

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ТОМСКА  
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
Заозерная средняя общеобразовательная школа  
с углубленным изучением отдельных предметов №16 города Томска  
Структурное подразделение «Наша гавань»

Рассмотрено на заседании  
методического совета  
СП «Наша гавань»  
Протокол № 1  
от 28. 08. 2023  
Рекомендовано к реализации  
педагогическим советом  
МАОУ СОШ №16 г. Томска  
Протокол № 1  
28. 08. 2023

Утверждаю:  
Директор МАОУ СОШ №16 г. Томска  
Е.В. Астраханцева  
Приказ № 265 от 28. 08. 2023

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
**«ТЕРРИТОРИЯ ОБЩЕНИЯ»**

Возраст обучающихся: 11-17 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель:  
Малькова Екатерина Васильевна,  
педагог дополнительного образования

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	3
2.УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН .....	7
3.СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ И ТЕМ ПРОГРАММЫ.....	9
4.МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.....	19
5.СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	20
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	21

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Территория общения» (далее – образовательная программа) разработана в соответствии с нормативными документами:

1. Конституция Российской Федерации
2. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 04.08.2023 г.) «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральные подпроекты «Успех каждого ребенка», «Цифровая образовательная среда» Национального проекта «Образование».
4. Приказ Министерства просвещения РФ от «09» ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года. (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р).
6. Нормативы СанПин СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
7. Письмо Министерства просвещения РФ от 7 мая 2020 г. № ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий».
8. Устав МАОУ Заозерной СОШ №16 г.Томска от 22.12.2015 (с изменениями от 09.12.2020).
9. Локальные акты МАОУ СОШ №16 г.Томска СП «Наша гавань».

Перед детьми – широкая и длинная дорога жизни. В ней будет все: успехи и неудачи, победы и поражения, радости и горести, любовь и разочарования – словом, все то, что и составляет полнокровную человеческую судьбу. И, конечно, каждому хочется, чтобы в жизни было больше успешности, побед, любви, хочется прожить жизнь счастливо и ярко. Это зависит от многих обстоятельств, но главное – от самих ребят, от их желания, старания, способностей, от умения правильно выбрать решения, особенно в переломные моменты жизни. Они должны не просто иметь багаж знаний, а уметь применять его, уметь работать в коллективе.

В подростковом возрасте формируется представление человека о себе, о своем месте в мире, жизненных ценностях и целях. Взрослеющий человек на качественно новом уровне познает как физический мир, так и мир человеческих взаимоотношений. От того, насколько серьезно, глубоко и, в то же время, позитивно протекает этот процесс, напрямую зависят дальнейшие жизненные успехи человека. Поэтому очень важно помочь подростку в поиске себя, друзей и единомышленников, социально-значимой сферы приложения его сил и талантов.

Главная идея программы - идея взаимозависимости. Никто не в состоянии прожить за другого жизнь. Потому ведущая педагогическая задача программы - развитие самостоятельности. Это не что иное, как инициатива, творчество, вера в себя, ответственность за свой выбор, свобода. В условиях взаимодействия возможно формировать практически все ключевые компетентности: социальные, коммуникативные, решения проблем, саморазвития, информационные.

## **Направленность программы**

Программа дополнительного образования детей «Территория общения» имеет социально-гуманитарную направленность. Рассчитана на психолого-педагогические, методологические, лингвистические аспекты обучения, развития и воспитания учащихся среднего школьного возраста. В соответствии с санитарными нормами и требованиями к образовательным программам в системе дополнительного образования учитывается учебная нагрузка для детей среднего школьного возраста.

## **Актуальность программы**

«Мы все сотворены для взаимодействия...» (Марк Аврелий). Это открытие средневекового философа сегодня - один из лозунгов образования. Проблема общения преломляется в педагогических публикациях А. Ершовой, В. Букатова, Е. Коротаевой, Е. Ильина, Н. Щурковой, К. Фопеля и др. Человек осознает себя как личность только в процессе взаимодействия с миром, людьми, собой, искусством. Многомерное общение обогащает опытом и знаниями. Мы созданы для общения. Это и условие, и гарантия нормальной, здоровой жизни. Это её форма и содержание. Забота о сохранении потребности в общении заставляет широко открывать двери «для жизни» на занятиях, поддерживать позицию ребенка как субъекта взаимодействия, использовать деятельностные формы. Учить общению, как это ни громко звучит, - учить жизни. Актуальность программы подтверждается и тем, что её цель, содержание, средства обучения позволяют формировать современные компетенции, так называемые 4К: критическое мышление, коммуникацию, кооперацию, креативность.

