



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Дом детского творчества Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБУ ДО ДДТ Красносельского района Санкт-Петербурга)**

**ПРИНЯТА**  
Педагогическим советом  
Решение от 31.08.2022  
Протокол № \_\_1\_\_

**УТВЕРЖДЕНА**  
приказом от 31.08.2022 № 67-ОД

Директор  
\_\_\_\_\_ М.Д. Иваник

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ТРОПИНКА К СВОЕМУ Я»**

Возраст учащихся: 11-13 лет  
Срок реализации: 1 год

Разработчик программы:  
педагог дополнительного образования  
**Карягина Анастасия Григорьевна**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Тропинка к своему Я» имеет **социально-педагогическую (социально-гуманитарную) направленность**. Актуальность программы обусловлена соответствием её содержания требованиям Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) основного общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России и направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших подростков. Образовательная программа составлена на основе программы О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я» уроки психологии в средней школе (5-6). – М.: Генезис, 2016г.

В подростковом возрасте может возникнуть огромное количество проблем и нарушений развития. Поэтому для структурирования психологической поддержки необходимо четко определить ее цель – психологическое здоровье подростков, а затем определить формы психологической поддержки.

В средней школе можно ожидать, что у части учащихся возникнут трудности при необходимости следовать требованиям разных учителей. Некоторые им будут казаться слишком строгими, а некоторые – мягкими, которых можно не слушаться. Ученикам может быть трудно самостоятельно без строгого контроля организовать свое рабочее место, провести перемену «без ущерба для своего здоровья». Необходимо обратить особое внимание на обучение пользованию своими новыми свободами. Иначе можно ожидать резкого возрастания драк на переменах.

В учебной деятельности можно ожидать, что у некоторых учащихся произойдет временное снижение успеваемости за счет того, что им придется привыкать к формам и методам обучения, принятым в средней школе.

Следует помнить, что с этого времени активизируются процессы взросления, начинает понемногу возрастать агрессивность. Учащиеся будут стремиться доказать окружающим и себе свою взрослость, иногда социально неприемлемыми способами. Это может проявляться в демонстративном употреблении ненормативной лексики. Или в столь же демонстративном противостоянии требованиям взрослых. В классе может появиться негативный лидер. Имеется в виду, что кто-то из учеников будет стремиться возглавить остальных в их борьбе против требований взрослых.

Следует ожидать существенных изменений в межличностных отношениях внутри класса: перераспределение дружеских компаний, появления некоторого антагонизма между мальчиками и девочками при возрастании интереса друг к другу. Это понятно, поскольку взаимоотношения становятся более осознанными, и на них начинает влиять начавшееся подростковое сексуальное созревание. Могут появиться изгои, то есть учащиеся, на которых будут направляться агрессивные выпады со

стороны почти всех учащихся. Интересно, что если при помощи взрослого ребенок выходит из позиции изгоя, класс достаточно быстро «выбирает» следующего. Можно заключить, что изгои необходимы для канализации агрессии классам с низким уровнем развития коллектива.

Начало процесса взросления учащихся обычно с неудовольствием воспринимается родителями, которые относят новые проявления в поведении своих детей к их недостаткам. Поэтому некоторые учащиеся начинают считать, что они стали «хуже, непослушнее», что может привести к снижению их самооценки. Полезно во второй половине учебного года особое внимание обратить на осознание учащимися начала своих изменений, подвести их к пониманию обязательности и позитивности изменений.

В отношении родителей многие подростки занимают противоречивую позицию. С одной стороны, они активно отстаивают самостоятельность. С другой – требуют любви и внимания, тоскуют по детской позиции. У некоторых может появиться страх взросления, внешне не всегда проявляемый.

В это время дети активно начинают осваивать внутренний мир. Но они сами еще плохо в нем ориентируются, не уверены в его устойчивости. Поэтому любые предъявления подростками своих взглядов, представлений, мнений необходимо принимать очень бережно, безоценочно, с уважением. Полезно стимулировать любые процессы по исследованию подростками самих себя. Таким образом, возникает необходимость целенаправленной работы педагога-психолога с детьми подросткового возраста в школе. Таким образом, предлагаемая программа психологических занятий для учащихся 11-13 лет актуальна, т.к. направлена на формирование и сохранение психологического здоровья подростков.

**Адресат программы:**

учащиеся 11-13 лет, проявившие интерес к изучению психологии. Наличие медицинской справки для занятий по программе не требуется.

**Уровень освоения: общекультурный.**

**Срок и объем реализации программы:**

образовательная программа рассчитана на 1 год, 216 часов.

**Цель программы:** развитие социально-личностной сферы детей младшего подросткового возраста, формирование и развитие универсальных учебных действий (УУД), профилактика школьной дезадаптации.

**Задачи образовательной программы:**

**Обучающие:**

1. Научить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу;
2. Научить понимать чувства другого человека;
3. Расширить представления учащихся о содержании понятия «Я»;
4. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.

**Развивающие:**

1. Формировать способность к организации своей деятельности;
2. Формировать умение принимать и сохранять цели, следовать им, осуществлять контроль и оценку своих действий;
3. Формировать умение взаимодействовать с педагогом и сверстниками;

**Воспитательные:**

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей.
2. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.
3. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и педагогами.
4. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения. Формировать терпимость к мнению собеседника.
5. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
6. Способствовать успешной адаптации подростков в средней школе.

**Организационно-педагогические условия реализации программы**

Условия набора учащихся. В объединение зачисляются все желающие 11-12 лет на основании заявлений родителей (законных представителей).

Условия формирования групп. Группы формируются одно и разновозрастные по итогам собеседования.

Количество детей в группе - 15 человек.

Особенности организации образовательной деятельности. Занятия могут проводиться как в аудитории (классе), так и в дистанционном режиме, с использованием дистанционного обучения и внеаудиторных занятий, и также в ходе самостоятельной работы учащихся. Теоретические вопросы посвящены изучению я-концепции. Практическая деятельность предполагает проведение диагностических мероприятий, с целью изучения индивидуальных личностных качеств.

Формы организации деятельности учащихся на занятии: групповая

Материально-техническое оснащение:

- Мультимедийная техника (компьютер, проектор, экран);
- Аудиозаписи (музыкальные произведения, звуки природы и др.);
- Видеозаписи (классическая детская литературы, живая природа, социальные явления и др.)
- Наглядные материалы (картины, репродукции, фото, таблицы и др.)

