Комитет образования и науки администрации г. Новокузнецка
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Городской Дворец детского (юношеского) творчества имени Н.К. Крупской»

Грудинина Анастасия Евгеньевна

Подписано цифровой подписью: Грудинина Анастасия Евгеньевна
Дата: 2023.09.29 10:33:57 +07'00'

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «В СТРАНЕ ПОНИМАНИЯ»

Направленность: социально-гуманитарная
Возраст учащихся: 7 – 10лет
Срок реализации программы: 1 год

Разработчик:
Четвергова О.А.

Педагог дополнительного образования

Новокузнецкий городской округ, 2023 г.

Комитет образования и науки администрации г. Новокузнецка
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Городской Дворец детского (юношеского) творчества им. Н.К. Крупской»

РАССМОТРЕНА на заседании методического совета Протокол № 3 От 23.05.2023 г.	ПРИНЯТА на заседании педагогического совета Протокол № 3 от 30.05.2023 г.	УТВЕРЖДАЮ Директор Дворца детского (юношеского) творчества им. Н.К. Крупской _____ А.Е.Грудинина Приказ № 590 от 30.05.2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «В СТРАНЕ ПОНИМАНИЯ»

Направленность: социально-гуманитарная
Возраст учащихся: 7-10 лет
Срок реализации программы: 1 год

Разработчик:
Четвергова О.А
_____
Педагог дополнительного образования

Новокузнецкий городской округ, 2023 г.

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы психологической службы «В стране понимания» (далее Программа) - социально-гуманитарная.

Уровень освоения содержания программы: стартовый

Нормативно-правовое обеспечение разработки и реализации программы:

– Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года с последующими изменениями и дополнениями.

– Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р).

– Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

– Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 N 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 06.12.2019 N 56722).

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей, и молодежи».

– Приказ Министерства просвещения РФ от 2 декабря 2019 г. N 649 «Об утверждении Целевой модели цифровой образовательной среды».

– Письмо Министерства просвещения РФ от 19.03.2020 No ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»).

– 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».

– Приказ Департамента образования и науки Кемеровской области от 13.01.2023 № 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 молодежи Министерства образования, и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242).

– Устав муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования детей «Городской Дворец детского (юношеского) творчества им. Н.К. Крупской».

– Положение о порядке разработки, оформления и утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Городской Дворец детского (юношеского) творчества им. Н.К. Крупской».

Актуальность программы обусловлена запросом родителей учащихся, испытывающих трудности в обучении и в установлении контакта и взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

Актуальность данной проблемы возрастает в связи увеличением числа неуспевающих учащихся в начальной школе, которые по различным причинам оказываются не в состоянии за отведенное время и в необходимом объеме усвоить учебную программу.

Среди неуспевающих учащихся есть школьники с педагогической запущенностью, задержкой психического развития, неярко выраженными сенсорными, интеллектуальными, речевыми нарушениями, причинами которых являются остаточные поражения центральной нервной системы, минимальные мозговые дисфункции. Дети с задержкой психического развития составляют примерно 50% неуспевающих учащихся.

Эти учащиеся, наряду с неуспеваемостью, испытывают большие трудности в установлении контакта и взаимодействия со сверстниками и взрослыми. Не всегда находят выход из проблемной ситуации, что создает реальные трудности для их нормального развития, так как, не овладев основными умственными операциями и коммуникативными навыками, учащиеся не справляются с возрастающим объемом знаний и вследствие усугубляющихся трудностей на последующих этапах выпадают из процесса обучения и социализации в обществе.

В основе построения программы лежат теоретические обоснования выдающихся отечественных ученых и психологов: С.Д. Забрамной, Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, Д.Б. Эльконина, где личность рассматривается с точки зрения культурно-исторической педагогики развития.

Для развития самостоятельности учащихся в установлении контактов со сверстниками и их способности к социализации в условиях окружающей среды, разработан модуль «Доверие», что, несомненно, повышает актуальность программы.

Модуль «Доверие» осваивается учащимися в каникулярное или свободное время. В соответствие с запросами учащихся и родителей указанный модуль может быть заменен на другой.

Для социального развития учащихся имеет большое значение раннее знакомство с различными видами человеческой деятельности (детская профориентация). Профессиональное самоопределение взаимосвязано с развитием личности на всех возрастных этапах, поэтому дошкольный возраст рассматривается как подготовительный, в котором закладываются основы для профессионального самоопределения в будущем. С этой целью в содержание программы был включен раздел «Введение в мир профессии психолога», в котором рассказывается о профессии психолог, что, несомненно, повышает актуальность программы.

Игра – отражение жизни дошкольников. Большинство игр детей посвящено отражению труда людей разных профессий, поэтому наиболее целесообразно проводить работу по ранней профориентации дошкольников через организацию игровой деятельности.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что все занятия имеют гибкую структуру, разработанную с учетом возрастных особенностей и степени выраженности дефекта у учащихся. Занятия строятся на основе принципов интегрирования (включение элементов муз -, изо -, танцевально-двигательной терапии).

Выбор тематики занятий, которые включают в себя познавательный материал и элементы психотерапии, определяется характером нарушения развития и подбором наиболее адекватной тактики развивающей работы. Формы работы определяются целями занятий, для которых характерно сочетание как традиционных приемов и методов (фронтальные и индивидуальные занятия), так и инновационных (рисуночные тесты, рисование под музыку, игры с песком и др.). Отличие программы от уже существующих в том, что в нее включен модуль «Доверие».

