакомство с разнообразными видами игр и их классификацией:</p> <p>-спортивные игры</p> <p>-интеллектуальные</p> <p>-развивающие.</p> <p>-познавательные</p>	<p>Гитара, мультимедийное оборудование, аудио- магнитофон.</p> <p>Бумага для записи, ручки по числу участников.</p> <p>Маркеры, цветные карандаши, листы А3,</p>

	<p>-Режисерский замысел (этапы составления сценария, сценические эффекты, (бутафория, грим);</p> <p>- Работа с техническими средствами</p> <p>-Творческое кафе</p> <p>1.1. Подготовка и проведение праздников</p> <p>1.2. Коллективная творческая работа по составлению планов проведения праздников и отбор творческих номеров.</p> <p>- Разработка инструкционных карт и правил проведения игр для младшей, средней, старшей возрастных групп старшей возрастной группы</p> <p>-Структура составление сценария - Репетиционный блок.</p> <p>-Организация и проведение мероприятия в объединение, в ДДТ</p> <p>-Организация праздников для учащихся школ города.</p> <p>Знакомство с техническими средствами при проведении мероприятий.</p> <p>Музыкальное сопровождение.</p> <p>Подготовка и проведение праздников</p> <p>Коллективная творческая работа по составлению планов проведения праздников и отбор творческих номеров</p> <p>-Пополнение песенного репертуара</p> <p>-Встречи с интересными людьми</p> <p>-Творческие встречи с городскими клубами общения.</p> <p>- Сотворчество с бардами города.</p> <p>-Викторины,</p> <p>-конкурсные задания,</p> <p>-концертные номера.</p>	<p>A4.</p> <p>Согласно составленному сценарию и программе мероприятия</p>
--	--	---

6.	<b><u>Итоговое занятие (2 часа)</u></b>	В конце учебного года проводится выпускной бал, где учащимся клуба вручается свидетельство об окончании обучения.	Согласно составленному сценарию и программе мероприятия
----	---	---	---

## Календарный учебный график.

### 1. Продолжительность учебного года:

*Начало учебного года – 1 сентября*

*Конец учебного года – 31 мая*

*Продолжительность учебного года: 36 недель, последний день занятий – 31 мая*

### 2. Регламентирование образовательного процесса на учебный год:

-для обучающихся 1 года обучения

	Дата начала полугодия	Дата окончания полугодия	Продолжительность (количество учебных недель)	
			Факт	План
1-ое полугодие	15 сентября	декабрь	15	15
2-ое полугодие	январь	май	21	21
ИТОГО			36	36

-для обучающихся 2 года обучения

	Дата начала полугодия	Дата окончания полугодия	Продолжительность (количество учебных недель)	
			Факт	План
1-ое полугодие	1 сентября	декабрь	17	17
2-ое полугодие	январь	май	19	19
ИТОГО			36	36

**3. Сроки проведения промежуточной проверки знаний, умений, навыков** - декабрь без прекращения образовательного процесса в соответствии с Уставом учреждения.

**4. Сроки проведения итоговой проверки знаний, умений, навыков** - апрель- в соответствии с Уставом и решением педагогического совета ДДТ. **5. Сроки проведения творческих отчетов, посвященных окончанию учебного года** - апрель.

**6. Сроки проведения выпускных мероприятий и вручения свидетельств об окончании обучения по программе**- май.

**7. Регламентирование образовательного процесса на неделю.**

**Продолжительность рабочей недели:** - 6-ти дневная рабочая неделя.

Для учащихся выходной день – суббота.

**9. Регламентирование образовательного процесса на день:**

Режим занятий обучающихся в две смены:

2 смена - с 12 до 17 часов;

3 смена - с 17 до 20 часов.

#### **4. Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы.**

Занятия по программе «Познай себя» дают возможность воспитанникам познать себя и научиться управлять своим внутренним миром. В ходе проведения занятий решаются вопросы развития личности, формирования коммуникативных навыков, оказания психологической помощи и поддержки.

Для организации работы по программе «Познай себя» используются программы психологического содействия социальной адаптации детей и подростков авторов Е. Г. Трошихиной «Я сам строю свою жизнь», Кипнис М. «Тренинг коммуникации», Кристофер Л., Смит Л. «Тренинг лидерства», Петрушина С.В. «Психотренинг в многочисленной группе», Фоппель К. «Сплочённость и толерантность в группе», «Энергия паузы», Сказкотерапевтическая коррекционно-развивающая программа для развития самосознания детей. Сказкотерапия с подростками, В.А. Родионова «Я и другие», Прутченкова А.С. «Социально - педагогический тренинг в школе».

