

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

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
ГБОУ лицея №144
Протокол № 188
от 30.05.2022



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Социально-педагогической направленности**

«Инсайт»

Срок реализации: 1 год

Возраст: 8-13 лет

Составитель:

Цветкова Ксения Вячеславовна,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данный курс посвящен актуальной проблеме – обучению и воспитанию школьников, их социализации и адаптации, развитию способностей.

Программа рассчитана на учащихся 2 - 4 классов. Этот возрастной период характеризуется активностью детей, их эмоциональностью, проявлению самостоятельности, но при этом слабым самоконтролем.

В данный возрастной период дети не только проявляют самостоятельность, но могут оценить необходимость проявления инициативы в разных ситуациях. На 10-м году жизни у большинства детей заметно увеличение неуверенности в собственных силах и способностях, растет самокритика. Поэтому так необходимо поддерживать самооценку ребенка. Именно в этот период ребенок осваивает необходимые в будущей жизни социальные навыки, роли, модели поведения. Этот этап взросления связан с налаживанием межличностного взаимодействия, реализацией интеллектуального, личностного и творческого потенциала. В развитии этого потенциала заключается суть личностно-ориентированной модели образования, которая предполагает обучение и воспитание ребенка, и оказание ему своевременной психолого-педагогической поддержки.

Направленность

Программа относится к социально-педагогической направленности. По уровню освоения программа является общекультурной.

Актуальность программы

Межличностное общение современных детей происходит по большей части в сети Интернет. Многие подростки уже испытывают трудности в коммуникации с реальным человеком.

Так, например, участие в играх и развивающих упражнениях дают возможность ребятам приобрести способность управлять текущими событиями, формировать открытые отношения с другими людьми, последовательно защищать свои взгляды, излагать свою точку зрения и вести дискуссию. Релаксационные техники, психогимнастика, арт-терапия помогают снижать тревожность и стабилизируют эмоциональный фон детей. Творческие занятия и анализ видеосюжетов создают условия для личностного роста детей и желания меняться.

Программа занятий клуба обращается к опыту и личности участников, позволяет гибко реагировать на состав членов группы, их состояние, на актуальные для них сегодня вопросы, оставаясь в рамках определенной темы.

Адресат программы

Программа клуба «Инсайт» ориентирована на подростков 9-11 лет, разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного

стандарта основного общего образования, а также возрастных и психологических особенностей школьника.

Объем и срок реализации программы

Общее количество учебных часов – 72 часа (1 раз в неделю по 2 часа).

Цель программы

Развитие социальных и личностных компетенций

Задачи

Обучающие

- изучение различных видов эмоций, мотивов межличностных отношений, личностных особенностей;
- усвоение способов разрешения конфликтов;

Развивающие

- 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;

Воспитательные

- 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.

Условия реализации программы

В клуб осуществляется прием всех детей по желанию, не имеющих медицинских противопоказаний. В объединении может заниматься любой ребенок, независимо от природных задатков и навыков.

Количество детей в группе:

1 год обучения – не более 15 человек.

Особенности организации образовательного процесса

Организация деятельности обучающихся на занятиях основывается на следующих принципах:

- занимательность;
- сознательность и активность;
- доступность;
- индивидуальный подход к учащимся.

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.

Структура занятий:

- ритуал приветствия,
- разминка,
- основное содержание (беседы с детьми, обсуждение психологических ситуаций, игры и упражнения)
- рефлексия по поводу данного занятия,
- ритуал прощания.

Формы и методы проведения занятий

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.

Кадровое обеспечение

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

Планируемые результаты освоения программы

Предметные результаты работы: приобретенный учащимися объем знаний, умений, навыков, развитие способностей учащихся.

К концу обучения по данной программе учащиеся должны уметь:

- конструктивно решать конфликтные ситуации;
- самостоятельно принимать решения;
- правильно оценивать свое поведение и поведение других людей;
- оказывать поддержку окружающим;
- считаться с позициями и взглядами других людей;
- преодолевать собственные страхи и разрешать проблемы мирным путём;
- противостоять физическим и интеллектуальным нагрузкам.

Личностные результаты

- эмоциональность; умение осознавать и определять (называть) свои эмоции;

- эмпатия – умение осознавать и определять эмоции других людей; сочувствовать другим людям, сопереживать;
- интерес к изучению психологии, познанию внутреннего мира человека;
- осознание ответственности за произнесённое и написанное слово.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

- подготовка к соблюдению норм общественного поведения,
- овладение коммуникативными навыками,
- умение контролировать своё поведение в конфликтных и других напряженных ситуациях.
- снижение уровня тревожности и повышение чувства уверенности в себе, за счет снятия мышечного и эмоционального напряжения.