Кадровое обеспечение программы. Программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий необходимым квалификационным характеристикам по должности «педагог дополнительного образования».

**Планируемые результаты:**

**Личностные:**

1) будет сформировано ответственное отношение к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

2) будет сформировано осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

3) будут освоены социальные нормы, правила поведения, роли и формы социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

4) будет развито моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирования нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

5) будет сформирована коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

6) будут сформированы ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоены правила индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

7) будут осознаны значения семьи в жизни человека и общества, приняты ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

#### **Метапредметные:**

##### *Регулятивные УУД:*

- будут осознавать свои личные качества, способности и возможности
- будут осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции
- будут овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями
- будут учиться контролировать собственное агрессивное поведение

- будут осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки

- будут учиться прогнозировать последствия собственных поступков

*Познавательные УУД:*

- научатся осознавать и анализировать изменения в самом себе

- научатся планировать свою учебную деятельность с учетом

индивидуального стиля учебной деятельности

- научатся адекватно воспринимать оценки учителей

- научатся распознавать чувства других людей

- научатся обогащать представления о собственных ценностях и их роли

в жизни

- будут уметь формулировать собственные проблемы

*Коммуникативные УУД:*

- научатся строить взаимоотношения с окружающими

- научатся конструктивно разрешать конфликтные ситуации

- научатся правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со

стороны других

- научатся самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями

- научатся формулировать свое собственное мнение и позицию

- научатся толерантному отношению к другому человеку

**Предметные:**

1. научатся осознавать собственную полезность и ценность, основные способы психологического взаимодействия между людьми, приемы повышения собственной самооценки, свое место в мире и обществе;
2. будут уметь работать в группе, в коллективе, получать удовольствие от процесса познания, преодолевать возникающие в школе трудности, психологически справляться с неудачами, осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние, взаимодействовать с учителем и сверстниками, адекватно анализировать собственные проблемы;
3. будут применять полученные знания для адекватного осознания причин возникающих у ребенка проблем и путей их решения, полученный опыт для самореализации и самовыражения в разных видах деятельности.

**Учебный план  
программы  
«Тропинка к своему Я»  
первого года обучения**

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы промежуточной аттестации и итогового контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>I</b>	<b>Вводное занятие «Введение в мир психологии»</b>	<b>9</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	Тестовые задания, устный опрос, творческие работы – рисунки
1.1	Вводное занятие. Инструктаж по охране труда и технике безопасности.	3	1	2	устный опрос
1.2	«Зачем человеку занятия психологией? «Счастье – это...»	6	2	4	Рисунок «счастливого человека» Мини-сочинение «Счастье – это...», опрос
<b>II</b>	<b>Я - это Я</b>	<b>69</b>	<b>23</b>	<b>46</b>	Рисунки, мини-сочинения, творческие работы, опрос
2.1	«Кто Я? Какой Я? Мини-сочинение «Какой я и чем отличаюсь от остальных»	6	2	4	Рисунок «Нарисуй свою роль». Мини-сочинение «Какой я и чем отличаюсь от остальных», опрос
2.2	«Я – могу»	9	3	6	Рисунок «Моя ладошка», работа со сказкой «Фламинго»
2.3	«Я – нужен!»	9	3	6	Рисунки
2.4	«Я – мечтаю»	9	3	6	Мини-сочинение «Мои мечты»
2.5	«Я – это мои цели»	9	3	6	Плакат
2.6	«Я – это мое детство»	9	3	6	Фотовыставка «Детская фотография».
2.7	«Я – это мое настоящее»	9	3	6	Творческая работа
2.8	«Я – это мое будущее»	9	3	6	Творческая работа «Моя мечта»
<b>III</b>	<b>Я имею право чувствовать и выразить свои чувства</b>	<b>30</b>	<b>10</b>	<b>20</b>	Рисунки, творческие работы, опрос

3.1	«Чувства бывают разные»	6	2	4	Рисунок «Изобрази чувство».
3.2	«Стыдно ли бояться?»	6	2	4	Творческая работа
3.3	«Имею ли я право сердиться и обижаться?»	6	2	4	Рисунки
3.4	Любой внутренний мир ценен и уникален	6	2	4	Творческая работа
3.5	Определение уровня тревожности Определение по тесту «Чувства в школе»	6	2	4	Коллективный рисунок «Рисуем обиду»
<b>IV</b>	<b>Я и мой внутренний мир</b>	<b>18</b>	<b>6</b>	<b>12</b>	Мини-сочинения, творческие работы, опрос
4.1	«Каждый видит мир и чувствует по - своему	9	3	6	«Мысленная картинка»
4.2	«Моя ценность»	9	3	6	Мини-сочинение «Я и мой внутренний мир»
<b>V</b>	<b>Кто в ответе за мой внутренний мир?</b>	<b>18</b>	<b>6</b>	<b>12</b>	Мини-сочинения
5.1	«Кто в ответе за мой внутренний мир?» Трудные ситуации могут научить меня.	9	3	6	«Копилка трудных ситуаций».
5.2	«В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется	9	3	6	Мини-сочинение «Я и моя внутренняя сила»
<b>VI</b>	<b>Я и Ты</b>	<b>39</b>	<b>13</b>	<b>26</b>	Творческие работы, опрос
6.1	«Я и мои друзья»	9	3	6	«Красивые поступки»
6.2	«У меня есть друг»	6	2	4	«Качества моего друга» Творческая работа «Мой класс»
6.3	«Я и мои «колючки»	9	3	6	«Мои колючки». «Мои магнитики»
6.4	«Что такое одиночество?»	9	3	6	Творческие работы
6.5	«Я не одинок в этом мире»	6	2	4	Коллективный рисунок на тему «Счастье»
<b>VII</b>	<b>Мы начинаем меняться</b>	<b>30</b>	<b>9</b>	<b>21</b>	Творческие работы, опрос
7.1	«Нужно ли человеку меняться»	9	3	6	Работа с плакатом. «Мои важные изменения»



7.2	«Самое важное захотеть меняться»	9	3	6	«Рюкзак пожеланий».
7.3	«Моя и твоя уникальность»	9	3	6	«Мои важные изменения». Работа с плакатом.
7.4	«Письмо будущему себе»	3		3	Выставка писем
<b>VIII</b>	<b>Итоговое занятие</b>	<b>3</b>		<b>3</b>	Открытое занятие
	<b>Итого часов:</b>	<b>216</b>	<b>70</b>	<b>146</b>	

## Оценочные и методические материалы

### Оценочные материалы:

Описание системы входного и текущего контроля, промежуточной аттестации, подведение итогов реализации общеразвивающей программы.

