

Государственное образовательное учреждение дополнительного образования
Тульской области
«Центр дополнительного образования детей»

Программа рассмотрена на
заседании педагогического совета
ГОУ ДО ТО «ЦДОД»,
Протокол № 3
от «4» сентября 2024 г.

Утверждаю
Директор ГОУ ДО ТО «ЦДОД»

Ю.В. Грошев
Приказ от «4» сентября 2024 г. № 304

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Территория успеха»**

Направленность: социально-гуманитарная
Возраст: 7-11 лет
Срок реализации: 2 года (72 часа)
Уровень сложности: стартовый

Составитель:
Муркина Елизавета Александровна,
педагог- психолог

Тула, 2024

Пояснительная записка

В современном российском обществе психологическая поддержка детей является одним из важнейших и оптимальных факторов формирования психологического здоровья, что в свою очередь определяет не только их включение в социальную жизнь, нахождение своей ниши, но и способствует развитию общества в целом. Ребенок нуждается в поддержке не только тогда, когда ему плохо, но и когда ему хорошо.

Именно психологический игровой тренинг помогает развить у ребенка поведенческие и психологические установки, качества, умения, навыки, способы мышления, необходимые для того, чтобы стать уверенным и вырасти в успешную счастливую личность.

Участие в данном тренинге поможет детям научиться эффективно взаимодействовать с окружающими и строить здоровые отношения со сверстниками, справляться со стрессом, улучшить концентрацию, и когнитивные способности, что в свою очередь повлияет на повышение результатов успеваемости в школе.

В связи с этим разработана *дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Территория успеха» стартового уровня сложности, социально-гуманитарной направленности* в соответствии с действующей нормативно-правовой базой федерального, регионального и локального уровней:

Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р);

Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (*раздел VI «Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»*);

Уставом и локальными актами ГОУ ДО ТО «ЦДОД».

Новизна дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Территория успеха» заключается в том, что тренинг является инновационной формой обучения и весьма перспективной, поскольку позволяет создать условия для формирования универсальных практических умений и навыков обучающихся, которые являются основой для компетенций, необходимых в дальнейшей жизни.

Кроме того, игровой психологический тренинг является фундаментом для формирования межличностных отношений, нового вида взаимоотношений педагога с обучающимися. Информация, которую получают дети при выполнении различных упражнений, становится не только целью ее изучения, но и средством для развития ребенка как творческой личности.

Актуальность программы обусловлена все более возрастающим интересом родителей (законных представителей) к психологическому развитию детей, что приводит к поиску современных возможностей обучения детей с использованием тренинговых занятий, позволяющих выстраивать учебно – воспитательный процесс в соответствии с интересами ребенка, его потребностями, способностями и мотивами деятельности. Участие детей в тренинге способствует формированию общительного человека, владеющего словом и телом, умеющего слушать и понимать других людей.

Базой для составления данной программы послужила и научно-популярная литература, дополнительные развивающие программы Г.Б. Мониной, Е.К. Лютова «Тренинг эффективного взаимодействия с детьми», О.В. Хухлаева «Тропинка к своему Я».

Исследования психолога, профессора, доктора педагогических наук А.А. Люблинской указывают, что «ключевым словом для описания эмоционального благополучия является «гармония» или «баланс». Прежде всего, это гармония между эмоциональным и интеллектуальным, между телесным и психическим благополучием...»

Кроме того, во время тренинга мозг работает достаточно интенсивно, задействуются одновременно несколько зон, ответственных за организацию, передачу, распределение и реагирование на полученную информацию. При этом отсутствует возможность прокрастинации, то есть перекладывания задач и действий, откладывание «на потом», так как требуется решение поставленных задач «здесь и сейчас», что и заставляет мозг работать в максимально активном режиме. «... Только согласованное функционирование этих систем, их единство может обеспечить успешное выполнение любых форм деятельности».

Таким образом, концепция данной программы материализует идею психологического развития и эмоционального благополучия каждого ребенка.

Поскольку Тульский регион стремительно развивается, то возрастает потребность в программе по психологическому развитию и поддержке детей. Данная программа является важным компонентом социально-экономического развития региона, так как помогает формировать здоровое и счастливое поколение, способное эффективно взаимодействовать в обществе и принимать решения.

Согласно педагогическому мониторингу, проведенному среди родителей (законных представителей), у 100% респондентов выявлена актуальность их запросов на реализацию данной программы.

Программа ценна своей *практической значимостью*, имеет практико-ориентированный характер. Практический блок занятий психологического игрового тренинга для детей – один из популярнейших и эффективных форм приобретения новых навыков познания себя, открытия собственных психологических возможностей, своевременного решения проблем поведения. На занятиях дети учатся различать эмоциональные состояния других людей, управлять своими эмоциями и идентифицировать собственные чувства, приобретают навыки саморегуляции, что помогает им успешно адаптироваться к различным ситуациям, принимать обоснованные решения и избегать конфликтов и стрессов. Обучающиеся осваивают новые термины, способы общения, которые способствуют развитию коммуникативных навыков и успешной социализации.

Отличительной особенностью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы является следующее: тренинг носит именно игровую форму, что вызывает неподдельный интерес к процессу обучения даже у тех детей, которые замкнуты и не сразу идут на контакт, он хорошо раскрепощает детей.

