

Министерство образования Красноярского края
краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Железногорский кадетский корпус»

РАССМОТРЕНО

Методическим объединением
педагогов дополнительного
образования КГБОУ

«Железногорский кадетский корпус»

(протокол от «28»августа 2024г. №1)

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГБОУ «Железногорский
кадетский корпус»

_____ В.В. Войнов

(приказ от «30» августа 2024г.
№37/ОД)

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Студия психологии»

Направленность программы: социально – гуманитарная

Уровень программы: базовый

Возраст обучающихся: 14 – 16 лет

Срок реализации программы: 1 год

Составитель:

педагог дополнительного образования

Литвинчук Полина Сергеевна

Железногорск
2024

Пояснительная записка

В проекте Федерального компонента государственного Образовательного стандарта общего образования одной из целей, связанных с модернизацией содержания общего образования, является гуманистическая направленность. Она обуславливает личностно-ориентированную модель взаимодействия, развитие личности ребёнка, его творческого потенциала. Процесс глубоких перемен, происходящих в современном образовании, выдвигает в качестве приоритетной проблему развития творчества, мышления, способствующего формированию всесторонне-развитой личности, отличающейся неповторимостью, оригинальностью. Современному обществу нужна активная, мыслящая молодёжь, умеющая взять на себя ответственность, дать оценку себе и своим современникам, принимать осознанное решение по различным вопросам.

Данная программа включает в себя основные направления работы: аксиологическое, инструментальное, потребностно – мотивационное, развивающее. Аксиологическое направление учит кадет-подростков принимать самого себя и других людей, при этом адекватно осознавая свои и чужие достоинства и недостатки. Инструментальное направление формирует умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы, развивает способности саморефлексии. Потребностно – мотивационное направление предполагает научить подростка делать выбор, готовности нести за него ответственность, формирует потребность в самоизменении и личностном росте. Развивающее направление обеспечивает формирование эго-идентичности (Э. Эриксон) и личностного самоопределения (Л. И. Божович).

Актуальность программы заключается в том, что она призвана помочь кадету - подростку разобраться в тех изменениях, которые происходят в нём, и предложить пути решения проблем, с которыми он сталкивается в своей жизни.

Педагогическая целесообразность – реализация данной программы содействует решению психологических проблем и позволяет создать доброжелательную атмосферу в учебных коллективах.

Новизна программы состоит в том, что с целью повышения эффективности образовательного процесса используются современные психолого – педагогические технологии: трансформационные игры, тренинги и другие методы. Перед учебными и практическими занятиями проводится инструктаж о работе в тренинговой группе, о значимости чужого мнения, о правилах ведения дискуссии.

Программа ориентирована на подростковый возраст кадет 14 - 16-ти лет.

Освоение программного содержания не требует специальной подготовки.

Объем программы рассчитан на один учебный год - 34 часа.

Формы освоения программы – очная, занятия теоретические и практические, проходят в форме: бесед, тестирований, тренингов, творческих встреч.

Организационные формы реализации программы – занятия в рамках расписания дополнительного образования.

Режим занятий – 1 раз в неделю, продолжительность занятий – 40 минут.

Количество обучающихся в группе – 10.

1. Целевой раздел

1.1. Цель и задачи программы

Цель программы: развить психологическое мышление, ознакомиться с методами выхода из трудных жизненных ситуаций, создать условия для формирования и развития личности, оказать помощь в профессиональном самоопределении.

Задачи программы

Обучающие:

- проработать самооценку, обучиться положительному принятию себя и окружающих людей;
- развить умения рефлексии;
- выработать потребность в саморазвитии.

Воспитательные:

- усилить чувства коллективизма, взаимопомощи, ответственности;
- сохранить и поддержать психологическое здоровье подростка;
- воспитать нравственные качества учащихся.

Развивающие:

- создать условия для развития личности подростка;
- развить положительные эмоции и волевые качества;
- сформировать навыки и умения, необходимые для уверенного поведения и преодоления затруднений в учебе, в общении;
- натренировать умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы.