#### Формы контроля:

- педагогическое наблюдение
- выполнение творческих заданий педагога, их презентация, рефлексия
- конкурсы, игры, тренинги
- опрос на пройденные темы
- выполнение творческих заданий
- участие в мероприятиях, конкурсах, выставках
- анализ педагогом и учащимися качества выполнения заданий
- устный опрос
- анкетирование по пройденным темам
- выполнение практических заданий
- открытое занятие или психологическая игра, совместный детско-родительский тренинг.

#### Сроки проведения:

Входная диагностика проводится в сентябре с целью выявления первоначального уровня знаний детей.

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы.

Промежуточный контроль предусмотрен 1 раз в год в декабре, с целью выявления уровня освоения программы учащимися и корректировки процесса обучения.

Итоговый контроль проводится в конце обучения по программе в мае.

#### Критерии, параметры и показатели оценки:

Освоил весь объем теоретических знаний, предусмотренных программой за конкретный период, овладел практическими умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период – 3 балла.

Объем усвоенных теоретических и практических знаний составляет более  $\frac{1}{2}$  - 2 балла.

Овладел менее чем  $\frac{1}{2}$  объема теоретических и практических знаний, предусмотренных программой – 1 балл.

Не усвоил теоретическое содержание программы, не овладел практическими умениями и навыками – 0 баллов.

Варианты контрольно-измерительных материалов: тест, задание, норматив, анкета, вопросы для собеседования.

#### Форма фиксации результатов:

- Презентации творческих заданий
- Портфолио

- Дипломы и грамоты
- Видеозаписи и фотографии
- Отзывы
- Публикации

### Методические материалы:

#### Методики, методы и приемы, технологии обучения:

1. Информационно-справочный, просветительский метод (картотеки, справочная литература, видеоролики и видеофрагменты из фильмов);
2. Психодиагностика (личностные опросники, проективные личностные тесты, метод наблюдения);
3. Интерактивный метод (игры, тренинги)

#### Формы проведения занятий:

- Групповые занятия
- Самостоятельная работа
- Работа в парах
- Коллективные обсуждения и дискуссии

#### Перечень дидактических средств с описанием формы и тематики:

- раздаточный материал
- дидактический материал
- учебные и методические пособия
- наглядный материал
- учебные видеофильмы
- мультимедийные материалы
- компьютерные программные средства
- видео-каталог, аудио-каталог
- исследовательские работы учащихся
- конспекты занятий
- информационный и справочный материалы
- научную, специальную и методическую литературу
- каталоги
- памятки, инструкции, советы
- список наглядно-информационных материалов
- методические рекомендации
- методические разработки
- тематические папки
- тестовые задания
- диагностические методики
- сборники заданий и упражнений

- сценарии праздников
- творческие отчеты
- фотоальбомы
- видеоматериалы
- материалы по работе с родителями
- планы проведения родительских собраний, анкеты.

№	Раздел	Формы занятий	Дидактический материал	Техническое оснащение	Форма подведения итогов
<i>1-й год обучения</i>					
I	<b>Введение в мир психологии</b>	Беседа, лекция, демонстрация инструктаж, опрос, конкурс	Презентация	Ноутбук, мультимедийный проектор, экран	Конкурс рисунков Устный опрос. Наблюдение.
II	<b>Я – это Я</b>	Практикум, тренинг, Беседа, Игра	Дидактические карточки. Карточки с заданиями. Презентации. Видеоматериалы Аудиоматериалы	Ноутбук, мультимедийный проектор, экран. Музыкальный центр, музыкальное сопровождение (аудиозаписи)	Зачет. Конкурс рисунков Устный опрос. Наблюдение. Мини-сочинения Упражнения
III	<b>Я имею право чувствовать и выражать свои чувства</b>	Практикум, тренинг, Беседа, Игра	Презентации. Видеоматериалы Аудиоматериалы	Ноутбук, мультимедийный проектор, экран	Зачет. Конкурс рисунков Устный опрос. Наблюдение. Мини-сочинения Упражнения
IV	<b>Я и мой внутренний мир</b>	Практикум, тренинг, Беседа, Игра	Презентации. Видеоматериалы Аудиоматериалы	Ноутбук, мультимедийный проектор, экран	Зачет. Конкурс рисунков Устный

<b>№</b>	<b>Раздел</b>	<b>Формы занятий</b>	<b>Дидактический материал</b>	<b>Техническое оснащение</b>	<b>Форма подведения итогов</b>
					опрос. Наблюдение. Мини-сочинения Упражнения
V	<b>Кто в ответе за мой внутренний мир</b>	Практикум, тренинг, Беседа, Игра	Презентации. Видеоматериалы Аудиоматериалы	Ноутбук, мультимедийный проектор, экран	Зачет. Конкурс рисунков Устный опрос. Наблюдение. Мини-сочинения Упражнения
VI	<b>Я и ты</b>	Практикум, тренинг, Беседа, Игра	Презентации. Видеоматериалы Аудиоматериалы	Ноутбук, мультимедийный проектор, экран	Зачет. Конкурс рисунков Устный опрос. Наблюдение. Мини-сочинения Упражнения
VII	<b>Мы начинаем меняться</b>	Практикум, тренинг, Беседа, Игра	Презентации. Видеоматериалы Аудиоматериалы	Ноутбук, мультимедийный проектор, экран	Зачет. Конкурс рисунков Устный опрос. Наблюдение. Мини-сочинения Упражнения
VIII	<b>Итоговое занятие</b>	Открытый урок	Презентации. Видеоматериалы Аудиоматериалы	Ноутбук, мультимедийный проектор, экран	Психологическая игра, ДРТренинг

