

Поволжское управление министерства образования и науки Самарской области
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа № 5 «Образовательный центр» имени М.П. Бочарикова
города Новокуйбышевска городского округа Новокуйбышевск Самарской области

структурное подразделение «Центр детско-юношеского творчества»

Принята на заседании
педагогического совета
от «28» июля 2023г.
Протокол № 9

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ СОШ № 5 «ОЦ»
г. Новокуйбышевска

_____ О.В.Кудряшова
Приказ № 64/01 - од
от «31» июля 2023г.

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Школа самовыражения»

направленность: социально-гуманитарная

Возраст обучающихся: 8-11 лет
Срок реализации: 2 года

Разработчик:
Романская Ирина Васильевна,
педагог дополнительного образования

г. Новокуйбышевск, 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность, педагогическая целесообразность, новизна, отличительные особенности Программы

Приоритеты государственной образовательной политики Российской Федерации направлены на развитие системы образования, обучения и воспитания, как основы формирования развитой и социально ответственной личности, стремящейся к духовному, нравственному, интеллектуальному и физическому совершенству.

С учетом современных задач развития дополнительного образования Российской Федерации и региональной политики в программу «Школа самовыражения» (далее Программа) включены часы патриотического воспитания, включая изучение государственной символикой РФ: Государственный гимн, герб, флаг. А также знакомство с государственной символикой, национальными традициями и особенностями народов, проживающих в России. Это способствует развитию у подрастающего поколения чувства гордости, глубокого уважения и почитания к Родине, интерес к ее многообразной культуре.

Реализация Программы способствует также развитию традиционных российских духовно-нравственных ценностей, объединяющих нашу крупнейшую многонациональную и многоконфессиональную страну — патриотизма, гражданственности, гуманизма, милосердия, справедливости, коллективизма, взаимопомощи и взаимоуважения, исторической памяти и преемственности поколений.

Существенной проблемой Самарского региона является высокий уровень распространения социально значимых заболеваний, в частности, ВИЧ-инфекции, туберкулеза и наркомании, поэтому в Программу включены занятия по пропаганде здорового образа жизни и профилактике вредных привычек.

Целью практической психолого-педагогической работы с детьми является здоровье ребенка, а его психическое и личностное развитие - условием, средством достижения этого здоровья (И.В.Дубровина). Основы здоровья не только младшего

школьника, но и взрослого человека, на наш взгляд, заложены в эмоциональном и психосоциальном благополучии. Поэтому можно с уверенностью говорить о необходимости психологического образования школьников, начиная с начальной школы.

Современные позиции политики образования в России и в Самарском регионе при определении приоритетов начального общего образования, выводят на первый план развитие и формирование позитивного отношения обучающегося к самому себе, к учебной деятельности и окружающему миру.

Главная функция «Школы самовыражения» - обеспечение условий для познания самого себя и усвоения ребенком способов выражения своих мыслей, чувств и переживаний, создание условий для продуктивной адаптации ребенка в микросреде школьного социума, что создает благоприятные условия для формирования общих учебных навыков.

Знания о человеке, как объекте самопознания, рассредоточены в школьной программе по разным предметам, в рамках которых, ребенок не может получить тех знаний, которые бы помогли ему составить психологический портрет самого себя: каков он, каковы его возможности, каков творческий потенциал, по каким психологическим законам он развивается. Младших школьников интересуют вопросы построения взаимоотношений между людьми: как познать окружающих людей и своё отношение к ним, как понять и разобраться в своих чувствах, как реагировать в трудных ситуациях.

Следует отметить, что к 8-9и годам дети очень любят действовать сами. Они с удовольствием играют в подвижные, ролевые и дидактические игры; участвуют в играх-драматизациях; поют и танцуют; мастерят различные поделки, с особым удовольствием рисуют, поэтому в занятиях со школьниками 3-4-х классов так много игр, упражнений, этюдов, элементов тренинга, сочетающих различные виды деятельности: познавательную, изобразительную, исполнительскую, коммуникативную.

Приоритетной формой работы «Школы самовыражения» является творческий поиск. Это своего рода лаборатория, ориентированная на поиск и создание единой

для всех учеников разнонаправленной среды, где бы каждый ребенок мог найти свой интерес, реализовать свои возможности и потребности в самовыражении и самопознании, пробудить стремление к самореализации и развитию субъектного опыта. Творчество представляет собой процесс аккумуляции разнообразных и разнонаправленных знаний и трансформации их в новый «продукт». Именно такое понимание творчества делает **конвергентный подход** наиболее оптимальным в условиях реализации Программы.

При создании программы использовалась следующая нормативная база:

1. Всеобщая декларация прав человека.
2. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ.
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
5. Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р).
6. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р).
7. План мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р).
8. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

9. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
10. Постановление 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".
11. Постановление 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". (Зарегистрирован 29.01.2021 № 62296)
12. Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441).
13. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
14. Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»).
15. Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области от 12.09.2022 №МО/1141-ТУ «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (новая редакция дополненная)».

16. Приказ министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам».
17. Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе структурного подразделения «Центр детско-юношеского творчества» государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы № 5 «Образовательный центр» имени М.П. Бочарикова города Новокуйбышевска городского округа Новокуйбышевск Самарской области

Цель программы: создать условия, способствующие самораскрытию и самовыражению, и, как следствие, самопринятию младшего школьника.

Задачи программы:

- формирование системы знаний ребенка о самом себе и побуждать его к самопознанию, саморазвитию и самовыражению;
- создание условий для развития психических процессов у детей (внимания, памяти, мышления, воображения, восприятия, ощущения)
- создание условий для развития и совершенствования личностных особенностей (темперамент, характер, самооценка, воля, эмоции, саморегуляция, самоконтроль);
- формирование и развитие уверенности в себе, ощущения своей значимости;
- развитие эмоционального интеллекта, эмпатических чувств, сопереживания;
- совершенствование коммуникативных навыков в деловом и личном общении со сверстниками и взрослыми;
- развитие патриотизма, гражданственности, гуманизма, милосердия, справедливости, коллективизма, толерантности;
- создание условий для воспитания социально адаптированной личности с ориентировкой на здоровый образ жизни.

По форме организации образовательного процесса Программа является **модульной** и имеет 2 уровня обучения:

- стартовый (1 год обучения);
- базовый (2 год обучения).

Программа рассчитана на полную реализацию в течение 2-х лет. Объём программы - 216 часов.

Программа может частично реализовываться **в дистанционном режиме** (видеоуроки, онлайн-тесты, презентации, родительский лекторий и т.д.)

При дистанционной форме обучения длительность занятия сокращается до 15-25 минут (в зависимости от формы подачи материала с учетом самостоятельной работы) (СП 2.4.3648-20).

Критерии оценки знаний, умений и навыков при освоении программы

Для того, чтобы оценить усвоение программы, в течение года используются следующие методы диагностики: собеседование, наблюдение, анкетирование, тестирование, выполнение отдельных творческих заданий.

По завершению учебного плана каждого модуля оценивание знаний проводится посредством выполнения дифференцированных практических заданий различных уровней сложности, педагогического наблюдения, активности обучающихся на занятиях.

Применяется 3-х балльная система оценки знаний, умений и навыков обучающихся (выделяется три уровня: ниже среднего, средний, выше среднего). Итоговая оценка результативности освоения программы проводится путём вычисления среднего показателя, основываясь на суммарной составляющей по итогам освоения 3-х модулей.

Уровень освоения программы ниже среднего – ребёнок овладел менее, чем 50% предусмотренных знаний, умений и навыков, испытывает серьёзные затруднения при работе с учебным материалом; в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.

Средний уровень освоения программы – объём усвоенных знаний, приобретённых умений и навыков составляет 50-70%; работает с учебным материалом с помощью педагога; в основном, выполняет задания на основе образца; удовлетворительно владеет теоретической информацией по темам курса.

Уровень освоения программы выше среднего – учащийся овладел на 70-100% предусмотренным программой учебным планом; работает с учебными материалами самостоятельно, не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества; свободно владеет теоретической информацией по курсу, умеет применять полученную информацию на практике.

В соответствии с целями и основными задачами Программы предусмотрен учебный план реализации программы на 1 и 2 год.

Программа каждого года обучения состоит из трех модулей:

«Путешествие на остров Я», «От самопознания к саморазвитию», «От саморазвития к самовыражению».

Программа ориентирована на обучение детей 8-11 лет.

Обучение по Программе предусматривает стартовый уровень подготовки (1 год обучения), и базовый уровень (2 год обучения)

Режим занятий - 2 раза в неделю по 1,5 академических часа, при наполняемости - не более 15 учащихся в группе.

Ожидаемые результаты:

Приобретаются и развиваются жизненно важные умения и навыки:

- навыки самопознания, саморазвития и самовыражения;
- навыки безопасного поведения и здорового образа жизни;
- умение устанавливать эффективные межличностные отношения;
- умение владеть своими эмоциями и понимать чувства других людей;
- повышается уровень развития психических процессов: внимания, памяти, мышления, воображения, восприятия, ощущения;
- осознаются и совершенствуются личностные особенности;
- формируются положительные нравственные ориентиры;
- повышается уровень самопринятия личности ребенка.

Цель, задачи, формы и способы определения результативности реализации дополнительной образовательной программы представлены в каждом модуле.

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН ДОП «ШКОЛА САМОВЫРАЖЕНИЯ» 1 года обучения

№ п/п	Наименование модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика

1.	«Путешествие на остров Я»	36	12	24
2.	«От самопознания к саморазвитию»	36	12	24
3.	«От саморазвития к самовыражению»	36	12	24
	ИТОГО	108	36	72

1 МОДУЛЬ «ПУТЕШЕСТВИЕ НА ОСТРОВ Я»

Цель:

Создание условий для самопознания личности обучающегося.

Задачи:

-формировать систему знаний ребенка о самом себе и побуждать его к самопознанию;

-способствовать совершенствованию коммуникативных навыков в деловом и личном общении со сверстниками и взрослыми;

-создать условия для развития познавательной сферы обучающегося;

-создать условия для развития эмоционально-волевой сферы обучающегося;

-создать условия для воспитания социально адаптированной личности, с активной гражданской позицией, ориентированной на здоровый образ жизни.