Подростковый период – важнейший этап жизни человека, время выборов, которое во многом определяет последующую судьбу. В подростковом возрасте появляется интерес к собственному внутреннему миру, возникает желание понять, лучше узнать себя, начинается переход от детства к взрослости. Возникшее острое «чувство Я», увеличение значимости проблем, связанных с самооценкой, сопровождаются трудностями думать и говорить о себе, слабым развитием рефлексивного анализа. Поэтому требуется целенаправленная работа с подростками по развитию рефлексии, т.е. самопознанию внутренних психических актов и состояний и формированию устойчивой положительной самооценки. Как известно, во ФГОС начальной школы, особый упор делается на рефлексивную деятельность. Подростковый возраст - время, когда закладывается фундамент будущей жизни в обществе. От того насколько успешно подростки научатся выстраивать отношения с взрослыми и сверстниками, зависит их удовлетворенность профессиональной и личной жизнью в будущем. Известно, что в младшем подростковом возрасте на первый план выходят проблемы общения и самопознания. Реальность сегодняшней жизни такова, что у детей почти нет возможности живого общения со сверстниками вне школы. «Территория общения» создана как раз для того, чтобы дети удовлетворяли главную потребность своего возраста в безопасных условиях, с помощью взрослого. Развитие в подростковом возрасте осуществляется бурно и часто сопровождается различными проблемами личностного развития и межличностных отношений ребят. Именно в общении дети усваивают систему нравственных принципов, типичных для общества и конкретной социальной среды. Поэтому в подростковом возрасте наиболее эффективной является групповая форма проведения занятий. Общение со сверстниками воспринимается подростками как нечто очень важное и личностное, однако известно, что у ребят существует потребность и в благоприятном, доверительном общении и со взрослыми.

Немаловажен факт, что одна учебная группа, как правило, объединяет учащихся разного возраста. «Разновозрастность» обучающихся – это не только фактор дополнительной сложности для педагога и детей, но и актуальный образовательный ресурс для приобретения навыков

взаимодействия «старший-младший», наставничества и «шефства».

### **Цель и задачи программы**

**Цель:** развитие эмоционально-личностной сферы детей и формирование навыков конструктивного общения со сверстниками и взрослыми в окружающем социуме.

### **Задачи образовательной программы:**

#### **Образовательные:**

- формировать у обучающихся компетенции в соответствии с профилем программы, навыки самоопределения роли и позиции в обществе;
- овладение социально-психологическими знаниями;
- обучать учащихся конструктивным способам выхода из конфликтных ситуаций;
- обучать приемлемым способам разрядки негативных эмоций;
- обучать способам внутреннего самоконтроля и сдерживания негативных импульсов;
- содействовать стремлению подростков к цивилизованному общению: уважению чужого мнения и ценностей, умелому руководству работой коллектива, умению слушать и говорить, работать сообща;
- сформировать навыки самостоятельной работы и работы в группе;
- научить соблюдать правила техники безопасности.

#### **Развивающие:**

- развивать творческий потенциал подростков в разнообразных сферах деятельности и общения;
- развивать навыки рефлексии;
- повышать представление о собственной значимости, ценности, формирование позитивной Я-концепции;
- развивать самостоятельность во взглядах и навыках деятельности;
- обеспечить вхождение старшеклассников в систему социальных связей, приобщить их к разнообразному социальному опыту современной жизни.

#### **Воспитательные:**

- содействовать стремлению подростка к самоопределению, саморазвитию, самовоспитанию, самореализации на пользу окружающему миру;
- формировать основы социально-ценных личностных и нравственных качеств: трудолюбие, организованность, добросовестное отношение к делу, инициативность, любознательность, потребность помогать другим, уважение к чужому труду, культурному наследию.
- формировать у подростков навыки сотрудничества, коммуникабельности коллективного взаимодействия, активную жизненную позицию;
- формировать групповую сплоченность, осознание места/роли каждого в группе;
- воспитать чувство товарищества, чувство личной ответственности;
- воспитать трудолюбие, целеустремленность, аккуратность, исполнительность.