Адресат программы: программа предназначена для работы с учащимися 7-10 лет с ОВЗ и учащимися, испытывающими трудности в обучении, адаптации и общении со сверстниками и по запросу родителей. При приёме в коллектив, учитывается желание учащихся без требований к предварительной подготовке и наличию специальных умений. Количественный состав группы 4 - 6 человек и индивидуально.

Объем и срок освоения программы: программа рассчитана на 1 год обучения. Общий объем по программе – 68 часов. В каникулы в связи с особенностями здоровья детей с ОВЗ, занятия не проводятся.

Формы обучения и форма организации обучения: очное, очно-заочное. Основной формой организации обучения является очное занятие.

Режим занятий: в неделю проводится 1 занятие по 2 часа каждое. Продолжительность одного занятия – 60 минут.

Цель программы: развитие интереса учащихся к самопознанию в процессе взаимодействия с взрослыми и сверстниками.

Задачи:

- формировать коммуникативные умения: слушать, договариваться, сочувствовать, сотрудничать;
- научить распознаванию основных эмоций и их проявлений;
- формировать уверенность в себе и доверие к окружающим;
- развивать нравственные качества детей (доброжелательность, чувство товарищества, вежливость).
- формировать представление о профессиях взрослых.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебно-тематический план

п/п	**Наименование разделов и тем программы**	**Количество часов**			**Форма контроля**
		Всего	**Теория**	**Практика**	
I. Образ «Я». Развитие самовосприятия и самоощущений		**16**	**4**	**12**	
	Знакомство	2	1	1	
	Все самое главное обо мне	6	1	5	
	Я и моя семья	6	2	4	Итоговое занятие
	Диагностика эмоциональной сферы, позиции общения, самооценки	2	0	2	
II. Общение со сверстниками и взрослыми		**18**	**8**	**10**	
	Чем я отличаюсь от других	4	2	2	
	Мои желания	4	2	2	
	Дружба	6	2	4	
	Я - вежливый	4	2	2	Итоговое занятие
III. Страна эмоций		**16**	**4**	**12**	
	Какие разные эмоции	8	2	6	
	«Возьми себя в руки»	8	2	6	Итоговое занятие
IV. Я –смелый!		**14**	**2**	**12**	
	Я могу!	5	1	4	

п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Волшебные превращения.	5	1	4	
	«Все в твоих руках»	2	0	2	Итоговое занятие
	Диагностика эмоциональной сферы, позиции общения, самооценки.	2	0	2	
V. Введение в мир профессии психолога		**4**	**2**	**2**	
	«Психология – знакомая незнакомка»	2	1	1	Рисунки
	«Расскажи о себе все самое хорошее»	2	1	1	Рисунки
Итого:		**68**	**20**	**48**	

Содержание учебно-тематического плана:

I. «Образ «Я». Развитие самовосприятия и самоощущений

1. Знакомство

Теория. Рассказ о Дворце творчества. Знакомство с правилами поведения на занятиях.

Практика. Экскурсия по Дворцу. Упражнения, направленные на эмоциональное сближение учащихся, знакомство. Упражнения – приветствия: «Ласковое имя», «Что я люблю, что я не люблю», «Цветные ладони», «Фейерверк», игра «Поменяйтесь местами».

2. Все самое главное обо мне.

Теория. Что я знаю о себе, о своем имени, о своем теле, о социальных ролях в обществе. Беседа: «Вот Я какой!». Познакомить детей с внешним строением тела человека, с возможностями его организма: «я умею бегать, прыгать, петь, смотреть, слушать, кушать, терпеть жару и холод, переносить боль, дышать, думать, помогать другим людям. Воспитывать чувство гордости, что «Я – человек»; вызвать интерес к дальнейшему познанию себя. Беседы на тему: «Кто, я какой – я?» Бывают ли люди, у которых нет имен? А для чего нужны имена? А кто еще имеет имена? Краткий пересказ отрывка из книги Э. Успенского «Крокодил Гена и его друзья».

Практика: Упражнения - приветствия «Здравствуй я рад тебя видеть», «Ласковое имя», «Доброе утро!». Упражнения: «Цветные ладони», «Поменяйтесь местами», «Узнай по голосу», «Мое настроение», «Зеркало», «Человек и тень». «Имена». Упражнения–прощания: «Я очень рад был тебя видеть…» Игры: «Эхо», «Угадай, кого не стало», «Его имя повтори». Рисование: «Автопортрет», «Мое имя», «Для чего нам нужно наше тело!» «Это - Я!».

3. Я и моя семья. Итоговое занятие

Теория. Знакомство с понятием семья, обязанности, родители, дети, социальные роли.

Беседа «Моя семья-радость» сформировать у детей представление о семье и своём месте в ней, знать, что в семье все заботятся и любят друг друга; Научиться понимать роль взрослого и ребёнка в семье, вызывать у ребёнка гордость за свою семью.