## Информационные источники

### Нормативная база:

1. Конвенция о правах ребенка, Принята [резолюцией 44/25](#) Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года
2. Конституция Российской Федерации, Принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 г. с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020
3. Концепция воспитания юных петербуржцев на 2020-2025 годы «Петербургские перспективы» (Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 16.01.2020 № 105-р)
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2023 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р)
5. 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 (Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 19.03.2020 г. № ГД-39/04),
6. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. № 196)
7. Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816)
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 г. Москва "Об утверждении СанПиН СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания, обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации и Министерства экономического развития Российской Федерации от 19 декабря 2019 г. № 702/811 «Об утверждении общих требований к организации и проведению в природной среде следующих мероприятий с участием детей, являющихся членами организованной группы несовершеннолетних туристов: прохождения туристских маршрутов, других маршрутов передвижения, походов, экспедиций, слетов и иных аналогичных мероприятий, а также указанных мероприятий с участием организованных

групп детей, проводимых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и организациями отдыха детей и их оздоровления»

10. Примерная программа воспитания в учреждениях дополнительного образования Санкт-Петербурга (Письмо Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 21.04.2021 № 03-28-3378/21-0-0)

11. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда и соцзащиты от 22 сентября 2021 г. N 652н)

12. Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 25.12.2017 N 3986-р «Об утверждении технологических регламентов оказания государственных услуг в сфере дополнительного образования»

13. Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 25 августа 2022 года № 1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга»

14. Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 05.09.2022 № 1779-р «Об утверждении Правил проведения независимой оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, планируемых к реализации в рамках персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Санкт-Петербурге»

15. Распоряжение Правительства Санкт-Петербурга от 21.08.2020 № 24-рп «Об утверждении Плана мероприятий по реализации в 2020-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»

16. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12 ноября 2020 г. № 2945-р)

17. Требования к структуре официального сайта образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и формату представления информации (Приказ Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки № 831 от 14.08.2020)

18. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

19. Федеральный закон Российской Федерации № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»

#### Список литературы для использования педагогом:

– Айзенк Р. Познай свои способности! М., 1992 .- 175 с.

- Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. М., 1988. - 72 с.
- Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1989. - 276 с.
- Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М., 1887. – 207 с.
- Дубровина И.В. Школьная психологическая служба: Вопросы теории и практики. М.: Просвещение, 1991. – 232 с.
- Игры: обучение, тренинг, досуг // под ред. Петрусинского В.В. М.: Новая школа, 1994. – 64 с.
- Тихомирова Л.Ф. Развитие интеллектуальных способностей ребенка. Младший подростковый возраст 10 – 14 лет. М.: Рольф, 2001. – 192 с.
- Ты меня понимаешь? // составитель Васильева Т.В.. С-Петербург, 1994. – 32 с.
- Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. В 4-х частях. М.: Генезис, 2000. – 152 с.
- Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии средней школе (5-6 классы). – 4-е изд. М.: Генезис, 2012 – 198 с.

### **Список литературы в адрес учащихся и родителей**

- Андреев О.А. Учимся быть внимательными / О.А. Андреев. — Ростов н/Д: Феникс, 2004. – 154 с.
- Бьюзен Т. Максимально используйте свой разум / Т.Бьюзен. — Минск, 2004 -198 с.
- Гамезо М.В. Атлас по психологии: Информационно-методическое пособие по курсу «Психология человека» / М.В. Гамезо, И.А. Домашенко— М.: Педагогическое общество России, 2001. – 267 с.
- Жариков Е.С. Для тебя и о тебе / Е.С. Жариков, Е.Л. Крушельницкий — М.: Просвещение, 1991.- 126 с.
- Тертель А.Л. Психология в вопросах и ответах: Учебное пособие / А.Л.Тертель— М.: Проспект, 2005. – 178 с.
- Бабушкина Т. Что хранится в карманах детства. Уроки фантазии. / Т.Бабушкина— М.: Издательство «Атлант», 2004.- 149 с.

### **Перечень интернет-источников**

- Международный проект библиотеки музыкальных партитур [Электронный ресурс].– Режим доступа: <http://imslp.org/wiki/>, свободный.
- Галерея художников [Электронный ресурс].– Режим доступа: <http://classic-online.ru/ru/art>, свободный



- Всероссийский интернет-педсовет [Электронный ресурс] .– Режим доступа: <http://pedsovet.org/>, свободный
- Сеть творческих учителей [Электронный ресурс].– Режим доступа: <http://it-n.ru/> , свободный.
- Каталог интернет-ресурсов по образованию [Электронный ресурс].– Режим доступа: <http://catalog.iot.ru>, свободный.
- Социальная сеть работников образования [Электронный ресурс].– Режим доступа: <http://nsportal.ru/>, свободный.



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Дом детского творчества Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБУ ДО ДДТ Красносельского района Санкт-Петербурга)**

УТВЕРЖДЕН  
приказом от от 31.08.2022 № 67-ОД \_\_  
Директор

\_\_\_\_\_ М.Д. Иваник

**Календарный учебный график  
дополнительной общеразвивающей программы  
«Тропинка к своему Я»  
на 2022-2023 учебный год**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Всего учебных недель	Всего учебных дней	Всего учебных часов	Режим занятий
1 год	1.09.2022	23.05.2023	36	72	216	2 раза в неделю по 3 часа



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Дом детского творчества Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБУ ДО ДДТ Красносельского района Санкт-Петербурга)**

УТВЕРЖДЕНА  
приказом от от 31.08.2022 № 67-ОД \_  
Директор

\_\_\_\_\_ М.Д. Иваник

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
дополнительной общеразвивающей программы  
«Тропинка к своему Я»**

**Особенности программы и организации образовательного процесса  
в 2022-2023 учебном году:**

Данная образовательная программа направлена на формирование и сохранение психологического здоровья школьников, т.к. способствует развитию интереса подростка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению такой атмосферы, при которой человек полноценно выполняет свои социальные функции.

**Цель программы:** развитие социально-личностной сферы детей младшего подросткового возраста, формирование и развитие универсальных учебных действий (УУД), профилактика школьной дезадаптации.

**Задачи образовательной программы:**

**Обучающие:**

1. Научить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу;
2. Научить понимать чувства другого человека;
3. Расширить представления учащихся о содержании понятия «Я»;
4. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.

**Развивающие:**

1. Формировать способность к организации своей деятельности;
2. Формировать умение принимать и сохранять цели, следовать им, осуществлять контроль и оценку своих действий;
3. Формировать умение взаимодействовать с педагогом и сверстниками;

**Воспитательные:**

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей.

2. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.

3. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.

4. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения. Формировать терпимость к мнению собеседника.

5. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.

6. Способствовать успешной адаптации подростков в средней школе.