Ожидаемые результаты:

Приобретаются и развиваются жизненно важные знания, умения и навыки:

- навыки самопознания;

- понятие о науке психология, понятия «внутренний мир», «внешний мир», «общение»;

- овладение элементами аутотренинга;

- психических процессов, эмоционального интеллекта,

- развитие патриотизма, толерантности;

- умение устанавливать эффективные межличностные отношения.

2.1. Учебно-тематический план программы модуля

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Тео рия	Прак тика	

1	Вводное занятие. Тема 1. «Путешествие в Психологию» Занятие 1. Познакомимся друг с другом!	3 1,5	1 0,5	2 1	Педагогическое наблюдение
2	Занятие 2. Веселое путешествие ...	1,5	0,5	1	Упражнение, игра
3	Тема 2. «Сказка про меня самого» Занятие 1. Я сам!	9 1,5	3 0,5	6 1	Беседа
4	Занятие 2. Кто Я?	1,5	0,5	1	Упражнение
5	Занятие 3.Какой Я?	1,5	0,5	1	Беседа
6	Занятие 4. Я знаю...Я умею ...	1,5	0,5	1	Игра
7	Занятие 5. Я хочу ...Я могу...	1,5	0,5	1	Упражнение
8	Занятие 6. Я — человек! Я-Россиянин!	1,5	0,5	1	Педагогическое наблюдение
9	Тема 3. «Я хочу здоровым быть!» Занятие 1. Зачем человеку отдых?	4,5 1,5	1,5 0,5	3 1	Беседа
10	Занятие 2. Сон приходит на порог ...	1,5	0,5	1	Дискуссия
11	Занятие 3. Я за ЗОЖ	1,5	0,5	1	Игра, коллаж

12	Тема 4. «Путешествие в страну Сообразилию» Занятия 1. Путешествие на остров Внимание	7,5 1,5	2,5 0,5	5 1	Игра
13	Занятия 2. Путешествие в царство Мнемозины	1,5	0,5	1	Техника «Рассказ наоборот»
14	Занятия 3. Путешествие на остров Фантазия	1,5	0,5	1	Этюды, психогимнастика
15	Занятия 4. Путешествие на остров Мышление	1,5	0,5	1	Упражнение, игра
16	Занятия 5. Волшебные секреты	1,5	0,5	1	Педагогическое наблюдение
17	Тема 6. «Как я выражаю свои мысли и чувства?» Занятие 1. Ты мне слов не говори, ты мне слово покажи!	4,5 1,5	1,5 0,5	3 1	Игры, этюды
18	Занятие 2. Про улыбку и многое другое	1,5	0,5	1	Рисование
19	Занятие 3. Три подружки	1,5	0,5	1	Методика «Страна Эмоций»
20	Тема 7. «Мир, в котором я живу» Занятие 1. Я и моя семья	7,5 1,5	2,5 0,5	5 1	Беседа, рисунок «Моя семья»
21	Занятие 2. Я и мои друзья	1,5	0,5	1	Диагностическая игра
22	Занятие 3. Я в школе	1,5	0,5	1	Беседа

23	Занятие 4. Я и моя малая Родина	1,5	0,5	1	Дискуссия, квест
24	Тема 8. «Сочиняем сказку» Обобщающее занятие.	1,5	0,5	1	Игровое моделирование с элементами драматизации
	ИТОГО	36	12	24	

2.2. Содержание программы модуля

Тема 1. «Путешествие в Психологию»

Занятие 1. Познакомимся друг с другом!

Установление контакта. Как меня зовут? Как бы я хотел, чтобы меня называли? Что я люблю? - беседа по кругу.

Разминка: Игра «Ну-ка угадай!»

Психогимнастика: «Мы такие разные, разные, разные ...»

Этюд «Цветочек».

Упражнение: «Передай улыбку по кругу».

Цель: освоение коммуникативных умений.

Игра «Комплименты»

Цель: овладение вербальными и невербальными средствами общения, навыками самостоятельного вхождения в контакт с незнакомыми людьми в школе, умением регулировать свои поведенческие реакции.

Заключение: введение группового правила: «Встречаемся и прощаемся с улыбкой».

Цель: закрепление положительного эмоционального настроения.

Занятие 2. Веселое путешествие ...

Занятие проходит в форме сюжетно-ролевой игры, в ходе которой педагог ведет свой рассказ-легенду и постепенно вводит понятия: наука Психология, миф о Психее,

душа, внутренний мир человека, мысли, чувства, действия. На "веселых остановках" проводятся игры, упражнения.

Тема 2. «Сказка про меня самого»

Занятия 1-6. Я сам; Кто Я?; Какой Я?; Я знаю ... Я умею ...; Я хочу ... Я могу ...; Я — человек! Я — Россиянин!

Постепенно, в игровой форме, дети усваивают и осознают основные понятия, что у каждого человека есть:

- «внутренний мир» - это мои мысли, чувства, желания;
 - «внешний мир» - это мое поведение, действия, общение с другими людьми; к внешнему миру также относится - «мир вокруг меня» - это то, что меня окружает - природа, вещи, люди.
 - особенности человека: речь, мышление, смех, плач, доброта, работа, семья и др.
- Дети постепенно осознают свою половую принадлежность и соответствующие ей социальные роли, осознают свою принадлежность к Родине, (городу, краю, стране).

Тема 3. «Я хочу здоровым быть!» Занятие 1. Зачем человеку отдых?

Какой бывает отдых, как восполнить силы? Биологические ритмы в природе. Сколько времени нужно спать? Как засыпать и просыпаться? Что такое «Заячий синдром» и почему он вреден?

Занятие 2. Сон приходит на порог ...

Какие сны ты видишь? О чем говорят сны... Игра «Если бы это был мой сон, то я бы подумал..., почувствовал..., решил... » Влияет ли настроение на наши сны? Можно ли управлять настроением во сне. Сон - это информация о чем?

Занятие 3. Физическое и психологическое здоровье школьника.

Беседа «Условия сохранения физического и психологического здоровья школьников»

Кинезиологические упражнения для развития межполушарного взаимодействия.

Интерпретация и адаптированный вариант работы докторов Пола И.Деннисона и Гейл Деннисон «Гимнастика мозга».

Создание коллажа «Я ЗА ЗОЖ» по профилактике вредных привычек.

Тема 4. «Путешествие в страну Сообразию»

Занятия 1. Путешествие на остров Внимание

Учимся сосредотачивать и направлять свое внимание. Постепенно дети знакомятся с тем, как улучшить свое внимание. Все игры и упражнения носят развивающий и диагностический характер.

Занятие 2. Путешествие в царство Мнемозины

Миф о Мнемозине. Тренинг мнемических способностей. Помимо игр, включаются рассказы по кругу, рассказывание сказок «наоборот» с конца.

Занятие 3. Путешествие на остров Фантазия

Сочиняем сказку «Чего на свете не бывает?» Детям предлагается тема для рисования: «Волшебный лес» и «Несуществующие животные». В этюдах на психогимнастике они изображают фантастических персонажей и т.д.

Занятия 4. Путешествие на остров Мышление

Детям дается понятие мышления и представление о том, как оно функционирует: мышление - это умственные способности человека, которые у всех людей имеют свои особенности. Детям предлагается ряд игр, упражнений и испытаний на развитие

логического мышления и познавательных способностей. Используются игры настольные и подвижные, соревнования в командах, с мячом и т.д.

Занятие 5. Волшебные секреты

Сообщая основные моменты темы, повторяются и закрепляются приемы эффективной мыслительной деятельности, приемы запоминания и управления информацией.

Тема 5. «Путешествие в Чувствилюю»

Занятие 1. Путешествие на остров чувств

Мир мы познаем благодаря органам чувств: зрению, слуху, обонянию, осязанию, вкусу. Все занятие построено на поочередном акцентировании каждого чувства в играх, упражнениях, этюдах.

Занятие 2. Путешествие на остров эмоций

Какие бывают эмоции? Как их различать? Почему мы обижаемся? Вредные и полезные эмоции.

Занятие 3. Путешествие в долину Настроения

Что такое настроение? У кого оно бывает? Какое бывает настроение? Могут ли предметы, которые меня окружают, изменить мое настроение?

Занятие 4. Волшебные секреты.

Что делать, когда мне тревожно, страшно или боязно? Как изменить плохое настроение? Как овладеть элементами аутотренинга.

Тема 6. «Как я выражаю свои мысли и чувства?»

Занятие 1. Ты мне слов не говори, ты мне слово покажи!

Понятие «общение». Общение-это когда я передаю и получаю информацию, воспринимаю другого человека и пытаюсь его принять, взаимодействую с ним.

Коммуникативные игры: на установление, поддержание и завершение контакта.

Вербальное и невербальное общение. Овладение навыками невербального общения, языком тела и жестов. В занятие включаются этюды, игры, упражнения, основанные на пантомиме. Рассказываются стихи руками.

Занятие 2. Про улыбку и многое другое

Незаконченная история «Про улыбку» Г. Абрамовой. Игры, песни, рисование. Данное занятие должно помочь детям осознать важность положительного настроения для того, чтобы быть успешным.

Занятие 3. Три подружки

«Злюка», «Плакса», «Резвушка». Как музыканты и художники передают характер, настроение в своих произведениях, какие средства выразительности для этого используют?

Методика «Страна Эмоций».

Тема 7. «Мир, в котором я живу»

Занятие 1. Я и моя семья

Зачем человеку семья? Кто "Я" в семье? Как сберечь семью? Культура чувств. Рисуем: «Моя семья».

Занятие 2. Я и мои друзья

Как выбирать друзей? Что такое настоящая дружба? Какие отношения должны быть между друзьями? Всякий ли человек может быть другом? Кого можно назвать

настоящим другом? Друзей выбирают или ими становятся? Какие чувства испытываем мы по отношению к друзьям?

Важные качества настоящего друга: верность, внимание, требовательность, бескорыстие. Диагностическая игра «Секрет», «Объявление».

Занятие 3. Я в школе

Мои проблемы в школе: с учителями, одноклассниками, уроками. Мое настроение в школе и после нее. Что делать, если не хочется идти в школу?

Занятие 4. Я и моя малая Родина

Дискуссия «Что такое толерантность?»

Квест «Радуга Поволжья» по ознакомлению с культурным многообразием народов, проживающих в Самарской области. Осознание собственной уникальности и уникальности других людей, их схожести и различий.