Познавательные УУД:

- развития навыков саморегуляции, адекватного реагирования в групповом взаимодействии,
- закрепление и дополнение знаний обучающихся об эмоциях, эмоциональных состояниях, мимике, в изучении собственного «Я»
- понимание настроения и эмоций окружающих людей,

Коммуникативные УУД:

- развитие умений использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач;
- высказывать и обосновывать свою точку зрения;
- слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы.

Учебный план

№	тема	всего	практика	теория	Формы контроля
1.	Вводное занятие.	2	1	1	беседа
2.	Личностные особенности.	10	6	4	беседа
3.	Коммуникативная сфера.	8	6	2	беседа
4.	Сотрудничество. Разрешение конфликтов	4	2	2	беседа
5.	Эмоционально-волевая сфера	12	10	2	беседа
6	Психические функции	14	10	4	беседа
7	Ответственное поведение	14	10	4	беседа
8	Ранняя профориентация	4	2	2	беседа
9.	Подведение итогов	4	3	1	беседа
	ИТОГО	72	50	22	

**Календарный учебный график реализации
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Инсайт» на 2022-2023 учебный год:**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	12.09.2022	25.05.2023	36	36	72	1 р/н по 2 часа

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

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
ГБОУ лицея №144
Протокол № 188
от 30.05.2022

УТВЕРЖДАЮ
Приказ №217
от 01.09.2022 г.
директор ГБОУ лицея №144
Федорова Л. А.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
Социально-педагогической направленности**

«Инсайт»

Возраст: 8-13 лет

Год обучения: 1

Составитель:

Цветкова Ксения Вячеславовна,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данный курс посвящен актуальной проблеме – обучению и воспитанию школьников, их социализации и адаптации, развитию способностей.

В данный возрастной период дети не только проявляют самостоятельность, но могут оценить необходимость проявления инициативы в разных ситуациях. На 10-м году жизни у большинства детей заметно увеличение неуверенности в собственных силах и способностях, растет самокритика. Поэтому так необходимо поддерживать самооценку ребенка. Именно в этот период ребенок осваивает необходимые в будущей жизни социальные навыки, роли, модели поведения. Этот этап взросления связан с налаживанием межличностного взаимодействия, реализацией интеллектуального, личностного и творческого потенциала. В развитии этого потенциала заключается суть личностно-ориентированной модели образования, которая предполагает обучение и воспитание ребенка, и оказание ему своевременной психолого-педагогической поддержки.

Программа занятий клуба обращается к опыту и личности участников, позволяет гибко реагировать на состав членов группы, их состояние, на актуальные для них сегодня вопросы, оставаясь в рамках определенной темы.

Цель программы

Развитие социальных и личностных компетенций

Задачи

Обучающие

- изучение различных видов эмоций, мотивов межличностных отношений, личностных особенностей;
- усвоение способов разрешения конфликтов;

Развивающие

- 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;

Воспитательные

- 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.

Планируемые результаты освоения программы

Результатом работы является приобретенный учащимися объем знаний, умений, навыков, развитие способностей учащихся.

К концу обучения по данной программе учащиеся должны уметь:

- конструктивно решать конфликтные ситуации;
- самостоятельно принимать решения;
- правильно оценивать свое поведение и поведение других людей;
- оказывать поддержку окружающим;
- считаться с позициями и взглядами других людей;
- преодолевать собственные страхи и разрешать проблемы мирным путём;
- противостоять физическим и интеллектуальным нагрузкам.

Личностные результаты

- эмоциональность; умение осознавать и определять (называть) свои эмоции;
- эмпатия – умение осознавать и определять эмоции других людей; сочувствовать другим людям, сопереживать;
- интерес к изучению психологии, познанию внутреннего мира человека;
- осознание ответственности за произнесённое и написанное слово.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

- подготовка к соблюдению норм общественного поведения,
- овладение коммуникативными навыками,
- умение контролировать своё поведение в конфликтных и других напряженных ситуациях.
- снижение уровня тревожности и повышение чувства уверенности в себе, за счет снятия мышечного и эмоционального напряжения.

Познавательные УУД:

- развития навыков саморегуляции, адекватного реагирования в групповом взаимодействии,
- закрепление и дополнение знаний обучающихся об эмоциях, эмоциональных состояниях, мимике, в изучении собственного «Я»
- понимание настроения и эмоций окружающих людей,

Коммуникативные УУД:

- развитие умений использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач;
- высказывать и обосновывать свою точку зрения;
- слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, задавать вопросы.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

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. Подлинность 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.

ГБОУ лицей № 144
Калининского района
Санкт-Петербурга

Подписано электронно
07.11.2022 11:21

Федорова Лолита Анатольевна
7804140160-15-1667809407-20221107-310-1-1123-27