Адресат программы- дети от 7 до 11 лет.

На обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Территория успеха» принимаются на принципах добровольности все желающие дети.

Количество обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Территория успеха» соответствует нормативному локальному акту ГОУ ДО ТО «ЦДОД».

При реализации программы в учебно – воспитательном процессе возникает необходимость учета индивидуальных способностей и склонностей обучающихся, возрастных особенностей мышления и восприятия, внимания и памяти.

Данная программа разработана с учётом возрастных, психологических особенностей и возможностей детей.

Особенность психологии ребенка младшего школьного возраста заключается в том, что он еще мало осознает свои переживания и далеко не всегда способен понять причины, их вызывающие. На трудности в школе ребенок чаще всего отвечает эмоциональными реакциями: гневом, страхом, обидой, отказом посещать занятия. Многие дети в это время нуждаются в поддержке и помощи взрослых, поэтому важно, чтобы родители и педагоги вместе с психологом вникли в проблемы ребенка, его переживания. Только тогда они смогут оказать ребенку эффективную помощь. Чтобы младший школьник мог сознательно регулировать поведение, необходимо научить его адекватно выражать чувства, находить конструктивные способы выхода из сложных ситуаций. Если вовремя не помочь ему, неотрагированные чувства будут долго определять жизнь ребенка, создавая все новые субъективные трудности. Трудности и неудачи в межличностных отношениях, переживаемые детьми, могут привести к искажениям в развитии их личности, в частности, к искажению самооценки. Устойчивые изменения

самооценки приводят к искажению представления о себе, «я-концепции». Дети с искажением «я-концепции» имеют неустойчивую самооценку, повышено чувствительны, эмоционально неустойчивы, тревожны и не уверены. Внутренние переживания вначале осознаются как невозможность соответствовать требованиям родителей и оставаться в то же время самим собой, в дальнейшем – как несоответствие нормам общения, принятым среди сверстников.

В период получения начального образования сфера межличностных отношений детей носит одно из самых важных значений, именно в этом возрасте дети учатся взаимодействовать в коллективе, общаться большими и малыми группами. Поэтому родителям и педагогам необходимо в этот период обратить большое внимание не только на обучение детей, но и на становление и развитие отношений между детьми и взрослыми.

Дети в возрасте 11 лет активны, им все интересно, гибки в своем поведении, восприимчивы для сотрудничества. Происходит замена учебной деятельности как ведущей на ведущую деятельность общения. Важно обращать внимание на любые изменения в поведении ребенка.

На занятиях обучающиеся свободно общаются с детьми и педагогом, способны к сотрудничеству, отличаются заинтересованностью, доброжелательностью, коммуникабельностью и готовностью к различным видам деятельности.

Психофизиологические характеристики обучающихся данной возрастной группы (психические и психологические новообразование, память, мышление, внимание, воображение, учебная деятельность, речь и др.) показывают специфические особенности, влияющие на приобретение обучающимися умений и навыков.

Знание психофизиологических особенностей конкретной возрастной группы обучающихся позволяет педагогу не только осуществлять дифференцированный подход к обучаемым, но и осознанно, профессионально грамотно выбрать наиболее эффективные формы и методы обучения. Таким образом, педагог, умело используя психолого-физиологические резервы данного возраста, может достичь значительных результатов в своей деятельности.

Обучающиеся имеют уровни развития познавательной, коммуникативной, эмоционально-волевой, эмоционально-потребностной сфер в соответствии с уровнем личностного развития.

Круг интересов обучающихся разнообразен в связи с возрастными особенностями, но детей объединяет общий интерес к занятиям.

Объем программы - 72 часа.

Срок освоения программы - 2 года.

Форма обучения - очная.

Особенности организации образовательного процесса. Форма обучения - традиционная.

В случае введения дистанционной технологии обучения педагог через различные доступные цифровые платформы обеспечивает проведение ранее запланированных занятий, разрабатывает вариативную часть программы, которая позволяет менять темы, разделы программы. Обучение детей с использованием

данной технологии осуществляется в соответствии с локальным актом ГОУ ДО ТО «ЦДОД».

Допускается использование электронных образовательных ресурсов сети Интернет, не противоречащих нормам этики и морали, в форме веб-занятий (мастер-классов, видео экскурсий и т.п.) и чат-занятий; электронной почтовой рассылки (методические рекомендации), работы в мессенджерах (консультации по работам), кейс-технологии, презентации, работы в ВКонтакте и др.

Использование современных технических средств сенсорной комнаты, дидактического и методического материала обеспечивает разнообразие форм и методов обучения.

Организационные формы обучения. Основной формой организации образовательного процесса является групповое занятие с детьми разного возраста с ярко выраженным индивидуальным подходом, которое направлено на совершенствование практических навыков. Групповой метод обучения способствует сплочению коллектива, что позволяет развить умения эффективно взаимодействовать в группе, коллективе.

Виды и формы занятий по программе определяются содержанием программы и могут предусматривать: комбинированное, практическое, игра и др. Знания, умения и навыки, полученные на занятиях, закрепляются в процессе общения с детьми во время рефлексии. Особую форму занятий в данном возрасте детей занимает игра. Игровые действия обретают особый смысл и способствуют развитию каждого ребёнка.