1.2. Планируемые образовательные результаты

1.2.1. Личностные результаты в соответствии с действующим ФГОС ООО отражают готовность и способность обучающихся руководствоваться сформированной внутренней позицией личности, системой ценностных ориентаций, позитивных внутренних убеждений, соответствующих традиционным ценностям, расширение жизненного опыта и опыта деятельности в процессе реализации основных направлений воспитательной деятельности, в том числе в части:

гражданского воспитания:

- сформированность социальной, личностно значимой, гражданской позиции обучающегося как активного и ответственного члена российского общества;

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей;
- активное участие в жизни семьи, образовательной организации, местного сообщества, родного края, страны;
- представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе;
- готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении;
- готовность к участию в социально-ориентированной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней).
- принятие традиционных российских ценностей;
- готовность вести совместную деятельность, участвовать в самоуправлении в образовательной организации и детско-юношеских организациях.

духовно-нравственного воспитания:

- готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков;
- активное неприятие асоциальных поступков;
- сформированность нравственного сознания, этического поведения;
- способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности;
- осознание личного вклада в построение устойчивого будущего;
- ответственное отношение к своим родителям и (или) другим членам семьи, созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни в соответствии с традициями народов России.

физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- осознание ценности жизни;
- ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни;
- соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;
- умение принимать себя и других, не осуждая;
- умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием;

- сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека;
- осознание последствий и активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью.

1.2.2. Метапредметные результаты.

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

а) базовые логические действия:

- выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;
- выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов;
- самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учетом самостоятельно выделенных критериев);
- определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;
- вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;
- развивать креативное мышление при решении жизненных проблем.

б) базовые исследовательские действия:

- владеть навыками проектной деятельности, навыками разрешения проблем;
- способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- давать оценку новым ситуациям, оценивать приобретенный опыт;
- выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения.

в) работа с информацией:

- применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учетом предложенной учебной задачи и заданных критериев;
- выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;
- находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;
- самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;

- оценивать надежность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;
- эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение универсальными коммуникативными действиями:

а) общение:

- выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;
- публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта);
- самостоятельно выбирать формат выступления с учетом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов;
- осуществлять коммуникации в различных сферах жизни.

б) совместная деятельность:

- уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;
- планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы;
- выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;
- сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчета перед группой;
- предлагать новые проекты, оценивать идеи с позиции новизны, оригинальности, практической значимости;
- осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях, проявлять творчество и воображение, быть инициативным.

Овладение универсальными регулятивными действиями:

а) самоорганизация:

- выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях;
- самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения задачи с учетом имеющихся ресурсов и собственных возможностей;
- составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения);
- давать оценку новым ситуациям;
- расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений;

- делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение;
- оценивать приобретенный опыт;
- б) самоконтроль:
 - владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;
 - давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения;
 - учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;
 - объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;
 - вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;
 - оценивать соответствие результата цели и условиям.
- в) эмоциональный интеллект, предполагающий сформированность:
 - самосознания, включающего способность понимать свое эмоциональное состояние, видеть направления развития собственной эмоциональной сферы, быть уверенным в себе;
 - саморегулирования, включающего самоконтроль, умение принимать ответственность за свое поведение, способность адаптироваться к эмоциональным изменениям и проявлять гибкость, быть открытым новому;
 - внутренней мотивации, включающей стремление к достижению цели и успеху, оптимизм, инициативность, умение действовать, исходя из своих возможностей;
 - эмпатии, включающей способность понимать эмоциональное состояние других, учитывать его при осуществлении коммуникации, способность к сочувствию и сопереживанию;
 - социальных навыков, включающих способность выстраивать отношения с другими людьми, заботиться, проявлять интерес и разрешать конфликты.
- г) принятие себя и других людей:
 - осознанно относиться к другому человеку, его мнению;
 - принимать себя и других, не осуждая;
 - открытость себе и другим;
 - осознавать невозможность контролировать все вокруг;
 - принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства;
 - принимать мотивы и аргументы других людей при анализе результатов деятельности; признавать свое право и право других людей на ошибки; развивать способность понимать мир с позиции другого человека.

1.2.3. Предметные результаты

После вовлечения в кружковую деятельность у учащихся предполагается: развить психологическое мышление, достичь психологического комфорта, ознакомиться с методами выхода из трудных жизненных ситуаций, саморазвитие путем познания себя, детерминация психологических знаний.

