

**СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| |  |  | | --- | --- | | **РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ**  **1.1. Пояснительная записка …………………………………………………...3**  **1.2. Цель и задачи программы ………………………………………………..5**  **1.3. Содержание программы …………………………………………………..6**  **1.4.Учебный план ………………………………………………………………6**  **1.4.1. Учебно-тематический план…………………………………………….6**  **1.4.2.Содержание учебно-тематического плана……………………………8**  **1.5.Планируемые результаты……………………………………………….12**    **РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ………………………………………………………………………...12**  **2.1. Календарный учебный график …………………………………………12**  **2.2. Условия реализации программы ………………………………………13**  **2.3. Формы контроля ………………………………………………………….13**  **2.4. Оценочные материалы …………………………………………………..13**  **2.5. Методические материалы ……………………………………………….14**  **2.6. Список литературы ………………………………………………………16** |  | |

**РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ**

* 1. **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Как стать успешным » социально-гуманитарной направленности.

Данная программа разработана в соответствии с:

* Конвенцией о правах ребенка (принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989г.);
* Постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642 «Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2018 - 2025 гг.»;
* Федеральным законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.;
* Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
* Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
* Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 06.12.2019 № 56722).
* Приказ Министерства просвещения РФ от 2 декабря 2019 г.

«Об утверждении Целевой модели цифровой образовательной среды».

приказом Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020г. №882\391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности в сетевой форме реализации образовательных программ»;

* Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
* Распоряжение губернатора Кемеровской области от 06.02.2023 « Об утверждении Стратегии развития воспитания «Я – Кузбассовец» на период до 2025 года»;
* Распоряжение Коллегии Администрации Кемеровской области от 03.04.2019 № 212 « О внедрении системы персонифицированного дополнительного образования на Территории Кемеровской области»;
* Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), утвержденные Министерством образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242;
* Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении санитарных правил» СП 2.4.3648-20 № 28 от 28.09.2020г. «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
* Приказом Департамента образования и науки Кемеровской области от 13. 01. 2023 г. № 102 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования»;
* Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодёжи Министерства образования, и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);
* Уставом МБУДО «Тяжинский центр дополнительного образования»

**Актуальность программы**

Взросление, предстоящий переход из детства к самостоятельной взрослой жизни ставит подростков перед необходимостью решать много новых задач. В современной жизни помимо удачи в достижении какого-то результата, есть важные составляющие успеха. Это личные качества и навыки: уверенность в себе, умение контролировать свои мысли и чувства, способность выстраивать систему жизненных приоритетов, адекватная самооценка и самоуважение. Часто бывает так, чтобы быть успешным человеком мешает не отсутствие способностей или возможностей, а лишь отсутствие уверенности в собственных силах. Программа «Как стать успешным» актуализирует личностное развитие учащихся и формирует потребность в самосовершенствовании своих личностных качеств, позволяет развить умения и навыки, необходимые для построения успешной профессиональной карьеры, управления собственным поведением.

**Отличительной особенностью**данной программы является комплексное применение методов арт-терапии: изотерапии (тематическое рисование), приёмы телесно-ориентированной техники и психогимнастика. Именно такой комплексный подход использования данных методов психолого-педагогического воздействия позволяет создать положительно эмоциональный настрой на занятии, снять физическое и психическое напряжение, увеличить работоспособность детей.

**Адресат программы.** Программа предназначена для учащихся старшего и среднего школьного возраста **(*от 14 - 17 лет).***