Практика: Упражнения и игры, направленные на осознание ребенком своего места в семье, на осознание себя как полноправного, принимаемого и любимого родными члена семьи, на развитие интереса к истории своей семьи: Упражнения – приветствия: «Здравствуй», «Мое настроение», «Верно — не верно!», «Недописанное предложение», «Море волнуется раз…», «От сердца к сердцу», «Помощница». Этюд «Любящие родители». Чтение стихотворения А. Барто «Помощница» Игры: «Мамины помощники»,

«Семейные праздники». Игры-упражнения: «Всё наоборот», Совместное сочинение сказки «Всё наоборот». Развлечение «Папа, мама и я - дружная семья». Рисование на тему: «Семейный портрет», «Когда я стану взрослым», «Любящие родители», «Семейные традиции», «Семейные праздники», «Я взрослый».

4. Диагностика.

Практика. Раздел включает организацию и проведение процедуры обследования детей с особенностями. Тест тревожности учащихся (В. Амен. и М. Дорки), коммуникативный тест (Методика «Рукавички» Г.А. Цукермана), метод наблюдения, анкетирование.

II. Общение со сверстниками и взрослыми

1. Чем я отличаюсь от других

Теория: Знакомство с понятием общение, виды общения, гендерные различия. Беседа «Мальчики и девочки, – какие мы?»

Практика: Игры и упражнения на общение и взаимодействие со сверстниками в соответствии с ролью», «Поменяйтесь местами», Упражнение «Чего на свете не бывает»

«Светофор», «Пингвины и акула». Рисование «Солнечный зайчик», «Подарок друг другу».

2. Мои желания.

Теория. Знакомство с понятием «желания». Представления о своих желаниях и возможных желаниях других людей. Беседа «Что такое желание?», «Что надо сделать для исполнения желаний?».

Практика. Знакомство с практическими приёмами вербально выражать собственные желания, эмоциональные состояния. Упражнение - приветствие: «Передай движение по кругу». Игры: «Возьми и передай», «Угадай мое желание». Рисование на тему: «Мое желание», «Подарок другу».

3. Дружба.

Теория. Понятие дружба, друг. Проявления дружбы. Беседа «Что такое дружба?». Данная беседа способствует закреплению и уточнению знаний детей о дружбе, способствует формированию представлений у детей о дружбе как важнейшей нравственной ценности. Вызывает желания детей иметь друзей.

Практика. Актуализация знаний о проявлениях дружбы в сказках, рассказах, мультфильмах. Викторина «Песни о дружбе». Упражнения направлены на установление положительных взаимоотношений со сверстниками, воспитание дружелюбия и отзывчивости: «Помоги другу», «Мой друг самый лучший», «Я люблю в тебе», «Как помочь?». Рисование на тему: «Я и мои друзья», «Дружба», коллективный рисунок «Необычное путешествие».

4. Я вежливый.

Теория. Знакомство с понятием «вежливость».

Беседа о вежливости, о вежливых людях, о нравственных качествах, уважении друг к другу.

Стихотворение С. Я. Маршака («Ежели вы вежливы»).

Ежели вы вежливы и к совести не глухи,
Вы место без протеста уступите старухе.
Ежели вы вежливы в душе, а не для виду,
В троллейбус вы поможете взобраться инвалиду
И ежели вы вежливы, поможете вы маме
И помощь ей предложите без просьбы - то есть сами.
И ежели вы вежливы, то в разговоре с тетей,
И с дедушкой, и с бабушкой вы их не перебьёте.
И ежели вы вежливы, тому, кто послабее,
Вы будете защитником, пред сильным не робея.
А какие вы знаете пословицы о вежливости?

Доброе слово – слаще меда.
Доброе слово согревает, дурное – огорчает.

Практика. Игры и упражнения, направленные на развитие у детей навыков совместной деятельности, понимания индивидуальных особенностей других людей; на формирование внимательного отношения к людям и друг другу: «Атомы», «Иголка и нитка», «Доброе животное», «Ласковые слова», «Ругаемся овощами», «Солнечные лучики», «Общая история», «Похвали друга», «Раскрась варежки». Этюд «Поссорились и помирились, «Встреча с другом». Игры: «Кто первый прыгнет в круг», «Два барана», «Эстафета дружбы».

Рисунок на тему: «Мои друзья», «Совместный рисунок», «Я - вежливый».

III. Страна эмоций.

1. Какие разные эмоции.

Теория. Понятие эмоции. Эмоции радости, удивления, страха, гнева. Понимание своих чувств и чувств других людей. Проявление эмоций социально-приемлемыми способами (словесными, творческими, физическими). Способы выражения гнева. Преодоление страха. Способы снятия мышечного и эмоционального напряжения. Беседы на тему: «Что такое радость, грусть, гнев?», «Рецепт правильной грусти». «Страх помогает или мешает?», «Когда ты боишься и что с этим делать?», «Радость», «Расскажи свой страх», «Гнев – это…».

Практика. Игры и упражнения, направленные на знакомство с эмоциями человека, опознавания своих эмоций и эмоциональных реакций окружающих, развитие умения адекватно выражать свои эмоции: «Мимическая гимнастика», «Кто как радуется», «Подарок другу», «Тренируем эмоции», «Мои страхи», «Толкание», «Прорви круг», «Маски», «Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся», «Делаем сюрприз», «Настроение и походка».

Работа с зеркалом. Пантомимические этюды. Упражнения: «Я был счастлив, когда…», «Любимое занятие», «Мама обнимает», «Рисование радости». Игра – «Путешествие в страну эмоций».