2. Содержательный раздел

2.1. Учебный план

№ п/п	Тема модуля	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Самопознание. Кто я? Мои силы и возможности.	3	8	11
	Знакомство с собой.		1	1
	Что такое человек есть на самом деле. Индивид и личность – в чем отличия?		1	1
	Психическое здоровье человека. Сохранение и укрепление здоровья.		2	2
	Познавательные процессы и способности личности.	1		1
	Характер и темперамент.	1		1
	Исследование собственного темперамента.		2	2
	Общение. Человек среди людей.	1		1
	Эффективное общение, умение слушать собеседника.		2	2
2.	Самовоспитание. Мои ценности и мое будущее.	2	5	7
	Самовоспитание – зачем это нужно?		1	1
	Общая культура личности. Я в своих глазах и глазах других людей.		2	2
	Поведение. Как я веду себя с окружающими людьми, как они ведут себя со мной?		1	1
	Культура общения и мотивы наших поступков.	1		1
	Эмоциональный мир личности. Саморегуляция состояний.	1	1	2
3.	Самообразование, как способ развития личности.	1	7	8
	Идеальное Я – что это?		1	1

	Способности личности. Талант или дисциплина?	1	3	4
	Жизненные цели. Мотивы и мотивация.		3	3
4.	Свобода и сознательность человека. Осознанная личность.	3	4	7
	Свободный человек. Что есть свобода?	1		1
	Права человека – используй свои, не нарушая чужие.	1	1	2
	Сознательность, как высшая степень развития личности.	1	1	2
	Конфликт: причины и способы разрешения. Поведение в конфликте. Конфликтная личность.		2	2
5.	Итоговое занятие.		1	1
Итого:		9	25	34

2.2. Содержание программы

Модуль 1. «Самопознание. Кто я? Мои силы и возможности»

Знакомство с собой.

Знакомство с качествами своего характера, развитие умения акцентировать внимание на достоинствах, в виде игры, при помощи использования элементов восстановительной технологии «Круги сообществ» Приложение 1.

Что такое человек есть на самом деле. Индивид и личность – в чем отличия?

Понятие индивид. Понятие личность. Отличие индивида от личности. Понятия индивид и индивидуальность.

Психическое здоровье человека. Сохранение и укрепление здоровья.

Что такое здоровье, что входит в это понятие. Составляющие психического здоровья человека. Методы поддержания психического здоровья.

Практическое занятие – психологическая игра «Созвездие ЗУС» Приложение 2.

Познавательные процессы и способности личности.

Что такое мышление, восприятие и когнитивные процессы. Как развиваются способности личности.

Характер и темперамент.

Понятие характер. Что такое темперамент. Типы темперамента. Возможны ли изменения темперамента в течение жизни человека. Что формирует характер.

Исследование собственного темперамента.

Первое занятие – прохождение теста на определение типа темперамента (тест Айзенка), второе занятие – обсуждение результатов теста.

Общение. Человек среди людей.

Что такое общение. Компоненты общения. Понятия социум и взаимодействие.

Эффективное общение, умение слушать собеседника.

Процесс построения эффективного общения. Что такое активное слушание.

Практическое занятие – отработка навыков активного слушания.

Модуль 2. «Самовоспитание. Мои ценности и мое будущее»

Самовоспитание – зачем это нужно?

Что такое самовоспитание и зачем нужно им заниматься.

Общая культура личности. Я в своих глазах и глазах других людей.

Культурная личность. Межличностное взаимодействие.

Практическое занятие – игра – викторина «Психозффекты»

Поведение. Как я веду себя с окружающими людьми, как они ведут себя со мной?

Практическое занятие – игра «Отражение».

Культура общения и мотивы наших поступков.

К чему приводят наши поступки в общении с людьми. Причинно – следственные связи поступков и виды мотивов.

Эмоциональный мир личности. Саморегуляция состояний.

Эмоции и чувства. Что такое эмоциональный интеллект.

Практическое занятия – психологическая техника на регулирование эмоционального состояния «Заземление».

Модуль 3. «Самообразование, как способ развития личности»

Идеальное Я – что это?