**Характеристика детей старшего и среднего школьного возраста***.*Основным видом деятельности подростков является учение, получение знаний, но появляется немаловажный элемент – коммуникативность. Подросток приступает к систематическому овладению основами наук. Обучение становится многопредметным. К подростку предъявляются более высокие требования. Это приводит к изменению отношения к учению. Учащиеся порой склонны не утруждать себя лишними упражнениями, выполняют уроки в пределах заданного или даже меньше. Часто происходит снижение успеваемости. Ему необходимо знать, зачем нужно выполнять то или другое задание, таким образом, он ищет цель и интерес в той или иной деятельности. Проявляется самостоятельность в решении поставленных задач, активность в социальной жизни. Он ищет новое место в социальном статусе собственного коллектива. Его в большей степени волнует мнение не собственное, а коллективное, при этом мнение сверстников, на его взгляд, более верное, чем у родителей или учителей. Подросток пытается реализовать потребности в общении, статусе и интеллектуальном развитии. Он начинает относить себя к определенному слою микросоциума, демонстрирует замкнутость и недоверие к старшим, пытается продемонстрировать всем вокруг свои навыки и умения. Формирование причинно-следственных связей и логических умозаключений порождают новые мотивации в обучении и общении. Подростки начинают искать всевозможные решения задач, вносить коррективы в приоритетные виды деятельности, формировать собственное мировоззрение.

**Объем и срок освоения программы** – общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения программы 36 часов; срок реализации программы - 10 месяцев.

**Режим занятий, периодичность и продолжительность.** Количество занятий в неделю: 1 раз в неделю (дети от 14 - 17 лет). Продолжительность одного занятия 1 академический час (1академический час составляет 45 мин.).

**Формы обучения** – очная, с применением дистанционного обучения на период карантина или других чрезвычайных ситуаций на основании приказа администрации Центра.

**Основная форма организации обучения –** учебное занятие.

**Особенности набора учащихся** *–* набор в творческое объединение осуществляется по желанию учащихся. Зачисление в объединение производится с обязательным условием – заявление от родителей (законных представителей). В течение года может осуществляться добор учащихся в творческое объединение.

**Особенности организации образовательного процесса**- программа предназначена для учащихся среднего и старшего школьного возраста. Наполняемость групп учащихся составляет от 7 – 15 человек.

**1.2.Цель и задачи программы**

**Цель программы*:***развитие личностных качеств, необходимых для достижения успеха в жизни и любом виде профессиональной деятельности.

**Задачи**:

**Обучающие:**

- способствовать усвоению учащимися различных моделей успешного социального поведения.

- способствовать повышению самооценки учащихся, уверенности в себе.

-обучить методам саморегуляции, методам снижения напряжения и

самоподдержки.

**Развивающие:**

- развивать умение адекватно оценивать свои возможности, планировать и распределять время.

- развивать способности конструктивно строить свои взаимоотношения с окружающими.

- развивать навыки и умения, необходимые для уверенного поведения.**Воспитательные:**

**-** воспитывать уважительное и доброжелательное отношение к окружающим людям.

- воспитывать умения адекватно реагировать в различных бытовых, учебных ситуациях.

**1.3.Содержание программы**

**1.4.Учебный план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п.п.** | **Разделы** | **Количество**  **часов** |
| 1 | Психология общения | 12 |
| 2 | Основы конфликтологии | 9 |
| 3 | Стресс и способы саморегуляции | 8 |
| 4 | Технологии успеха | 7 |
|  |  |  |
|  | Итого: | 36 |

