

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи  
Колпинского района Санкт-Петербурга

**ПРИНЯТ**

на заседании  
педагогического совета  
протоколом от 24.08.2020 г.  
№ 1

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ГБУДО ЦППМСП  
Колпинского района СПб

О.В.Гюнинен

Приказ от 26.08.2020 № 112-0



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**  
по оказанию психологической помощи учащимся 5 -7-х классов в формировании  
коммуникативных навыков.  
**«Кодекс взрослой жизни»**

Возраст учащихся: 10-14 лет  
Срок реализации: 2020 – 2021 учебный год

Разработчик:  
Истомина Н.К.  
педагог-психолог  
Касторнова Ю.Ю.  
педагог-психолог

Санкт – Петербург  
2020 г.

## **1. Пояснительная записка**

### **1.1 Нормативно-правовая документация.**

- «Семейный кодекс Российской Федерации» от 29.12.1995 N 223-ФЗ;
- Федеральный закон от 24 июня 1999 N 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 N 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;
- Указ Президента Российской Федерации от 29.05.2017 г. N 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. №1726-р концепция развития дополнительного образования детей;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 N 52831);
- Приказ Минобрнауки РФ от 23.08.2017 №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 4 июля 2014 г. N 41);
- Письмо Минобрнауки России от 10.02.2015 №ВК-268/07 «О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» (вместе с «Рекомендациями Министерства образования и науки РФ органам государственной власти субъектов Российской Федерации в сфере образования по совершенствованию деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»);
- Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 01.03.2017г. N617-р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию»;

- Инструктивно-методическое письмо Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 16.03.2020г. N03-28-2516/20-0-0 «О реализации организациями, осуществляющими образовательную деятельность, образовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий»;
- Устав ГБУДО ЦППМСП Колпинского района СПб;
- Лицензия на образовательную деятельность.

**1.2. Направленность:** социально-педагогическая.

**1.3. Актуальность:**

В подростковом возрасте важным психологическим процессом является развитие самосознания. В результате неполноценного и поверхностного воспитания, не верных образцов ролевого поведения в период идентификации ребенка с окружающими его значимыми людьми могут сформироваться неверные представления ребенка о себе, о своих возможностях, не верные ценностные ориентации.

Для большинства подростков, испытывающих трудности в обучении и общении, характерны частые конфликты с окружающими и агрессивность. Такие дети не умеют признавать свою вину, у них доминируют защитные формы поведения, они не способны конструктивно разрешать конфликты.

Общение является ведущим видом деятельности в подростковом возрасте и от того, как оно протекает зависит во многом будущее ребенка. Именно в общении подростки усваивают нравственных принципов, типичных для общества и социальной среды.

Таким образом можно говорить о том, что в подростковом возрасте происходят существенные изменения, а также сложные условия, в которых происходит взросление диктуют необходимость специальных мер для развития и усиления «Я» подростка, формирования жизнеспособной личности, обладающей достаточными ресурсами для успешной адаптации в обществе.

**1.4. Адресат:**

Программа адресована учащимся 5-7 классов общеобразовательных школ, имеющим эмоциональные, поведенческие и коммуникативные проблемы.

### **1.5. Цель:**

Создание условий для личностного роста подростков через формирование стремления к самопознанию, развитие навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению и пониманию других людей, а также через расширение знаний о чувствах и эмоциях.

### **1.6. Задачи:**

Обучающие:

- ❖ Оказание помощи росту познавательной активности детей, привлекая их к решению различных когнитивных и творческих задач

Развивающие:

- ❖ Развитие коммуникативных навыков.
- ❖ Развитие навыков асертивного поведения

Воспитательные:

- ❖ Формирование психического здоровья участников.
- ❖ Создание условий для самореализации подростков и повышение их социальной активности.
- ❖ Формирование у подростков негативного отношения к аддиктивному поведению.

### **1.7. Условия реализации:**

Учащиеся зачисляются в группу на основании заявления родителей/законных представителей, договора с образовательным учреждением района, по результатам диагностического обследования

Программа рассчитана на 12 академических часов. Академический час для данной категории учащихся составляет 45 мин.

Занятия проводятся 1 раза в неделю.

Количество учащихся в группе составляет – от 9 человек.

Программа может реализовываться индивидуально и (или) в групповой форме, аудиторно и (или) внеаудиторно (с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий).

*Кадровое и материально техническое обеспечение занятий:*

Занятие проводит педагог-психолог.

Во время занятий применяется мультимедийный проектор.

## 1.8. Планируемые результаты:

Личностные:

- ❖ Представление о важности психического здоровья .
- ❖ Повышение социальной активности.
- ❖ Негативное отношение к аддиктивному поведению.

Метапредметные:

- ❖ Повышение познавательной активности подростков

Предметные:

- ❖ Коммуникативные навыки.
- ❖ Навыки асертивного поведения

## 2. Учебный план:

N n/n	Название раздела. темы	Кол-во часов			Формы контроля
		всего	теория ауд/внеауд	практика ауд/внеауд	
1	Знакомство	45	20	25	Анкетирование
2	Невербальное общение	45	15	30	Заключительный шеренг
3	Эмоции	45	15	30	Заключительный шеренг
4	Развитие коммуникативных навыков	45	15	30	Заключительный шеренг
5	Как сказать «нет»	45	15	30	Заключительный шеренг
6	Мои права и обязанности	45	15	30	Заключительный шеренг
7	Мои поступки	45	15	30	Заключительный шеренг
8	«Обучение методам релаксации»	45	15	30	Заключительный шеренг
9	Толерантность	45	15	30	Заключительный шеренг
10	Доверие	45	15	30	Заключительный шеренг
11	Горячий стул	45	15	30	Заключительный шеренг
12	Чемодан	45	20	25	Анкетирование

### 3. Календарный учебный график:

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий

### 4. Оценочные и методические материалы:

#### 4.1 Учебные пособия, дидактические материалы:

- Методика «Личностный дифференциал»
- Бланки викторины «Мои права и обязанности»
- Карточки с заданиями и вопросами

#### 4.2 Педагогические методики и технологии:

*Методы обучения, в основе которых лежит способ организации занятия*

- беседа, которая позволяет моделировать в воображении такие проблемы, которые невозможно проиграть в традиционных игровых процедурах;
- проективные, диагностические и активизирующие методики, которые направлены не только на формирование интереса (мотивации) старшеклассников к рассмотрению своих проблем, но и на вооружение доступными и понятными средствами для планирования, корректировки и реализации своих профессиональных перспектив;
- игровые методы, в ходе которых школьники имеют возможность на практике проверить эффективность различных моделей поведения, отработать навыки принятия решения, бесконфликтного общения.

#### 4.3. Информационные источники, используемые при реализации программы

1. В мире подростка / ред. А.А. Бодалев. - М.: Медицина, 2016. - 296 с.
2. Вачков, И. В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники / И.В. Вачков. - М.: Ось-89, 2011. - 256 с.
3. Гиппиус, С.В. Актерский тренинг. Гимнастика чувств / С.В. Гиппиус. - М.:

СПб: Прайм-Еврознак, 2016. - 384 с.

4. Куприянов, Б. В. Организация и методика проведения игр с подростками.

Взрослые игры для детей / Б.В. Куприянов, М.И. Рожков, И.И. Фришман. –

5. Методы практической социальной психологии. Диагностика.

Консультирование. Тренинг. - М.: Аспект пресс, 2015. - 256 с.

6. Самоукина, Н. В. Первые шаги школьного психолога. Психологический

тренинг / Н.В. Самоукина. - М.: Феникс +, 2016. - 192 с.