Рисование на темы: «Мое любимое настроение», «Я тебя больше не боюсь!», «Нарисуй свой страх», «Средство от страха». Рисунок «Лицо Маши».

2. Обобщающее занятие по разделу эмоции «Возьми себя в руки».

Теория. Что такое обида. Когда мы обижаемся. Способы оказания помощи обиженному сверстнику. Понятие: плохие (отрицательные) эмоции. Что такое злость? Почему мы злимся? Как выглядит человек, который злится.

Практика. Психогимнастика: освоение пантомимических средств выражения эмоции и ее названия, умения управлять эмоцией злости в играх. Игры-упражнения: «Снежинки», «Море волнуется раз», «Снежки». Сюжетно - ролевая игра: «Путешествие на корабле», игра – упражнение «Бинокль», составление карты из частей, поиск клада по «Карте с сокровищами». Релаксация.

IV. Я – смелый!

1. Я могу!

Теория. Знакомство с понятием «Самооценка». Роль самооценки в жизни человека. Беседа: «Сегодня – побеждённый, завтра – победитель (Капитан)». Рассказ о спортсменах и знаменитых людях, которые, прежде чем прославиться, испытали горечь поражений. Недостатки и достоинства. Достижения детей. Притча: «Все в твоих руках».

Практика. Упражнения и игры, направленные на формирование адекватной самооценки: «Танец», «Комплименты», «Принц и принцесса», «Мои недостатки и достоинства», «Сказочная шкатулка».

Рисование на тему «Волшебные зеркала», «Я капитан», «Если бы у меня была волшебная палочка…».

2. Волшебные превращения.

Теория. Знакомство с понятием: «уверенность», «мои ценности», «что такое хорошо, что такое плохо?», «доброта», «честность».

Беседы темы: «Когда я был маленьким», «Как выглядит уверенный человек?», Упражнение «Скульптура уверенного и неуверенного человека».

Практика. Упражнения, направленные на развитие волевых качеств личности, отработку умений регулировать свое поведение. Упражнения-приветствия: «Солнечный зайчик», «Волшебная палочка», «Не шевелись», «Шалтай-болтай», «Секретное слово», «Репка». Игры: «Взаимоотношения», «Передай по кругу». Этюд «Цветок».

Рисование на тему: «Цветик - семицветик», «Уверенность», «Я маленький и я сейчас», «Когда я буду взрослым», «Мир, в котором я живу».

3. Итоговое занятие: «Все в твоих руках».

Практика. Закрепление знаний и умений, направленных на позитивную социализацию учащихся.

4. Диагностика повторная.

Практика. Раздел включает организацию и проведение процедуры обследования детей с особенностями.

Тест тревожности учащихся (В. Амен. и М. Дорки), коммуникативный тест (Методика «Рукавички» Г.А. Цукермана), наблюдения, анкетирование.

II. Введение в мир профессии психолога

1. «Психология – знакомая незнакомка».

Практика: Упражнение-приветствие. Дети по кругу приветствуют друг друга, обращаясь к соседу, называя его положительное качество.

Упражнение: «И я», Ведущий называет качества характера, а те, кому они присущи .произносят : «И я».

Теория: Знакомство с понятием «Наука психология». Представления о психологии, как о науке и ее месте в жизни человека.

Беседа: «Что изучает наука психология?» Чем занимается психолог? Психолог занимается поиском ответов на интереснейшие вопросы о том, почему человек ведет себя так, а не иначе, почему он к одному стремится, а другое отвергает, почему счастлив или несчаст-лив, как управлять собой, своим настроением и быть эффективным в общении с другими. Почему-то большинство людей считают психолога специалистом, который работает с не совсем нормальными людьми. Смущает приставка психо….. Между тем, слово это (псю-хе), в переводе означает душа. Исходя из этого – психолог – человек, изучающий душу. Сразу поясним, что разница между психологом и психиатром в том, что психолог изучает и работает с нормальными случаями, а психиатр, как раз таки изучает и лечит отклоне-ния.

Психолог занимается поиском ответов на интереснейшие
вопросы о том:

- почему человек ведет себя так, а не иначе
- почему он к одному стремится, а другое отвергает
- почему счастлив или несчастлив
- как управлять собой и быть умелым в общении с другими

Игра: «Я Дрозд, и ты Дрозд…».

Все игроки разбиваются по парам (можно рассчитаться на «первый - второй»), встают друг к другу лицом. Произносят детский стишок и сопровождают его показом движений. Игра повторяется 2-3 раза.

Я Дрозд (ладонь на себя в области груди), и ты Дрозд (ладонь на партнера в области гру-ди).

У меня - нос (прикасаются рукой к своему носу), у тебя – нос (прикасаются к носу парт-нера).

У меня - пара рук (каждый игрок хлопает в ладоши), у тебя – пара рук (своими ладонями игрок касается противоположно ладоней партнера).

Я твой друг (рукопожатие правыми руками), и ты мой друг (рукопожатие левыми рука-ми).

Прощание. Солнышко.

Рисование: Мое настроение.