## **Планируемые результаты:**

### **Предметные:**

- научатся осознавать собственную полезность и ценность, основные способы психологического взаимодействия между людьми, приемы повышения собственной самооценки, свое место в мире и обществе;

- будут уметь работать в группе, в коллективе, получать удовольствие от процесса познания, преодолевать возникающие в школе трудности, психологически справляться с неудачами, осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние, взаимодействовать с учителем и сверстниками, адекватно анализировать собственные проблемы;

- будут применять полученные знания для адекватного осознания причин возникающих у ребенка проблем и путей их решения, полученный опыт для самореализации и самовыражения в разных видах деятельности

### **Метапредметные:**

#### *Регулятивные УУД:*

-будут осознавать свои личные качества, способности и возможности

- будут осознавать свои эмоциональные состояния и учиться

саморегуляции

- будут овладевать навыками саморегуляции в общении со

сверстниками и учителями

- будут учиться контролировать собственное агрессивное поведение

- будут осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и

поступки

- будут учиться прогнозировать последствия собственных поступков

#### *Познавательные УУД:*

- научатся осознавать и анализировать изменения в самом себе

- научатся планировать свою учебную деятельность с учетом

индивидуального стиля учебной деятельности

- научатся адекватно воспринимать оценки учителей

- научатся распознавать чувства других людей

-научатся обогащать представления о собственных ценностях и их роли  
в жизни

-будут уметь формулировать собственные проблемы

*Коммуникативные УУД:*

- научатся строить взаимоотношения с окружающими

- научатся конструктивно разрешать конфликтные ситуации

- научатся правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со  
стороны других

- научатся самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями

- научатся формулировать свое собственное мнение и позицию

- научатся толерантному отношению к другому человеку

### **Личностные:**

1) будет сформировано ответственное отношение к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

2) будет сформировано осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

3) будут освоены социальные нормы, правила поведения, роли и формы социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

4) будет развито моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирования нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

5) будет сформирована коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

6) будут сформированы ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоены правила индивидуального и коллективного безопасного

поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

7) будут осознаны значения семьи в жизни человека и общества, приняты ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

**Качества личности, которые могут быть развиты у учащихся в результате занятий:**

- дружелюбное отношение к другим людям;
- познавательная, творческая, общественная активность;
- самостоятельность (в т.ч. в принятии решений);
- умение работать в сотрудничестве с другими, отвечать за свои решения;
- коммуникабельность;
- уважение к себе и другим;
- личная и взаимная ответственность;
- готовность действия в нестандартных ситуациях.

## **Содержание программы**

### **1 Введение в мир психологии**

**Теория:** Знакомство с основными направлениями программы, заполнение журнала анкетными данными, беседа по технике безопасности и охране труда. Обсуждение правил работы на занятиях.

Что такое психология. Зачем человеку занятия психологией. Я-пятиклассник.

**Практика:** Игра «Ассоциация». Счастье – это... Рисунок счастливого человека.

### **2. Я – это Я**

#### **Кто Я, какой Я?**

**Теория:** Что я знаю о себе? Какой Я? Какими я обладаю качествами, способностями, возможностями.

**Практика:** Мини-сочинение «Какой я и чем отличаюсь от остальных»  
Нарисуй свою роль. Мой портрет в лучах солнца.

#### **Я могу**

**Теория:** Понятие «Самооценка», «Самокритика». Игра «Чьи ладони». Моя ладошка. Я могу, я умею. Почему я это умею? Потерянное могу.

**Практика:** Работа со сказкой. Как поощрить пятиклассника.

#### **Я нужен**

**Теория:** Почему для человека так важно быть нужным окружающим людям? Что нужно школьнику. Кто нужен школьнику. Закончи предложение.

**Практика:** Работа со сказкой.

#### **Я мечтаю**

**Теория:** понятие цель, мечта, отличия

**Практика:** Мини-сочинение «Мои мечты» Мои мечты. Я – невидимка. Закончи предложение. Зачем люди мечтают. Сказка о мечте.

**Я – это мои цели.**

**Теория:** Мои цели. Отличие цели от мечты. План достижения цели.

**Практика:** Превратись в животное. Заветное желание. Работа со сказкой. Ролевая игра «Что делать, если ребенок не хочет делать домашнее задание».

**Я – это мое детство**

**Теория:** Детство, как значимый период в жизни. Закончи предложение.

**Практика:** Детские воспоминания. Любимая игрушка. Детская фотография. Семейные ценности. Я – помощник. Мои обязанности дома. Мама, папа, я – дружная семья.

**Я – это мое настоящее**

**Теория:** Я сейчас. Роль взрослых и роль детей.

**Практика:** Ролевая игра «Как необходимо воспитывать детей».

**Я – это мое будущее**

**Теория:** Я в будущем.

**Практика:** Игра «Превратись в возраст».

**3. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства**

**Теория:** Чувства бывают разные. Понятие «Чувства», «Эмоции», «Мимика». Способы адекватного самовыражения чувств. Управление своими эмоциями.

**Практика:** Закончи предложение. Изобрази чувство. Испорченный телефон. Работа со сказкой. Тренинг «Коробка счастья».

**Стыдно ли бояться?**

**Теория:** Страхи пятиклассников. Стыдно ли бояться? Способы преодоления страхов.

**Практика:** Отгадай чувство. Страшный персонаж. Работа со сказкой. Гнев дружи со страхом и обидой. Игра «Ожившее чувство».

**Имею ли я право сердиться и обижаться?**

**Теория:** понятие – обида

**Практика:** Коллективный рисунок «Рисуем обиду» Отгадай чувство. Найди лишнее слово. Подросток рассердился. Помогите маме. Рисуем обиду.

**4. Я и мой внутренний мир**

**Каждый видит и чувствует мир по-своему**

**Теория:** Каждый имеет право на собственную точку зрения.

**Практика:** Найди слово. Психологические примеры. Мысленная картинка. Если я камушек. Маленькая страна. Работа со сказкой.

**Моя ценность**

**Теория:** Внутренний мир человека.

**Практика:** Мини-сочинение «Я и мой внутренний мир» Психологические примеры. Мысленная картинка. Я внутри и снаружи. Сны. Маленький принц.

**5. Кто в ответе за мой внутренний мир**

## **Кто в ответе за мой внутренний мир? Трудные ситуации могут научить меня...**

**Теория:** Ответственность человека за свои чувства, мысли и поступки. Плюсы и минусы. Трудные ситуации в разном возрасте. Копилка трудных ситуаций пятиклассника.