### **Возраст детей и условия набора обучающихся**

Дополнительная образовательная программа «Территория общения» рассчитана на подростков 11-17 лет.

Условия набора детей в коллектив: принимаются все желающие.

### **Формы и режим занятий**

Форма организации деятельности детей индивидуальная и групповая.

<b>Продолжительность занятия</b>	<b>Периодичность в неделю</b>	<b>Кол-во часов в неделю</b>	<b>Кол-во часов в год</b>
2 часа	2 занятия	4	144

### **Ожидаемые результаты**

По окончании обучения детьми будут достигнуты личностные, предметные и метапредметные результаты.

#### **Личностные результаты:**

- умение объективно оценивать свою деятельность;
- умение устанавливать связи между целью образовательной программы и ее мотивом;
- умение сформировать собственный интерес (мотивацию) к выполнению творческого проекта;
- умение оценить содержание программы на основе своих социальных и личностных ценностей;
- умение ориентироваться в социальных ролях и межличностных отношениях;
- умение различать основные нравственно-этические понятия.

#### **Предметные результаты**

##### ***будут знать:***

- основные понятия курса (образовательной программы);
- понятия самооценки и самоценности;
- какие бывают эмоции;
- содержание понятия «конфликт» и пути разрешения;
- основные качества лидера;
- основы этики и делового общения.

##### ***будут уметь:***

- слушать собеседника;
- высказывать свое мнение;
- владеть основными навыками саморегуляции;
- развивать навыки управления эмоциями, самооценки, взаимодействия;
- разрешать конфликты мирным путем, идти на компромисс.
- использовать приобретенные умения и навыки в практической деятельности и реальной жизни: участие в школьных общественных организациях, оценки собственной точки зрения в качестве гражданина РФ;
- уметь работать в команде.

В процессе усвоения образовательной программы у обучающихся будут сформированы следующие **метапредметные результаты**:

- умение устанавливать причинно-следственные связи;
- умение сравнивать, анализировать, структурировать знания, делать выводы;
- выделение и формулирование познавательных целей;
- создание способов решения проблем творческого и поискового характера;
- рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности.
- умение планировать учебное сотрудничество с педагогом и сверстниками – определять цели, функции участников, способы взаимодействия;
- умение интегрироваться в группу сверстников и продуктивно сотрудничать со сверстниками и взрослыми.

Мониторинг образовательных результатов проводится методом педагогического наблюдения, педагогического анализа и в форме тестирования.

Для отслеживания (диагностики) результативности образовательного процесса используются следующие **виды контроля**:

- начальный (или входной) контроль (сентябрь-октябрь);
- текущий контроль (в течение всего учебного года);
- итоговый контроль (май).

## 2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Названия разделов и тем занятий	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	-
2	<b>«Познай себя!»</b>	<b>28</b>	<b>12</b>	<b>16</b>
2.1	Я-подросток! Меня зовут...	4	2	2
2.2	Каким я себя вижу?	4	2	2
2.3	Я и мои желания	4	2	2
2.4	Мои качества и умения	4	1	3
2.5	Самооценка и уверенность в себе	6	2	4
2.6	Темперамент	2	1	1
2.7	Мои внутренние друзья и мои внутренние враги	4	2	2
<b>3</b>	<b>«Я и мои чувства, настроение, эмоции»</b>	<b>26</b>	<b>11</b>	<b>15</b>