Практическое занятие – психологическое упражнение «Составление идеального автопортрета».

Способности личности. Талант или дисциплина?

Что такое талант. Как создать благоприятную среду для развития своих талантов. Чем талант отличается от способностей. Можно ли развить способности до уровня таланта. Что такое дисциплина и в чем заключается ее сила. Как развить дисциплину.

Практическое занятие – тест на выявление способностей личности. Психологические приемы развития дисциплины.

Жизненные цели. Мотивы и мотивация.

Что такое мотив, виды мотивов. Что такое мотивация. Как правильно ставить цели и где искать мотивацию на их достижение.

Практическое занятие – методы постановки целей, эффективные методы планирования. Учимся ставить большую цель и прописывать шаги ее достижения.

Модуль 4. «Свобода и сознательность человека. Осознанная личность»

Свободный человек. Что есть свобода?

Определения свободы в психологии, социологии, философии. Что такое свобода с юридической точки зрения. Кто такой свободный человек. Свобода и воспитание.

Права человека. Используй свои не нарушая чужие.

Права человека и психологические границы – что их связывает? Права человека с точки зрения психологии.

Практическое занятие – игра «Свой среди своих»

Сознательность, как высшая степень развития личности.

Что такое сознательность и осознанность. Что такое сознательная личность.

Практическое занятие – психологическое упражнение «Я принимаю решение»

Конфликт: причины и способы разрешения. Поведение в конфликте. Конфликтная личность.

Что такое конфликт. Виды конфликта. Конструктивные способы решения конфликтной ситуации. Что такое конфликтная личность.

Практическое занятие – игра «Взаимодействие в конфликте»

Итоговое занятие.

Психологическая трансформационная игра «Копилка возможностей»

3. Организационный раздел

3.1. Примерный календарно-тематический план к дополнительной общеразвивающей программе «Студия психологии»

№ п/п	Учебная неделя	Тема занятия	Количество часов			Форма занятия	Форма контроля /аттестации
			Всего	Теория	Практика		
Модуль 1							
	1 – 11	Учебная тема: «Самопознание. Кто я? Мои силы и возможности».	11	3	8		
1.	1	Знакомство с собой.			1	Игра	
2.	2	Что такое человек есть на самом деле. Индивид и личность – в чем отличия?			1	Беседа – дискуссия	
3.	3 – 4	Психическое здоровье			2	Беседа – дискуссия	

		человека. Сохранение и укрепление здоровья.				я/Игра	
4.	5	Познавательные процессы и способности личности.		1		Беседа	
5.	6	Характер и темперамент.		1		Беседа	
6.	7 – 8	Исследование собственного темперамента.			2	Психологический тест/беседа – обсуждение результатов	
8.	9	Общение. Человек среди людей.		1		Беседа	
9.	10 – 11	Эффективное общение, умение слушать собеседника.			2	Беседа – дискуссия/тренинг	Наблюдение
Модуль 2							
	12 – 18	Учебная тема: «Самовоспитание. Мои ценности и мое будущее»	7	2	5		
10.	12	Самовоспитание – зачем это нужно?			1	Беседа – дискуссия	
13. 14.	13 – 14	Общая культура личности. Я в своих глазах и глазах других людей.			2	Беседа – дискуссия/Тренинг	
15.	15	Поведение. Как я веду себя с окружающими людьми, как они ведут себя со мной?			1	Тренинг	

16.	16	Культура общения и мотивы наших поступков.		1		Беседа	
17. 18.	17 – 18	Эмоциональный мир личности. Саморегуляция состояний.		1	1	Беседа/Игра	Опрос
Модуль 3							
	19 – 26	Учебная тема: «Самообразование, как способ развития личности»	8	1	7		
19.	19	Идеальное Я – что это?			1	Тренинг	
20. 21. 22. 23.	20 – 23	Способности личности. Талант или дисциплина?		1	3	Беседа/Тренинг	
24. 25. 26.	24 – 26	Жизненные цели. Мотивы и мотивация.			3	Беседа/Игра/Тренинг	Тестирование
Модуль 4							
	27 – 34	Учебная тема: «Свобода и сознательность человека. Осознанная личность»	7	3	4		
27.	27	Свободный человек. Что есть свобода?		1		Беседа	
28. 29.	28 – 29	Права человека – используй свои, не нарушая чужие.		1	1	Беседа/Игра	
30. 31.	30 – 31	Сознательность, как высшая степень развития личности.		1	1	Беседа/Тренинг	
32. 33.	32 – 33	Конфликт: причины и способы			2	Беседа/Игра	Наблюдение

