ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЛИЦЕЙ №144 КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБОУ лицея №144
Калининского района Санкт-Петербурга
Протокол от 23.06.2026 г. № 11

УТВЕРЖДЕНА
Приказом от 23.06. 2026 г. №40
директор ГБОУ лицея №144
Калининского района Санкт-Петербурга
_____ / Федорова Л. А. /

Дополнительная общеразвивающая программа «Инсайт»

Срок освоения: 36 академических часов
Возраст обучающихся: 6-9 лет

Разработчик программы:
Яковченко Екатерина Николаевна,
педагог дополнительного образования

ГБОУ лицей № 144
Калининского района
Санкт-Петербурга
Подписано электронной подписью
01.09.2026 11:37
директор
Федорова Лолита Анатольевна
7804140160-15-1792572262-20261021-293-3-1144-22

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность.

Данная программа имеет *социально-гуманитарную направленность*.

Адресат программы.

По данной программе могут обучаться как мальчики, так и девочки. Возраст 6-9 лет.

Актуальность программы.

Обоснование необходимости реализации данной программы с точки зрения современности и социальной значимости и состоит в том, чтобы отвечать потребностям и запросам современных детей и их родителей, быть ориентированной на эффективное решение задач и актуальных проблем современного ребенка, соответствовать государственной политике в области дополнительного образования и социальному заказу общества. Программа создает необходимые условия для личностного развития учащихся, позитивной адаптации и социализации учащихся, способствует формированию и развитию творческих и коммуникативных способностей.

Уровень освоения программы – общекультурный.

Объем и срок освоения программы.

Общее количество учебных часов – 36 часов (1 раз в неделю по 1 акад. часу).

Цель.

Создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, социализации и адаптации обучающихся.

Задачи.

- обучающие: в ходе освоения программы учащийся получит представления о личностных особенностях, о формах межличностного взаимодействия, получит информацию о работе высших психических функций и их тренировке.
- развивающие: в ходе освоения программы учащийся разовьет коммуникативные и творческие навыки, научится использовать различные формы поведения в зависимости от ситуации.
- воспитательные: формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, ответственное поведение, уважительное отношение к себе и окружающим;

Планируемые результаты освоения программы.

Личностные результаты

- осознание и преодоление негативных проявлений в привычках и манерах поведения учащихся;
- воспитание у учащихся эмоционально-ценностного отношения к человеку, развитию, активности, творчеству, психологической культуре, познанию, здоровью;
- формирование навыков саморегуляции.

Метапредметные результаты

- развитие представлений о ценности другого человека и себя самого, доверия к окружающим, эмоционального интеллекта;
- развитие коммуникативных навыков, вариативности моделей поведения;
- позитивное развитие мотивов межличностных отношений;

Предметные результаты

- изучение различных видов эмоций, мотивов межличностных отношений, личностных особенностей;
- усвоение способов разрешения конфликтов;
- усвоение форм поведения необходимых при переходе в «среднее звено».

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Язык реализации программы: *русский*
Форма обучения: *очная*
Особенности реализации программы:
Особенностью программы является реализация ее воспитательного потенциала. В программу включены мероприятия:

1. Направленные на развитие гражданской активности и ответственного поведения (беседы, выставки рисунков по социальным темам).
2. Направленные на здоровьесбережение учащихся (применение здоровьесберегающих технологий, беседы по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни);
3. Направленные на профориентацию (беседы о профессиях, подготовка проектов по профессиям).

Программа включает в себя 7 модулей, направленных на развитие личности и успешной социальной адаптации обучающихся
Модуль 1. Личностные особенности;
Модуль 2. Коммуникативная сфера;
Модуль 3. Межличностные отношения;
Модуль 4. Эмоционально-волевая сфера;
Модуль 5. Психические функции;
Модуль 6. Ответственное поведение;
Модуль 7. Ранняя профориентация.