3.1	Разноцветный мир. Мое настроение.	2	1	1
3.2	Волшебный мир эмоций.	2	1	1
3.3	Удивление	2	1	1
3.4	Злость	2	1	1
3.5	Грусть	2	1	1
3.6	Радость	2	1	1
3.7	Стыд	2	1	1
3.8	Интерес	2	1	1
3.9	Обида	2	1	1
3.10	Страх	2	1	1
3.11	Отвращение	2	1	1
3.12	Закрепление знаний о чувствах и эмоциях	2	-	2
3.13	Загадочный мир внутри меня	2	-	2
<b>4</b>	<b>«Мир, который меня окружает»</b>	<b>18</b>	<b>6</b>	<b>12</b>
4.1	Я и другие	6	2	4
4.2	Я и мои друзья	6	2	4
4.3	Я и моя семья	6	2	4
<b>5</b>	<b>Культура общения</b>	<b>24</b>	<b>11</b>	<b>13</b>
5.1	Средства общения	4	2	2
5.2	Вербальные средства общения	4	2	2
5.3	Невербальные средства общения	4	2	2
5.4	Барьеры общения	4	2	2
5.5	Этикет общения. Учимся слушать друг друга Учимся вести беседу	8	3	5
<b>6</b>	<b>Конфликты и компромиссы</b>	<b>16</b>	<b>6</b>	<b>10</b>
6.1	Понятие конфликта и компромиссов.	4	2	2
6.2	Способы решения конфликтов	6	2	4
6.3	Умение находить компромисс	6	2	4



7	<b>Я –Лидер</b>	<b>14</b>	<b>4</b>	<b>10</b>
7.1	Лидер. Виды лидеров.	4	2	2
7.2	Лидерские качества.	4	2	2
7.3	Лидер всегда, везде и во всем.	6	-	6
<b>8</b>	<b>Я и моя ценность. Ярмарка достоинств</b>	<b>16</b>	<b>6</b>	<b>10</b>
	<b>ИТОГО</b>	<b>144</b>	<b>59</b>	<b>85</b>

### 3. СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

#### 3.1.Содержание разделов образовательной программы

##### 1. Вводное занятие (2 часа)

*Теория (2 часа)*

Знакомство с группой. Правила поведения в кабинете, соблюдение мер предосторожности на практических занятиях. Вводный мониторинг.

*Методы и приемы:* Наглядный, практический, словесный. Беседа с детьми, прием сравнения. Техника безопасности.

*Форма проведения:* беседа, тестирование.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

##### 2. «Познай себя!» (28 часов)

###### 2.1. Я-подросток! Меня зовут... (4 часа)

*Теория (2 часа)*

Рассматриваем особенности подросткового возраста, влияние эмоционального отношения к своему имени.

*Практика (2 часа)*

Игра «Маленькое имя», упражнение «цветок-имя», оформление визитной карточки.

*Методы и приемы:* словесный, наглядный игровой, беседа с детьми и др.

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

###### 2.2. Каким я себя вижу? (4 часа)

*Теория (2 часа)*

Знакомимся с понятием «индивидуальность», «личность». Качества личности. Ценностные ориентации личности.

*Практика (2 часа)*

Упражнение «Здравствуй, друг», «Посмотри на себя со стороны», графическое задание «автопортрет».

*Методы и приемы:* словесный, наглядный игровой, беседа с детьми и др.

*Форма проведения:* тестирование, беседа в сочетании с практической работой.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

### **2.3. Я и мои желания (4 часа)**

*Теория (2 часа)*

Знакомимся с понятиями «мои потребности», мечты, учимся превращать их в цели и достигать желаемого.

*Практика (2 часа)*

Учимся превращать мечты в цели и достигать желаемого. Упражнение «Цветик-семицветик».

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой, круглый стол

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература

### **2.4. Мои качества и умения (4 часа)**

*Теория (1 час)*

Знакомимся с понятием «личность», «Я-концепция».

*Практика (3 часа)*

Игра «психологические загадки о качествах человека», упражнение «Не хочу хвастаться, ноя ...», «Кто Я», «Мои качества», работа с таблицей, графическое упражнение «Мой сосуд».

*Методы и приемы:* упражнения, наглядный, игровой, беседа, арт-терапия

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* таблицы, карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература

### **2.5. Самооценка и уверенность в себе (6 часов)**

*Теория (2 часа)*

Знакомимся с понятием «самооценка», «уверенность в себе».

*Практика (4 часа)*

Упражнение «Моя уникальность», «Я учусь у тебя», «Ступеньки», «Воображение успеха», групповая работа «10 заповедей неудачника», Упражнение «Я сильный-я слабый», «Рисунок-Я», «Просто поверь в себя!».