Тема 8. «Сочиняем сказку...»

Про себя и многое другое...

Обобщение того, что дети узнали о себе, об особенностях человека, его чувствах, мыслях, поведении и общении, о том, как можно управлять своими мыслями, чувствами и действиями.

Обобщающий урок - диагностический. Сценарий урока включает игры, изобразительную деятельность, методику «незаконченные предложения»,

упражнение («Эмоциональный термометр»), игровое моделирование с элементами драматизации: «Сочиняем сказку про нас».

2 МОДУЛЬ «ОТ САМОПОЗНАНИЯ К САМОРАЗВИТИЮ»

Цель:

Создание условий для саморазвития личности обучающегося.

Задачи:

- формировать систему знаний ребенка о самом себе и побуждать его к саморазвитию;
- создать условия для развития внимания, памяти, мышления, воображения, восприятия, навыков саморегуляции, грамотной речи, расширения словарного запаса;
- научить детей осознанно действовать в ситуации выбора, быть уверенным в себе, ощущать свою «самость» и значимость;
- способствовать развитию эмоционального интеллекта, эмпатических чувств, сопереживания.
- создать условия для воспитания социально адаптированной личности.

Ожидаемые результаты:

Приобретаются и развиваются жизненно важные знания, умения и навыки:

- навыки саморазвития;
- развитие психических процессов;
- повышение уровня уверенности в себе;
- умение владеть своими эмоциями и понимать чувства других людей;

-навыки саморегуляции;

- навыки безопасного поведения.

2.3. Учебно-тематический план программы модуля

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации/контрол
		Всего	Теория	Практика	

1	Вводное занятие. Тема 1. «Самосознание и образ Я» Занятие 1. О букве «Я».	6 1,5	2 0,5	4 1	Беседа
2	Занятие 2. Я думаю, чувствую, действую.	1,5	0,5	1	Упражнения
3	Занятие 3. Мое тело, душа, дух.	1,5	0,5	1	Упражнения
4	Занятие 4. Я - человек, личность - единственный, неповторимый и уникальный.	1,5	0,5	1	Групповая дискуссия, техника «Автопортрет»
5	Тема 2. «Самооценка» Занятие 1. Что такое самооценка?	3 1,5	1 0,5	2 1	Тест на самооценку
6	Занятие 2. «Самый-самый»	1,5	0,5	1	Игра «В чем сила?», упражнение-визуализация «Маяк»
7	Тема 3. «Мир наших чувств» Занятие 1. Как появляются чувства?	6 1,5	2 0,5	4 1	Беседа
8	Занятие 2. Как меняются чувства?	1,5	0,5	1	Педагогическое наблюдение

9	Занятие 3. Мы можем научиться понимать наши чувства.	1,5	0,5	1	Дискуссия
10	Занятие 4. Мы можем научиться управлять нашими чувствами.	1,5	0,5	1	Логические ситуации
11	Тема 4. «Как я воспринимаю других людей?» Занятие 1. Что нужно, чтобы люди понимали друг друга?	6 1,5	2 0,5	4 1	Драматизация
12	Занятие 2. Можем ли мы понимать чувства других людей?	1,5	0,5	1	Беседа
13	Занятие 3. Эмпатия - сопереживание Другому.	1,5	0,5	1	Этюды
14	Занятие 4. Надо уметь сдерживать себя.	1,5	0,5	1	Беседа
15	Тема 5. «Что такое Саморегуляция?» Занятие 1. О вреде и пользе чувств.	7,5 1,5	2,5 0,5	5 1	Дискуссия
16	Занятие 2. Как помочь себе, если испортилось настроение?	1,5	0,5	1	Педагогическое наблюдение
17	Занятие 3. Как вести себя, если что-то болит?	1,5	0,5	1	Беседа
18	Занятие 4. Что делать, если не хочется в школу?	1,5	0,5	1	Педагогическое наблюдение

19	Занятие 5. Наука отдыхать.	1,5	0,5	1	Беседа
20	Тема 6. «Мир моих мыслей» Занятие 1. Я знаю ...	6 1,5	2 0,5	4 1	Игры, лабиринты
21	Занятие 2. Чего на свете не бывает?	1,5	0,5	1	Рисование сказки
22	Занятие 3. Путешествие в «Цветной город».	1,5	0,5	1	Упражнение
23	Занятие 4. Волшебные секреты.	1,5	0,5	1	Дискуссия
24	Обобщающее занятие «Жили-были третьеклашки» - диагностический.	1,5	0,5	1	Методику «Незаконченные предложения»
	ИТОГО	36	12	24	

2.4. Содержание программы модуля

Тема 1. «Самосознание и образ Я»

Занятие 1. О букве «Я».

Кто Я? Какой Я? Зачем Я? - внутренний мир человека. Чем отличается человек от животных, а мальчик от девочки? Почему у каждого есть свои неповторимые особенности?

Занятие 2. Я думаю, чувствую, действую.

Моя душа - разнообразный мир чувств, эмоций, грез, фантазий. Чувствами можно управлять. Что бывает, когда чувства управляют людьми? Как можно выразить свои чувства, мысли? (словом, жестом, мимикой, в танце, в мелодии, в живописи и т.д.)

Занятие 3. Мое тело, душа, дух.

Тело - физическое состояние, его можно увидеть, потрогать, ощутить - это наш «биоскафандр». Душа - это то, что мы чувствуем, понимаем, осмысливаем... А дух - это наши взгляды, убеждения и сила воли.

Занятие 4. Я - человек, личность - единственный, неповторимый и уникальный.

Обобщающий урок. В групповой дискуссии ребята размышляют о том, что они знают о себе, чем они отличаются от своих одноклассников, сверстников, взрослых людей. Вводится понятие «опыт», «жизненный опыт», «личный опыт». Рисуем «Автопортрет».

Тема 2. «Самооценка»

Занятие 1. Что такое самооценка?

Что такое самооценка? Где начинается самооценка? Кто оказывает влияние на нашу самооценку? Как стать человеком, который может оценить себя сам? Тест на самооценку.

Занятие 2. Самый-самый

Работа в тетради «Мое качество + и -». Обсуждение. Притча о двух волках.

Игра «В чем сила?» Упражнение-визуализация «Маяк»

Тема 3. «Мир наших чувств»

Занятие 1. Как появляются чувства?

Причины появления чувств. Как научиться понимать наши чувства?

Занятие 2. Как меняются чувства? Почему?

Как научиться управлять нашими чувствами?

Занятие 3. Мы можем научиться понимать наши чувства. Если будем различать два вида боли: физическую и эмоциональную. Причины их возникновения. (Решение простейших логических ситуаций, см. Джилл Андерсон «Думай, пытайся, развивайся».) Язык - ключ к нашим чувствам.

Занятие 4. Мы можем научиться управлять нашими чувствами.

Если научимся осознавать причину возникновения отрицательных эмоций. Что такое «умственный мусор» и как от него избавиться?

Тема 4. «Как я воспринимаю других людей?»

Занятие 1. Что нужно, чтобы люди понимали друг друга?

Овладение вербальными и невербальными средствами. Доверительность, открытость, внимание и любовь людей друг к другу. Овладение приемами активного слушания. Игры, драматизации, ситуации.

Занятие 2. Можем ли мы понимать чувства других людей?

Способы выражения чувств: агрессивный, сдержанный, миролюбивый. Овладение конструктивными приемами общения. Какие чувства испытывает добрый человек? Зло и Добро.

Занятие 3. Эмпатия - сопереживание Другому.

Беседа, чтение художественной литературы, этюды, тренинг на развитие эмпатических чувств, сопереживания. Сопереживание - это понимание чувств другого, сочувствие ему и способность помочь.

Занятие 4. Надо уметь сдерживать себя.

Что является причиной невыдержанности? Капризные дети. Как к ним относятся взрослые и другие дети? Как воспитывать в себе сдержанность? Что бывает, когда чувства руководят нашими мыслями и действиями?

Тема 5. «Что такое Саморегуляция?»

Занятие 1. О вреде и пользе чувств.

Положительные и негативные эмоции. Стресс. Эмоциональное поле человека, как оно влияет на людей, которые нас окружают. Значимость положительных эмоций на работоспособность и успешность в деятельности.

Занятие 2. Как помочь себе, если испортилось настроение?

Овладение элементами аутотренинга. Переключение на приятное дело. Анализ причины «боли», устранение «умственного мусора».

Занятие 3. Как вести себя, если что-то болит?

Как ведут себя дети, когда у них что-то болит? Всегда ли дети чувствуют боль от полученной травмы, когда заняты игрой? Внутренняя боль и ее опасность. Что помогает преодолеть боль? К кому обратиться за помощью?

Занятие 4. Что делать, если не хочется в школу?

Почему детям иногда не хочется идти в школу? Что они в этом случае придумывают?

Что

надо делать, чтобы дети охотно ходили в школу? С кем можно посоветоваться?

Занятие 5. Наука отдыхать.

Надо ли планировать свой отдых? Как быстро и хорошо выполнять домашние задания? Как проводить время после школы, в выходной, на каникулах

Тема 6. «Мир моих мыслей»

Занятие 1. Я знаю ...

Игры на развитие логического мышления, пространственного воображения, ориентации в пространстве. Использование лабиринтов.

Занятие 2. Чего на свете не бывает?

Фантазия - что это такое? Развитие у детей в играх и упражнениях творческого воображения. Рисование сказки ...

Занятие 3. Путешествие в «Цветной город».

Развитие пространственных отношений, владение соответствующей лексикой, приобретение детьми опыта свободной пространственной ориентировки в умственном плане.

Занятие 4. Волшебные секреты.

Дети рассказывают о том, какие способы снятия умственного напряжения они знают, как можно развивать свои познавательные процессы.

Обобщающее занятие 5. «Жили-были третьеклашки» - диагностическое.

Сценарий урока включает игры, изобразительную деятельность, методику «Незаконченные предложения», упражнение («Эмоциональный термометр»), игровое моделирование с элементами драматизации: «Сочиняем сказку про нас».

3 МОДУЛЬ «ОТ САМОРАЗВИТИЯ К САМОВЫРАЖЕНИЮ»

Цель:

Создание условий для самовыражения личности обучающегося.