		разрешения. Поведение в конflikте. Конflikтная личность.					
34.	34	Итоговое занятие			1	Игра	Итоговая аттестаци я, дискусси онная беседа
Итого:			34	9	25		

3.3. Организационно – педагогические особенности реализации Программы

Освоение программы происходит на учебных занятиях, домашние задания программой не предусмотрены.

Формы, предусмотренные для освоения программы и контроля:

Беседа – диалогический метод обучения, который путем тщательного продумывания педагогом системы вопросов подводит учеников к пониманию нового материала или проверяет понимание изученного ранее;

Коммуникативные игры – игры, направленные на формирование у подростков умения увидеть в другом человеке его достоинства, способствующие углублению осознания сферы общения и обучающие умению сотрудничать;

Психологическая трансформационная игра– это динамическая проективная методика, цикл взаимодействий, направляемых человеком на получение желаемых эмоций, дефицит которых наблюдается в повседневной жизни. Позволяет построить различные стратегии поведения, отследить реакцию жизненные ситуации, «примерить» на себя разные социальные роли;

Тренинг – форма группового обучения, которая сочетает в себе краткую теоретическую подготовку и формирование практических умений за короткий срок в определенной сфере жизни человека, обычно направленная на достижение социально – психологических изменений;

Психологическое тестирование – метод измерения и оценки психологических характеристик при помощи тестов.

Наблюдение – форма контроля, осуществляемая путем фиксации показателей вовлеченности, обучающихся в деятельность (вовлеченность в процесс и соблюдение правил, способность анализировать ситуацию, умение взаимодействовать с товарищами в процессе деятельности, владение изученными терминами и определениями);

Опрос – проводится в виде задавания учащемуся вопросов по теме предыдущего занятия или текущего и демонстрирует правильность или

неправильность ответов по содержанию материала, последовательности его изложения, наличие грамматических ошибок при построении ответа;

Тестирование – один из видов проверки знаний и умений учащихся, который направлен на выявление степени усвоения изученного материала, оно содержит обобщенный материал по основным изученным темам, требует от учащихся хорошей ориентировки в языковых явлениях и фактах.

Беседа – дискуссия – метод обучения, основанный на обмене взглядами по определённой проблеме, причём эти взгляды отражают собственное мнение участников или опираются на мнения других лиц.

Викторина – относится к нетрадиционным формам контроля знаний обучающихся, является совокупностью не менее десяти вопросов по определенной тематике, на которые необходимо дать краткие и емкие ответы.

Формы проведения занятий:

- индивидуальная работа;
- работа в паре;
- коллективная работа.

3.4. Особенности оценочной деятельности

Изучение Программы предусматривает следующие варианты результативности и процедур их оценки:

- оценку процесса погружения в обучение в процессе занятий;
- оценку знаний основных понятий теоретического материала;
- оценку способности решать, возникающие в различных сферах жизни проблемы, путем применения полученных умений;
- оценку трансформационных изменений обучающегося через развитие способности понимать других людей и умение выстраивать диалог.

Для оценки используется бинарная система – зачет/незачет.

Критериями оценки являются показатели: владение содержанием материала, глубина суждений, аргументированность, личностная ориентация, вовлеченность в процессе занятий.

Процедуры контрольно – оценочной деятельности или формами контроля являются текущий контроль в процессе изучения содержания полного цикла Программы, итоговая аттестация по завершении изучения Программы.

Итоговая аттестация включает в себя отработку навыков решения конфликтных и иных жизненных ситуаций при помощи трансформационной психологической игры «Копилка возможностей» (технология игры описана в приложении 3).