*Методы и приемы:* упражнения, словесный, наглядный, игровой, беседа, арт-терапия.

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой, групповая работа.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература

### **2.6. Темперамент (2 часа)**

*Теория (1 час)*

Разбираем понятие «темперамент». Характеристики темперамента.

*Практика (1 час)*

Игры «Угадай темперамент», «Шарж на любой тип темперамента»

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой, арт-терапия

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карандаши цветные, презентация, листы, ножницы, методическая литература

## **2.7. Мои внутренние друзья и мои внутренние враги (4 часа)**

*Теория (2 часа)*

Знакомимся с понятием: «эмоции», учимся определять эмоциональное состояние других людей, тренируем умение владеть своими эмоциями.

*Практика (2 часа)*

Игры «Назови эмоцию», «Изобрази эмоцию», обсуждение притчи.

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

## **3. Я и мои чувства, настроение, эмоции (26 часов)**

### **3.1. Разноцветный мир. Мое настроение. (2 часа)**

*Теория (1 час)*

Осознаем собственные цветовые пристрастия, разбираем вопрос - какого цвета мое настроение?

*Практика (1 час)*

Игра «волшебная палочка», сказкотерапия.

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой, круглый стол

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

### **3.2. Волшебный мир эмоций (2 часа)**

*Теория (1 час)*

Вспоминаем определения - «эмоции», «чувства». Какие бывают? Чем они отличаются? Говорим о том, как правильно выражать эмоции и чувства с помощью мимики, жестов.

*Практика (1 час)*

Упражнения на снятие психомышечного напряжения, упражнение «зеркало», работа с карточками эмоций.

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой, круглый стол

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карточки эмоций, карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

### **3.3. Удивление (2 часа)**

*Теория (1 час)*

Знакомство с эмоцией удивление.

*Практика (1 час)*

Упражнение «подари хорошее настроение», этюд «Удивление», графическое задание «Удивление».

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карточки эмоций, карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

### **3.4. Злость (2 часа)**

*Теория (1 час)*

Знакомство с чувством злости.

*Практика (1 час)*

Упражнения «Круги», «Два барана», графическое задание вулкан.

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карточки эмоций, карандаши цветные, краски, листы, ножницы, методическая литература.

### **3.5. Грусть (2 часа)**

*Теория (1 час)*

Знакомство с эмоцией грусти.

*Практика (1 час)*

Упражнение «закончи предложение..», этюд «Грустный человек», работа с карточками эмоций.

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа.

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карточки эмоций, краски, карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

### **3.6. Радость (2 часа)**

*Теория (1 час)*

Знакомство с эмоцией радости.

### *Практика (1 час)*

Упражнение «Я рада тебя видеть», «Закончи предложение», графическое задание «Радостный человек».

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карточки эмоций, краски, ватман, цветная бумага, карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

### **3.7. Стыд (2 часа)**

#### *Теория (1 час)*

Знакомство с эмоцией стыда.

#### *Практика (1 час)*

Работа с карточками эмоций, этюд «Стыдно», групповая работа с пластилином.

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карточки эмоций, пластилин, карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

### **3.8. Интерес (2 часа)**

#### *Теория (1 час)*

Расширение представления об эмоции «интерес».

#### *Практика (1 час)*

Работа с карточками эмоций, упражнение «Что меня интересует», игра «Ассоциации», «поменяйтесь местами те, кто..», графическое задание «Город интересов».

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой, круглый стол

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карточки эмоций, карандаши цветные, краски, ватман, листы, ножницы, методическая литература.

### **3.9. Обида (2 часа)**

#### *Теория (1 час)*

Расширяем представление об эмоции «обида».

#### *Практика (1 час)*

Игра-ассоциация «Обида», Этюд «Обиженный обидчик».

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой, круглый стол

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карточки эмоций, карандаши цветные, листы, ножницы, методическая

литература.

### **3.10. Страх (2 часа)**

*Теория (1 час)*

Знакомство с чувством страха.