Задачи:

- формировать систему знаний ребенка о самом себе и побуждать его к самовыражению;
- создать условия для развития внимания, памяти, мышления, воображения, восприятия, навыков саморегуляции, грамотной речи, расширения словарного запаса;
- способствовать осознанию своих индивидуальных особенностей;
- способствовать воспитанию уверенного поведения;
- создать условия для самораскрытия и самопринятия личности обучающегося.

Ожидаемые результаты:

Приобретаются и развиваются жизненно важные знания, умения и навыки:

- формируется понятие темперамент, виды темперамента;
- повышается уровень развития психических процессов: внимания, памяти, мышления, воображения, восприятия;
- повышается уровень самооценки и самопринятия собственной личности;
- навыки критического мышления;
- навыки самовыражения.

2.5. Учебно-тематический план программы модуля

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации/контрол
		Всего	Теория	Практика	

1	Тема 1. Знаешь ли ты себя? Вводное занятие. Занятие 1. Что мы знаем о себе?	1,5	0,5	1	Беседа, дискуссия, упражнение, игровое моделирование.
2	Тема 2. «Темперамент. Что это такое?» Занятие 1. Учение Гиппократа о темпераменте.	3	1	2	Беседа, игровое моделирование, упражнения.
3	Занятие 2. Способы проявления темперамента в речи, движениях чувствах.	1,5	0,5	1	Игровое моделирование, педагогическое наблюдение.
4	Тема 3. «Что такое память?» Занятие 1. Воспоминания о путешествии в царство Мнемозины.	4,5	1,5	3	Педагогическое наблюдение, психологические опыты.
5	Занятие 2. Какая бывает память?	1,5	0,5	1	Беседа, самодиагностика.
6	Занятие 3. Тайны хорошей памяти.	1,5	0,5	1	Психологические игры.
7	Тема 4. «Мозг - главный командный пункт организма» Занятие 1. Мозг - главный командный пункт организма.	4,5	1,5	3	Беседа, дискуссия.

8	Занятие 2. Все ли умеют думать?	1,5	0,5	1	Игры, упражнения. тест.
9	Занятие 3. Как я осознаю самого себя?	1,5	0,5	1	Дж. Скотт «Техника силы ума»
10	Тема 5. «Зачем нужно внимание?» Занятие 1. Слушать и слышать.	3 1,5	1 0,5	2 1	Педагогическое наблюдение, беседа.
11	Занятие 2. Что может улучшить внимание?	1,5	0,5	1	Психотехнические игры.
12	Тема 6. «Мозг и органы чувств: Как мы воспринимаем мир?» Занятие 1. «Мир звуков» - аудиальное восприятие мира.	7,5 1,5	2,5 0,5	5 1	Педагогическое наблюдение.
13	Занятие 2. Мир красок и форм.	1,5	0,5	1	Психотехнические упражнения.
14	Занятие 3. Можно ли увидеть звуки и услышать предметы?" - синестезия.	1,5	0,5	1	Выставка детских рисунков «Я вижу музыку»
15	Занятие 4. Можно ли управлять своими мыслями, чувствами и действиями?	1,5	0,5	1	Педагогическое наблюдение.
16	Занятие 5. Кинезиология для мозга.	1,5	0,5	1	Кинезиологические упражнения.

17	Тема 7. «Выразительность» Занятие 1. Выразительность в позах, жестах, мимике, речи. Жесты народов мира.	3	1	2	Упражнения, игры-загадки, шарады. Упражнения по А. Пизу.
18	Занятие 2. Традиции и быт народов Поволжья.	1,5	0,5	1	Квест «Радуга поволжья»
19	Тема 8. «Психическая энергия и биополе» Занятие 1. Что такое телепатия.	3	1	2	Психологические опыты, психотехники.
20	Занятие 2. Воздействие предметов на человека.	1,5	0,5	1	Тренинг цветовосприятия.
21	Тема 9. «Что такое способности?» Занятие 1. Чудо-чадо - как распознать свои способности?	4,5	1,5	3	Дискуссия, игры, упражнения
22	Занятие 2. Я развиваю свои способности.	1,5	0,5	1	Самодиагностика, игра.
23	Занятие 3. Уникальность и неповторимость каждого человека.	1,5	0,5	1	Коллаж «Образы моего «Я»
24	Заключительное занятие «Школа самовыражения - до свиданья»!	1,5	0,5	1	Мини-выставка, отзывы, пожелания, фотосессия.
	ИТОГО	36	12	24	

2.6. Содержание программы модуля

Тема 1. Знаешь ли ты себя?

Занятие 1. Что мы знаем о себе?

Беседа о единстве тела, души и духа, краткий рассказ педагога, самодиагностика, игры.

Где живет душа моя? Дискуссия. Упражнения на осознание единства мыслей, чувств и действий. Игровое моделирование ситуаций на темы «Я в школе», «На улицах города», «Иногда мне бывает грустно...», «Если радость вдруг пришла».

Тема 2. «Темперамент. Что это такое?»

Занятие 1. Учение Гиппократ о темпераменте.

Теория великого Павлова о темпераменте - рассказ учителя, беседа, игровое моделирование, игры, упражнения на определение темперамента (по рисунку, описанию, музыке).

Занятие 2. Способы проявления темперамента в речи, движениях, чувствах.

Как темперамент влияет на мое поведение? Игровое моделирование: «В гости к нам пришел флегматик...», «В гости к нам пришел сангвиник...», «В гости к нам пришел холерик», «В гости к нам пришел меланхолик...» Пятый тип темперамента.

Тема 3. «Что такое память?»

Занятие 1. «Воспоминания о путешествии в царство Мнемозины».

Миф о Мнемозине. Тренинг мнемических способностей. Воспоминания школьников о путешествии, беседа, психологические опыты, советы педагога-психолога.

Занятие 2. Какая бывает память?

Виды памяти, элементы самодиагностики.

Занятие 3. Тайны хорошей памяти.

Рассказ по Н. Коростелеву, психологические игры, опыты. Способы развития памяти.

Тема 4. «Мозг - главный командный пункт организма»

Занятие 1. Мозг - главный командный пункт организма

Беседа, чтение и обсуждение рассказов А. Дорохова: «Мозг», «Нервы».

Дискуссия: «Что я узнал о себе». «Что есть познание?»

Д/З: попытаться найти новую информацию о мозге в Детской энциклопедии.

Занятие 2. Все ли умеют думать?

Что значит разумно мыслить? Беседа, практические советы психолога, игры, упражнения.

Самодиагностика «Правильно ли я учу уроки?» - тест.

Занятие 3. Как я осознаю самого себя?

Игры, упражнения по Дж. Скотт «Техника силы ума». Учимся управлять своими мыслями, психологический опыт «Маятник».

Тема 5. «Зачем нужно внимание?»

Занятие 1. Слушать и слышать.

Внимание - это направленность и сосредоточенность на объекте. Как можно овладеть способами развития сосредоточенности и направленности внимания?

Занятие 2. Что может улучшить внимание?

Беседа, психотехнические игры на овладение способами развития сосредоточенности и направленности внимания. Тренинг рефлексивного и нереплексивного слушания.

Тема 6. «Мозг и органы чувств: Как мы воспринимаем мир?»

Занятие 1. «Мир звуков» - аудиальное восприятие мира.

Развиваю аудиальное восприятие и слуховые ощущения.

Занятие 2. Мир красок и форм.

Визуальное восприятие мира. Развиваю свои ощущения. Иллюзии визуального восприятия.

Занятие 3. Можно ли увидеть звуки и услышать предметы? - синестезия.

Краткий рассказ педагога, беседа (наглядный материал), самодиагностика, музыкотерапия, эстетотерапия, выставка детских рисунков «Я вижу музыку», игры, упражнения, тренинг сенсорной сферы.

Занятие 4. Можно ли управлять своими мыслями, чувствами и действиями?

Кинестетические упражнения на выражение мыслей и чувств. Метод аутотренинга - «Я вырастаю здоровым, крепким и уверенным».

Занятие 5. Кинезиология для мозга.

Комплекс кинезиологических упражнений для развития мелкой моторики рук.

Тема 7. «Выразительность»

Занятие 1. Выразительность в позах, жестах, мимике, речи. Жесты народов мира.

Рассказ педагога, игры, упражнения, игры-загадки, шарады, тренинг.

Язык тела, открытые и закрытые жесты. Жесты принятия и жесты угрозы. Как «говорит» тело. Упражнения по А. Пизу.

Кинестетические упражнения на распознавание языка жестов. Жесты народов мира в живописи. Язык жестов в танцевальном искусстве Индии. Язык жестов и взглядов в Японии. Зачем народы придумывали язык жестов? - дискуссия.

Занятие 2.

Квест «Радуга поволжья»-игра на знакомство с уникальностью и самобытностью культуры народов Поволжья.

Тема 8. «Психическая энергия и биополе»

Занятие 1. Психическая энергия и биополе.

Рассказ педагога, психологические опыты; психотехники: «волевое тепло», самовнушение. Можно ли передать мысли без слов? Что такое телепатия. Игра «Послание другу» - передача мыслей и чувств через прикосновение.

Занятие 2. Воздействие предметов на человека.

Беседа «Как на нас влияет цвет?», психофизические свойства цвета - психологические опыты, тренинг цветовосприятия.

Тема 9. «Что такое способности?»

Занятие 1. Чудо-чадо - как распознать свои способности?

Какие бывают способности? Общие и специальные. Каждый человек уникален и имеет индивидуальные способности - дискуссия, игры, упражнения, тренинг способностей: коммуникативных, когнитивных, мнемических, деловых и т. д.

Занятие 2. Я развиваю свои способности.

Самодиагностика. Тренинг навыков восприятия информации органами чувств и передачи их в мимике, жестах, действиях. «Как навыки вырастают в способности» - игра.

Занятие 3. Уникальность и неповторимость каждого человека - обобщающий урок. Почему мы такие разные? - это хорошо или плохо? - дискуссия. Коллаж «Образы моего «Я». Скульптура моего «Я». Медитация «Я уникален».

Заключительное занятие «Школа самовыражения - до свиданья»!

Праздник, мини-выставка творческих работ. Чему я научился в «Школе самовыражения», что полезного я узнал. Отзывы, пожелания, фотосессия.