Критерии оценивания:

Ф. И.	Вовлеченность в процесс игры и соблюдение	Способность проводить анализ ситуации	Умение взаимодействовать с товарищами во время	Владение ранее изученными психологическими	Владение Я – суждениями (умение	Итого
-------	---	---------------------------------------	--	--	---------------------------------	-------

	ие правил				игры, уважение высказываний и других игроков		терминами и понятиями		высказывать мнение только от своего лица)		К ол – во +	К ол – во –
	+	-	+	-	+	-	+	-	+	-		

Результаты: 3 и более «+» - зачет, менее 3 «+» - незачет.

Мониторинг сформированности личностных и метапредметных результатов не является предметом оценочной деятельности реализации данной Программы, поскольку Программа является одним из средств их достижения и входит в спектр программ дополнительного образования, реализуемых в кадетском корпусе, отсюда выявление уровня достижения планируемых личностных и метапредметных результатов – комплексный мониторинг системы дополнительного образования и/или всей образовательной деятельности кадетского корпуса по итогам учебного года, основного общего образования.

4. Условия реализации программы

4.1. Информационно – методические

Учебники и учебные пособия по изучаемой программе не предусмотрены, однако, имеется достаточно большое количество дополнительной литературы психологического содержания, подходящего по темам занятия и возрасту обучающихся. Планируется, в том числе, использование Интернет – ресурсов с целью поиска нужного материала в виде обучающих психологических фильмов, социальных роликов и т.д. по изучаемым темам. Также предусмотрены дополнительные практические материалы в виде настольных игр и вспомогательных элементов.

4.2. Кадровые условия

Программу реализует Литвинчук Полина Сергеевна – педагог дополнительного образования.

4.3. Материально – технические условия

Для освоения программы предусмотрен кабинет педагога – психолога.
Необходимое наполнение и техническое оснащение кабинета:

1. персональный компьютер – 1 шт.;
2. магнитно – маркерная доска для записей и вывешивания иллюстративного материала – 1 шт.;
3. стол – 1 шт.;
4. стулья – 10 шт.;
5. психологические настольные игры:
 - «идея и результат» – 1 шт.;
 - «созвездие зус» – 1 шт.;
 - «свой среди своих» – 1 шт.;
 - «копилка возможностей» – 1 шт.;
 - «навыки будущего» – 1 шт.;
 - «эмоциональный интеллект» – 1 шт.;
 - «карта профессий» – 1 шт.;
6. сборник психологических тестов.

Список литературы:

1. Андриянова Г. «Маленькое путешествие для больших детей», Саратов, 2005 г.
2. Анн Л. «Психологический тренинг с подростками», Питер, 2007 г.
3. Бурмистрова Е. «Взрослеем с подростком», М.:2017 г.
4. Голубева Ю.А. «Тренинги с подростками: программы, конспекты занятий.- Волгоград: Учитель, 2015 г.
5. Грецов А. «Тренинг креативности для старшеклассников», Питер, 2007 г.
6. Дереклеева Н. «Модульный курс учебной и коммуникативной мотивации учащихся», Москва, 2004 г.
7. Ефимова Н. «Психология взаимопонимания», Питер, 2004 г.
8. Зайцев Г. «Регуляция психики», Санкт-Петербург, 2003 г.
9. Потёмкина О. «Тесты для подростков», Москва, 2005 г.
10. Рязанова Д. «Тренинг с подростками», Москва, 2003 г.
11. Федоренко Л. «Психопрофилактика эмоционального напряжения», Санкт-Петербург, 2003 г.
12. Фопель К. «Как научить детей сотрудничать?», Москва, 1998 г.
13. Хухлаева О. «Тропинка к своему Я», Москва, 2005 г.

Игра – знакомство с использованием элементов восстановительной медиативной технологии «Круги сообщества»

Участники игры вместе с ведущим садятся таким образом, чтобы получился круг. Ведущий (педагог) рассказывает о правилах проведения технологии и далее действует в соответствии со сценарием круга.

Сценарий круга

Ведущий: ребята, предлагаю вам познакомиться друг с другом поближе, а также лучше узнать себя. Сейчас мы проведем знакомство, используя элементы технологии «Круги сообщества». Я буду являться хранителем нашего круга и сначала озвучу правила:

1. говорит только тот, у кого символ слова;
2. говорить от чистого сердца;
3. говорить и слушать с уважением;
4. оставаться в Круге до его завершения;
5. соблюдать конфиденциальность;
6. уважать символ слова.