**1.4.1. Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название раздела, темы** | | | **Количество часов** | | | | **Формы**  **контроля** |
| **всего** | **теория** | **практика** | |
| 1 | **Раздел «Психология общения»** | | | **12** | **5,5** | **6,5** | | Метод пед.  наблюдения  тесты, опрос |
|  | |  |
| 1.1 | Общение. Функции общения. | | | 1 | 0,5 | 0,5 | |  |
| 1.2 | Типы межличностного общения. | | | 1 | 0,5 | 0,5 | |  |
| 1.3 | Деловая игра «Самопрезентация» | | | 1 | - | 1 | |  |
| 1.4 | Умение слушать. | | | 1 | 0,5 | 0,5 | |  |
| 1.5 | Виды слушания. | | | 1 | 0,5 | 0,5 | |  |
| 1.6 | Техники активного  слушания. | | | 1 | 0,5 | 0,5 | |  |
| 1.7 | Невербальное общение. | | | 1 | **-** | 1 | |  |
| 1.8 | Деловое общение  Деловая беседа. | | | 1 | 0,5 | 0,5 | |  |
| 1.9 | | | Ролевая игра «Прием на работу» | 1 | 0,5 | 0,5 | |  |
| 1.10 | | | Публичное выступление. | 1 | 0,5 | 0,5 | |  |
| 1.11 | | | Конструктивная критика. | 1 | 0,5 | 0,5 | |  |
| 1.12 | | | Правила поведения и  общения. | 1 | 1 | - | |  |
| **2** | | **Раздел**  **«Конфликтология»** | | **9** | **4,5** | **4,5** | | метод пед.  наблюдения  тесты, опрос |
| 2.1 | | Конфликт. Причины конфликтов. | | 1 | 0,5 | 0,5 | |  |
| 2.2 | | Межличностные конфликты. | | 1 | 0,5 | 0,5 | |  |
| 2.3 | | Стиль поведения в конфликте. | | 2 | 1 | 1 | |  |
| 2.4 | | Конструктивное разрешение конфликтов.  «Я – высказывание». | | 1 | 0,5 | 0,5 | |  |
| 2.5 | | Психологические защиты. | | 2 | 1 | 1 | |  |
| 2.6 | | Проекция. | | 1 | 0,5 | 0,5 | |  |
| 2.7 | | Деловой этикет. | | 1 | 0,5 | 0,5 | |  |
| **3** | | **Раздел «Стресс и способы саморегуляции»** | | **8** | **4** | **4** | | Метод пед.  наблюдения  опрос, тесты |
| 3.1 | | Стресс. Фазы развития стресса. | | 1 | 0,5 | 0,5 | |  |
| 3.2 | | Способы реагирования на стресс. | | 1 | 0,5 | 0,5 | |  |
| 3.3 | | Способы саморегуляции. | | 2 | 1 | 1 | |  |
| 3.4 | | Приемы саморегуляции. | | 2 | 1 | 1 | |  |
| 3.5 | | Методы борьбы со стрессом. | | 2 | - | 2 | |  |
| **4** | | **Раздел «Технологии успеха»** | | **7** | **1** | **6** | | Метод пед.  наблюдения  тесты, опрос |
| 4.1 | | Успех. Кто такие успешные люди. | | 1 | 0,5 | 0,5 | |  |
| 4.2 | | Что помогает достижению успеха. | | 1 | - | 1 | |  |
| 4.3 | | Что мешает достижению успеха. | | 1 | **-** | 1 | |  |
| 4.4 | | Организованность и достижение успеха. | | 1 | - | 1 | |  |
| 4.5 | | Стратегии достижения успеха. | | 1 | 0,5 | 0,5 | |  |
| 4.6 | | Гибкость и устойчивость в достижении успеха. | | 1 | - | 1 | |  |
| 4.7 | | Итоговое занятие:  «Формула успеха». | | 1 | - | 1 | | тестирова-  ние |
|  | | **Итого:** | | **36** | **15** | **21** | |  |
|  | | | |  | | | |  |
|

**1.4.2.Содержание учебно-тематического плана**

**Раздел 1 «Психология общения»**

**Тема 1.1 «Общение. Функции общения »**

**Теория:** знакомство учащихся с программой занятий, с функциями и формами общения, оценка возросшей значимости роли общения.

**Практика:** упражнение «Знакомство», упражнение «Диалог», упражнение «Секреты успешного общения».

**Форма контроля:** метод педагогического наблюдения, тесты, опрос.

**Тема 1.2 «Типы межличностного общения»**

**Теория:** знакомство с типами межличностного общения.

**Практика:** упражнение «Определите уровень своей общительности» (опросник), упражнение « Качества приятного собеседника».

