

Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
«Центр творчества»
Невьянского муниципального округа

Рассмотрено
на методическом совете,
протокол № 05 от 27.06.2025 г.

Утверждено:
Директор МАУ НМО «Центр творчества»
Л.И. Фролова
приказ № 47-д от 30.06.2025 г.



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Познай себя»
социально-гуманитарной направленности
для детей 12 – 17 лет
Срок реализации 1 год

Автор - составитель:

Винтовкина Юлия Андреевна,
педагог дополнительного образования

Невьянск, 2025 год.

Пояснительная записка

Актуальность и педагогическая целесообразность

Сплочённость классного коллектива – одно из условий, необходимых для эффективной школьной жизни учащихся. Она определяется партнерскими взаимоотношениями в коллективе и наличием общих для всего его участников деятельности и целей. Коллектив считается сплочённым, когда все вышеназванные компоненты присутствуют и осознаются каждым его членом, при этом сам коллектив функционирует как единое целое. В таком коллективе, при непосредственном участии личности каждого, формируется «Мы – концепция» которая определяет уникальность и неповторимость коллектива. Так как коллектив – это содружество личностей, в нем постоянно происходит столкновение интересов. Однако сплочённый коллектив отличается от других социальных групп тем, что эти столкновения не перерастают в конфликт, а конструктивно разрешаются. Таким образом, программа, направленная на активацию механизма сплочения классного коллектива, является востребованный в деятельности образовательных учреждений как инструмент формирования благоприятного социально-психологического климата внутри классных коллективов.

Данный практикум ориентирован на профилактику нарушений сплочённости классного коллектива на этапе постройки отношений со сверстниками и взрослыми в подростковый период. Именно в этом возрасте классный коллектив имеет особенно большое значение для развития личности подростка, так как здесь они приобретают и совершенствуют свой социальный опыт. Поэтому сплочённости классного коллектива отводится значительное внимание.

Программа актуальна и современна т.к. соответствует потребностям времени, нормативным правовым и государственным программным документам и федеральным проектам:

- Федеральному Закону от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральному закону РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
- Концепции развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Приказу Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановлению Главного государственного санитарного врача РФ от 28.08.2020 г. № 28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Приказу Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;

- Федеральному проекту «Патриотическое воспитание»

- Уставу Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Центр творчества» Невьянского муниципального округа, утвержденный приказом управления образования Невьянского городского округа от 18.12.2024 № 670-Д

- Положению о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Центр творчества» Невьянского муниципального округа, утвержденному приказом директора № 28-Д от 11.04.2022 года

- Локальный акт МАУ НМО «Центр творчества» «Положение о рабочей программе»

Отличительные особенности программы:

Программа составлена с учетом особенностей подросткового возраста для учащихся 6-11 классов и способствует развитию личностных качеств, позитивных понятий о самих себе, умения конструктивного действия в конфликтных ситуациях.

Занятия проводятся в кабинете. На занятиях у ребят есть возможность осознать и решить свои личные проблемы, выработать адекватную самооценку и скорректировать свое поведение.

Программа модифицированная, составлена с использованием авторских программ:

- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Познай себя» (авт: Мингазова Гульнара Фирдавиевна)

- кружок по психологии «Познай себя» (авт. Седова М.И.)

- дополнительная общеобразовательная программа кружка «Познай себя. Клуб юного психолога» (авт. Шулакова Т.В.)

Новизна программы «Познай себя» заключается в проблемно-диалогическом и личностно-ориентированном подходах обучения. Особую роль в творческом освоении знаний детьми среднего школьного возраста имеют проблемные вопросы, являющиеся необходимым структурным элементом каждого занятия. Их постановка позволяет включить обучающихся в обсуждение, побудить высказать свою точку зрения, задуматься о неожиданных аспектах привычных событий или отношений. Диалогический характер обучения призван способствовать самостоятельному «открытию» школьниками различных аспектов психологических явлений и фактов; осознанию необходимости учета позиций, мнений, интересов и потребностей других людей в процессе межличностного взаимодействия, преимуществ конструктивных взаимоотношений с людьми для достижения собственных жизненных целей. Программа гуманитарной направленности разработана с учетом возрастных особенностей детей подросткового возраста и актуальности направления (успешность в жизни)

Программа «Познай себя» разработана на основе личностно-ориентированного и проблемно-диалогического подходов.