*Практика (1 час)*

Работа с карточками эмоций, упражнение «Закончи предложение», «Мусорное ведро», работа с контурами.

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой, круглый стол

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карточки эмоций, карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

### **3.11. Отвращение (2 часа)**

*Теория (1 час)*

Знакомство с чувством отвращения.

*Практика (1 час)*

Работа с карточками эмоций, этюд «Отвращение», рисуем отвращение.

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карточки эмоций, карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

### **3.12. Закрепление знаний о чувствах и эмоциях (2 часа)**

*Практика (2 часа)*

Закрепление умения различать чувства, игра «Путешествие по Стране чувств и эмоций»

*Методы и приемы:* словесный, игровой.

*Форма проведения:* беседа, игра.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

### **3.13. Загадочный мир внутри меня (2 часа)**

*Практика (2 часа)*

Упражнение «Слушаем себя», «домик настроений», графическое задание «Мой внутренний мир».

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа.

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* заготовки домиков, карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

#### **4. «Мир, который меня окружает» (18 часов)**

##### **4.1. «Я и другие» (6 часов)**

*Теория (2 часа)*

Учимся различать индивидуальные особенности в группе, говорим об умении определять свои вкусы и предпочтения по отношению к играм, занятиям, одежде, и т.д. Воспитываем уважение к особенностям других людей.

*Практика (4 часа)*

Упражнение «Здравствуй друг», игра «все мы разные», «спиной друг к другу», графическое задание «Волшебное ателье».

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

##### **4.2. «Я и мои друзья» (6 часа)**

*Теория (2 часа)*

Знакомимся с понятие «дружба», «друзья». Притча «Трое друзей».

*Практика (4 часа)*

Упражнение «Приятные слова», «Ищу друга», «Доверяю», тест «Настоящий друг», упражнение «Скажи мне кто твой друг», «Новый друг».

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой, круглый стол

*Форма подведения итогов:* результаты тестирования, рефлексия.

*Материал:* карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

##### **4.3. «Я и моя семья» (6 часов)**

*Теория (2 часа)*

Разбираем понятие «Семья», кто в нее входит.

*Практика (4 часа)*

Упражнение «правила семьи», игра-миниатюра «дружная семья», упражнение «Древо моей семьи».

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа.

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой, круглый стол.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

#### **5. Культура общения (24 часа)**

##### **5.1. Средства общения (4 часа)**

*Теория (2 часа)*

Говорим о речи - как о средстве общения. Виды.

*Практика -2 часа:* упражнения «Пишущая машинка», «Испорченный телевизор», «Что за окном», «Репка»

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой, круглый стол

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

## **5.2. Вербальные средства общения (4 часа)**

*Теория (2 часа)*

Разбираем, что является вербальными средствами общения.

*Практика (2 часа)*

Игры «Найди по инструкции», «Найди по описанию», работа в парах «Интервью».

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа.

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой, круглый стол.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

## **5.3. Невербальные средства общения (4 часа)**

*Теория (2 часа)*

Разбираем, что является невербальными средствами общения.

*Практика (2 часа)*

Упражнения «эмоциональное знакомство», «говорящее тело», «Разговор через стекло», «Мокрая собака».

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа.

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

## **5.4. Барьеры общения (4 часа)**

*Теория (2 часа)*

Разбираем понятия коммуникация, коммуникативный барьер. Формируем представление об основных типах коммуникативных барьеров, способов их преодоления.

*Практика (2 часа)*

Игра «Пойми меня», «Разожми кулак», парные дискуссии.

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа.

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

## **5.5. Этикет общения (4 часа)**

*Теория (2 часа)*

Знакомимся с понятием «эффективное общение». Учимся слушать друг друга. Учимся вести беседу.

*Практика (2 часа)*



Деловая игра.

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

## **6. Конфликты и компромиссы (16 часов)**

### **6.1. Понятие конфликта и компромиссов (4 часа)**

*Теория (2 часа)*

Разбираем понятия «конфликт», «компромисс». Конструктивные и деструктивные конфликты.

*Практика (2 часа)*

Упражнение «Руки», упражнение «Снежинка», упражнение «Я отличаюсь от других людей тем...».