1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН ДОП «ШКОЛА САМОВЫРАЖЕНИЯ» 2 год обучения

№ п/п	Наименование модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика

1.	«Путешествие на остров Я»	36	12	24
2.	«От самопознания к саморазвитию»	36	12	24
3.	«От саморазвития к самовыражению»	36	12	24
	ИТОГО	108	36	72

1 МОДУЛЬ «ПУТЕШЕСТВИЕ НА ОСТРОВ Я»

Цель: создать условия для самопринятия ребенка через познание своих индивидуальных особенностей.

Задачи:

- диагностика психических процессов (внимание, память, мышление, воображение, восприятие, ощущение);

- диагностика личностных особенностей (темперамент, характер, самооценка, воля, эмоции, саморегуляция, самоконтроль);

- формирование системы психологических знаний ребенка о себе;

- совершенствование коммуникативных навыков в деловом и личном общении со сверстниками и взрослыми;

- создание условий для воспитания социально адаптированной личности, с активной гражданской позицией, ориентированной на здоровый образ жизни;

Ожидаемые результаты:

Приобретаются и развиваются жизненно важные знания, умения и навыки:

- навыки самопознания;

- навыки саморегуляции;

- осознание своих особенностей и возможностей;

- умение устанавливать эффективные межличностные отношения в социуме;

- умение использовать психологические знания в общении и деятельности в коллективе;

-знакомство с понятиями модуля: психические процессы, личностные особенности, психическое, ментальное и соматическое здоровье.

1.1. Учебно-тематический план программы модуля

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Все го	Тео рия	Прак тика	

1	<p>Возвращение в Королевство внутреннего мира человека</p> <p>Вводное занятие.</p> <p>Занятие 1. Здравствуй, Школа Самовыражения!</p> <p>Занятие 2. Что мы знаем о себе? Мой темперамент.</p> <p>Занятие 3. Самооценка.</p> <p>Занятие 4. Воля. Волевое поведение.</p> <p>Занятие 5. Саморегуляция. Самоконтроль.</p> <p>Занятие 6. Эмоции.</p>	<p>16,5</p> <p>1,5</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p>	<p>5</p> <p>0,5</p> <p>0,5</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p>10</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>	<p>Педагогическое наблюдение</p> <p>Упражнения, игры</p> <p>Диагностика</p> <p>Диагностика</p> <p>Диагностика</p> <p>Педагогическое наблюдение</p> <p>Методика «Страна эмоций»</p>
2	<p>Мозг - моя вселенная</p> <p>Занятие 1. Ощущения. Виды ощущений.</p> <p>Занятие 2. Восприятие и его свойства.</p> <p>Занятие 3. Память и её развитие.</p> <p>Занятие 4. Внимание и его развитие.</p> <p>Занятие 5. Мышление. Виды мышления. Развитие.</p> <p>Занятие 6. Воображение. Развитие воображения.</p> <p>Итоговое занятие модуля.</p> <p>Занятие 7. Я хочу здоровым быть!</p>	<p>19,5</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>3</p> <p>1,5</p>			<p>Дискуссия</p> <p>Диагностика</p> <p>Упражнения</p> <p>Диагностика</p> <p>Упражнения</p> <p>Педагогическое наблюдение</p>

	ИТОГО	36	12	24	
--	--------------	-----------	-----------	-----------	--

2 МОДУЛЬ «ОТ САМОПОЗНАНИЯ К САМОРАЗВИТИЮ»

Цель:

Создать условия для саморазвития личности через осознание и развитие задатков и способностей.

Задачи:

- формирование системы знаний ребенка о самом себе и побуждение его к саморазвитию;
- развитие эмоционального интеллекта, эмпатических чувств, сопереживания.
- создание условий для осознания своих личностных особенностей и их успешного применения в жизни;
- развитие желания работать над собой, постигать себя, видеть свои сильные и слабые стороны;
- создание условий для воспитания социально адаптированной личности с ориентацией на высшие человеческие ценности личности (доброта, отзывчивость, патриотизм, толерантность).

Ожидаемые результаты:

Приобретаются и развиваются жизненно важные знания, умения и навыки:

- навыки саморазвития;
- развитие психических процессов;
- повышение уровня уверенности в себе;
- умение владеть своими эмоциями и понимать чувства других людей;
- осознание собственной значимости, уникальности;
- формирование положительных нравственных ориентиров.

1.2. Учебно-тематический план программы модуля

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Все го	Тео рия	Прак тика	

1	Самосознание и образ Я.	24			
	Вводное занятие.	3	1	2	
	Занятие 1. О букве Я	3	1	2	Беседа
	Занятие 2. Тайна имени	3	1	2	Сочинение
	Занятие 3. Я думаю, чувствую, действую.	3	1	2	Упражнения
	Занятие 4. Мы можем научиться понимать наши чувства.	3	1	2	Педагогическое наблюдение
	Занятие 5. Мое тело, душа, дух.	3	1	2	Дискуссия
	Занятие 6. Звуки вокруг нас.	3	1	2	Экскурсия
	Занятие 7. Магия красок и форм	3	1	2	художественную галерею
Занятие 8. Я - человек, личность - единственный, неповторимый и уникальный.	3	1	2	Игра «В чем сила?», упражнение-визуализация «Маяк»	
2	Источники внутренней силы	12	4	8	Упражнения
	Занятие 1. Мои ресурсы	1,5	0,5	1	Методика
	Занятие 2. Мои склонности	1,5	0,5	1	«Проективный рисунок»
	Занятие 3. Мои способности	1,5	0,5	1	
	Занятие 4. Слагаемые успеха	1,5	0,5	1	Экскурсия
	Занятие 5. Воспитание талантов	3	1	2	культурное учреждение города, виртуальные экскурсии по России.
	Итоговое занятие модуля. Визитная карточка. Мы живем в России.	3	1	2	Цифровые уроки семейной истории.

	ИТОГО	36	12	24	
--	--------------	-----------	-----------	-----------	--

3 МОДУЛЬ «ОТ САМОРАЗВИТИЯ К САМОВЫРАЖЕНИЮ»

Цель:

Создать условия для самоактуализации личности через самопринятие и самовыражение.

Задачи:

- формирование системы знаний ребенка о самом себе и побуждение его к самовыражению и самоактуализации;
- создание условий для дальнейшего развития психических процессов, навыков ораторского искусства;
- совершенствование коммуникативных навыков в личном общении со сверстниками и взрослыми;
- создание условий для самопринятия и самораскрытия личности.
- создание условий для развития духовно-нравственной, гармонично развитой, социально-адаптированной личности.

Ожидаемые результаты:

Приобретаются и развиваются жизненно важные знания, умения и навыки:

- навыки самовыражения;
- повышается уровень развития психических процессов: внимания, памяти, мышления, воображения, восприятия, ощущения;
- умение устанавливать доверительные, дружеские отношения в социуме;
- улучшается качество использования личностных особенностей для успешной самореализации в социуме.

1.3. Учебно-тематический план программы модуля

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Все го	Тео рия	Прак тика	

	Общение	18	6	12	
1	Вводное занятие				Педагогическое наблюдение
	Занятие 1. Виды общения. Учимся понимать себя и других.	1,5	0,5	1	Дискуссия
	Занятие 2. Как научиться общаться лучше?	1,5	0,5	1	Полилог
	Занятие 3. Качества, важные для межличностного общения.	1,5	0,5	1	Упражнения
	Занятие 4. Знаки внимания при общении.	1,5	0,5	1	Игра-драматизация
	Занятие 5. Конфликт. Разрешение конфликтов.	1,5	0,5	1	Ролевая игра
	Занятие 6. Мои права и права других людей. Социальные роли.	1,5	0,5	1	Работа в парях
	Занятие 7. Как узнать другого человека и легко с ним общаться?	1,5	0,5	1	
	Занятие 8. Обратная связь в общении. Открытость, искренность, «общение без масок».	1,5	0,5	1	Беседа
	Занятие 9. Учимся чувствовать и наблюдать.	1,5	0,5	1	Упражнение-релаксация
	Занятие 10. Полюбить себя.				
Занятие 11. Эмпатия и рефлексия. Способы восприятия и понимания людьми друг друга.	3	1	2	Упражнение-визуализация	

2	Потребности и мотивы.	18	6	12	
	Занятие 1. Знания. Умения. Навыки. Привычки.	1,5	0,5	1	Тест
	Занятие 2. Потребности человека. Мотивы.	3	1	2	Упражнения Самостоятельная
	Занятие 3. Виды деятельности. Игра. Учебная деятельность. Мотивы учения.	3	1	2	работа Проективный рисунок Добровольческая
	Занятия 4,5. Участие во Всероссийской Акции «Весенняя неделя добра»	6	2	4	Акция Итоговая диагностика
	Занятие 6. Мои мечты, мои цели. Итоговое занятие модуля.	3	1	2	отзывы, пожелания, фотосессия.
	Школа самовыражения, до свидания!	1,5	0,5	1	
	Итого	36	12	24	

**Ресурсное (материально-техническое, информационно-методическое,
организационное) обеспечение программы**

Отправной точкой к разработке данной программы стали методические рекомендации к Урокам самовыражения доктора педагогических наук,

профессора Уральского государственного педагогического университета
А. Ф. Лобовой.

В составлении программы мы опирались на следующие принципы:

-общение по принципу «здесь и теперь»;

-принцип акцентирования языка чувств;

-принцип активности;

-принцип доверительного общения;

-принцип конфиденциальности;

- принцип персонализации и диалогизации в ситуациях учебного взаимодействия и общения, что помогает выстроить взаимодействие, основанное на сотрудничестве и партнерских отношениях на всех уровнях процесса обучения;

- принцип игрового моделирования, не смотря на то, что ведущей деятельностью младшего школьника является учение, поскольку игра занимает большое место в жизни ребенка 8-10 лет. Игровые ситуации позволяют моделировать особого рода практику поведения ребенка и создают специфические условия для тренировки и становления личностных качеств.

Содержание занятий включает занимательный теоретический материал, психотехнические игры, упражнения, элементы тренинга, диагностические, интеллектуальные и оздоровительные игры. В конце каждого занятия участники обмениваются чувствами, эмоциями, своими переживаниями по поводу происходящего.