#### **I.Блок «Познание»**

*Используемые формы работы в блоке:*

##### **1.1 Диагностика:**

- Исследование особенностей личности: общие сведения «Старт анкеты», способности, самооценка, темперамент, уровень, воспитанности, уровень общительности;
- Исследование межличностных отношений: социально-психологический климат в группе, социометрия.

##### **1.2. Беседы:**

- «Как работать над собой»;
- «Внешняя и внутренняя культура человека»;
- «Как создаётся характер»;
- «Я и моя семья»;
- «Как готовить себя к семейной жизни»(и.т.п)

##### **1.3. Практикумы:**

- «Как изучить свои способности»;
- «Составление эталонов поведение для своего возраста»;
- «Правила семейной жизни, поведение детей в семье»;
- тренинги по вопросам подготовки к жизненно важным ситуациям учащихся;
- Часы общения;
- Ролевые игры;
- Диспуты;
- «Мозговой штурм»;
- Читательские конференции;
- Уроки творчества.

##### **1.4. Сказкотерапия**

«Сказочная поляна»

«Свисток правил»

«Волшебные зеркала троллей»

«Ослиная шкура»

«Сон героя»  
«Лисы и колобки»

### 1.5. Тренинг организаторских и лидерских способностей

#### **II. Блок «Общение»**

**Этот блок способствует** построению оптимальных взаимоотношений:

педагог – подросток; педагог – родитель; родитель – подросток; подросток – подросток.

**Оказывается помощь учащимся:**

- в отношениях с окружающими людьми;
- в установлении и регулировании межличностных отношений в объединении;
- в поддержании благоприятного психологического климата коллектива;
- в ориентировании на деятельность человека как стратегию своей настоящей и будущей жизни.

*Основные формы работы:*

- Игры-активаторы
- Тренинг
- Игры-исследования
- Психокоррекционные сказки
- Дни доброго общения
- Ролевые и долевые игры
- Встречи в творческом кафе
- Сотрудничество с объединениями ДДТ
- Связь с образовательными учреждениями города

#### **III Блок «“Я” в стране здоровья» направлен на:**

*Формы работы:*

- Тренинги формирования ЗОЖ
- Акция «Мое здоровье – мое будущее»
- Конкурс рисунков, буклетов и эскизов значков «Я выбираю здоровый образ жизни»
- «Дни здоровья»
- Пропаганда ЗОЖ (тренинг, беседа, круглый стол, защита рефератов)
- Ток-шоу «Наркомания-преступление, или наказание»
- Организация спортивных соревнований - конкурсов.
- Организация походов

В рамках Республиканского антинаркотического проекта SaMoСтоятельные дети учащиеся принимают участие в акциях предлагаемых проектом

- вступление в члены реализации Проекта
- «Летопись поколений»
- «Россия без табака»
- Бардовские фестивали

#### **IV Блок «Досуг»**

##### *Формы работы:*

- Организация дискотек, вечеров отдыха для учащихся ДДТ
- Организация праздников для учащихся школ города
- Пополнение песенного репертуара, банка аккордов (песенный репертуар клубовцев различен: песни военной тематики, песни о любви к родине, к родителям, песни местных авторов, детский репертуар и т.п.)
- Участие в массовых мероприятиях ДДТ, в городских, республиканских, международных конкурсах «Бардовской песни», «Мир моих увлечений».
- Посещение городских музеев;
- Уроки мужества;
- Встречи с интересными людьми (встречи с ветеранами труда и войны, сотрудничество с клубом ветеранов «Надежда»).
- Организация праздничных программ для них.