Теоретические темы занятий оптимально подобраны, исходя из требований, предъявляемых современным обществом и из практической значимости. Главный упор делается на практические занятия в виде интерактивных игр, работы в группах, тренингов, подбор которых так же существенно отличается от традиционных и уже давно известных. Такая форма занятий, в отличие от лекций, более эффективна. Обучающиеся имеют больше возможностей общения, отработке навыков делового общения, работе в команде, а так же учатся смело высказывать свое мнение, не стесняясь других. Занятия начинаются в кругу с разминки и обозначения готовности детей к работе. В конце занятия обязательно проводится рефлексия. Каждый обучающийся высказывается о том, что понравилось на занятии, что запомнилось, а также и о том, что не понравилось.

Современные образовательные технологии, используемые в данной программе, отражены в принципах обучения:

- научности;
- природосообразности;
- последовательности и системности;
- доступности;
- сознательности и активности;
- наглядности;
- индивидуального подхода;

- заинтересованности и мобильности.

В программе обучения используются как вербальные, так и невербальные приемы передачи информации (пантомимы, игры на угадывание, узнавание).

При обучении запланированы различные формы и методы совместной деятельности с учетом возрастных особенностей обучающихся.

Особое внимание уделяется групповой работе. Оказавшись в тренинговой группе, человек обнаруживает, что его проблемы не уникальны, другие люди переживают схожие чувства. Для многих подобное открытие само по себе оказывается мощным психотерапевтическим фактором. Группа способна отразить общество в миниатюре, а значит, проявляет такие скрытые факторы, как давление партнеров, социальное влияние и конформизм. Происходит моделирование системы взаимоотношений взаимосвязей, характерных для реальной жизни, а это дает возможность обучающимся увидеть и проанализировать в безопасных условиях психологические закономерности общения и поведения, неочевидные в житейских ситуациях.

Методы: словесные, проектные, наглядные, методы проблемного обучения, метод игры, психологические и социологические методы.

В процессе реализации программы используются тесты на диагностику интересов и направленности личности.

Адресат программы: Программа предназначена для учащихся с 6 по 11 класс общеобразовательных учреждений.

Режим занятий:

Продолжительность занятий – 2 часа (2 часа на 1 группу)

Продолжительность академического часа – 40 минут

Перерыв между занятиями – 10 минут

Общее количество часов в неделю – 2 часа

Занятия проводятся – 1 раз в месяц

Объем и срок освоения программы:

Объем программы - 18 часов

Программа рассчитана – на 1 год обучения

Количество учебных недель в учебном году – 34 недели

Особенности организации образовательного процесса

Основное содержание занятия представляет собой теоритическую часть и совокупность психотерапевтических упражнений и приемов, которые подбираются в соответствии с задачами, сформулированными для работы над каждой темой. В ряде занятий использован элемент сказкотерапии: в сказочные истории «вплетены» игры и психотехнические упражнения, направленные на коррекцию и развитие познавательной и эмоционально-

волевой сферы, навыков адекватного социального поведения школьников, коммуникативных навыков.

Перечень форм обучения:

В обучении применяется фронтальная, индивидуально – групповая, групповая формы с индивидуальным подходом, закрепление и проверка полученных знаний и навыков.

На занятиях по Программе успешно создаются возможности реализации моделей социального поведения при работе в больших и малых группах, обеспечиваются благоприятные условия для коммуникативной практики обучающихся и для социальной адаптации в целом.

Перечень видов занятий: традиционное занятие, занятие-викторина, занятие-путешествие, занятие-экскурсия, занятие-концерт, занятие-игра, занятие-репетиция.

Перечень форм подведения итогов реализации Программы:

- беседа, опрос;
- практическое занятие;
- тестирование;
- контрольные и открытые занятия.

Цель и задачи образовательной программы:

Цель программы: создание благоприятных условий для сплочения классного коллектива.

Задачи программы:

Образовательные:

- формировать теоретические и практические знания, умения, навыки, необходимые для социальной адаптации и успешной деятельности в обществе;
- обучать излагать свою точку зрения и вести дискуссию.

Развивающие:

- развивать навыки делового общения, работы в команде;
- развивать личностные качества, самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности.

Воспитательные:

- формировать общественную активность личности, гражданскую позицию, культуру общения и поведения в социуме;
- воспитывать интерес к самому себе, формировать культуру самопознания, саморазвития и самовоспитания;
- формировать приобретение навыков лидерского поведения через коллективную деятельность.