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой, круглый стол

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* раздаточный материал, карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

### **6.2. Способы решения конфликтов (6 часов)**

*Теория (2 часа)*

Разбираем стили стратегий поведения в конфликте.

*Практика (4 часа)*

Упражнения «Плюсы и минусы конфликтов», упражнение «Другими словами», техника «Я утверждение».

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа.

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* раздаточный материал, карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

### **5.1. Умение находить компромисс (6 часов)**

*Теория (2 часа)*

Разбираем для чего нужен «компромисс»?

*Практика (4 часа)*

Техника «заезженной пластинки», техника «Психологическая амортизация», техника «Бесконечного уточнения».

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой, круглый стол

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* раздаточный материал, карандаши цветные, листы, ножницы, методическая

литература.

## **7. Я - Лидер (14 часов)**

### **7.1. Лидер. Виды Лидеров (4 часа)**

*Теория (2 часа)*

Разбираем кто такой лидер? Виды лидеров.

*Практика (2 часа)*

Упражнение «Постройся по..», тест, упражнение «Круг и я», «Лидер это-..», «Без командира», «Большая семейная фотография», «Начали».

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа.

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* тестовый материал, карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

### **7.2. Лидерские качества (4 часа)**

*Теория (2 часа)*

Разбираем какими качествами должен обладать лидер.

*Практика (2 часа)*

Игра «Карабас», упражнение «Герб», упражнение «Мяч».

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа.

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

### **7.3. Лидер всегда, везде и во всем (6 часов)**

*Практика (6 часов)*

Игра «Земляне и инопланетяне», упражнение «Я никогда не ..», деловая игра.

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа.

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой, круглый стол.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

## **8. Я и моя ценность. Ярмарка достоинств (16 часов)**

*Теория (6 часов)*

Знакомимся с понятием «Ценность». Ценности - важные составляющие личности.

*Практика (10 часов)*

Упражнение «колесо жизненного баланса», «Дерево ценностей», «Один миллион долларов», обсуждение притчи «О приоритетах и жизненных ценностях».

*Методы и приемы:* словесный, наглядный, игровой, беседа.

*Форма проведения:* беседа в сочетании с практической работой.

*Форма подведения итогов:* рефлексия.

*Материал:* проектор, заготовки бланков, карандаши цветные, листы, ножницы, методическая литература.

#### 4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

##### Формы занятий

Занятия проводятся по единому учебному плану для всех учащихся, сложность изложения материала зависит от возрастных особенностей детей в группе. В результате, педагог подбирает такие формы и методы работы, которые удовлетворяют возрастным и интеллектуальным способностям учащихся.

Деятельность педагога для организации и проведения занятий предусматривает использование различных форм работы: фронтальной, индивидуальной, парной, групповой, коллективной.

В ходе реализации образовательной программы планируется использовать такие **формы занятий** как, занятие-поиск, занятие–фантазия, игровое занятие, занятие–инсценировка, а также интегрированные и комбинированные занятия. Такой выбор форм занятий обусловлен комплексностью образовательной программы; ее творческой, социально-педагогической направленностью; а также опорой на преобладающие виды деятельности детей в ходе реализации программы.

##### Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса

Настоящая программа позволяет обучающимся развить свои творческие способности в процессе коллективной творческой деятельности, где успех всех зависит от успеха каждого. А это, в свою очередь, создает необходимые условия для творческого самоопределения личности, и становится важным шагом на пути дальнейшей самореализации.

В основе данной программы дополнительного образования лежат следующие важные педагогические **принципы:**

- принцип преемственности, последовательности и систематичности, который направлен на закрепление ранее усвоенных знаний, умений, навыков, личностных качеств, их последовательное развитие и совершенствование;
- принцип сочетания педагогического управления с развитием инициативы и самостоятельности, обучающихся в сфере ораторского искусства;
- принцип сознательности и активности обучающихся, участвующих в педагогическом процессе;
- принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся;
- принцип ориентации на духовно-нравственные ценности современного общества;
- принцип самоорганизации, требующий, чтобы любая работа обучающегося становилась его личной задачей, пробуждала его интерес и интеллектуальную активность, а также создавала перспективу успеха.