**Формы подведения итогов:** диагностика, фестивали, конкурсы, проекты, творческие задания, исследовательские работы.

#### **Критерии оценки усвоения Программы:**

##### **Высокий уровень**

###### **Знания:**

- Знать роль и место человека в жизни.
- Знать приемы самовоспитания.
- Знать нормы культурной жизни,
- Знать понятия и виды общения.
- Знать правила общения, активного слушания,
- Знать простые секреты бесконфликтности
- Знать правила семейной жизни, поведения детей в семье,
- Знать все о здоровом образе жизни.
- Знать этапы составления сценария,
- Знать правила проведения деловых игр. **Умения:**
- Уметь осмысливать и анализировать происходящие события.
- Уметь применять этическую защиту в повседневной жизни.
- Уметь культурно воспринимать, воспроизводить, передавать информацию.
- Уметь принимать окружающий мир.
- Уметь воспитывать в себе разумные потребности.
- Уметь выбирать свою позицию по отношению к окружающей действительности, достойно использовать характеристики человеческой жизни (счастье, совесть, долг, свобода).
- Уметь поддерживать добрые, уважительные отношения
- Уметь заботиться о своем здоровье.
- Уметь правильно рассчитывать свои силы и возможности, (сказать «НЕТ» пагубному влиянию).
- Уметь составлять сценарии
- Уметь подбирать и проводить конкурсные программы, деловые ролевые игры, вечера

### *Действия:*

- Самостоятельно работать над углублением знаний по интересующим вопросам (темам),
- Участвовать в тренингах, ролевых, деловых играх.
- Вести беседы, диспуты, дискуссии о культуре поведения.
- Организовывать досуг семьи,
- Проводить беседы о ЗОЖ, участвовать в соревнованиях,
- Организовывать встречи с интересными людьми.
- Организовывать вечера отдыха для учащихся объединений ДДТ, для учащихся школ города.

### *Средний уровень*

#### *Знания:*

- Знать понятия и виды общения.
- Знать правила общения, активного слушания,
- Знать простые секреты бесконфликтности
- Знать правила семейной жизни, поведения детей в семье,
- Знать все о здоровом образе жизни.
- Знать этапы составления сценария,
- Знать правила проведения деловых игр. *Умения:*
- Уметь применять этическую защиту в повседневной жизни.
- Уметь культурно воспринимать, воспроизводить, передавать информацию.
- Уметь принимать окружающий мир.
- Уметь воспитывать в себе разумные потребности.
- Уметь поддерживать добрые, уважительные отношения
- Уметь заботиться о своем здоровье.
- Уметь правильно рассчитывать свои силы и возможности (сказать «НЕТ» пагубному влиянию).
- Уметь составлять сценарии.
- Уметь подбирать и проводить конкурсные программы, деловые ролевые игры, вечера.

#### *Действия:*

- Участвовать в тренингах, ролевых, деловых играх.
- Организовывать досуг семьи,
- Проводить беседы о ЗОЖ, участвовать в соревнованиях,
- Организовывать встречи с интересными людьми.
- Организовывать вечера отдыха для учащихся объединений ДДТ, для учащихся школ города.

### *Низкий уровень*

#### *Знания:*

- Знать понятия и виды общения.
- Знать правила семейной жизни, поведения детей в семье,
- Знать о здоровом образе жизни.

**Умения:**

- Уметь принимать окружающий мир.
- Уметь поддерживать добрые, уважительные отношения
- Уметь заботиться о своем здоровье.
- Уметь правильно рассчитывать свои силы и возможности, (сказать «НЕТ» пагубному влиянию).

**Действия:**

- Участвовать в тренингах, ролевых, деловых играх.
- Организовывать досуг семьи,
- Участвовать в спортивных соревнованиях,
- Принимать участие в вечерах отдыха.

**Методика конструирования задач учебных занятий по программе «Познай себя»**

Этапы занятий	Используемые методы
Повторение изученного	наблюдение, устный контроль (опрос, работа с карточками, игры), письменный контроль (проверочная работа), тестирование.
Изучение нового материала	объяснения, рассказ, показ, иллюстрация, демонстрация
Закрепление изученного материала	беседа, дискуссии, упражнение, дидактическая или педагогическая игра.
Проверка полученных знаний	защита творческих работ, выставка, фестиваль.

**Используемые методики**

Методика	Организация занятия
<i>Методика дифференцированного обучения</i>	новый материал излагается всем учащимся одинаково, а для практической деятельности предлагается работа разного уровня сложности (в зависимости от возраста, способностей и уровня подготовки каждого).
<i>Методика индивидуального обучения</i>	(в условиях учебной группы): при такой организации учебного процесса для каждого ребенка (а лучше с его участием) составляется индивидуальный творческий план, который реализуется в оптимальном для него темпе.
<i>Методика проблемного обучения:</i>	педагог не дает детям готовых знаний и умений, а ставит перед ними проблему (лучше всего реальную и максимально связанную с повседневной жизнью детей); и вся учебная деятельность строится как поиск решения данной проблемы, в ходе чего дети сами получают необходимые теоретические знания и практические умения и навыки.
<i>Методика проектной деятельности:</i>	Изучение темы строится как работа над тематическим проектом, в ходе которого дети сами формируют на доступном им уровне его теоретическое обоснование, разрабатывают технологию его выполнения, оформляют необходимую документацию, выполняют практическую работу; подведение итогов проводится в форме защиты проекта.