Содержание общеразвивающей программы

Учебно – тематический план (1 год обучения)

На 1 группу

№	Название тем и раздела	Общее кол-во часов	Теория	Практика	Формы контроля и аттестации
1.	Личностные особенности	2	1	1	Беседа, тест, входящая диагностика
2.	Я и команда	2	0,5	1,5	Устный опрос, тесты
3.	Лидеры и авторитеты	2	0,5	1,5	Устный опрос, беседа
4.	Общение и роль его в жизни человека	2	0,5	1,5	Устный опрос, беседа
5.	Умение понимать других	2	0,5	1,5	Устный опрос, беседа
6.	Конфликты и пути их разрешения	2	0,5	1,5	Беседа, тест
7.	Распределение ролей и обязанностей в команде	2	0,5	1,5	Практическая работа, беседа
8.	Один за всех и все за одного	2	-	2	Практическая работа
9.	Подведем итоги	2	-	2	Тесты, самоанализ, практическая работа
	Итого:	18	4	14	

Содержание программы

Тема 1 «Личностные особенности».

Теория: понятия «Темперамент», «Характер». Дискуссия виды темперамента, особенности характера.

Практика: упражнения «Определяем темперамент», «Нарисуй свой темперамент». Диагностика темперамента. Сказка «Деревья-характеры», упражнение «Черты характера сказочных героев».

Тема 2 «Я и команда».

Теория: понятие «Команда». Развитие команды. Цель команды. Барьеры на пути становления команды.

Практика: упражнения «Квадрат», «Коллаж», «Театр: пьеса, которая устроит всех», «Если команда-это...».

Тема 3 «Лидеры и авторитеты».

Теория: беседа. Есть ли разница между лидером и авторитетом. К кому ты себя относишь.

Практика: упражнение-тест на конкурентоспособность. Игра «Купил мужик лошадь», «Адские башни».

Тема 4 «Общение и его роль в жизни человека».

Теория: понятия «Общение», «Собеседник», «Взаимоотношения». Значения общения в жизни человека. Вербальное и невербальное общение. Общение в группе. Коммуникативные умения и навыки.

Практика: упражнения «Взаимоотношения», «Рисунок на спине», «Коллаж».

Тема 5 «Умение понимать других».

Теория: особенности взаимопонимания людей, препятствия к взаимопониманию. Как распознавать и учитывать в контакте личностные особенности каждого человека.

Практика: упражнения «Сардины», «Путаница», «Выведи из окружения», «Городской рынок», «Ролевая игра».

Тема 6 «Конфликты и пути их разрешения».

Теория: понятие «Конфликт», виды конфликта, конфликты и пути их разрешения, беседа: «Искусство спора».

Практика: мультипликационный фильм «Конфликт». Тест Томаса. Упражнения: «Хорошо-плохо», «Ситуация: конфликт и способы выхода из конфликта», «Слепые паровозики», «Белые медведи».

Тема 7 «Распределение ролей и обязанностей в команде».

Теория: Совместимость. Климат в команде. Принципы распределения ролей и обязанностей в команде.

Практика: упражнения: «Цепочка», «Командное соревнование», «Рыцарь, дракон, принцесса», «Комплимент».

Тема 8 «Один за всех и все за одного».

Практика: тренинги и упражнения на сплочение «Выкинуть пальцы», «Синхронное действие», «Сиамские близнецы», «Узел», «Веселый счет»

Тема 9 «Подведем итог».

Практика: упражнения «Прогноз погоды», «Зато ты...», «Последняя встреча», «Аплодисменты», «Дерево желаний».

Организационно – педагогические условия

Календарный учебный график

Основные характеристики образовательного процесса	
Количество учебных недель	34
Количество учебных дней	72
Количество часов в неделю	2
Количество часов на учебный год	18
Количество недель в I полугодии	17
Количество недель во II полугодии	19
Начало занятий	1 сентября
Окончание занятий	31 мая

Условия реализации программы

Материально – техническое обеспечение образовательной деятельности:

- наличие оптимальных условий и сценической площадки для реализации программы: светлый просторный кабинет, наличие достаточного места для проведения тренингов для развития актерского мастерства и разучивания специальных театральных и подвижных игр;

- тематическая подборка аудио и видеозаписей, презентации, интернет - ресурсы для занятий по дополнительной общеразвивающей программе «Я – Лидер!»;

- музыкальный центр;

- компьютер, флеш-карты, и др. носители информации.

Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования.

Методическое обеспечение программы:

Методы обучения:

Диагностические методы:

- анкетирование обучающихся и их родителей;
- системно-структурный анализ и проектирование;
- метод оценок.