Программой предусмотрена реализация индивидуальных учебных планов (индивидуальных образовательных маршрутов) для детей с ОВЗ и детей – инвалидов с целью учета индивидуальных особенностей ребенка, развития творческого потенциала и его дальнейшей успешной интеграции в современном обществе.

Режим занятий. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу с обязательным проведением 10-ти минутной динамической паузы, что составляет 36 часов в год и соответствует нормативному локальному акту ГОУ ДО ТО «ЦДОД».

В программе педагогом-психологом может быть скорректировано количество часов на изучение разделов, тем в зависимости от уровня развития детей и усвоения ими материала.

Цель программы: формирование базовых составляющих психологического развития личности ребенка- достигается путем решения следующих **задач**.

Обучающие

Научить:

- понимать собственное эмоциональное состояние;
- выражать свои чувства;
- распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации.

Привить:

- устойчивый интерес к занятиям.

Сформировать:

- умение обсуждения и «проживания» ситуаций, вызывающих разнообразные чувства, повышающие эмоциональную устойчивость ребенка;

- навыки саморегуляции и релаксации;
- мотивацию к общению;
- мотивацию к здоровому образу жизни;
- умение сопереживать.

Развивающие

Развить:

- коммуникативные способности;
- умение управлять своим телом, дыханием;
- познавательную, игровую, творческую активность ребенка;
- эмоционально-волевую сферу (эмоционально-положительное восприятие занятий, эмоциональное отношение к достижению, волевые усилия);
- основы общения и сотрудничества со сверстниками, педагогом в процессе деятельности.

Воспитательные

Воспитать:

- дружелюбие, открытость, уверенность в себе.

Способы проверки планируемых результатов могут варьироваться, исходя из уровня развития обучающихся и их познавательных возможностей.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план 1-го года обучения (стартовый уровень сложности)

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	Раздел 1. Знакомство Тема 1. Вводное занятие	1	0,5	0,5	<i>Входная диагностика:</i> психологическая диагностика по методике «Лесенка». Педагогическое наблюдение.
2.	Раздел 2. Какой я, какой ты	10	2	8	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, заполнение карт «Азбука человеческих качеств», «Дерево достижений».
3.	Раздел 3. Страна эмоций и чувств	12	2	10	

3.1	Тема 3.1. Где живут эмоции?	6	1	5	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, психологический анализ карты «Радуга эмоций». <i>Промежуточная аттестация:</i> мониторинг уровня обучения и личностного развития.
3.2.	Тема 3.2. Карусель чувств	6	1	5	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, психологический анализ рисунков «Портрет радости» и «Портрет грусти», кроссворд «Эмоции и чувства», заполнение карты «Дерево достижений».
4.	Раздел 4. Сбрось усталость	4	1	3	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, заполнение карты «Дерево достижений».
5.	Раздел 5. Лестница к успеху	8	-	8	
5.1.	Тема 5.1. Уверенность в себе	4	-	4	Текущий контроль: педагогическое наблюдение.
5.2.	Тема 5.2. Я люблю, я могу	4	-	4	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, заполнение карты «Дерево достижений».
6.	Итоговое занятие	1	-	1	<i>Промежуточная аттестация:</i> мониторинг уровня обучения и развития

					обучающихся. Анкетирование обучающихся, анкетирование родителей (законных представителей).
Итого часов:		36	5,5	30,5	

Содержание учебного плана

1-го года обучения (стартовый уровень сложности)

Раздел 1. Знакомство (1 час- 0.5 ч.теор., 0.5ч. практ.)

Тема 1.1. Вводное занятие

Теория. Вводный инструктаж по технике безопасности и охране труда. Знакомство с оборудованием сенсорной комнаты. Ритуал начала занятия.

Практика. Знакомство с обучающимися. Выработка правил группы. Упражнения на создание работоспособной доверительной атмосферы, игра на сплочение детей «Ветер дует на... »

Формы контроля. Входная диагностика: психологическая диагностика по методике «Лесенка». Педагогическое наблюдение.

Раздел 2. Какой я, какой ты (10 часов- 2 ч. теор., 8 ч. практ.)

Теория. Знакомство с отдельными чертами и свойствами личности, установление эмоционального контакта между участниками. Познание своих интересов, увлечений, привычек. Доверие к окружающим.

Практика. Упражнения на установление эмоционального контакта в группе, на создание психологически безопасной атмосферы. Игры на сплочение детей: «Поменяйтесь местами», «Друг к дружке» и др. Опыт конструктивного взаимодействия: игры "Протяните руку", "Найди пару", упражнение "Я - это Я", упражнение «Мы похожи — мы отличаемся» и др. Упражнение на выявление хороших качеств «Комплименты». Создание карты «Азбука человеческих качеств».

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, заполнение карты «Дерево достижений». Анализ карты «Азбука человеческих качеств».

Раздел 3. Страна эмоций и чувств (12 часов- 2 ч. теор., 10 ч. практ.)

Тема 3.1 Где живут эмоции? (6 часов-1ч. теор., 5 ч. практ.)

Теория. Мир эмоций. Беседа «Что такое эмпатия?». Приемы саморегуляции.