**Используемые средства обучения**

Простые средства:	
словесные	Книги, журналы (и другие тексты), раздаточные материалы (наборы упражнений, заданий, схем, описаний и др.);
визуальные	реальные предметы, модели, макеты, рисунки, карты, макеты, коллекции и т.д.;
Сложные средства:	
аудиальные	проигрыватель, магнитофон, аудиозапись;
аудивизуальные	телевизор, видеомагнитофон, видеофильм;
средства автоматизации процесса обучения	компьютеры, информационные системы, телекоммуникационные сети, обучающие кабинеты, компьютерные программы.

### Принципы обучения

<i>принцип воспитывающего обучения</i>	педагог дает ребенку не только знания, но и формирует его личность.
<i>принцип научности</i>	включать только объективные научные факты, теории и законы, к тому же отражающие современное состояние науки или направление творческой деятельности.
<i>принцип связи обучения с практикой</i>	учебный процесс необходимо строить так, чтобы дети использовали полученные теоретические знания в решении практических задач (причем не только в процессе обучения, но и в реальной жизни), а также умели анализировать и преобразовывать окружающую действительность, вырабатывая собственные взгляды.
<i>принцип систематичности и последовательности</i>	содержание учебного процесса необходимо строить в определенной логике (порядке, системе), в соответствии со следующими правилами: а) изучаемый материал делиться на блоки, разделы и темы, каждая из которых имеет определенную методику изучения; б) в каждой теме выделяются смысловой центр, основные понятия и идеи, продумывается последовательность изложения; в) при изучении темы устанавливается внешние и внутренние связи между фактами, законами, теориями.
<i>принцип доступности</i>	содержание и изучение учебного материала не должно вызывать у ребят интеллектуальных, моральных и физических перегрузок. Для того, чтобы достичь этого, нужно соблюдать еще одно правило: в процесс обучения включаем сначала то, что близко и понятно для учащихся (связано с их реальной жизнью), а потом – то, что требует обобщения и анализа, для начала предлагаем детям легкие учебные задачи, а потом – трудные (но обязательно доступные для выполнения под руководством взрослого).
<i>принцип наглядности</i>	в ходе учебного процесса нужно максимально включить все органы чувств ребенка, вовлекать их в восприятие и переработку полученной информации (т.е. при обучении недостаточно только рассказать о чем –то, а следует дать возможность наблюдать, измерять, трогать, проводить опыты, использовать полученные знания и умения в практической деятельности).
<i>принцип сознательности и активности</i>	результатов обучения можно достичь только тогда, когда дети являются субъектами процесса познания, т.е. понимают цели и задачи учения, имеют возможность самостоятельно планировать и организовывать свою деятельность, умеют ставить проблемы и искать пути их решения.
<i>принцип прочности</i>	полученные детьми знания должны стать частью их сознания, основой поведения деятельности. Это может произойти, если: <ul style="list-style-type: none"> <li>- в процессе обучения ребенок проявил познавательную активность;</li> <li>- проводились в необходимом количестве и последовательности специально подобранные упражнения на повторение учебного материала;</li> <li>- в структуре учебного материала и его содержании выделено главное и установлены логические связи между компонентами;</li> <li>- систематически проводится контроль (проверка и оценка) результатов обучения.</li> </ul>

### Общая структура плана занятия

Вступительная часть:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- название детского объединения;</li> <li>- дата, место, время проведения занятия;</li> <li>- номер и год обучения учебной группы (учащегося);</li> <li>- фамилия, имя, отчество (полностью) педагога;</li> <li>- тема занятия.</li> </ul>
Концепция занятия, включая цели и задачи.	<p><i>Требования к концепции занятия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в плане необходимо сформулировать 3 цели в аспекте обучения, воспитания, развития.</li> <li>- задачи должны соответствовать целям и отражать содержание трех взаимосвязанных процессов, осуществляемых в ходе занятия: обучения, воспитания и развития.</li> </ul>
Ход занятия:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- краткое содержание и время теоретической части занятия;</li> <li>- задание (содержание), этапы выполнения и время практической части занятия;</li> <li>- подведение итогов занятия – приемы работы с детьми и время.</li> </ul>
Средства обучения	наглядные и раздаточные материалы, инструменты и материалы для выполнения практической работы, литература.
Прогнозируемые результаты занятия.	Требования к прогнозируемым результатам занятия: они должны отражать не только «материальные» результаты работы с детьми, но и степень достижения поставленных целей занятия