2. «Расскажи о себе все самое хорошее»

Практика: Упражнение-приветствие. «Меня зовут …, и я умею делать так…». Дети вместе с психологом встают в круг лицом друг к другу. По очереди (например, по направлению движения часовой стрелки) каждый участник называет свое имя и показывает любое движение, произнося при этом фразу: «Меня зовут …, и я умею делать так…». Например, «Меня зовут Галя, и я умею делать так (подпрыгиваю на одной ноге)». Все игроки повторяют вместе вслух: «Тебя зовут …, и ты умеешь делать так…». Далее право называть свое имя и показывать движение переходит к следующему игроку.

Упражнение – разминка: «Волшебный ветерок» Выбирается один «волшебник», который превращает остальных участников в ветер – «злой; осенний; теплый, ласковый; летний ветер

Игра: «Изобрази отгадку». Ведущий загадывает загадку, а участники изображают отгадку.

Теория: Как помогает психолог? У психолога нет волшебной палочки, нет волшебных таблеток, которые бы всё исправили. Психолог помогает словом: задает вопросы, расска-зывает ситуации из жизни и литературных произведений. А еще на занятиях с психоло-гом можно играть друг с другом, играть в куклы, рисовать на бумаге или на песке, ста-вить спектакли, слушать сказки или музыку, рассматривать картинки и прочее. Главное: психолог не решает за вас ваши трудности (проблемы). Он помогает вам САМИМ с ними справиться.

Психолог помогает обрести спокойствие на душе (на сердце, внутри себя).

Тем, кто грустит, психолог помогает стать веселым. Тем, кто боится – стать смелым. Тем, кто беспокоится – стать спокойным, уверенным. Тем, кто злится – стать добрым, умею-щим прощать и т.д.

Практика: Игра: «Пчелка, пчелка, дай мне мёду» (подобие игры «Царевна Несмеяна»).

Игроки остаются в парах. «Первые номера» стараются рассмешить «вторых», произнося одну и ту же фразу «Пчелка, пчелка, дай мне мёду» с разными интонациями и показом всевозможных гримас. Игра заканчивается, когда «вторые номера» улыбнутся (более сложный вариант - засмеются). Главное условие: прикасаться друг к другу нельзя. Затем игроки могут поменяться ролями.

Игра: «Лево – право – два хлопка» (на внимание и координацию движений)

Дети сначала медленно, а затем, ускоряя темп, произносят фразу и показывают движения. Стоя, ноги на ширине плеч, поднимают поочередно руки вверх, а затем опускают их в указанной последовательности.

Лево, право (руки поочередно на пояс слева и справа)

Лево, право (руки поочередно на плечи слева и справа)

Лево, право (руки поочередно вверх над головой слева и справа)

Два хлопка (два раза хлопнуть в ладоши руками над головой)

Право, лево (руки поочередно на плечи справа и слева)

Право, лево (руки поочередно на пояс справа и слева).

Право, лево (руки поочередно опускаются вниз вдоль туловища справа и слева).

Два хлопка (два раза хлопнуть руками по бедрам).

Игры пальчиковые («Колокольчик», «Крокодил», «Мышка»).

Детям предлагается повторить постановку и движения пальцев рук.

«Колокольчик» - кисти рук переплетены в «замок» ладонями внутрь. Средний палец одной руки опускается вниз между ладонями. Имитируя «язычок» колокольчика, двигается влево - вправо.

«Крокодил» - пальцы на кисти одной руки расположены следующим образом: средний и безымянный выпрямлены в одной плоскости с кистью, указательный и мизинец, имити-руя глаза крокодила, поджаты к основанию пальцев. Большой палец,

имитируя пасть крокодила, прижимается к ладони. Позицию пальцев можно воспроизвести и на кисти другой руки.

«Мышка» - то же, что и «крокодил», только средний, безымянный и большой пальцы, со-единяются друг с другом, имитируя мордочку мышки. Глазки крокодила теперь «превращаются» в ушки мышки.

Игра: «Что изменилось?» (на зрительную память)

5 учащихся встают в любую позу и замирают, остальные запоминают и отворачиваются. Затем два других ребенка (ведущих) меняют позу. Ребята поворачиваются и называют, что изменилось в позе, одежде и пр. Игра повторяется 3-4 раза.

Релаксационное упражнение: «Черепашки».

Дети изображают черепашек, которые то растягиваются на солнышке, выползая из своего панциря, то прячутся в него, прижимая к себе руки, ноги, голову. Напряжение чередуется с расслаблением.

Рисование: Мое увлечение. Что у меня получается делать хорошо!

Прощание: «Солнышко».

Планируемые результаты программы:

- у учащиеся будут сформированы умения слушать, договариваться, сочувствовать и сотрудничать друг с другом и с взрослыми;
- учащиеся будут знать, и распознавать основные эмоции и их проявления;
- учащиеся смогут демонстрировать уверенность в себе и доверие к окружающим на занятиях и в быту;
- учащиеся будут проявлять на занятиях и в самостоятельной работе доброжелательность, чувство товарищества, вежливость.
- учащиеся будут владеть представлением о профессии психолог.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график

	Год обучения	Объем учебных часов	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Режим работы
	1	68	34	34	2

Условия реализации программы. Для реализации программы необходим отдельный учебный кабинет, оснащенный мебелью, мягким покрытием, в котором дети могут свободно передвигаться и располагаться в кругу, кабинет с сенсорным оборудованием, а также специальные дидактические материалы.

Программу реализует педагог дополнительного образования.