**Тема 1.3 «Деловая игра «Самопрезентация» »**

**Теория:** беседа об осознании сильных сторон своей личности, позитивные мысли о себе, представления себя.

**Практика:** деловая игра «Самопрезентация».

**Тема 1.4 «Умение слушать»**

**Теория:** беседа о важности умения слушать для эффективной коммуникации.

**Практика:** упражнение «Умеете ли вы слушать?», упражнение «Шеренга».

**Тема 1.5 «Виды слушания»**

**Теория:** знакомство учащихся с видами слушания и их особенностями.

**Практика:** упражнение «Рулет».

**Тема 1.6**  **«Техники активного слушания»**

**Теория:** знакомство учащихся с техниками активного слушания, анализ их особенностей.

**Практика:** упражнение «Иностранец и переводчик».

**Тема 1.7 « Невербальное общение»**

**Теория:** беседа о преимуществе понимания «языка» невербального общения.

**Практика:** упражнение «Понимаете ли вы язык мимики и жестов».

**Тема 1.8 «Деловое общение. Деловая беседа»**

**Теория: з**накомство учащихся с понятием «деловое общение», «деловая беседа», определение их особенности.

**Практика**: упражнения: «Общение в разных положениях», «Комплименты», «Кто это», «Найти сходство».

**Тема 1.9 «Ролевая игра «Прием на работу»»**

**Практика:** ролевая игра «Прием на работу»

**Тема 1.10 «Публичное выступление»**

**Теория:** беседа о правильном построении доклада (речи) и публичного выступления.

**Практика:** упражнение «Доклад кандидата в президенты класса».

**Тема 1.11 «Конструктивная критика»**

**Теория:** беседа о правилах конструктивной критики.

**Практика:** упражнение «Литературный герой».

**Тема 1.12 «Правила поведения и общения»**

**Теория:** знакомство учащихся с правилами поведения и общения.

**Раздел 2 «Конфликтология»**

**Тема 2.1 «Конфликт. Причины конфликтов»**

**Теория:** знакомство учащихся с понятием «конфликт», об их видах и типах.

**Практика:** работа с опросниками «Самооценка конфликтности».

**Форма контроля:** метод педагогического наблюдения, опрос, тесты.

**Тема 2.2 «Межличностные конфликты»**

**Теория:** знакомство учащихся с понятием «межличностный конфликт», позитивные и негативные последствия конфликта.

**Практика:** упражнение « Как бы я поступил», обсуждение.

**Тема 2.3 «Стиль поведения в конфликте»**

**Теория:** знакомство со стилями поведения в конфликтной ситуации.

**Практика:** тест «Стили разрешения конфликтов».

**Тема 2.3.1 «Стиль поведения в конфликте»**

**Теория:** знакомство с другими стилями поведения в конфликтной ситуации, их особенностями.

**Практика:** упражнение «Встреча на узком мостике», упражнение «Варианты поведения».

**Тема 2.4 «Конструктивное разрешение конфликтов. «Я - высказывание»**

**Теория:** знакомство со способами конструктивного разрешения конфликтов.

**Практика:** упражнение «Список эмоций», упражнение «Как сказать», обсуждение.

**Тема 2.5 «Психологические защиты»**

**Теория:** продолжаем знакомство учащихся с другими способами психологических защит.

**Практика:** упражнение « Как бы я поступил», обсуждение.

**Тема 2.5.1 «Психологические защиты»**

**Теория:** продолжаем знакомство учащихся с другими способами психологических защит.

**Практика:** анализ ситуаций, обсуждение.

**Тема 2.6 «Проекция»**

**Теория:** знакомство с особенностями проявления такой защитной стратегии, как проекция.

**Практика:** упражнение «Проективный рисунок».

**Тема 2.7 «Деловой этикет»**

**Теория:** знакомство с правилами делового этикета, как способе регулирования поведения и предотвращения конфликтов.

**Практика:** анализ ситуаций.

**Раздел 3«Стресс и способы саморегуляции»**

**Тема 3.1**  **«Стресс. Фазы развития стресса»**

**Теория:** знакомствоучащихся с понятием «стресс», влиянием стресса на организм и психику человека.

**Практика:** обсуждение «Я переживаю стресс, когда….»

**Форма контроля:** метод педагогического наблюдения, тесты, опрос.

**Тема 3.2 « Способы реагирования на стресс»**

**Теория:** знакомствоучащихся со способами реагирования на стресс, выработке адаптивной стратегии поведения в стрессовых ситуациях.