Наличие брендовой составляющей

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа Школа самовыражения имеет собственный уникальный логотип в виде смайла «Счастливчик», от лица которого педагог-психолог начинает и заканчивает занятие.

Также обязательным компонентом каждого занятия являются оригинальные ритуалы приветствия и прощания, способствующие психологической адаптации обучающихся к процессам самопознания и самовыражения.

Методы работы программы:

-словесные методы: рассказ, сказка, притча, беседа, диалог, дискуссия, полилог, сообщения – эти методы способствуют обогащению теоретических знаний детей, являются источником новой информации;

-наглядные методы: просмотр видео-материалов, презентаций, демонстрации рисунков, плакатов, коллекций, иллюстраций, посещение выставок. Наглядные методы дают возможность более детального обследования объектов, дополняют словесные методы, способствуют развитию мышления детей. «Чем более органов наших чувств принимает участие в восприятии какого-нибудь впечатления или группы впечатлений, тем прочнее ложатся эти впечатления в нашу механическую, нервную память, вернее сохраняются ею и легче, потом вспоминаются»(К.Д. Ушинский);

-практические методы: психотехнические игры и упражнения, арт-терапия, нейроморика, изготовление рисунков, коллажей, экскурсии, акции и выступления. Данные методы позволяют воплотить теоретические знания на практике, психологически адаптировать обучающегося к восприятию материала, направить его потенциал на самопознание, способствуют развитию навыков и умений детей. Большое значение приобретает выполнение правил культуры труда, а также культуры межличностного общения (соблюдение правил группы).

Для проведения занятий используются кабинеты, в которых есть необходимые условия и пространство для групповой тренинговой работы, а также:

-шкафы для хранения оборудования и ТСО;

-нормативная база образовательной деятельности учреждения дополнительного образования детей;

-печатные пособия по психологии;

-мультимедийное оборудование (ноутбук, экран);

- научно-популярная литература;
- научно-методическая литература;
- учебные пособия по психологии;
- учебные пособия по добровольчеству;
- раздаточный материал;
- канцтовары (бумага, ручки, цветные карандаши, краски, гуашь, кисточки, клей, ножницы, папки с файлами, цветной картон, пластилин, ватман).

Формы проведения занятий:

- беседа-размышление;
- групповая дискуссия, аукцион;
- полилог;
- «мозговой штурм»
- тематическая релаксация;
- упражнение-визуализация;
- арт-терапия;
- сказкотерапия;
- анкетирование, тестирование, диагностика;
- ролевая игра;
- просмотр видеоматериалов (в т.ч. цифровой видеоурок);
- тренинг;
- экскурсия, акция.

Список литературы:

1. Ананьев В. А. Психология здоровья: Синтез знаний о личностном росте. //Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы 1995. № 3
2. Андерсон Джилл. Думай, пытайся, развивайся. - Пер. с англ./ Общ. ред. и перевод А. Л. Шлионский, Д. М. Шлионский, Н. В. Никифорова. СПб. : Азбука. 1996. 92с.
3. Антонова Г. Отклик в душе. //Семья и школа. 1977. № II. с.45-47.
4. Анцыферова Л.И. Системный подход психологии личности // Принцип системности психол-х исследов-х / Под ред. Д.Н. Завалишиной, В.А.Барабанщикова. М.: Наука, 1990.
5. Асмолов А.Г. Культурно-историческая психология и конструирование миров. М.; Воронеж: Изд-во «Ин-т практ. Психол.», 1996.
6. Базарова О. Л. Условия реализации индивидуализированной педагогической помощи учащимся начальных классов. - Автореф.... канд. пед. наук. Кострома. 1995.
7. Бардиер Г., Ромазан И., Чередникова Т. Психологическое сопровождение естественного развития маленьких детей. Кишинев – Спб.: Дорваль, 1993.
8. Базылевич Т. Ф. Типологический анализ произвольных действий в структуре целостной индивидуальности: Автореф. докт. дисс. М. ,1994.
9. Белкин А. С. Ситуация успеха. Как ее создать.М.: Педагогика, 1991. 146
10. Белкин А.С., Зимина И.С., Яковлев В.И. Технология развивающих игр – занятий у детей дошкольного возраста. Ек-г.: Иноземье, 1996.
11. Беляева Л. А. Философия воспитания как основа педагогической деятельности. Ек-г.: Изд-во УрГПУ, 1994.
12. Белоус В. В., Щебетенко А. И. Психология интегральной индивидуальности: Коллективная монография. Пятигорск: Изд-во Пятигорск., гос. лингвистич. унта , 1995.
13. Бернс Р. Развитие Я - концепции и воспитание. М.: Изд-во МГУ, 1991. с.
14. Битянова М.Р. Адаптивный ребенок в школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка. М.: Образ. центр Пед. Поиск, 1997.

14. Битянова Н.Р. Психология личностного роста. М.: Изд-во Межд. нар. пед. Академии, 1995.
15. Бойко В. В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на других -М»: Информационно-издательский дом "Филинь". 1996. 472с.
16. Бреслав Г. М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве.М.: Педагогика, 1990.
17. Бреслав Г. М. Эмоциональные основы онтогенеза личности. : Автореф. ... докт. психол. наук. М. 1990.
18. Брушлинский А. В. Проблемы психологии субъекта. М.: ИПРАН. 1994.
19. Брушлинский А. В. Субъект :мышление, учение, воображение. М, : Изд-во Институт практической психологии. Воронеж: НПО «МОДЭК». 1996.
20. Бурно М. Е. Терапия творческим самовыражением. М.: Наука,1989.С.34-28.
21. Вилюнас В. К. Основные проблемы психологической теории эмоций //Психология эмоций : Тексты /Под ред. В.К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер М. 1984. с. 3-29.
22. Вилюнас ВЛ, Психологические механизмы мотивации человека. М.: Изд-во Моск. ун-та. 1990. 288с.
23. Волконский С. Выразительный человек. СПб., 1913.
24. Волосова Е. Эмоциональное воспитание ребенка в повседневной жизни. Статья первая // Дошкольное воспитание. 1991, № 10. с. 69-72.
25. Волосова Е. Эмоциональное воспитание ребенка в повседневной жизни. Статья вторая //Дошкольное воспитание. 1991. № II. с. 56-60.
26. Газман О. С., Вейс Р. М., Крылова Н. Б. Новые ценности образования: содержание гуманистического образования. М.,1995.103с.
27. Давыдов В. В. Проблемы развивающего обучения. М.: ИНТОР, 1996. 150 140с.
28. Джемс У. Психология. М.: Наука, 1991. 308 с. 91.Джеймс У. Что такое эмоция? // Психология эмоций. М.: Изд-во МГУ, 1993. 202 с.
29. Дорфман Л.Я. Метаиндивидуальный мир: методологические и теоретические проблемы. М.: Смысл. 1993. 456 с.

30. Кларин М. В. Инновации в мировой педагогике. Обучение на основе исследования, игр, дискуссии. Анализ зарубежного опыта. Рига.: НПЦ, Эксперимент, 1995.
31. Ключева Н. В., Устиленцева И. В. Программа коррекции личностно - эмоциональных проблем детей младшего школьного возраста. - Ярославль.: «Академия развития», 1995.
32. Колмогорова Л.С., Григорьевская Н.Н., Модина И.А. Человеческое знание: Курс психологии с элементами этики и валеологии. М.: Генезис, 1998.
33. Колпачников В. В. Психологическая концепция образа мира личности.- В кн. Психологи - школе. Екатеринбург.: Изд-во ИРРО, 1993.
34. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Популярное пособие для родителей и педагогов. Ярославль: Академия развития, 1996. 1
35. Кряхтунов М.И. Формирование готовности учителя к управлению эмоциональными состояниями в педагогической деятельности. - Автореф. ... дис. канд. пед. наук. М.,1996. 46с.
36. Кряхтунов М. И. Рефлексия как средство управления эмоциональным состояниями. В сб. Рефлексивные процессы. Материалы международного симпозиума. – М.: Изд-во Моск. пед. ун-та, 1994.
37. Лобова А. Ф. Образование и современные науки о человеке : проблемы , поиски, перспективы //тезисы докладов региональной научно- практической конференции. Екатеринбург.: Изд-во УрГПУ., 1995. 151.
38. Лобова А. Ф. Школа самовыражения: Книга для педагогов и родителей. Екатеринбург.: Изд-во Урал. госуд. пед. ун-т., 1998. 152.
39. Лоуэн А. Психология тела. (Телесно-ориентированный биоэнергетический психоанализ. (Перевод Коледа С. В. М.: Изд-во Независимой ассоциации психологов-практиков, 1997. 200 с.
40. Хухлаева О.В. Лесенка радостей. М.: Изд-во- Совершенство. 1998. 80 с.
41. Цукерман Г.А. Что развивает и чего не развивает учебная деятельность младших школьников // Вопр. психол., 1998, №5. С. 68-81.

42. Практическая психология образования. / Под ред. И.В. Дубровиной: Учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений. - М.: ТЦ «Сфера», 1997. С. 528.

43. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ «Об использовании государственных символов Российской Федерации при обучении и воспитании детей и молодежи в образовательных организациях, а также организациях отдыха детей и их оздоровления»

Приложение 1

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа № 5 «Образовательный центр» имени М.П. Бочарикова города
Новокуйбышевска городского округа Новокуйбышевск Самарской области

структурное подразделение «Центр детско-юношеского творчества»

СОГЛАСОВАНО

Заведующий структурным
подразделением «Центр детско-
юношеского творчества»

_____ Е.А. Ишкова
от «___» _____ 202_г.

**Календарно-тематический пландополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы
социально-педагогической направленности направленности
«ШКОЛА САМОВЫРАЖЕНИЯ»**

на 2023-2024 учебный год

Год обучения: 2

Группа: 1

Педагог дополнительного образования:

Романская Ирина Васильевна

г. Новокуйбышевск, 2023г.