Условия набора в коллектив: принимаются все желающие
Условия формирования групп: группы формируются одновозрастные
Количество обучающихся в группе: не менее 15 человек
Особенности организации образовательного процесса: Программа включает в себя 7 модулей, которые буду изучаться в течение года. В содержание программы включены проективные методики, ролевые игры, просмотр анимационных фильмов с их последующим обсуждением, творческие занятия, а так же цикл занятий на развитие психических функций (мышление, память, внимание), использование настольных и подвижных игр. Многие занятия заканчиваются созданием «итогового продукта»: памятки, плаката, коллажа.

Формы организации занятий
Занятия в объединениях могут проводиться по группам и всем составом объединения.
Программой могут предусматриваться как аудиторные, так и внеаудиторные, в т.ч. самостоятельные, занятия, которые проводятся по группам или индивидуально.
Аудиторные занятия – занятия в пределах учебного класса, задания выполняются под непосредственным руководством педагога. Внеаудиторные - занятия, проводимые вне стен образовательной организации (выезды, походы, экскурсии, квесты, и т.п.) как под руководством педагога, так и без его непосредственного участия (самостоятельная работа над проектами, подготовкой к конкурсам и другим образовательным мероприятиям), но по разработанному педагогом заданию.

Формы проведения занятий

Основной формой организации деятельности в дополнительном образовании является учебное занятие. Оно может быть построено как традиционно, так могут быть использованы и другие формы: игровые упражнения, просмотр и анализ анимационных фильмов, мастер-классы, занятия с использованием световой песочницы, выставки, конкурсы.
Занятия строятся с использованием следующих форм и методов:

- беседа, дискуссия, групповые обсуждения;
- упражнения на развитие психических функций (память, внимание, мышление).
- практические занятия с элементами игр и игровых элементов, дидактических и раздаточных материалов;
- игры, арт-терапия;
- освоение приемов саморегуляции;
- анализ и просмотр видеоматериалов, рисунков.

Формы организации деятельности учащихся: на занятии используются следующие виды деятельности:

• фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение и т.п.);

• групповая: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в малых группах, в т.ч. в парах, для выполнения определенных задач; задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося (группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности);

• коллективная: организация проблемно-поискового или творческого взаимодействия между всеми детьми одновременно (создание коллективного плаката, коллажа.);

Материально-техническое оснащение программы

Оснащение	Кол-во
Рабочий кабинет	1
Персональный компьютер	1
Проектор	1
Световая песочница	1
Рабочие столы	По числу участников
Канцелярские принадлежности (бумага, карандаши, краски).	

Кадровое обеспечение: Занятия по программе ведёт педагог, обладающий достаточным опытом работы с детьми

Учебный план

№	тема	всего	практика	теория	Формы контроля/аттестации
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ и ОТ	1	-	1	беседа
2.	Личностные особенности	5	4	1	беседа
3.	Коммуникативная сфера	5	4	1	беседа
4.	Сотрудничество.	2	1	1	беседа

	Разрешение конфликтов				
5.	Эмоционально-волевая сфера	6	5	1	выполнение практических заданий
6	Психические функции	7	5	2	выполнение практических заданий
7	Ответственное поведение	7	5	2	презентация проектов
8	Ранняя профориентация	2	1	1	тестовое задание
9.	Итоговое занятие	1	1	-	Беседа, создание плаката

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Особенности организации образовательного процесса.

Программа включает в себя 7 модулей, которые буду изучаться в течение года. В содержание программы включены проективные методики, ролевые игры, блок теоретической информации по психологии, просмотр видеофильмов с их последующим обсуждением, а также элементы психогимнастики, творческие занятия, а так же цикл занятий на развитие психических функций (мышление, память, внимание). Многие занятия заканчиваются созданием «итогового продукта»: памятки, плаката, коллажа.

Цель.

Создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, социализации и адаптации обучающихся; формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;

Задачи.

- обучающие: в ходе освоения программы учащийся получит представления о личностных особенностях, о формах межличностного взаимодействия, получит информацию о работе высших психических функций и их тренировке.
- развивающие: в ходе освоения программы учащийся разовьет коммуникативные и творческие навыки, научится использовать различные формы поведения в зависимости от ситуации.
- воспитательные: формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, ответственное поведение, уважительное отношение к себе и окружающим;

Содержание
ДОП «Инсайт»

Тема 1. Вводное занятие

Теория. Информация о занятиях. Знакомство. Вводный инструктаж по технике безопасности. Правила группы

Практика. Знакомство. Установление контакта, творческие упражнения.