**Практика:** Работа со сказкой. Ответственность за свои поступки.

## **В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется.**

**Теория:** Любая трудная ситуация имеет обучающий эффект. Как правильно просить прощение. Внутренняя сила.

**Практика:** Мини-сочинение «Я и моя внутренняя сила». Составление предложений. Работа со сказкой.

## **6. Я и ты**

### **Я и мои друзья.**

**Теория:** Понятие «Друг». Знаки «Я», «Мы». Противопоставление себя другим. Проблемы подростковой дружбы. Человеческие качества, которые способствуют и мешают дружбе.

**Практика:** Сказка «светлячок». Красивые поступки. Общая рука.

### **У меня есть друг.**

**Теория:** понятия по теме.

**Практика:** Игра «Загадай друга». Качества, присущие другу. Сказка «Волшебная роща». Талисман для друга. Мечта моего друга. Сочиняем сказку про дружбу.

### **Я и мои «колючки».**

**Теория:** Из пяти слов. Мои колючки - качества, мешающие общению. Мои магнитики. Хвастовство. Ссора и драка. Трудно ли быть терпеливым

**Практика:** Игра «Кто сколько запомнит». Ролевая игра «Покажи ситуацию». Сказка «Шиповник».

### **Что такое одиночество**

**Теория:** Одиночество и его причины. Одиночество взрослого и подростка (сходства и различия). Способы преодоления одиночества. Запиши наоборот. Одиночество в классе.

**Практика:** Сказка об одной одинокой рыбке и огромном синем море. Если я окажусь одиноким... Кого я сделал одиноким

### **Я не одинок в этом мире.**

**Теория:** Культура общения. Понимать и договариваться. Умные и глупые вопросы.

**Практика:** Работа с плакатом «Позитивные качества». Сказка «И однажды утром». Коллективный рисунок. Интервью «Значимый поступок».

## **7. Мы начинаем меняться.**

### **Нужно ли человеку меняться.**

**Теория:** Осознание изменений, которые происходят с пятиклассниками. Мои важные изменения.



**Практика:** Сказка про Тофа. Самое главное. Как изменился класс. Работа с плакатом. Сказка «Я иду к своей звезде». Чтобы я изменил в себе?

**Самое важное - захотеть меняться.**

**Теория:** Мотивировка к позитивному самоизменению. Будущее каждого находится в руках человека.

**Практика:** Рюкзак пожеланий. Пожелания взрослым. Работа со сказкой «Желтый цветок».

**Моя и твоя уникальность**

Обобщение.

**Письмо будущему себе**

**Практика:** выставка писем

**8.Итоговое занятие**

**Практика:** Открытое занятие для родителей

УТВЕРЖДЕН  
приказом директора  
от 31.08.2022 № 67-ОД  
№ \_\_\_\_\_

**Календарный тематический план**  
дополнительной общеразвивающей программы  
**«Тропинка к своему Я»**  
(название)  
на 2022-2023 учебный год

для 5116 группы 1 года обучения  
(номер группы) (год обучения)

педагога Карягиной Анастасии Григорьевны  
(фамилия, имя, отчество)

№ п/п	Дата занятия		Тема / содержание занятия	Количество часов	Примечание
	план*	факт**			
1	1.09.22		Вводное занятие. Инструктаж по охране труда и технике безопасности.	3	
2	6.09.22		«Зачем человеку занятия психологией? «Счастье – это...»	3	
3	8.09.22		«Зачем человеку занятия психологией? «Счастье – это...»	3	
4	13.09.22		«Кто Я? Какой Я? Мини-сочинение «Какой я и чем отличаюсь от остальных»	3	
5	15.09.22		«Кто Я? Какой Я? Мини-сочинение «Какой я и чем отличаюсь от остальных»	3	
6	20.09.22		«Я – могу»	3	

7	22.09.22		«Я – могу»	3	
8	27.09.22		«Я – могу»	3	
9	29.09.22		«Я – нужен!»	3	
10	4.10.22		«Я – нужен!»	3	
11	6.10.22		«Я – нужен!»	3	
12	11.10.22		«Я – мечтаю»	3	
13	13.10.22		«Я – мечтаю»	3	
14	18.10.22		«Я – мечтаю»	3	
15	20.10.22		«Я – это мои цели»	3	
16	25.10.22		«Я – это мои цели»	3	
17	27.10.22		«Я – это мои цели»	3	
18	1.11.22		«Я – это мое детство»	3	
19	3.11.22		«Я – это мое детство»	3	
20	8.11.22		«Я – это мое детство»	3	
21	10.11.22		«Я – это мое настоящее»	3	
22	15.11.22		«Я – это мое настоящее»	3	
23	17.11.22		«Я – это мое настоящее»	3	
24	22.11.22		«Я – это мое будущее»	3	
25	24.11.22		«Я – это мое будущее»	3	
26	29.11.22		«Я – это мое будущее»	3	
27	1.12.22		«Чувства бывают разные»	3	
28	6.12.22		«Чувства бывают разные»	3	
29	8.12.22		«Стыдно ли бояться?»	3	
30	13.12.22		«Стыдно ли бояться?»	3	
31	15.12.22		«Имею ли я право сердиться и обижаться?»	3	
32	20.12.22		«Имею ли я право сердиться и	3	

			обижаться?»		
33	22.12.22		Любой внутренний мир ценен и уникален	3	
34	27.12.22		Любой внутренний мир ценен и уникален	3	
35	29.12.22		Определение уровня тревожности Определение по тесту «Чувства в школе»	3	
36	10.01.23		Определение уровня тревожности Определение по тесту «Чувства в школе»	3	
37	12.01.23		«Каждый видит мир и чувствует по – своему»	3	
38	17.01.23		«Каждый видит мир и чувствует по – своему»	3	
39	19.01.23		«Каждый видит мир и чувствует по – своему»	3	
40	24.01.23		Моя ценность	3	
41	26.01.23		Моя ценность	3	
42	31.01.23		Моя ценность	3	
43	2.02.23		«Кто в ответе за мой внутренний мир?» Трудные ситуации могут научить меня.	3	
44	7.02.23		«Кто в ответе за мой внутренний мир?» Трудные ситуации могут научить меня.	3	
45	9.02.23		«Кто в ответе за мой внутренний мир?» Трудные ситуации могут научить меня.	3	
46	14.02.23		В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется	3	
47	16.02.23		В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется	3	
48	21.02.23		В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется	3	