Практика. Знакомство с различными эмоциями и настроениями. Упражнения и игры на развитие способности понимать эмоциональное состояние другого и умение выразить свое: упражнение «Эмоции», игры: «Походи по комнате как...», «Дружба начинается с улыбки», «На что похоже твое настроение?» и др. Упражнения на взаимодействие: «Зеркало», «Музыка и эмоции». Этюд «Нарисуй свое настроение и расскажи, почему оно сегодня такое», Приемы саморегуляции. Создание карты «Радуга эмоций».

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, психологический анализ карты «Радуга эмоций».

Промежуточная аттестация: мониторинг уровня обучения и личностного развития.

Тема 3.2. Карусель чувств (6 часов-1ч. теор., 5 ч.практ.)

Теория. Знакомство с различными проявлениями чувств, способами их контроля.

Практика. Игры, направленные на коррекцию эмоционального состояния: «Давай поздороваемся!», «Я бросаю тебе...» и др.

Упражнения, направленные на работу со своими чувствами: упражнение «Облака грусти», упражнение «Когда мне грустно, я могу...». Упражнение «Маски» на развитие умения различать мимику, самостоятельно сознательно пользоваться мимикой для выражения своих эмоций. Создание рисунков «Портрет радости» и «Портрет грусти». Решение кроссворда «Эмоции и чувства». Медитативное упражнение.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, психологический анализ рисунков «Портрет радости» и «Портрет грусти», заполнение карты «Дерево достижений».

Раздел 4. Сбрось усталость (4 часа – 1ч. теор., 3 ч.практ.)

Теория. Стресс и плохое настроение. Знакомство с приемами саморегуляции и релаксации. Ситуации, вызывающие разнообразные чувства.

Практика. Упражнения на управление своими эмоциями и чувствами: «Как я справляюсь со своим плохим настроением?» и др. Игры на взаимодействие и коммуникацию: «А что, если...» и др. Танцевальный этюд «Подари настроение». Отработка умений саморегуляции эмоциональных состояний и рефлексивных умений: мозговой штурм: «Плохое настроение», упражнение: «Эмоциональная картина». Медитативное упражнение.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, заполнение карты «Дерево достижений».

Раздел 5. Лестница к успеху (8 часов – 8ч. практ.)

Тема 5.1. Уверенность в себе (4 часа- 4ч. практ.)

Практика. Упражнения на формирование позитивного отношения к своему «Я»: «Мои качества», у «Все грани моего Я». Упражнения на развитие навыков и умений, необходимых для уверенного поведения: «Сила слова», «Зеркало», «Осанка и улыбка» и др.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение.

Тема 5.2. Я люблю, я могу (4 часа- 4ч. практ.)

Практика. Упражнения на развитие стремление к изучению себя, своих способностей и особенностей: «Путешествие», «Я люблю делать», «Я люблю себя» и др. Упражнение на раскрытие личностного потенциала: «Представление о достигнутом успехе».

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, заполнение карты «Дерево достижений».

Раздел 6. Итоговое занятие (1 час – 1ч. практ.)

Практика. Самопрезентация.

Итоговая аттестация: мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.

Анкетирование обучающихся, анкетирование родителей (законных представителей).

**Планируемые результаты
1-го года обучения (стартовый уровень сложности)**

Предметные результаты

К концу обучения по данной программе обучающиеся *научатся*:

- понимать собственное эмоциональное состояние;
- выражать свои чувства;
- распознавать чувства других людей через мимику, жесты.

У обучающихся будут *сформированы*:

- умение обсуждать ситуации, вызывающие разнообразные чувства, повышающие эмоциональную устойчивость ребенка;
- навыки саморегуляции и релаксации.

У обучающихся будут *развиты*:

- умение управлять своим телом, дыханием через обучение приемам регуляции и саморегуляции;
- познавательная, игровая, творческая активность ребенка.

Метапредметные результаты

Обучающиеся *научатся*:

- распознавать чувства других людей через мимику, жесты.

У обучающихся будут *сформированы*:

- мотивация к общению.

У обучающихся будут *развиты*:

- основы общения и сотрудничества со сверстниками, педагогом в процессе деятельности.

Личностные результаты

Обучающимся будут *привиты*:

- устойчивый интерес к занятиям.

У обучающихся будут *развиты*:

- эмоционально-волевая сфера (эмоционально-положительное восприятие занятий, эмоциональное отношение к достижению, волевые усилия).

У обучающихся будут *сформированы*:

- умение сопереживать;
- мотивация к здоровому образу жизни.

У обучающихся будут *воспитаны*:

- дружелюбие, открытость, уверенность в себе.