Тема 2. Личностные особенности

Теория. Что такое личностные особенности. Характер, темперамент, личностные качества.

Практика. Формирование положительной «Я – концепции». Упражнения на понимание собственных особенностей.

Тема 3. Коммуникативная сфера
Теория. Понятие «Общения», его виды. Секреты общения
Практика. Отработка навыков вербального и невербального общения. Развитие умений понимать собеседника, устанавливать конструктивный диалог.

Тема 4. Сотрудничество. Разрешение конфликтов
Теория. Конфликты, их природа. Способы разрешения конфликтных ситуаций
Практика. Моделирование ситуации, отработка навыков разрешения конфликтных ситуаций. Выполнение упражнений на взаимодействие, командообразование.

Тема 5. Эмоционально-волевая сфера
Теория. «Мир эмоций». Изучение различных видов эмоций. Понятие «Воля», приемы саморегуляции.
Практика. Отработка навыков понимания собственного настроения и эмоций других людей. Отработка навыков саморегуляции.

Тема 6. Психические функции
Теория. Понятия «Мышление», «внимание», «память», «речь».
Практика. Упражнения для развития высших психических функций младших школьников.

Тема 7. Ответственное поведение
Теория. Соблюдение социальных норм и правил. Поведение в общественных местах. Безопасное поведение. Расширение знания учащихся о таких понятиях, как «честность», «справедливость», «ответственность». Ответственное отношение к своему здоровью.
Практика. Моделирование проблемной ситуации. отработка навыков поведения в трудных ситуациях.

Тема 8. Ранняя профориентация
Теория. Знакомство с миром профессий. Склонности и интересы. Уважительное отношение к труду.
Практика. Профессии моей семьи. Расширение представлений о профессиях.

Тема 9. Подведение итогов
Теория. Анализ и систематизация знаний.
Практика. Закрепление пройденного материала. Рефлексия.

Планируемые результаты.

Личностные результаты

- осознание и преодоление негативных проявлений в привычках и манерах поведения учащихся;
- воспитание у учащихся эмоционально-ценностного отношения к человеку, развитию, активности, творчеству, психологической культуре, познанию, здоровью;
- формирование навыков саморегуляции.

Метапредметные результаты

- развитие представлений о ценности другого человека и себя самого, доверия к окружающим, эмоционального интеллекта;
- развитие коммуникативных навыков, вариативности моделей поведения;
- позитивное развитие мотивов межличностных отношений;

Предметные результаты

- изучение различных видов эмоций, мотивов межличностных отношений, личностных особенностей;
- усвоение способов разрешения конфликтов;
- усвоение форм поведения необходимых при переходе в «среднее звено».

МЕТОДИЧЕСКИЕ и ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Используемые практики, технологии и методы.

Арт-терапевтические техники (рисование, использование световой песочницы), просмотр и анализ короткометражных анимационных фильмов, использование здоровьесберегающих технологий, тренинги, использование развивающих настольных игр;

Дидактические средства.

Использование материалов из рабочей тетради школьника «Тропинка к своему «Я», Хухлаева О.В.

Электронные образовательные ресурсы.

Подборка видеоматериалов по темам программы.

Информационные источники:

Список литературы:

Уроки психологии в начальной школе «Тропинка к своему «Я», «Рабочая тетрадь школьника «Тропинка к своему «Я», Хухлаева О.В.

Интернет-источники:

ped-kopilka.ru «Учебно-методический кабинет»

infourok.ru «Материалы для работы, курсы повышения квалификации и переподготовки, конференции, вебинары, новости и видеолекции»

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Входной контроль (при необходимости)

отсутствует

Текущий контроль

В качестве текущего контроля используются беседы с обучающимися, тестовые задания. Практические упражнения, совместные работы.

Итоговый контроль

Рефлексия, беседа, подведение итогов, создание плаката.

Для выявления степени удовлетворенности образовательным процессом в объединении возможно проведение анкетирования для детей и родителей, а так же прохождение Анкеты для учащихся «Изучение интереса к занятиям у учащихся объединения».