49	28.02.23		«Я и мои друзья»	3	
50	2.03.23		«Я и мои друзья»	3	
51	7.03.23		«Я и мои друзья»	3	
52	9.03.23		«У меня есть друг»	3	
53	14.03.23		«У меня есть друг»	3	
54	16.03.23		«Я и мои «колючки»	3	
55	21.03.23		«Я и мои «колючки»	3	
56	23.03.23		«Я и мои «колючки»	3	
57	28.03.23		«Что такое одиночество?»	3	
58	30.03.23		«Что такое одиночество?»	3	
59	4.04.23		«Что такое одиночество?»	3	
60	6.04.23		«Я не одинок в этом мире»	3	
61	11.04.23		«Я не одинок в этом мире»	3	
62	13.04.23		«Нужно ли человеку меняться»	3	
63	18.04.23		«Нужно ли человеку меняться»	3	
64	20.04.23		«Нужно ли человеку меняться»	3	
65	25.04.23		«Самое важное захотеть меняться»	3	
66	27.04.23		«Самое важное захотеть меняться»	3	
67	2.05.23		«Самое важное захотеть меняться»	3	
68	4.05.23		«Моя и твоя уникальность»	3	
69	11.05.23		«Моя и твоя уникальность»	3	
70	16.05.23		«Моя и твоя уникальность»	3	
71	18.05.23		«Письмо будущему себе»	3	

72	23.05.22		Итоговое занятие	3	
			<b>Всего часов:</b>	<b>216</b>	

УТВЕРЖДЕН  
приказом директора  
от 31.08.2022 № 67-ОД

**Календарный тематический план**  
дополнительной общеразвивающей программы  
«Тропинка к своему Я»  
(название)  
на 2022-2023 учебный год

для 5117 группы 1 года обучения  
(номер группы) (год обучения)

педагога Карягиной Анастасии Григорьевны  
(фамилия, имя, отчество)

№ п/п	Дата занятия		Тема / содержание занятия	Количество часов	Примечание
	план*	факт**			
1	1.09.22		Вводное занятие. Инструктаж по охране труда и технике безопасности.	3	
2	6.09.22		«Зачем человеку занятия психологией? «Счастье – это...»	3	
3	8.09.22		«Зачем человеку занятия психологией? «Счастье – это...»	3	
4	13.09.22		«Кто Я? Какой Я? Мини-сочинение «Какой я и чем отличаюсь от остальных»	3	
5	15.09.22		«Кто Я? Какой Я? Мини-сочинение «Какой я и чем отличаюсь от остальных»	3	
6	20.09.22		«Я – могу»	3	
7	22.09.22		«Я – могу»	3	

8	27.09.22		«Я – могу»	3	
9	29.09.22		«Я – нужен!»	3	
10	4.10.22		«Я – нужен!»	3	
11	6.10.22		«Я – нужен!»	3	
12	11.10.22		«Я – мечтаю»	3	
13	13.10.22		«Я – мечтаю»	3	
14	18.10.22		«Я – мечтаю»	3	
15	20.10.22		«Я – это мои цели»	3	
16	25.10.22		«Я – это мои цели»	3	
17	27.10.22		«Я – это мои цели»	3	
18	1.11.22		«Я – это мое детство»	3	
19	3.11.22		«Я – это мое детство»	3	
20	8.11.22		«Я – это мое детство»	3	
21	10.11.22		«Я – это мое настоящее»	3	
22	15.11.22		«Я – это мое настоящее»	3	
23	17.11.22		«Я – это мое настоящее»	3	
24	22.11.22		«Я – это мое будущее»	3	
25	24.11.22		«Я – это мое будущее»	3	
26	29.11.22		«Я – это мое будущее»	3	
27	1.12.22		«Чувства бывают разные»	3	
28	6.12.22		«Чувства бывают разные»	3	
29	8.12.22		«Стыдно ли бояться?»	3	
30	13.12.22		«Стыдно ли бояться?»	3	
31	15.12.22		«Имею ли я право сердиться и обижаться?»	3	
32	20.12.22		«Имею ли я право сердиться и обижаться?»	3	



33	22.12.22		Любой внутренний мир ценен и уникален	3	
34	27.12.22		Любой внутренний мир ценен и уникален	3	
35	29.12.22		Определение уровня тревожности Определение по тесту «Чувства в школе»	3	
36	10.01.23		Определение уровня тревожности Определение по тесту «Чувства в школе»	3	
37	12.01.23		«Каждый видит мир и чувствует по – своему»	3	
38	17.01.23		«Каждый видит мир и чувствует по – своему»	3	
39	19.01.23		«Каждый видит мир и чувствует по – своему»	3	
40	24.01.23		Моя ценность	3	
41	26.01.23		Моя ценность	3	
42	31.01.23		Моя ценность	3	
43	2.02.23		«Кто в ответе за мой внутренний мир?» Трудные ситуации могут научить меня.	3	
44	7.02.23		«Кто в ответе за мой внутренний мир?» Трудные ситуации могут научить меня.	3	
45	9.02.23		«Кто в ответе за мой внутренний мир?» Трудные ситуации могут научить меня.	3	
46	14.02.23		В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется	3	
47	16.02.23		В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется	3	
48	21.02.23		В трудной ситуации я ищу силу внутри себя, и она обязательно найдется	3	
49	28.02.23		«Я и мои друзья»	3	

50	2.03.23		«Я и мои друзья»	3	
51	7.03.23		«Я и мои друзья»	3	
52	9.03.23		«У меня есть друг»	3	
53	14.03.23		«У меня есть друг»	3	
54	16.03.23		«Я и мои «колючки»	3	
55	21.03.23		«Я и мои «колючки»	3	
56	23.03.23		«Я и мои «колючки»	3	
57	28.03.23		«Что такое одиночество?»	3	
58	30.03.23		«Что такое одиночество?»	3	
59	4.04.23		«Что такое одиночество?»	3	
60	6.04.23		«Я не одинок в этом мире»	3	
61	11.04.23		«Я не одинок в этом мире»	3	
62	13.04.23		«Нужно ли человеку меняться»	3	
63	18.04.23		«Нужно ли человеку меняться»	3	
64	20.04.23		«Нужно ли человеку меняться»	3	
65	25.04.23		«Самое важное захотеть меняться»	3	
66	27.04.23		«Самое важное захотеть меняться»	3	
67	2.05.23		«Самое важное захотеть меняться»	3	
68	4.05.23		«Моя и твоя уникальность»	3	
69	11.05.23		«Моя и твоя уникальность»	3	
70	16.05.23		«Моя и твоя уникальность»	3	
71	18.05.23		«Письмо будущему себе»	3	
72	23.05.22		Итоговое занятие	3	