**Учебный план
2-го года обучения (стартовый уровень сложности)**

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	

1.	Раздел 1. Знакомство Тема 1. Вводное занятие	1	0,5	0,5	<i>Текущий контроль:</i> педагогическое наблюдение.
2.	Раздел 2. Путешествие к своему «Я».	10	2	8	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, заполнение карт «Дерево желаний», «Мои сильные качества».
3.	Раздел 3. Моя команда чувств.	12	2	10	
3.1	Тема 3.1. Понимаю себя и других.	6	1	5	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, психологический анализ карты «Цветовая палитра чувств». <i>Промежуточная аттестация:</i> мониторинг уровня обучения и личностного развития.
3.2.	Тема 3.2. Я управляю своими чувствами.	6	1	5	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, психологический анализ «Мандалы».
4.	Раздел 4. Я учусь владеть собой.	4	1	3	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, заполнение карты

					«Способы борьбы со стрессом».
5.	Раздел 5. Путь к успеху.	8	-	8	
5.1.	Тема 5.1. Уверенность в себе.	4	-	4	Текущий контроль: педагогическое наблюдение.
5.2.	Тема 5.2. Мастерство коммуникации.	4	-	4	Текущий контроль: педагогическое наблюдение.
6.	Итоговое занятие	1	-	1	<i>Итоговая аттестация:</i> мониторинг уровня обучения и развития обучающихся. Анкетирование обучающихся, анкетирование родителей (законных представителей).
Итого часов:		36	5,5	30,5	

Содержание учебного плана

2-го года обучения (стартовый уровень сложности)

Раздел 1. Знакомство (1 час - 0.5 ч.теор., 0.5ч. практ.)

Тема 1.1. Вводное занятие (1 час - 0.5 ч.теор., 0.5ч. практ.)

Теория. Вводный инструктаж по технике безопасности и охране труда. Ритуал начала занятия.

Практика. Упражнения на создание работоспособной доверительной атмосферы, игры на сплочение детей «Ветер дует на... », «Имя и движение».

Формы контроля. *Текущий контроль:* психологическая диагностика по методике «Лесенка». Педагогическое наблюдение.

Раздел 2. Путешествие к своему «Я» (10 часов - 2 ч. теор., 8 ч. практ.)

Теория. Знакомство с отдельными чертами и свойствами личности. Познание своих интересов, увлечений, привычек. Раскрытие сильных сторон. Доверие к окружающим.

Практика. Упражнения на установление эмоционального контакта в группе, на создание психологически безопасной атмосферы. Игры на сплочение детей: «Поменяйтесь местами», «Друг к дружке» и др. Опыт конструктивного

взаимодействия: игры «Протяните руку», «Найди пару», упражнение «Мы похожи – мы отличаемся» и др. Игры на выявление сильных сторон личности «Остров сокровищ», «Моё карманное зеркало». Игра на работу со своими слабыми сторонами «Паучок и слон». Создание карт на познания себя, своих интересов «Дерево желаний», «Мои сильные качества».

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, заполнение карты «Дерево достижений». Анализ карт «Дерево желаний», «Мои сильные качества».

Раздел 3. Моя команда чувств (12 часов- 2 ч. теор., 10 ч. практ.)

Тема 3.1 Понимаю себя и других (6 часов- 1ч. теор., 5 ч. практ.)

Теория. Команда чувств. Беседы: «Мир чувств», «Эмпатия и понимание».

Практика. Знакомство с различными чувствами и настроениями. Упражнения и игры на развитие способности понимать чувства другого и умение выразить свои: упражнения «Я чувствую...», «На что похоже твоё настроение?», «Карусель эмоций», игра «Узнай своего соседа» и др. Упражнения на взаимодействие: «Зеркало», «Музыка и чувства». Этюд «Нарисуй своё настроение и расскажи, почему оно сегодня такое». Создание карты «Цветовая палитра чувств».

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, психологический анализ карты «Радуга эмоций».

Промежуточная аттестация: мониторинг уровня обучения и личностного развития.

Тема 3.2. Я управляю своими чувствами (6 часов - 1ч. теор., 5 ч. практ.)

Теория. Знакомство с различными проявлениями чувств, способами их контроля. Беседы: «Слова, которые целуют и ранят», «Эмоциональное самочувствие».

Практика. Игры, направленные на коррекцию эмоционального состояния.

Упражнения, направленные на работу со своими чувствами: «Хранители чувств», «Лестница эмоций», «Мой эмоциональный план», «Сценарий эмоций». «Маски» на развитие умения различать мимику, самостоятельно сознательно пользоваться мимикой для выражения своих эмоций. Упражнение на снятие стресса «Мандалы». Медитативное упражнение.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, психологический анализ «Мандалы».

Раздел 4. Я учусь владеть собой (4 часа – 1ч. теор., 3 ч. практ.)

Теория. Стресс и плохое настроение. Новые приемы саморегуляции и релаксации. Разнообразие ситуаций, вызывающих различные чувства. Беседа «Перспективы и возможности».

Практика. Упражнения на управление своими эмоциями и чувствами: «Как я справляюсь со своим плохим настроением?», «Дышите глубоко» и др. Игры на взаимодействие и коммуникацию: «А что, если...» и др. Отработка умений саморегуляции эмоциональных состояний и рефлексивных умений: мозговой штурм: «Я знаю, что делать», упражнение: «Эмоциональная эстафета», «Медитация и визуализация». Медитативное упражнение.

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, заполнение карты «Способы борьбы со стрессом».

Раздел 5. Путь к успеху (8 часов – 8ч. практ.)

Тема 5.1. Уверенность в себе (4 часа- 4ч. практ.)

Практика. Упражнения на формирование позитивного отношения к своему «Я»: «Я умею!», «Хватай момент». Упражнения на развитие навыков и умений, необходимых для уверенного поведения: «Супергерои внутри нас», «Успешная импровизация».