**Практика:** упражнение «Куда вы идете: к стрессу или от него?»

**Тема 3.3 «Способы саморегуляции»**

**Теория:** знакомство учащихся с понятием « психическая саморегуляция».

**Практика**: упражнение «Мозговой штурм», упражнение «Слова поддержки».

**Тема 3.3.1 «Способы саморегуляции»**

**Теория:** знакомство учащихся с различными методами саморегуляции эмоциональных состояний.

**Практика:** упражнение «Полное дыхание», «Ритмичное дыхание», «Паровоз».

**Тема 3.4 « Приемы саморегуляции»**

**Теория:** знакомство учащихся с приемами саморегуляции.

**Практика**: упражнение «Эксперимент».

**Тема 3.4.1 « Приемы саморегуляции»**

**Теория:** продолжаем знакомство учащихся с приемами саморегуляции.

**Практика**: упражнение «Позитивное мышление», упражнение «Ощути разницу», упражнение «Прогулка по берегу моря».

**Тема 3.5 «Методы борьбы со стрессом»**

**Практика:** упражнение «Комплимент», упражнение « Я и стресс», упражнение « Откровенно говоря». Арт-терапевтическое упражнение «Моя проблема».

**Тема 3.5.1 «Методы борьбы со стрессом»**

**Практика:** арт-терапевтическое упражнение «Мой страх».

Упражнения «Два на два, или Новый Юлий Цезарь», упражнение «Выговариваю печаль», упражнение «Отрезаю проблему», упражнение «Позитивные и негативные установки».

**Раздел 4 «Технологии успеха»**

**Тема 4.1 «Успех. Кто такие успешные люди »**

**Теория:** знакомство учащихся с понятием « успех».

**Практика**: упражнение « Потребность в достижении успеха».

**Форма контроля:** метод педагогического наблюдения, тесты, опрос.

**Тема 4.2 «Что помогает достижению успеха»**

**Практика:** упражнение «Мои ресурсы», «Мои успехи», «Советы успешного человека».

**Тема 4.3 « Что мешает достижению успеха »**

**Практика**: упражнение « Мои барьеры в достижении успеха», «Каким нужно быть»

**Тема 4.4 «Организованность и достижение успеха»**

**Практика:** упражнение «Организованный ли вы человек», упражнение «Распределение времени», упражнение «Перепланирование времени».

**Тема 4.5 « Стратегии достижения успеха»**

**Теория:** знакомство учащихся с восточной и западной стратегиями достижения успеха, их особенностями и отличиями.

**Практика:** упражнение «Моя ситуация». Обсуждение.

**Тема 4.6 « Гибкость и устойчивость в достижении успеха »**

**Практика**: упражнение «Гибкость», упражнение «Устойчивость»

**Тема 4.7 Итоговое занятие: «Формула успеха»**

**Практика**: проведение итогового занятия в форме тестирования.

**Форма контроля**: диагностическое тестирование.

1.5. **Планируемые результаты**

**По окончанию обучения учащийся будет знать:**

- признаки успешной личности.

- свои сильные стороны и способы повышения самооценки.

-основы бесконфликтного общения;

- знает способы планирования и анализа своей деятельности.

**Будет уметь:**

- адекватно оценивать себя, ситуацию.

- владеть техниками саморегуляции и методами снижения напряжения и самоподдержки.

- учитывать другую точку зрения и соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами и моральными нормами.

**РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

**2.1. Календарный учебный график**

***Организация образовательного процесса***

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Как стать успешным » обеспечивает выполнение гигиенических требований к режиму образовательного процесса, установленных «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28) и предусматривает следующее:

***Количество учебных недель –*** *36*

***Количество учебных дней*** *– 36*

***Срок освоения программы:*** 10 месяцев

***Возраст учащихся занимающихся по программе:*** 14 - 17 лет

***Режим и продолжительность занятий***: 1 академический час, 1 раз в неделю.

Образовательный процесс (начало и окончание учебных занятий) осуществляется в соответствии с расписанием творческого объединения МБУДО «Тяжинский центр дополнительного образования», утвержденным директором Центра и согласованным с председателем первичной профсоюзной организации.