			<b>Всего часов:</b>	<b>216</b>	
--	--	--	---------------------	------------	--



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Дом детского творчества Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБУ ДО ДДТ Красносельского района Санкт-Петербурга)**

УТВЕРЖДЕНА  
приказом от 31.08.2022 № 67-ОД  
Директор

\_\_\_\_\_ М.Д. Иваник

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ**  
**дополнительной общеразвивающей программы**  
**«Тропинка к своему Я»**  
(название программы)  
**на 2022 - 2023 учебный год**

Карягиной Анастасии Григорьевны  
(фамилия, имя, отчество)

**I. Основные направления воспитательной работы на 2022-2023 учебный год**

1. Мотивирование детей к самопознанию и познанию других людей.
2. Формирование адекватной установки в отношении школьных трудностей - установки преодоления.
3. Развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом и с педагогами.
4. Повышение уровня самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения. Формирование терпимости к мнению собеседника.
5. Корректирование у детей нежелательных черт характера и поведения.
6. Способствование успешной адаптации подростков в средней школе.

**II. Календарный план воспитательной работы**

№ п/п	Название мероприятия	Год обучения	Сроки	Место проведения	Примечание
<b>1. Воспитательные мероприятия в коллективе</b>					

1	Вступление в объединение «Тропинка к своему Я»	1	сентябрь	ГБОУ школа № 203	
2	Выставка рисунков «Мое призвание»	1	сентябрь	ГБОУ школа № 203	
3	Выставка мини-сочинений «Я мечтаю»	1	октябрь	ГБОУ школа № 203	
4	Фотовыставка «Моя дружная семья»	1	ноябрь	ГБОУ школа № 203	
5	Тренинг – Мы разные, но мы вместе, приуроченный к Всемирному дню инвалидов	1	декабрь	ГБОУ школа № 203	
6	Выставка рисунков «Изобрази чувство»	1	январь	ГБОУ школа № 203	
7	Выставка мини-сочинений «Чему я хочу научиться»	1	февраль	ГБОУ школа № 203	
8	Тренинг Прокрастинация: победи в себе ленивца	1	март	ГБОУ школа № 203	
9	Коллективный рисунок «Счастье – это»	1	апрель	ГБОУ школа № 203	
10	Совместный детско-родительский тренинг «Важней всего погода в доме», направленный на укрепление ДРО	1	май	ГБОУ школа № 203	
<b>2. Участие в воспитательных мероприятиях Дома детского творчества</b>					
1	Акция милосердия «Подари праздник»	1	декабрь	ДДТ	

	Новогодний подарок				
2	Новогодняя благотворительная акция «Согрей теплом души»	1	декабрь	ДДТ	
3	Онлайн-викторина, посвященная дню студента (Татьянин день)	1	январь	ДДТ	
4	Онлайн-викторина «Мое Отечество»	1	февраль	ДДТ	
5	«Будь здоров!»	1	апрель	ДДТ	
6	Семейный конкурс «Традиции моей семьи»	1	май	ДДТ	
7	Онлайн передача ко Дню детских общественных организаций	1	май	ДДТ	
<b>3. Участие в воспитательных мероприятиях района и города</b>					
1	Акция памяти «Беслан - мы помним»	1	сентябрь		
2	Акция «Свеча памяти». Концертная программа	1	январь		
3	Всероссийская акция «Будь здоров!»	1	март-апрель		
4	Всероссийская социальная акция «Здоровье - стиль жизни!»	1	апрель-май		
<b>4. Участие в конкурсных мероприятиях в ДДТ, районного, городского, всероссийского и международного уровней</b>					
1	Фестиваль-конкурс семейного творчества «Семь+Я»	1	сентябрь-май	ДДТ	
2	Фестиваль «Говорим	1	январь	ДДТ	

	правильно»				
3	Всероссийская онлайн-викторина «Здоровый образ жизни»	1	сентябрь-май		

### III. План работы с родителями

№ п/п	Название мероприятия	Год обучения	Сроки	Место проведения	Примечание
1.	Родительское собрание Тема: «О задачах объединения в учебном году, планирование совместной работы. Выбор родительского комитета»	1 год	сентябрь	ГБОУ школа № 203	
2.	Организация и проведение мероприятия «Вступление в объединение Тропинка к своему Я»	1 год	сентябрь	ГБОУ школа № 203	
3.	Организация и проведение тренинга для родителей, посвящённого Всемирному дню психического здоровья	1 год	октябрь	ГБОУ школа № 203	
4.	Занятие: «Я и мой ребенок - поиски взаимопонимания»	1 год	ноябрь	ГБОУ школа № 203	
5.	Тренинг «Типы семейного воспитания»	1 год	декабрь	ГБОУ школа № 203	
6.	Родительское собрание Тема: «Подведение итогов работы объединения за 1 полугодие,	1 год	январь	ГБОУ школа № 203	

	планирование работы на 2 полугодие»				
7.	Занятие: Формирование у детей ответственности. Уровни и составляющие ответственности.	1 год	январь	ГБОУ школа № 203	
8.	Занятие: Мотивы "плохого поведения" детей. Причины стойкого непослушания. Поощрение хорошего поведения. Какой должна быть похвала? Виды поощрений	1 год	февраль	ГБОУ школа № 203	
9.	Занятие: Самооценка наших детей	1 год	март	ГБОУ школа № 203	
10.	Практическое занятие «Хочу развить талант ребенка»	1 год	апрель	ГБОУ школа № 203	
11.	Совместный детско-родительский тренинг «Важней всего погода в доме», направленный на укрепление ДРО	1 год	май	ГБОУ школа № 203	
14.	Открытое занятие для родителей учащихся	1 год	23 мая 2023 года	ГБОУ школа № 203	

**Согласована:**

**Зам. Директора по социально-культурной деятельности**

**(Л.С.Прохорова)**

\_\_\_\_\_

(подпись)

(ФИО)

Дата согласования «31» августа 2022 г.