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение.

Тема 5.2. Мастерство коммуникации (4 часа- 4ч. практ.)

Практика. Упражнения на развитие навыков успешной коммуникации: «Зеркало коммуникации», «Цепочка историй», «Круг доверия». Игры на взаимодействие и развитие способности быстрого реагирования: «Вопрос-ответ», «Команда тайных сообщений».

Формы контроля. Текущий контроль: педагогическое наблюдение, заполнение карты «Дерево достижений».

Раздел 6. Итоговое занятие (1 час – 1ч. практ.)

Практика. Самопрезентация.

Итоговая аттестация: мониторинг уровня обучения и развития обучающихся.

Анкетирование обучающихся, анкетирование родителей (законных представителей).

Планируемые результаты

2-го года обучения (стартовый уровень сложности)

Предметные результаты

К концу 2-го года обучения по данной программе обучающиеся *научатся*:

- понимать собственное эмоциональное состояние;
- выражать свои чувства;
- распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации.

У обучающихся будут *сформированы*:

- умение обсуждать и «проживать» ситуации, вызывающие разнообразные чувства, повышающие эмоциональную устойчивость ребенка;
- навыки саморегуляции и релаксации.

У обучающихся будут *развиты*:

- умение управлять своим телом, дыханием через обучение приемам регуляции и саморегуляции;
- познавательная, игровая, творческая активность ребенка.

Метапредметные результаты

Обучающиеся *научатся*:

- распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации.

У обучающихся будут *сформированы*:

- мотивация к общению.

У обучающихся будут *развиты*:

- основы общения и сотрудничества со сверстниками, педагогом в процессе деятельности;

- коммуникативные способности.

Личностные результаты

Обучающимся будут *привиты*:

- устойчивый интерес к занятиям.

У обучающихся будут развиты:

- эмоционально-волевая сфера (эмоционально-положительное восприятие занятий, эмоциональное отношение к достижению, волевые усилия).

У обучающихся будут *сформированы*:

- умение сопереживать;
- мотивация к здоровому образу жизни.

У обучающихся будут *воспитаны*:

- дружелюбие, открытость, уверенность в себе.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график (*Приложение № 1*).

Учебно – воспитательный процесс обеспечивает педагог-психолог, имеющий высшее профессиональное образование, направленность (профиль) которого соответствует направленности (профилю) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Территория успеха», осваиваемой обучающимися. Педагог осуществляет организацию деятельности обучающихся по усвоению знаний, формированию умений и компетенций; созданию педагогических условий для формирования и развития когнитивных способностей, удовлетворению потребностей в творческом и нравственном совершенствовании, укреплению здоровья, организации свободного времени; обеспечению достижения обучающимися нормативно установленных результатов освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы. Отвечает требованиям действующего Профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

Важным условием реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Территория успеха» является достаточный уровень материально-технического обеспечения.

Занятия проходят в сенсорной комнате, соответствующей действующей нормативно – правовой базе, оснащенной специальным оборудованием.

Оборудование сенсорной комнаты

№/№	Наименование	Количество (шт)
1.	Ноутбук Asus ExpertBook	1
2.	Принтер Lexmark	1
3.	Комплект интерактивная LED панель TRIUMPH BOARD	1
4.	Мат гимнастический	16

5.	Напольное покрытие ортопедическое модульное	40
6.	Детская подушка с гранулами	4
7.	Мяч игровой для развития мелкой моторики	1
8.	Модуль цилиндр	1
9.	Сухой бассейн	1
10.	Балансировочная доска-лабиринт	1
11.	Тактильно-развивающая панель	1
12.	Лабиринт «серпантин»	1
13.	Стол письменный	1
14.	Зеркальный шар с источником света	1
15.	Ионизатор воздуха	1
16.	Перегородка комнатная	1
17.	Облучатель рециркулятор бактерицидный	1
18.	Набор мягких модулей	1
19.	Терапевтическое кресло кубик	1
20.	Пуф «Груша»	6
21.	Лабиринт для опорно-двигательного аппарата	1
22.	Акустическая тактильная панель	1
23.	Тактильная дорожка	1
24.	Кресло-лепесток	1
25.	Домик с ходами внутри	1
26.	Сенсорная тропа	1
27.	Сухой душ	1
28.	Балансировочная доска	1
29.	Волшебный шатер	1
30.	Тактильные ячейки	1
31.	Зеркало	1
32.	Шкаф для одежды	1
33.	Жалюзи рулонные	1
34.	Шкаф для документов	1

Обеспечение образовательного процесса

Необходимые материалы для занятий для 8 обучающихся 1-го года обучения (стартовый уровень сложности)		
№/№	Наименование	Количество (шт)

1.	Листы бумаги офисной, формат А4	8 пачек
2.	Фломастеры набор 12 цветов	8 наборов
3.	Маркер черный толстый круглый	8
4.	Простые карандаши НВ и Н	8
5.	Стерка белая Factis	8
6.	Восковые мелки	8 упаковок
7.	Цветные карандаши	8 наборов

Формы аттестации/контроля

Входная диагностика проводится в начале первого учебного года и предполагает следующие формы: психологическая диагностика по методике «Лесенка», педагогическое наблюдение.