№ п/п	Тема занятия	Сроки проведен ия занятия	Теоретическая часть/ Практическая часть		Форма и оценка результатов. Форма аттестации (при необходимости).
			Тип/ форма занятия	Кол-во часов	

1	<p>Вводное занятие.</p> <p>Инструктаж по технике безопасности. Модуль 1. «Путешествие на остров Я» Тема 1. «Путешествие в Психологию»</p> <p>Занятие 1. Познакомимся друг с другом!</p> <p>Занятие 2. Веселое путешествие ...</p>	1 неделя	Теория	1	Беседа
			Практика	2	Педагогическое наблюдение Упражнение, игра
2	<p>Тема 2. «Сказка про меня самого»</p> <p>Занятие 1. Я сам!</p> <p>Занятие 2. Кто Я?</p>	2 неделя	Теория	1	Беседа
			Практика	2	Упражнение
3	<p>Занятие 3.Какой Я?</p> <p>Занятие 4. Я знаю...Я умею ...</p>	3 неделя	Теория	1	Беседа
			Практика	2	Игра
4	<p>Занятие 5. Я хочу ...Я могу...</p> <p>Занятие 6. Я — человек! Я - Россиянин!</p>	4 неделя	Теория	1	Педагогическое наблюдение
			Практика	2	Упражнение Презентация

5	<p>Тема 3. «Я хочу здоровым быть!»</p> <p>Занятие 1. Зачем человеку отдых?</p> <p>Занятие 2. Я ЗА ЗОЖ</p>	5 неделя	<p>Теория</p> <p>Практика</p>	<p>1</p> <p>2</p>	<p>Дискуссия</p> <p>Игра</p> <p>Коллаж</p>
6	<p>Занятие 3. Физическое и психологическое здоровье школьника.</p> <p>Тема 4. «Путешествие в страну Сообразилю»</p> <p>Занятия 1. Путешествие на остров Внимание</p>	6 неделя	<p>Теория</p> <p>Практика</p> <p>Теория</p> <p>Практика</p>	<p>0,5</p> <p>1</p> <p>0,5</p> <p>1</p>	<p>Беседа</p> <p>Упражнение</p> <p>Беседа</p> <p>Игра</p>
7	<p>Занятия 2. Путешествие в царство Мнемозины</p> <p>Занятия 3. Путешествие на остров Фантазия</p>	7 неделя	<p>Теория</p> <p>Практика</p>	<p>1</p> <p>2</p>	<p>Техника «Рассказ наоборот»</p> <p>Этюды,</p> <p>психогимнастика</p>
8	<p>Занятия 4. Путешествие на остров Мышление</p> <p>Занятие 5. Волшебные секреты</p>	8 неделя	<p>Теория</p> <p>Практика</p>	<p>1</p> <p>2</p>	<p>Беседа</p> <p>Упражнение, игра</p>

9	<p>Тема 6. «Как я выражаю свои мысли и чувства?»</p> <p>Занятие 1. Ты мне слов не говори, ты мне слово покажи!</p> <p>Занятие 2. Про улыбку и многое другое</p>	9 неделя	<p>Теория</p> <p>Практика</p>	<p>1</p> <p>2</p>	<p>Групповая дискуссия</p> <p>Игры, этюды</p>
10	<p>Занятие 3. Три подружки</p> <p>Тема 7. «Мир, в котором я живу»</p> <p>Занятие 1. Я и моя семья</p>	10 неделя	<p>Теория</p> <p>Практика</p> <p>Теория</p> <p>Практика</p>	<p>0,5</p> <p>1,5</p> <p>0,5</p> <p>1,5</p>	<p>Методика «Страна эмоций»</p> <p>Беседа</p> <p>Рисунок «Моя семья»</p>
11	<p>Занятие 2. Я и мои друзья</p> <p>Занятие 3. Я в школе</p>	11 неделя	<p>Теория</p> <p>Практика</p>	<p>1</p> <p>2</p>	<p>Беседа</p> <p>Диагностическая игра</p>
12	<p>Занятие 4. Я и моя Родина</p> <p>Тема 8. «Сочиняем сказку»</p> <p>Обобщающее занятие.</p>	12 неделя	<p>Теория</p> <p>Практика</p>	<p>1</p> <p>2</p>	<p>Беседа</p> <p>Игровое моделирование с элементами драматизации</p>

1	<p>Модуль 2. От самопознания к саморазвитию.</p> <p>Вводное занятие.</p> <p>Тема 1. «Самосознание и образ Я»</p> <p>Занятие 1. О букве «Я».</p> <p>Занятие 2. Я думаю, чувствую, действую.</p>	13 неделя	Теория Практика	1 2	Беседа Упражнения
2	<p>Занятие 3. Мое тело, душа, дух.</p> <p>Занятие 4. Я - человек, личность - единственный, неповторимый и уникальный.</p>	14 неделя	Теория Практика	1 2	Групповая дискуссия, Техника «Автопортрет»
3	<p>Тема 2. «Самооценка»</p> <p>Занятие 1. Что такое самооценка?</p> <p>Занятие 2. «Самый-самый»</p>	15 неделя	Теория Практика	1 2	Тест на самооценку Игра «В чем сила?», упражнение-визуализация «Маяк»
4	<p>Тема 3. «Мир наших чувств»</p> <p>Занятие 1. Как появляются чувства?</p> <p>Занятие 2. Как меняются</p>	16 неделя	Теория Практика	1 2	Беседа Педагогическое

	чувства?				наблюдение
5	<p>Занятие 3. Мы можем научиться понимать наши чувства.</p> <p>Занятие 4. Мы можем научиться управлять нашими чувствами.</p>	17 неделя	<p>Теория</p> <p>Практика</p>	<p>1</p> <p>2</p>	<p>Дискуссия</p> <p>Логические ситуации</p>
6	<p>Тема 4. «Как я воспринимаю других людей?»</p> <p>Занятие 1. Что нужно, чтобы люди понимали друг друга?</p> <p>Занятие 2. Можем ли мы понимать чувства других людей?</p>	18 неделя	<p>Теория</p> <p>Практика</p>	<p>1</p> <p>2</p>	<p>Беседа</p> <p>Драматизация</p>
7	<p>Занятие 3. Эмпатия - сопереживание Другому.</p> <p>Занятие 4. Надо уметь сдерживать себя.</p>	19 неделя	<p>Теория</p> <p>Практика</p>	<p>1</p> <p>2</p>	<p>Беседа</p> <p>Этюды</p>

8	<p>Тема 5. «Что такое Саморегуляция?»</p> <p>Занятие 1. О вреде и пользе чувств.</p> <p>Занятие 2. Как помочь себе, если испортилось настроение?</p>	20 неделя	Теория Практика	1 2	<p>Дискуссия</p> <p>Педагогическое наблюдение</p>
9	<p>Занятие 3. Как вести себя, если что-то болит?</p> <p>Занятие 4. Что делать, если не хочется в школу?</p>	21 неделя	Теория Практика	1 2	<p>Беседа</p> <p>Педагогическое наблюдение</p>
10	<p>Занятие 5. Наука отдыхать.</p> <p>Тема 6. «Мир моих мыслей»</p> <p>Занятие 1. Я знаю ...</p>	22 неделя	Теория Практика Теория Практика	0,5 1 0,5 1	<p>Беседа</p> <p>Обсуждение</p> <p>Игры, лабиринты</p>
21	<p>Занятие 2. Чего на свете не бывает?</p> <p>Занятие 3. Путешествие в «Цветной город».</p>	23 неделя	Теория Практика	1 2	<p>Рисование сказки</p> <p>Упражнение</p> <p>Изучение цветовосприятия на основе символики РФ</p>

22	Занятие 4. Волшебные секреты. Обобщающее занятие «Жили-были третьеклашки» - диагностический.	24 неделя	Теория Практика	1 2	Дискуссия Методика «Незаконченные предложения»
----	--------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------	------------------------	------------	----------------------------------------------------------

1	<p>Модуль 3. От саморазвития к самовыражению. Вводное занятие Тема 1. Знаешь ли ты себя? Занятие 1. Что мы знаем о себе? Тема 2. «Темперамент. Что это такое?» Занятие 1. Учение Гиппократ о темпераменте.</p>	25 неделя	Теория Практика	0,5 1	Беседа, дискуссия, упражнение, игровое моделирование. Беседа, игровое моделирование, упражнения.
2	<p>Занятие 2. Способы проявления темперамента в речи, движениях чувствах. Тема 3. «Что такое память?» Занятие 1. Воспоминания о путешествии в царство Мнемозины.</p>	26 неделя	Теория Практика	0,5 1	Игровое моделирование, педагогическое наблюдение. Педагогическое наблюдение, психологические опыты.
3	<p>Занятие 2. Какая бывает память? Занятие 3. Тайны хорошей памяти.</p>	27 неделя	Теория Практика	1 2	Беседа, самодиагностика. Психологические игры.

4	<p>Тема 4. «Мозг - главный командный пункт организма»</p> <p>Занятие 1. Мозг - главный командный пункт организма.</p> <p>Занятие 2. Все ли умеют думать?</p>	28 неделя	Теория	1	Беседа, дискуссия. Игры, упражнения, тест.
			Практика	2	
5	<p>Занятие 3. Как я осознаю самого себя?</p> <p>Тема 5. «Зачем нужно внимание?»</p> <p>Занятие 1. Слушать и слышать.</p>	29 неделя	Теория	0,5	Упражнения по Дж. Скотт «Техника силы ума» Педагогическое наблюдение, беседа.
			Практика	1	
6	<p>Занятие 2. Что может улучшить внимание?</p> <p>Тема 6. «Мозг и органы чувств: Как мы воспринимаем мир?»</p> <p>Занятие 1. «Мир звуков» - аудиальное восприятие мира.</p>	30 неделя	Теория	0,5	Психотехнические игры. Педагогическое наблюдение.
			Практика	1	
7	<p>Занятие 2. Мир красок и форм.</p> <p>Занятие 3. Можно ли увидеть звуки и услышать предметы?" - синестезия.</p>	31 неделя	Теория	1	Психотехнические упражнения. Выставка детских рисунков «Я вижу музыку»
			Практика	2	