**Примерная структура занятия**

<b>Этапы</b>	<b>Время</b>	<b>Действия</b>	<b>Примечание</b>
1этап организация;	10 минут	- сбор детей; - подготовку их к занятию; - подготовку рабочих мест учащихся.	Педагогу следует поприветствовать всех детей и по возможности каждого из них; поинтересоваться их делами в школе и дома. Затем нужно создать в группе рабочую обстановку, настроить детей на продуктивную деятельность во время занятия. Завершается организационная часть объявлением темы и постановкой учебных задач.
2этап теоретическая часть;	20-25 мин	- изложение исторических данных по теме занятия; - устное описание объекта практической работы (раскрытие его исторического и практического назначения, взаимосвязи с другими элементами данной деятельности); - объяснение специальных терминов по теме занятия; - описание и показ основных технических приемов выполнения практической работы и их последовательности (технология выполнения); - правила техники безопасности.	Сделать теоретическую часть занятия максимально содержательной и интересной позволяют: - использование наглядного и раздаточного материала; Использование технических средств обучения; - привлечение к подготовке и изложению теоретического материала самих воспитанников детского объединения (начиная со второго года обучения); - использование игровых методов обучения.
3этап практическая часть;	40-45 мин	Педагог должен разделять практическую работу на определенные этапы, каждый из которых будет выполняться последовательно и представляет собой некую законченную часть работы.  Затем педагог вместе с детьми готовит материалы и инструменты, необходимые для выполнения конкретной практической работы.  При выполнении коллективной работы педагог распределяет части работы среди учащихся и определяет, как они будут взаимодействовать друг с другом. Далее дети приступают к выполнению практической работы, а педагог контролирует их деятельность, оказывает помощь и консультирует, подводит итоги и проверяет правильность выполнения каждого этапа работы.	При выборе содержания практической работы педагогу необходимо учитывать: - возраст детей; - календарный период учебного процесса; - тему учебного года; - уровень подготовки детей; - последние актуальные тенденции в данном виде творческой деятельности.  Очень важными при выполнении практической работы являются следующие правила: - доведение каждой начатой работы до конца; - обязательность ее «внешней отделки» (т.е. доведение практической работы до уровня, позволяющего ее демонстрировать); - поощрение стремления детей к показу результатов своей творческой деятельности.
4этап окончание занятий.	последние 10 мин	Завершение занятия включает в себя: - подведение итогов практической работы; - закрепление учебного материала; - объяснение домашнего задания; - организацию дежурства (при необходимости).  Затем педагог прощается с детьми и напоминает о дне и времени следующей встречи. Домашнее задание	За несколько минут до окончания занятия педагогу необходимо предупредить об этом детей. Особенности домашнего задания в системе дополнительного образования детей: - необязательность его наличия и выполнения; - творческий характер;  Особенности домашнего задания в системе дополнительного образования детей: - необязательность его наличия и выполнения; - творческий характер; - для самостоятельного выполнения дома даются лишь те этапы (виды) работы, которые не требуют постоянного контроля со стороны педагога и владения сложными техническими приемами.

### **Подготовка и проведение итогового занятия**

Итоговые занятия проводятся:  
- после изучения большой учебной темы или раздела  
- по окончанию полугодия  
- по окончании учебного года

*Подготовка педагогом детей к итоговому занятию включает:*

- а) обсуждение с детьми значения итоговых занятий в целостном учебном процессе;
- б) уведомление детей о дате, времени и форме проведения итогового занятия (не менее чем за неделю до его проведения, если это творческие проекты, исследования, то ребята их могут 1-2 месяца);
- в) обсуждение с учащимися формы и критериев оценки результатов;
- г) сообщение детям вопросов, заданий и т.п., которые необходимо повторить к итоговому занятию.

Кроме того, можно предложить детям принести свои работы, выполненные за отчетный период.

Подготовка же педагога к итоговому занятию заключается в определении формы проведения итогового занятия, составлении теоретических вопросов, продумывании и отработке практических заданий, подготовке методических материалов.

На самом итоговом занятии нужно создать спокойную рабочую и творческую атмосферу.