***Начало учебного года:*** 10.09.2023 года.

***Форма учебных занятий:*** аудиторная

***Виды учебных занятий:***

- занятие-тренинг;

- итоговое занятие.

**2.2. Условия реализации программы**

**1. Материально-техническое обеспечение:**

1. Учебный кабинет, соответствующий санитарно-гигиеническим нормам и педагогическим требованиям. В кабинете имеются: место для учащихся, уголок безопасности с инструкциями по охране труда и противопожарной безопасности.

2. Наглядный материал: фотоальбомы «Какие бывают эмоции», «Настроение в природе».

3. Демонстрационный материал: « Я и мои эмоции», « Как управлять своими эмоциями».

4. Расходные материалы: простые карандаши, ластики, кисти, палитры, краски (акварель), ножницы, листы белой бумаги, цветная бумага и картон, цветные карандаши, мелки.

**2.Информационное обеспечение:**

Учебно – методический комплекс для педагога:

Программное обеспечение: сборник учебно-методических пособий и материалов – разработки занятий, диагностический материал к разделу «Диагностика эмоциональной сферы подростка», электронная библиотека типовых, авторских программ по профилю образовательной программы дополнительного образования детей.

**3. Кадровое обеспечения:**

Педагог дополнительного образования первой квалификационной категории.

**2.3. Формы контроля**

**1. Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:**

согласно приложению №1 (Диагностика результативности обучения учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Как стать успешным»).

***2.Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов*** *(по выбору педагога)*: метод педагогического наблюдения, тесты, опросы, итоговое занятие.

**2.4. Оценочные материалы**

Диагностика результатов освоения учащимися дополнительной общеобразовательной программы « Как стать успешным » проводится на различных этапах усвоения материала.

**Итоговая аттестация:**

***-*** проводится по результатам освоения программы в целом, определяется уровень знаний, умений и навыков;

- может проводиться по формам: итоговое занятие (диагностическое тестирование).

Результаты оформляются в карте теоретических и практических умений и навыков по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Как стать успешным» и фиксируется в папке «Диагностика учащихся».

**Критерии оценки уровня знаний, умений и навыков:**

**Высокий уровень:** учащийся освоил весь объем знаний от 90-100%, предусмотренных программой за конкретный период, в тестировании не допустил ошибок; специальные термины употребляет осознанно и полном объеме в соответствии с их содержанием.

**Средний уровень:**  ребёнок с помощью педагога после небольшой подсказки выполнил не менее 60-89% заданий правильно, в тестировании допустил одну или две ошибки.

**Низкий уровень:**после любой помощи педагога ребенок не может выполнить ряд заданий, либо выполнил менее 60% заданий правильно, в тестировании допустил три и более ошибки.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Фамилия, имя учащихся** | **Теоретические знания** | **Практические**  **умения и навыки** |
| Итоговый | Итоговый |
| 1. |  |  |  |
| 2. |  |  |  |

**2.5. Методические материалы**

Для решения поставленных задач в программе используются методы психолого-педагогического воздействия и техники:

элементы сказкотерации (анализ сказок, притч);

* психогимнастика (этюды на выражение различных эмоций);
* телесно-ориентированные техники (психомышечная релаксация);
* арт-терапия (свободное и тематическое рисование);
* групповая дискуссия;
* ролевая игра;
* игровые методы.

Сказки и притчи являются непосредственным отображением психических процессов бессознательного человека. По своей ценности они превосходят любую другую форму донесения информации до человека. Благодаря метафоричности изложения, сказки и притчи помогают им глубже понять свои сложности и проблемы и не вызывают у них сопротивления.

Арт-терапия является средством свободного самовыражения и самосознания. Помимо этого, проективные рисунки служат для диагностики внутренних проблем. Работа над рисунками – безопасный способ разрядки разрушительных и саморазрушительных тенденций. Это и снижение утомления, негативных эмоциональных состояний, и их проявлений, связанных с обучением.