8	<p>Занятие 4. Можно ли управлять своими мыслями, чувствами и действиями?</p> <p>Занятие 5. Кинезиология для мозга.</p>	32 неделя	<p>Теория</p> <p>Практика</p>	<p>1</p> <p>2</p>	<p>Педагогическое наблюдение.</p> <p>Кинезиологические упражнения.</p>
9	<p>Тема 7. «Выразительность»</p> <p>Занятие 1. Выразительность в позах, жестах, мимике, речи. Жесты народов мира.</p> <p>Занятие 2. Культура народов Поволжья</p>	33 неделя	<p>Теория</p> <p>Практика</p>	<p>1</p> <p>2</p>	<p>Дискуссия</p> <p>Упражнения по А. Пизу, игры-загадки, шарады.</p> <p>Квест</p>
10	<p>Тема 8. «Психическая энергия и биополе»</p> <p>Занятие 1. Что такое телепатия.</p> <p>Занятие 2. Воздействие предметов на человека.</p>	34 неделя	<p>Теория</p> <p>Практика</p>	<p>1</p> <p>2</p>	<p>Психологические опыты, психотехники.</p> <p>Тренинг цветовосприятия.</p>
11	<p>Тема 9. «Что такое способности?»</p> <p>Занятие 1. Чудо-чадо - как распознать свои способности?</p> <p>Занятие 2. Я развиваю свои способности.</p>	35 неделя	<p>Теория</p> <p>Практика</p>	<p>1</p> <p>2</p>	<p>Дискуссия</p> <p>Игры, упражнения, самодиагностика</p>

12	Занятие 3. Уникальность и неповторимость каждого человека. Заключительное занятие «Школа самовыражения - до свиданья»!	36 неделя	Теория Практика Теория Практика	0,5 1 0,5 1	Коллаж «Образы моего «Я» Мини-выставка, отзывы,пожелания, фотосессия.
				108	

2 год обучения

1	<p>Модуль 1. «Путешествие на остров Я»</p> <p>Тема 1. Возвращение в Королевство внутреннего мира человека</p> <p>Вводное занятие.</p> <p>Инструктаж по технике безопасности.</p> <p>Занятие 1. Здравствуй, Школа Самовыражения!</p> <p>Занятие 2. Что мы знаем о себе? Мой темперамент.</p>	1 неделя			<p>Беседа</p> <p>Педагогическое наблюдение</p> <p>Упражнение, игра</p> <p>Диагностика</p>
2	<p>Занятие 3. Что мы знаем о себе? Мой темперамент.</p> <p>Занятие 4. Самооценка.</p>	2 неделя	Теория	1	Беседа
			Практика	2	Упражнение
3	<p>Занятие 5. Самооценка.</p> <p>Занятие 6. Саморегуляция.</p>	3 неделя	Теория	1	Беседа
			Практика	2	Игра
4	<p>Занятие 7. Самоконтроль.</p> <p>Занятие 8. Эмоции.</p>	4 неделя	Теория	1	Педагогическое наблюдение
			Практика	2	Упражнение

5	Занятие 9. Эмоции.	5 неделя	Теория Практика	1 2	Дискуссия Игра
6	Тема 2. Мозг - моя вселенная Занятие 1. Ощущения. Виды ощущений.	6 неделя	Теория Практика Теория Практика	0,5 1 0,5 1	Беседа Упражнение Беседа Игра
7	Занятие 2. Восприятие и его свойства.	7 неделя	Теория Практика	1 2	Техника «Рассказ наоборот» Этюды, психогимнастика
8	Занятие 3. Память и её развитие.	8 неделя	Теория Практика	1 2	Беседа Упражнение, игра
9	Занятие 4. Внимание и его развитие.	9 неделя	Теория Практика	1 2	Групповая дискуссия Игры, этюды
10	Занятие 5. Мышление. Виды мышления. Развитие.	10 неделя	Теория Практика Теория Практика	0,5 1,5 0,5 1,5	Беседа Кинезиологические упражнения

11	Занятие 6. Воображение. Развитие воображения.	11 неделя	Теория Практика	1 2	Игровое моделирование с элементами драматизации
12	Итоговое занятие модуля. Занятие 7. Я хочу здоровым быть!	12 неделя	Теория Практика	0,5 1	Беседа Диагностическая игра
13	Вводное занятие. Тема 1. Самосознание и образ Я Занятие 1. О букве «Я».	13 неделя	Теория Практика	1 2	Беседа Упражнения
14	Занятие 2. Тайна имени	14 неделя	Теория Практика	1 2	Групповая дискуссия, Техника «Автопортрет»
15	Занятие 3. Я думаю, чувствую, действую.	15 неделя	Теория Практика	1 2	Тест на самооценку Игра «В чем сила?», упражнение-визуализация «Маяк»

16	Занятие 4. Мы можем научиться понимать наши чувства.	16 неделя	Теория Практика	1 2	Беседа Педагогическое наблюдение
17	Занятие 5. Мое тело, душа, дух.	17 неделя	Теория Практика	1 2	Дискуссия Логические ситуации
18	Занятие 6. Звуки вокруг нас.	18 неделя	Теория Практика	1 2	Беседа Драматизация
19	Занятие 7. Магия красок и форм.	19 неделя	Теория Практика	1 2	Беседа Этюды

20	Занятие 8. Я - человек, личность - единственный, неповторимый и уникальный.	20 неделя	Теория Практика	1 2	Дискуссия Педагогическое наблюдение
21	Тема 2. Источники внутренней силы Занятие 1. Мои ресурсы. Занятие 2. Мои склонности.	21 неделя	Теория Практика	0,5 1 0,5 1	Беседа Педагогическое наблюдение
22	Занятие 3. Мои способности. Занятие 4. Слагаемые успеха. Воспитание талантов.	22 неделя	Теория Практика Теория Практика	0,5 1 0,5 1	Экскурсия
23	Занятие 5. Мы живем в России.	23 неделя	Теория Практика	1 2	Цифровой открытый урок. Виртуальные экскурсии.
24	Итоговое занятие модуля. Визитная карточка.	24 неделя	Теория Практика	1 2	Дискуссия Методика «Автопортрет»

27	<p>Занятие 5. Конфликт. Разрешение конфликтов.</p> <p>Занятие 6. Мои права и права других людей. Социальные роли.</p>	27 неделя	<p>Теория</p> <p>Практика</p>	<p>0,5 1</p> <p>0,5 1</p>	<p>Беседа, самодиагностика.</p> <p>Психологические игры.</p>
28	<p>Занятие 7. Как узнать другого человека и легко с ним общаться?</p> <p>Занятие 8. Обратная связь в общении. Открытость, искренность, «общение без масок».</p>	28 неделя	<p>Теория</p> <p>Практика</p>	<p>0,5 1</p> <p>0,5 1</p>	<p>Беседа, дискуссия.</p> <p>Игры, упражнения, тест.</p>
29	<p>Занятие 9. Учимся чувствовать и наблюдать.</p> <p>Занятие 10. Полюбить себя.</p>	29 неделя	<p>Теория</p> <p>Практика</p> <p>Теория</p> <p>Практика</p>	<p>0,5 1</p> <p>0,5 1</p>	<p>Упражнения по Дж. Скотт «Техника силы ума»</p> <p>Педагогическое наблюдение, беседа.</p>
30	<p>Занятие 11. Эмпатия и рефлексия. Способы восприятия и понимания людьми друг друга.</p>	30 неделя	<p>Теория</p> <p>Практика</p>	<p>1 2</p>	<p>Психотехнические игры.</p> <p>Педагогическое наблюдение.</p>

31	<p>Тема 2. Потребности и мотивы.</p> <p>Занятие 1. Знания. Умения. Привычки.</p> <p>Занятие 2. Потребности человека. Навыки.</p>	31 неделя	<p>Теория 0,5</p> <p>Практика 1</p> <p>Теория 0,5</p> <p>Практика 1</p>	<p>Психотехнические упражнения.</p> <p>Педагогическое наблюдение.</p> <p>Кинезиологические упражнения.</p>
32	<p>Занятие 3. Потребности человека.</p> <p>Занятие 4. Мотивы.</p>	32 неделя	<p>Теория 0,5</p> <p>Практика 1</p> <p>Теория 0,5</p> <p>Практика 1</p>	<p>Педагогическое наблюдение.</p>
33	<p>Занятие 5. Виды деятельности. Игра</p> <p>Занятие 6. Учебная деятельность. Мотивы учения.</p>	33 неделя	<p>Теория 0,5</p> <p>Практика 1</p> <p>Теория 0,5</p> <p>Практика 1</p>	<p>Дискуссия</p> <p>Упражнения по А. Пизу, игры-загадки, шарады.</p>
34	Занятие 7,8,9	34,35		
35	<p>Участие во Всероссийской Акции «Весенняя неделя добра»</p> <p>Цифровой открытый урок</p>	неделя	<p>Теория 0,5</p> <p>Практика 1</p> <p>Теория 0,5</p> <p>Практика 1</p>	<p>Добровольческая Акция</p> <p>Онлайн-тестирование</p>

36	<p>Занятие 10. Мои мечты, мои цели.</p> <p>Занятие 11.</p> <p>Итоговое занятие модуля.</p> <p>Школа самовыражения, до свидания!</p>	36 неделя	<p>Теория</p> <p>Практика</p> <p>Теория</p> <p>Практика</p>	<p>0,5</p> <p>1</p> <p>0,5</p> <p>1</p>	<p>Дискуссия</p> <p>Игры, упражнения, самодиагностика.</p> <p>Коллаж «Образы моего «Я»</p> <p>Мини-выставка, отзывы, пожелания, фотосессия.</p>
				108	

	ИТОГО			216	
--	--------------	--	--	------------	--

Приложение 2

Паспорт Программы

Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа дополнительного образования «Школа самовыражения»
Направленность программы	Социально-гуманитарная
Вид программы	Модифицированная
Учреждение, реализующее программу	ГБОУ СОШ №5 «ОЦ» г. Новокуйбышевска структурное подразделение «Центр детско-юношеского творчества»
Автор(ы)-составитель(и)	Романская Ирина Васильевна Педагог дополнительного образования
Возраст обучающихся	Обучающиеся в возрасте 8-11 лет

<p>Наличие категорий обучающихся</p>	<p>-</p>
<p>Сроки реализации и уровень</p>	<p>Данная дополнительная общеобразовательная программа рассчитана на полную реализацию в течение 2х лет.</p> <p>Объём программы - 216 часов.</p> <p>Обучение по Программе предусматривает стартовый (1 год обучения) и базовый (2 год обучения) уровень подготовки.</p> <p>Режим занятий - 2 раза в неделю по 1,5 академических часа, при наполняемости - не более 15 учащихся в группе.</p>