Материально – техническое обеспечение: кабинет на 6 рабочих мест (ученические столы, стулья), светлое, просторное и хорошо проветриваемое помещение, соответствующее санитарно – гигиеническим требованиям; ноутбук; мольберт, или учебная доска; изобразительные средства: кисти, гуашь, бумага цветная, гофрированная, ватман, цветной картон, белый картон, карандаши цветные, мелки восковые, песок, пластилин.

Дидактическое обеспечение: в процессе реализации программы широко применяются: психолого-педагогическая литература по работе с учащимися с ОВЗ, иллюстрации, фотографии, электронные презентации, что повышает мотивацию учащихся к занятиям, развивает их познавательную активность.

Для повышения качества и результативности реализации программы используются дидактические материалы: наборы фотографий с изображением эмоциональных состояний, конструкторы, маски (животных, сказочных персонажей); куклы; зеркала; природный материал.

Формы аттестации: промежуточная, итоговая.

Мониторинг реализации программы осуществляется на специально запланированных занятиях в форме тестирования. По результатам корректируются методы и приемы работы, которые позволяют осуществить дальнейшее продвижение в индивидуальном развитии учащихся. В конце года проводится сравнительный анализ результатов и отмечается наличие динамики в развитии учащихся. Наряду с диагностикой в течение учебного года предусмотрены итоговые занятия, проводимые в конце изучения каждого раздела в форме диагностических коллективных игр, направленных на выявление отношения к себе самому и другим.

Оценочные материалы. В качестве основных форм отслеживания результатов используются тесты, результаты которых фиксируются в таблицах. Основными формами предъявления и демонстрации образовательных результатов являются - фотоотчёт, рисунки, поделки, итоговые занятия по разделам.

Методические материалы.

Учитывая, что программа разработана для учащихся, испытывающих разные трудности, в качестве основных методов обучения используются: словесный - беседа, объяснение; наглядный - показ; практический - игры-упражнения, объяснительно-иллюстративный, частично - поисковый.

Беседа используется на каждом занятии. Одним из правил на занятии является высказывание участников по окончании отдельного упражнения и в конце занятия. Это позволяет педагогу выявить моменты, в которых учащиеся чувствуют затруднения, эмоциональные переживания и оказать помощь.

При проведении занятий необходимо создать условия эмоционального комфорта и положительной поддержки деятельности учащихся, поэтому основные методы обучения на занятиях - это поощрения и ситуации успеха.

На протяжении занятия педагог способствует развитию рефлексии поведения и деятельности учащихся, с опорой на положительные моменты, привлекает внимание к условиям, благодаря которым удалось достичь положительного результата. Поощрение осуществляется, как непосредственно педагогом, так и учащимися.

Программой предусмотрено использование элементов технологий коллективно - творческой деятельности и элементов технологии решения изобретательских задач. В рамках данной программы педагогом используются этапы коллективной творческой деятельности: постановка цели, планирование, распределения ролей и обязанностей, подведение результатов. Учитывая возраст учащихся, педагог создаёт условия, активизирующие их деятельность на каждом этапе. При подведении результатов в процессе обсуждения педагог помогает выделить наиболее удачные стороны, причины достижения положительных результатов, моментов, которые не удовлетворили учащихся и путей достижения желаемого результата.

Технология решения изобретательских задач, направлена на выявление противоречивых свойств предметов и явлений и разрешение этих противоречий, обучение решению творческих изобретательных задач. В качестве отдельных элементов данной технологии в программе используются задания, направленные на поиск нетрадиционного варианта развития события, нестандартные варианты использования обычных предметов.

Здоровьесберегающие технологии включают в себя подвижные и спортивные игры - как часть занятия игры малой, средней и высокой степени подвижности. Игры подбираются в соответствии с возрастом, местом и временем ее проведения.

Элементы Арт-терапии предполагают создание безопасных условий, способствующих самовыражению и спонтанной активности школьников, вызывают новые способы активности и помогают их закрепить, позволяют также выразить свое состояние через рисунок, сказку, игру.

Элементы релаксации - в любом подходящем помещении, в зависимости от состояния учащихся и целей, педагог определяет интенсивность технологии. Для данной возрастной группы можно использовать спокойную классическую музыку и звуки

природы.

Для самостоятельной работы учащихся в каникулярное и свободное от занятий время разработан дополнительный модуль «Доверие».

Руководство для учащихся по работе с модулем.

Дорогой друг!

Если в процессе общения со сверстниками и взрослыми, ты испытываешь желание поделиться с кем-то своими мыслями и суждениями, но при этом не уверен, что тебя услышат и поймут, то предлагаем пройти наш модуль «Доверие», который поможет тебе в установлении доверительных отношений с окружающими.

Для этого ознакомься с основными понятиями по указанным ссылкам и выполни упражнения. Работу по модулю выполняй последовательно от темы к теме в соответствии с заданиями. Если будешь испытывать затруднения по содержанию заданий и упражнений, повтори предыдущий материал. Обязательно отвечай на вопросы, прояви настойчивость, и результат обязательно будет!

МОДУЛЬ «ДОВЕРИЕ»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Некоторым учащимся затруднительно освоение навыков самопознания в процессе общения и взаимодействия с взрослыми и сверстниками на занятиях, так как у них, в силу разных причин, недостаточно сформировано базовое доверие к миру и людям. Исходя из их личных потребностей, разработан и включен в программу модуль «Доверие».