Текущий контроль осуществляется в процессе каждого учебного занятия. Формы контроля определяются педагогом дополнительного образования с учетом контингента обучающихся, уровня их развития и предполагают: педагогическое наблюдение, психологический анализ рисунков, заполнение карты «Дерево достижений», что соответствует нормативному локальному акту ГОУ ДО ТО «ЦДОД».

Промежуточная аттестация предполагает проведение мониторинга уровня обучения и развития по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе. Мониторинг включает разделы: параметры, критерии, степень выраженности оцениваемого качества, уровень, балл.

Педагог, используя *Приложение* к диагностической карте результатов обучения и развития обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе для определенных категорий детей, определяет уровень обучения (теоретическая подготовка, практическая подготовка) и уровень личностного развития (развитие познавательной, мотивационной, регулятивной, коммуникативной сфер) каждого обучающегося и выставляет баллы. Для общей группы - низкий уровень - 1 балл, выше среднего - 2 балла, средний уровень - 3 балла, выше среднего - 4 балла, высокий уровень - 5 баллов. В итоге баллы в соответствии с уровнями переводятся в проценты.

Для детей с ОВЗ и детей-инвалидов: низкий уровень - 1 балл, средний уровень - 2 балла, высокий уровень - 3 балла.

Результаты промежуточной аттестации заносятся в диагностическую карту результатов обучения и развития обучающихся по дополнительной общеразвивающей программе «Территория успеха».

Сравнение уровня обучения, уровня личностного развития позволяет отследить рост каждого обучающегося и детского объединения в целом в динамике за полугодие, учебный год и на конечном сроке реализации дополнительной общеразвивающей программы.

По итогам промежуточной аттестации за учебный год, согласно диагностическим картам результатов обучения и развития обучающихся, дети переводятся на следующий год обучения при условии пролонгации программы.

Обучающиеся, продемонстрировавшие высокий уровень результативности обучения (согласно диагностическим картам результатов обучения и развития), награждаются грамотами ГОУ ДО ТО «ЦДОД».

Итоговая аттестация обучающихся, завершающая освоение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Территория успеха», проводится в 2 этапа в соответствии с локальным актом ГОУ ДО ТО «ЦДОД»: первый этап проходит в апреле-мае в соответствии с критериями к диагностической карте результатов обучения и развития обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе - мониторинг уровня обучения и развития обучающихся (*Приложение №2*).

Второй этап проводится в форме самопрезентации в апреле - мае в соответствии с нормативным локальным актом ГОУ ДО ТО «ЦДОД».

Программой предусмотрено использование социологических методов и приемов: анкетирование родителей (законных представителей), обучающихся и анализ анкет.

Оценочные материалы

- карта «Азбука человеческих качеств» по теме раздела «Какой я, какой ты»;
- карта «Радуга эмоций» по теме 3.1 «Где живут эмоции?»;
- рисунки «Портрет радости» и «Портрет грусти» по теме 3.2 «Карусель чувств»;
- карта «Дерево достижений» по темам программы;
- кроссворд «Эмоции и чувства» по теме 3.2 «Карусель чувств»;
- карты «Дерево желаний», «Мои сильные качества» по разделу 2 «Путешествие к своему «Я»;
- карта «Цветовая палитра чувств» по теме 3.1 «Понимаю себя и других»;
- «Мандала» по теме 3.2 «Я управляю своими чувствами»;
- карта «Способы борьбы со стрессом» по разделу 4 «Я учусь владеть собой»;
- диагностическая карта уровня обучения и личностного развития обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Территория успеха» и приложения к ней.

Система оценочных материалов позволяет контролировать результат обучения, воспитания, развития обучающихся (*Приложение №3*).

Методическое обеспечение

С целью достижения поставленной в программе цели и получения запланированного результата, с учетом индивидуальных особенностей и способностей детей педагог привлекает обучающихся к открытию новых знаний и включает обучающихся в эту деятельность. На занятиях создается эмоциональный психологический комфорт, предоставляется территория для гарантированного успеха. Педагог учит детей ставить перед собой цели и искать пути их достижения.

Структура занятий включает 3 основные части.

1 - вводная часть - ритуал приветствия, мотивация обучающихся к занятию, определение эмоционального благополучия ребенка в начале занятия, создание

благоприятного психологического климата, разминка на улучшение эмоционального состояния обучающихся.

Цель вводной части занятия — настроить ребенка на совместную работу, установить эмоциональный контакт. Основные процедуры работы: приветствия, игры на сплочение.

2 - основная. На нее приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. Теоретическая часть занятий дается в форме презентаций, видеороликов, беседы. Обучающиеся должны запомнить новые понятия, термины.

Практическая часть занятия представлена различными видами деятельности: этюды, упражнения, игры, направленные на развитие эмоционально-личностной и познавательной сфер детей, игровые задания на развитие психологических процессов, релаксация, цель которой - снижение уровня возбудимости, снятие напряжения; дыхательная гимнастика- ауторелаксация, которая действует успокаивающе на нервную систему. Мимическая гимнастика направлена на снятие общего напряжения, расслабление мышц лица.

Применение мультимедиа технологий (цвета, графики, звука, современных средств сенсорной панели) позволяет моделировать различные ситуации из окружающей среды.