В групповой дискуссии ребята учатся находить компромисс и отстаивать свои взгляды и жизненные позиции.

Обсуждение помогает проанализировать те чувства, которые они испытали, осознать их и определить, как они могут в дальнейшем применить полученные знания и навыки.

Различного рода игры необходимы для развития «эмоционального интеллекта» и улучшения межличностного взаимодействия.

Ролевая игра создает возможности для получения опыта другого поведения. Она является очень эффективным средством обучения, так как позволяет ребятам поупражняться в различных типах поведения, посмотреть на свое поведение и действие других со стороны.

Участвуя в ролевой игре, школьники используют новые для них способы поведения в ситуациях, приближенных к реальным, а также учатся по-новому смотреть на происходящее с ними.

*Формы занятий:*

1.Занятие – тренинг;

2.Итоговое занятие.

В ходе работы используются педагогические технологии и методы обучения:

Словесные:

* словесная инструкция;
* объяснение;
* рассказ.

Наглядные:

* демонстрация иллюстраций;
* предметные, сюжетные, серии картинок, различные пособия.

Практические:

* ролевые игры;
* сюжетные игры.

Технологии

* Личностно-ориентированные
* Игровой деятельности
* Здоровьесберегающие

Формы контроля

* диагностика
* работа с анкетами, опросниками.

Каждое занятие оснащено **различным дидактическим материалом** (карточки, раздаточный материал, памятки, картинки с проблемными ситуациями, фотографии различных эмоций) и техническими средствами.

**Тип занятия**

**Структура тренингового занятия**

1.Приветствие.

2.Разминка.

3.Рефлексия прошлого занятия.

4.Введение в основное содержание занятия.

5.Упражнения, позволяющие освоить основное содержание занятия.

6.Обратная связь. Прощание.

**2.6.Список литературы**

**Список литературы для педагога:**

1. Грачева, Л.В. Тренинг внутренней свободы. Актуализация творческого потенциала. [Текст] учебно-практическое пособие /Л. В.Грачев. – СПб.: Речь, 2019. – 157с.
2. Киселёва, М. В. Арт-терапия в работе с детьми [Текст] практическое пособие / М. В. Киселёва. – СПб.: Речь, 2018. – 160с.
3. Козлов, Н.И. Формула успеха, или философия жизни [Текст] учебно-практическое пособие / Н. И. Козлов. – СПб.: Речь, 2019. – 304 с.
4. Монина, Г.Б. Ресурсы стрессоустойчивости [Текст] учебно-практическое пособие / Г. Б. Монина. – СПб.: Речь, 2019. – 175 с.
5. Прихожан, А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика [Текст] учебно-методическое пособие / А. М. Прихожан. – СПб.: Речь, 2019. – 304 с.
6. Ромек, В.Г. Тренинг уверенности. [Текст] методическое пособие / В. Г. Ромек. – СПб.: Речь, 2019. – 175с.
7. Щербатых, Ю.В. Психология стресса и методы коррекции [Текст] учебно - методическое пособие / Ю. В. Щербатых. – СПб.: Питер, 2018. – 256с.

**Список литературы для учащихся:**

1. Бесова, М.А. В школе и на отдыхе. Познавательные игры. [Текст] практическое пособие / М. А. Бесова. – Ярославль: Академия развития, 2019. – 234 с.
2. Красильникова, Е. А. Азбука мудрости. Сказки и пословицы о качествах мудрости. [Текст] популярное пособие / Е. А.Красильникова. – М.: Русский раритет, 2018. – 512 с.
3. Лопатина А.В. Начало мудрости. 50 уроков о добрых качествах [Текст] практическое пособие / А.В.Лопатина. – М.: Книжный дом Локус, 2018. -320с.
4. Образцова, Т. Н. Психологические игры для детей [Текст] практическое пособие / Т. Н. Образцова. – М.: Лада, 2019. – 190с.
5. Скребцова, М.В. 600 творческих игр для больших и маленьких [Текст] практическое пособие / М. В. Скребцова – М.: Книжный дом Локус, 2018. -318с.