Педагогические методы:

По источнику информации:

- словесные (рассказ, беседа, обсуждение);
- наглядные (наблюдение, демонстрация, просмотр фрагментов кинофильмов);
- практические (воспроизводящие и творческие упражнения, тренинги, выполнение творческих проектов);
- аналитические (сравнения и обобщения, развитие логического мышления);
- игровые (ролевые, деловые, творческие, подвижные и др.);

По способу усвоения:

- информационно-рецептивный;
- инструктивно-репродуктивный;
- проблемное изложение.

По способу деятельности педагога и ученика:

- методы устного изложения;
- работа обучающихся.

По дидактической цели:

- методы сообщения новых знаний;
- закрепления знаний;
- проверки и оценки знаний;
- применение знаний;
- повторение, контроль.

Метод мозгового штурма.

Метод «Консалтинга»

Метод проектов

Метод проблемного обучения.

Инновационные методы:

- метод обучения путем открытий, целью которого является углубление понимания материала и развитие самой способности к учению.
- методика продуктивных действий: придумать рассказ, предложение, ситуацию, иллюстрацию и т.д., то есть преобразить данный продукт в новый.

Педагогические технологии:

- личностно-ориентированные (развитие креативного мышления, коммуникативных компетенций) ;
- технология игры – путешествия (автор Кашелев С.С);
- технология встречных усилий;
- информационно-коммуникативная технология.

Одной из приоритетных задач дополнительной общеобразовательной программы «Я – Лидер!» является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения.

Ведущий принцип ***здоровьесберегающих образовательных технологий используемых в программе*** – учет личностных особенностей ребенка, индивидуальной логики его развития, учет детских интересов и предпочтений в содержании и видах деятельности в ходе воспитания и обучения.

Физкультурно – оздоровительные технологии, используемые в программе, направлены на физическое развитие и укрепление здоровья обучающихся.

Технологии обеспечения социально - психологического благополучия ребенка направлены на поддержание положительного психологического фона на занятиях.

Формы аттестации / контроля и оценочные материалы

Разработана система мониторинга, которая является инструментом оценки качества через определение результативности реализации общеобразовательной программы.

Поскольку образовательная деятельность в системе дополнительного образования предполагает не только обучение детей определенным знаниям, умениям и навыкам, но и развитие позитивных личностных качеств обучающихся, а в современном контексте – формирование базовых компетентностей, в качестве ***основополагающего подхода*** к оценке результативности реализации образовательной программы определен подход, ***сочетающий:***

- ***метапредметные результаты***
- ***отслеживание динамики личностного роста развития***
- ***уровень освоения предметной области программы***

В качестве методов диагностики детей используются:

- наблюдение (основной метод),
- диагностическая беседа,
- метод рефлексии,
- анкетирование.

Статическая обработка данных мониторинговых исследований осуществляется методами математической статистики и позволяет получить сравнительные результаты данных психолого-педагогической диагностики за конкретный временной период, например учебный год.

Список литературы

Нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998г. №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013г.)
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. №996-р)
4. Концепции развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022г. № 678-р)
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 19.11.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
6. Федеральный проект «Патриотическое воспитание»
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.08.2020г. №28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
8. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»
9. Устав МАУ НГО «Центр творчества», утвержденный приказом управления образования НГО от 20.02.2020г. № 89-Д
10. Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе Муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Центр творчества» Невьянского городского округа, утвержденное приказом директора № 28 – Д от 11.04.2022 года.

Литература, использованная при составлении программы

1. Барташникова И.А., Барташников А.А. Учись играя. Харьков: «ФОЛИО», 2010.
2. Беляускайте Р.Ф. Рисуночные пробы как средство диагностики развития личности ребенка. М., 2012.
3. Вачков В.И. Приключения во внутреннем мире. Психология для старшеклассников.-СПб.:2013.
4. Дубровина И.В. Руководство практического психолога. М.: «Академия»1995.
5. Коноваленко С.В. Развитие познавательной деятельности у детей. М.: «ГНОМ и Д», 2003.
6. Ключева Н.В. Учим детей общению. Я., 1996.
7. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий СПб.: Речь, 2005.
8. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие.- Самара.: Издательский дом «Бахрах-М», 2005.
9. Чистякова М.И. Психогимнастика. М., 2006.
10. Шишова Т.Л. Эмоционально развивающие игры и упражнения. М., 1997.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 527227426247742686294735902159890388589213147270

Владелец Баклыкова Светлана Викторовна

Действителен с 15.09.2025 по 15.09.2026