Курс обучения по программе включает в себя деятельность направленную на самопознание и развитие коммуникативных компетенций.

Для организации деятельности предполагается преимущественное использование групповых, практических **форм работы и таких методов**, как объяснение, дискуссионная беседа, открытие знаний, игровые упражнения, творческие методы.

Основные **методы работы** – эвристическая беседа, упражнение, тренинг, методы саморефлексии.

## **Дидактическое обеспечение образовательной программы**

- методические разработки занятий;
- методическая литература по данной тематике;

### **Материально-техническое обеспечение образовательной программы**

- учебная аудитория;
- актовый зал;
- реквизит для игр, упражнений, тренингов;
- канцелярские принадлежности.

При дистанционной форме обучения обучающимся необходимо иметь:

- смартфон/компьютер;
- тетрадь;
- ручка.

## **5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

### **а) для педагога:**

1. Жизненные навыки. Тренинговые занятия с младшими подростками / под ред.С.В. Кривцовой. – Москва : Генезис, 2012.–123 с.
2. Гиппенрейтер, Ю.Б. Психологические игры и занятия с детьми. Комплект. Книга, карточки, лото / Ю.Б.Гиппенрейтер. – Москва : АСТ, 2014.– 97 с.
3. Шарова, Лия. Я подросток: краткий курс выживания / Шарова Лия.– Ростов-на-Дону : Феникс, 2023.– 157 с.
4. Жирова Т.М. Твоя жизнь – твой выбор. Развитие ценностей здорового образа жизни школьников / Жирова Т.М. – Волгоград: Панорама; Москва: Глобус, 2012. – 215 с.
5. Гиппенрейтер, Ю.Б. Самая важная книга для родителей / Ю.Б.Гиппенрейтер. – Москва : АСТ,2016. – 750 с.
6. Слободяник Н.П. Психологическая помощь школьникам с проблемами в обучении: практическое пособие / Слободяник Н.П. – Москва: АСТ 2006. – 215 с.
7. Солдатова Г.У. Жить в мире с собой и другими: Тренинг толерантности для подростков/ Солдатова Г.У. Шайгерова Л.А., Шарова О.Д. – Москва : АСТ, – 2000. –79 С.

### **б) для обучающихся и их родителей:**

1. Анн-Клеер Кляйндинст. Советы в картинках. Давай договоримся. Как повзрослеть вместе с ребенком / Анн-Клеер Кляйндинст, Линда Коразза –Москва: Самокат, – 2021. , – 189 с.
2. Гиппенрейтер, Ю.Б. Самая важная книга для родителей / Ю.Б.Гиппенрейтер. – Москва : АСТ,2016. – 750 с.
3. Петрановская Л.В. Что делать, если... / Петрановская Л.В. – Москва : АСТ,2022. – 143 с.
4. Петрановская Л.В. Что делать, если...2 / Петрановская Л.В. – Москва : АСТ,2022. – 143 с.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение 1

### Карта освоения дополнительной общеразвивающей программы

Наименование программы \_\_\_\_\_

Педагог дополнительного образования \_\_\_\_\_  
ФИО

Название объединения «Территория общения»

Группа \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_ лет

Дата заполнения \_\_\_\_\_

**Оценка уровня: «Высокий» уровень (В), «Средний» уровень (С), «Низкий» уровень**

№	Имя Фамилия	Показатели (В,С,Н) Начало учебного года						Показатели (В,С,Н) Конец учебного года						
		Социально-коммун. развитие	Познавательное развитие	Развитие теоретических знаний	Развитие практических умений	Развитие морально-волевых качеств	Художественно-эстетическое развитие	Социально-коммун. развитие	Познавательное развитие	Развитие теоретических знаний	Развитие практических умений	Развитие морально-волевых качеств	Художественно-эстетическое развитие	Результат (В,С,Н)
1														
2														
3														
	Общий уровень группы													

### Результативность освоения обучающимися дополнительной общеразвивающей программы по итогам мониторинга

Уч. год	Год обучения	Количество детей	Уровень освоения программы		
			Высокий чел./%	Средний чел./%	Низкий чел./%
2023-2024					

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г.

\_\_\_\_\_  
 ФИО педагога