Понятие доверия включает наличие искренних, открытых взаимоотношений и уверенность в том, что другой человек настроен благожелательно и будет проявлять честность, верность и добропорядочность. То есть полное доверие — это устойчивое мнение о том, что человек не проявит себя с негативной стороны, не причинит зла и не обманет. Доверие — обязательный компонент дружеских или романтических отношений. Поэтому так важно осознавать, что, взаимодействуя с окружающими, ты можешь вызывать доверие и доверять другим.

Объем модуля: 8 часов.

Особенности организации работы учащихся: в каникулярное или свободное время в школе или дома, в условиях карантина, отмены очных занятий по погодным условиям и иным причинам, модуль может реализовываться учащимися самостоятельно и в паре со взрослым или сверстниками, с использованием дистанционных технологий: электронной почты, мессенджеров WhatsApp, Skype, Viber, социальные медиа: ВК.

Форма контроля и оценки результатов: итоговое занятие

СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ

Учебно-тематический план

п/п	**Наименование разделов и тем программы**	**Количество часов**			**Форма контроля**
		Всего	**Теория**	**Практика**	
	I. Доверие:	**8**	**3**	**5**	
1.	Знакомство с понятием «Доверие»	2	1	1	
2.	Доверие и недоверие к себе	2	1	1	
3.	Как научиться доверять миру и людям.	2	1	1	
4.	Игры и упражнения на доверие	2	0	2	Итоговое занятие

Содержание учебно-тематического плана

Доверие

1. Знакомство с понятием «Доверие».

Теория: (смотри ссылки)

https://pediatrinfo.ru/wp content/uploads/7/2/9/7290d843bf03b255e40511a5ad354b2d.jpeg
https://present5.com/presentacii/20170505/28-doverie.pptx_images/28-doverie.pptx_6.jpg
https://alfagym.ru/wp-content/uploads/7/2/f/72f86fbe5a60046491159e1eec36bc7d.jpeg

Вопросы:1. Объясни, как ты понимаешь, что такое доверие?

Практика: Упражнения и игры, направленные на формирование доверия:

«Прогулка с доверием»

Найди себе пару. В каждой паре один человек "турист" (ведомый), а второй – "компас" (ведущий). "Турист" закрывает (или ему завязывают) глаза, а "компас" становится сзади него и кладет ему руки на плечи. Задача "туриста" – передвигаться по холлу (можно расставить стулья, как на полосе препятствий), задача "компаса" – направлять его движение. Главное – поддерживать друг друга до окончания движения.

«Копилка добрых слов».

Назови как можно больше добрых слов на букву «Д». Если возникают сложности, можно на любую букву. В заключении пожми себя за руки и обними себя.

2. «Доверие и недоверие себе»

Теория: Знакомство с понятием
http://900igr.net/up/datas/88937/003.jpghttps://present5.com/docs/lect_16_2010_non_ver_images/lect_16_2010_non_ver_23.jpg

Вопросы: Ты себе доверяешь? Что из перечисленного к недоверию относится к тебе?

Практика: Игры и упражнения, направленные на самооценку степени доверия себе

«Каждый человек может быть королем своих чувств».

Положите руку на сердце, друзья, и повторяйте за мной.
Мое сердце наполнено любовью и доверием!
Я буду заботиться о себе и близких людях!
Я буду помогать создавать хорошее настроение!
Я имею силы на свершение добрых дел!
Я умею прощать тех, кто обидел!
Я король своих чувств! Затем встань, обними себя и произнеси: Я доверяю себе!
«Рисуем на ладошке «(пройди по ссылке)

https://myslide.ru/documents_7/28ec25fb7c8cb5bded33b60c78349c94/img5.jpg

5. Как научиться доверять миру и людям.

Теория: Знакомство с понятием доверия миру, людям

https://catchsuccess.ru/wpcontent/uploads/e/6/7/e672d0b620848f0c1dbcb796dbe21075.jpeg

https://alfagym.ru/wp-content/uploads/7/2/f/72f86fbe5a60046491159e1eec36bc7d.jpeg

Вопросы:

1. Кто эти люди, которым ты доверяешь?
2. Что означает для тебя доверие к миру?

Практика: игры и упражнения на формирование доверительных отношений с миром и людьми

«Произнеси по- разному» http://900igr.net/up/datas/200924/004.jpg
«Это – Я» http://pl-133.ucoz.ru/dokument2020/Moy_kharakter.jpg

4. Итоговое занятие: Игры и упражнения на доверие

«Совместная импровизация» игру можно провести с одноклассниками, родственниками или взрослыми.

Найти себе пару, встать друг напротив друга на расстоянии руки, ступни они держат вместе – эту позицию они должны сохранять на протяжении всего упражнения.

Оба участника медленно отклоняются назад. Прежде чем кто-либо из них потеряет равновесие, они протягивают вперед руки и удерживают друг друга. Теперь каждый

осторожно тянет другого на себя, пока оба опять не встают в исходную позицию, а затем снова отпускают руки и т. д.

Затем участники могут попробовать держать друг друга за запястья, предплечья, локти или пальцы, а в конце медленный танец – в ритме, который они сами выберут. Иногда они танцуют, держась обеими руками, иногда одной.