*символ слова - предмет, который передается по кругу, чтобы обозначить говорящего, защитить его от вмешательства других членов Круга (т.к. только имеющий символ слова может говорить), успокоить его через тактильный контакт.

Открытие круга – игра «Снежинки». Участникам выдаются одинаковые белые бумажные салфетки, далее все действуют по инструкции ведущего – складывают салфетку пополам и отрывают верхний правый угол, так делают до тех пор, пока сложенная салфетка не станет совсем маленькой и не будет возможности больше отрывать угол. После участникам предлагается развернуть свои «снежинки» и показать остальным, они получатся разными. Далее ведущий озвучивает смысл игры – изначально у всех одинаковые салфетки, все действуют по одной инструкции, но в итоге получаются совершенно разные «снежинки», они, как и настоящие снежинки не похожи друг на друга, каждая из них уникальна. Точно также и человек, несмотря на то, что похож на других, является уникальным, с индивидуальным набором качеств, и каждый заслуживает внимания и любви.

1 раунд – ведущий предлагает участникам по очереди представиться и назвать два качества своего характера (1 – хорошее, которое помогает им взаимодействовать с другими людьми, 2 – по их мнению отрицательное качество). Начинает круг ведущий, далее очередность считается от него по часовой стрелке.

2 раунд – ведущий предлагает участникам поделиться, какие качества им было называть проще, а какие сложнее и почему.

3 раунд – участникам предлагается в формате мозгового штурма подумать, как можно направить отрицательные черты характера в положительное русло. Ответы ведущий фиксирует на доске.

Завершение Круга – притча о принятии себя.

Психологическая настольная игра «Созвездие ЗУС»

Цель игры – формирование разумного отношения к своему здоровью и образу жизни. Эта цель достигается в процессе построения равноправного диалога – размышления о разных составляющих здоровья (питание, движение, гигиена, медицина, эмоции, интеллект, режим, привычки).

Все эти структурные составляющие здоровья представлены на игровом поле в виде звезд, объединенных в созвездие «ЗУС» (Здоровые, Убежденные, Сильные). Всего, таким образом, звезд 8. Фишки участников путешествуют по галактике, и, попав на ту или иную звезду, участник должен вытащить карточку с заданием и выполнить его.

Задания неоднородны. Они различаются не только темами, но и формой. Всего в каждой теме 6 типов заданий, которые, в свою очередь, объединены в 3 категории:

1. задания, в которых у участников есть возможность больше узнать друг о друге, ближе познакомиться, обнаружить единство взглядов и жизненных позиций («поделись», «найди»);
2. задания, в которых участникам необходимо сформулировать и выразить свою позицию, поделиться имеющимся опытом («поразмышляй», «расскажи»);
3. задания, в которых участникам необходимо проявить творческую активность, они связаны с юмором, весельем, расслаблением («изобрази», «выполни»).

Настольная игра – викторина «Психэфекты»

Данная игра состоит из набора карточек, в которых заданы вопросы на знание того или иного психологического явления, или понятия с указанием вариантов ответа. Правильный ответ указан на оборотной стороне карточки, участники игры имеют возможность ознакомиться с правильным ответом, если не знали ответа ранее. Карточка берется каждым участником игры в порядке очереди, допускается использование игрового кубика для установления очередности ходов.

Успешным прохождением игры в рамках занятия считаются следующие критерии:

- Вовлеченность обучающегося в процесс игры;
- Соблюдение правил игры;
- Знание как можно большего количества правильных ответов не является обязательным, т.к. процесс игры сам по себе дает возможность узнать новое.

**Психологическая игра для развития социального интеллекта
«Копилка возможностей»**

Игра состоит из набора карточек с описанием различных неприятных житейских ситуаций, которые участники вытягивают случайным образом из общих стопок. Процесс игры строится на том, что участникам предлагается как – то отнестись к разного рода неприятным ситуациям, описанных на игровых карточках. В основе игры лежат анализ представленных проблемных ситуаций и обсуждение вариантов поведения в них. На это «накладываются» разнообразные игровые процедуры, основная цель которых – расширение представлений о возможном поведенческом репертуаре в проблемных ситуациях, анализ его и рефлексия.