Внедрение таких современных педагогических технологий, как развивающего обучения, игровых технологий, личностно - ориентированного подхода в обучении, педагогика сотрудничества, информационно – коммуникационных технологий - способствует оптимизации образовательного процесса, повышению качества обучения, воспитания и психологического развития личности ребенка.

С целью формирования положительного эмоционального состояния детей, их заинтересованности к процессу занятия, повышения настроения занятия могут проводиться с музыкальным сопровождением, которое используется на различных этапах занятия в зависимости от поставленных задач.

Во время занятий педагог создает ситуацию успеха. Педагог поощряет сотрудничество между обучающимися, обучающимися и педагогом.

Постоянный поиск новых форм и методов организации учебного и воспитательного процесса позволяет делать работу с детьми более разнообразной, эмоционально- насыщенной.

3 - завершающая - подведение итогов, рефлексия, ритуал прощания.

Основной целью этой части занятия является создание у ребенка чувства принадлежности к группе, коллективу и закрепление положительных эмоций от работы на занятии.

Наиболее эффективной является эмоционально приятная деятельность ребенка, что вызывает у обучающихся чувство удовлетворения, желание самосовершенствоваться.

Образовательный процесс строится с использованием традиционных методов обучения: наглядный, словесный, метод анализа и синтеза и др.

Используемые методы, приемы, технологии обучения рассчитаны на применение практико–ориентированных знаний, умений, навыков по гармоничному развитию личности ребенка.

Программа обеспечена различными видами методической продукции.

Учебно-методический комплекс

1. Календарный учебный график (приложение №1).
2. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Территория успеха».
3. Презентация по теме «Азбука человеческих качеств».
4. Карта «Азбука человеческих качеств» по теме раздела «Какой я, какой ты».
5. Карта «Радуга эмоций» по теме 3.1 «Где живут эмоции?».
6. Рисунки «Портрет радости» и «Портрет грусти» по теме 3.2 «Карусель чувств».
7. Карта «Дерево достижений» по темам программы.
8. Кроссворд «Эмоции и чувства» по теме 3.2 «Карусель чувств».
9. Карты «Дерево желаний», «Мои сильные качества» по разделу 2 «Путешествие к своему «Я».
10. Карта «Цветовая палитра чувств» по теме 3.1 «Понимаю себя и других».
11. «Мандала» по теме 3.2 «Я управляю своими чувствами».
12. Карта «Способы борьбы со стрессом» по разделу 4 «Я учусь владеть собой».
13. Сборник игр по темам программы.
14. Сборник упражнений по темам программы.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Козлов, Н. И. Психогимнастика в тренинге / Н.И. Козлов. — Москва : АСТ-ПРЕСС, 1999. — 145 с.
2. Крюкова, С. В. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: практическое пособие / С. В. Крюкова, Н. П. Слободяник. — Москва : Генезис, 2002. — 208 с.
3. Фопель, К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: практическое пособие. / К. Фопель. - Т. 4.— Москва : Генезис, 1999. — 160 с.
4. Фопель, К. Создание команды. Психологические игры и упражнения / Фопель К. — Москва : Генезис, 2003. — 400 с.
5. Хухлаева, О. В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1–4) О. В. Хухлаева. — Москва : Генезис, 2017. — 312 с.

Для обучающихся:

1. Шиманская В. А. Где живут эмоции? Практические задания для развития эмоционального интеллекта / В. А. Шиманская. – Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2021. — 104 с.

Для родителей (законных представителей):

1. Гиппенрейтер, Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? / Ю. Б. Гиппенрейтер. — Москва : АСТ, 2008. — 204 с.

2. Готтман, Д. Эмоциональный интеллект ребенка. Практическое руководство для родителей / Д. Готтман, Д. Деклер. — Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2015 — 226 с.
3. Петрановская, Л. В. Тайная опора. Привязанность в жизни ребенка / Л. В. Петрановская. — Москва : АСТ, 2015. — 113 с.

Список электронных образовательных ресурсов

1. Быкова, М. В. Мастер-класс «Давай договоримся! Развиваем навыки конструктивного диалога» / М.В. Быкова // [rutube.ru](https://rutube.ru/video/36691d8a44c94b627bc88fc9550cdacd) : сайт. [Б. м.], 2023. — URL: <https://rutube.ru/video/36691d8a44c94b627bc88fc9550cdacd> / (дата обращения: 05.03.2024).
2. Романцева, И. И. Занятие с элементами тренинга «Установление контакта. Помехи в общении. Правила успешного общения» / И.И. Романцева // infourok.ru : сайт. — [Б.м.], 2023. — URL: <https://clck.ru/ecRpZ> (дата обращения: 07.03.2024).
3. Турченко, С. Ю. Педагогика дополнительного образования / С. Ю. Турченко // Образовательная социальная сеть nsportal.ru : [портал]. — [Б. м.], 22.05.2017. - URL: <https://nsportal.ru/shkola/obshchepedagogicheskie-tehnologii/library/2017/05/22/pedagogika-dopolnitelnogo-obrazovaniya> (дата обращения: 06.03.2024).

Пронумеровано, пронумеровано и
скреплено печатью

7 листов

7 листов)

Директор ГОУ ДО ТО «ЦДОД»
Ю.В.Грошев