Вопросы:

• Уверенно ли они чувствовали себя друг с другом?
• Нашли ли они общий ритм?
• Возникла ли между ними атмосфера взаимопонимания?
• Что они чувствовали, когда откидывались назад?
• О чем при этом думали?

«Релаксация:»

https://1.bp.blogspot.com/xWYZd30Cv3s/XpLd61aDDSI/AAAAAAAAAOc/Fu6DQv6zG8gM53_y3m27DLgQyqsEVb-OgCLcBGAsYHQ/s1600/hello_html_167012a8.jpg

План воспитательной работы

	Дела, события, мероприятия	Место проведения	Время проведения	Ответственные
«Воспитываем, создавая и сохраняя традиции»				
1.	День открытых дверей для родителей и учащихся	МБОУ ГДД(ю)Т им. Н.К. Крупской	сентябрь	педагоги психологи
2.	Праздничное мероприятие «Знакомство»	Дворец творчества школа	сентябрь	педагоги психологи
3.	Онлайн-выставка рисунков - поздравлений для мам и пап.	Социальные сети.	Февраль март	педагоги психологи
«Воспитываем социальную активность»				
1.	Акция « Подари цветы для мамы»	школа	26.11	педагоги
2.	День психологического здоровья для взрослых и детей.	Школа МБОУ ГДД(ю)Т им. Н.К. Крупской	июнь	педагоги психологи
«Я- Кузбассовец!»				
1.	Большая психологическая игра. «Кем я стану, когда выросту»	школа	февраль	педагоги психологи
2.	Моя любимая улица нашего города (рисунки детей)	МБОУ ГДД(ю)Т им. Н.К. Крупской	апрель	педагоги психологи
«Воспитываем вместе»				
1.	Открытые занятия для родителей по темам программы.	школа	ноябрь	педагоги психологи
2.	Почта доверия для родителей «Откровенно говоря»	школа МБОУ ГДД(ю)Т им. Н.К. Крупской	январь	педагоги психологи
3.	Тренинг детско-родительский «Связующая нить»	школа МБОУ ГДД(ю)Т им. Н.К. Крупской	В течение года по запросу	педагоги психологи
	Выставка фотографий на	Социальные сети.	апрель	педагоги

4.	тему «Семейные радости»	МБОУ ГДД(ю)Т им. Н.К. Крупской		
5.	Творческие проекты родителей и детей на тему: «Волшебный мир глазами взрослых и детей»	школа МБОУ ГДД(ю)Т им. Н.К. Крупской	декабрь	педагоги психологи
6.	Индивидуальные консультации родителей по вопросам развития и воспитания детей	МБОУ ГДД(ю)Т им. Н.К. Крупской	В течение года	педагоги психологи

Список использованной литературы:

Бережковская, Е., Кравцова, Е. Ребенок как целостность. Новые подходы к определению уровня психического развития дошкольника [Текст] / Е. Бережковская, Е. Кравцова // Школьный психолог. – 2005. - №05.

Бурмистрова, Е., Косолапова Л. Метод быстрого снятия сильного эмоционального и физического напряжения / Е. Бурмистрова, Л. Косолапова // Школьный психолог. - 2004г. - №37. - с. 10.

Вологодина, Н.В. Сказкотерапия, или как стать победителем [Текст] / Н.В. Вологодина. – Ростов н/Д.: Феникс, 2006. – 256с. – 5000 экз. – ISBN 5-222-08037-1.

Грецов, А.Г. Психологические игры [Текст] / А.Г. Грецов, Т.А. Бедарева. – СПб.: Питер, 2002. – 190с. – Библиогр.: с. 188-189. – 5000экз. – ISBN 978-5-91180-753-5.

Забрамная, С.Д. Психолого-педагогическая диагностика умственного развития детей. – Москва: Просвещение:Владос. – 1995. – 112с. –ISBN 5-09-004905-X.

Иванова, О. Играем в школу [Текст] / О. Иванова // Школьный психолог. – 2008. - №16.

Колесникова, Г.И.Справочник детского психолога [Текст] / Г.И. Колесникова. - Ростов-н/Д: Феникс. – 2010. – 348 с. – 3000 экз. ISBN 978-5-222-17242-1.

Стебленко, С.А. Маленький лидер [Текст] / С. А. Стебленко. – Ростов-н/Д: Феникс. – 2011. – 219 с. – 3000 экз. ISBN 978-5-222-17592-7.

Соловьева, Н. Какая она, школа? [Текст] / Н. Соловьева // Школьный психолог. – 2010. - №11.

Шмаков, С.А. Игры, развивающие психические качества личности школьника [Текст]: методическое пособие / С.А. Шмаков. – М.: ЦГК, 2004. – 112с. – 5000 экз. – ISBN 5-94916-023-1.

Фопель, К. С.Как научить детей сотрудничать. Психологические игры и упражнения [Текст]: практическое пособие для педагогов и психологов / К.С. Фопель. – М.: Педагогика, 2001. – 153с. – Библиогр.: с. 150-152. – 200 экз. - ISBN 5-91674-043-3.

Фопель, К.С. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения [Текст]: практическое пособие для педагогов и психологов / К.С. Фопель. – М.: Педагогика, 2001. – 234с. – Библиогр.: с. 230-232. – 200 экз. - ISBN 5-468-01348-3.