В конце занятия следует подвести итоги: обсудить результаты.

Одной из форм итогов может стать самоконтроль результатов (в соответствии с имеющимися критериями) или взаимный контроль учащихся, а также коллективное обсуждение и оценка результатов выполнения заданий.

### **Организация тренинга**

Тренинг — это особая форма групповой работы со своими возможностями, ограничениями, правилами и проблемами. Он обучает новым навыкам, помогает освоить иные психологические возможности. Его особенность в том, что обучающийся занимает активную позицию, а усвоение навыков происходит в процессе проживания, личного опыта поведения, чувствования, деяния.

Тренинг — форма активного обучения, позволяющая человеку самому формировать навыки и умения в построении продуктивных социальных межличностных отношений, анализировать социально-психологические ситуации со своей точки зрения и позиции партнера, развивать в себе способности познания и понимания себя и других в процессе общения

#### *Примерная структура тренинга*

1. Вступительное слово

2. Разминка (лучше всего — тематическая).

3. Диагностика проблемы в ходе выполнения упражнения или небольшой игры.

4. Теоретический «кусок»: введение понятий, правил, технологий.

5. Отработка навыков в серии упражнений.

6. Обобщение полученных навыков в «большой» ролевой игре.

7. Рефлексия (обмен чувствами, анализ произошедшего, ответы на вопросы ведущего).

8. Межличностная поддержка, обратная связь.

### **Используемая литература:**

1. Алиева И. А., Гришанович Г. В., Лобанова Л. В., Травникова Н. Г., Трошихина Е. Г. Я сам строю свою жизнь / Под ред. Е. Г. Трошихиной. – СПб.: Речь., 2003
2. Барсова А. «Как прожить свою жизнь, а нечужую жизнь или типология личности». Москва Пед. АСТ- Пресс книга 2001
3. Вачков И.В. Психология тренинговой работы DOC. М.: Эксмо, 2007.
4. Жиляев А.Г., Палачева Т.И., Кулагин А.Г. «Формирование жизненных ценностей и развитие поведенческих навыков учащихся средней школы»
5. Касатина С.Ф. «Мастер общения» серия «сам себе психолог» СПб, 2001.
6. Клюева Н.В., Касаткина Ю.В. «Учим детей общению. Характер, коммуникабельность», популярное пособие для родителей и педагогов. Ярославль, «Академия развития», 1997
7. Кипнис М. Тренинг коммуникации. Сер. "Действенный тренинг". М.: Ось-89, 2004.
8. Козлов Н. «Как относится к себе и людям ,или практическая психология на каждый день.» Москва. 1996 изд. Новая школа
9. Коломинский Я.Л. «Психология взаимоотношений в малых группах», Мин.изд. Тетра-систем ,2000.
10. Кристофер Л., Смит Л. Тренинг лидерства. СПб.: Питер, 2001.
11. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками СНМ. М.: Академия, 2001.
12. Немов Р.С. «Психология» в трех книгах Москва, владос,2001.
13. Обухова Л.Ф. «Возрастная психология». М,2000 изд. «Пед. общество России»
14. Петрушин В.И. «Слушай, пой, играй» Москва, изд. «Владос», 2000.
- 15.Петрушин С.В. – Психотренинг в многочисленной группе.- Казань, КГУ, 1998.
16. Прутченков А.С. «Социально- педагогический тренинг в школе»М. «Эксмо- пресс»- 2001.
17. Психогимнастика в тренинге / Под ред. Н. Ю. Хрящевой. – СПб.: Речь, Институт Тренинга, 2001.
18. Римская Р, Римский С. «психология в тестах, или как научиться понимать себя и других» Москва, АСТ- ПРЕСС 1999.
- 19.Снайдер Ди «Практическая психология для подростков или как найти свое место в жизни». Москва, АСТ-ПРЕССД999.
- 20.Соловов А.В. «Авторская программа «Навыки жизни» Москва, 1997 Н.Тихомирова Л.Ф. «Развитие интеллектуальных способностей школьника». Ярославль, Академия развития ,1996.
- 21.Научно- методический журнал. «Классный руководитель»№6 2001 г., №1-7-8 2002, № 4 2003, Москва, центр «Педагогический поиск»
22. Фоппель К. Сплочённость и толерантность в группе. Психологические игры и упражнения. – М.: Генезис, 2006.
- 23.Фоппель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения. М.: Генезис, 2001.







