

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДВОРЕЦ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО
решением Педагогического совета
Протокол № 1
от «27» 08 2021 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«ЦЕНИ ЖИЗНЬ»

Возраст учащихся: 15-21 лет

Срок реализации программы: 1 год

Разработчик:
Борисова Наталья Алексеевна,
Чистякова Наталья Владимировна,
педагог дополнительного образования

РЕКОМЕНДОВАНО
Методическим советом
протокол № 1 от 19.08.2021

Содержание

Пояснительная записка.....	3
Учебный план	9
Календарный учебный график	11
Рабочая программа.....	12
Рабочая программа воспитания.....	20
Оценочные и методические материалы	25

Пояснительная записка

Настоящая дополнительная общеобразовательная программа разработана с учетом следующих нормативных документов:

- Конституция Российской Федерации. Принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 года;
- Национальный проект «Образование» (протокол от 03.09.2018 №10 Президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам);
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» нацпроекта «Образование»;
- Федеральный проект «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» в рамках национального проекта «Образование»;
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30.11.2016 № 11 Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам);
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «Об изменении федерального закона «Об образовании в Российской Федерации по вопросам воспитания обучающихся».
- Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 (ред. от 30.09.2020) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р «Об утверждении плана мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 17.11.2015 № 1239 (ред. от 27.05.2020) «Об утверждении Правил выявления детей, проявивших выдающиеся способности, и сопровождения их дальнейшего развития»;

- Постановление Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 № 1642 (ред. от 07.07.2021) «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования»;
- Закон Санкт-Петербурга от 18.07.2016 № 453-87 (ред. от 14.04.2017) «О патриотическом воспитании в Санкт-Петербурге»;
- Распоряжение Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 16.01.2020 № 105-р «Об утверждении Концепции воспитания юных петербуржцев на 2020-2025 годы «Петербургские перспективы»;
- Распоряжение Правительства Санкт-Петербурга от 21.08.2020 № 24-рп «Об утверждении Плана мероприятий по реализации в 2020-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Распоряжение Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 01.03.2017 № 617-р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 № 16 (ред. от 24.03.2021) «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;
- Стандарта безопасной деятельности образовательной организации, реализующей дополнительные общеобразовательные, общеразвивающие программы, в том числе санитарно-гигиенические безопасности в целях противодействия распространения Санкт-Петербурге новой коронавирусной инфекции (COVID-19) для учреждений дополнительного образования, находящихся в ведении Комитета по образованию и администраций районов Санкт-Петербурга за исключением образовательных организаций, реализующих образовательные программы основного образования;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ 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»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ 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»;
- Письмо Роспотребнадзора от 22.07.2021 № 02/14750-2021-24 «О подготовке образовательных организаций к новому 2021-2022 учебному году»;
- Нормативно-правовые документы ГБНОУ ДУМ СПб (в том числе Устав, лицензия ГБНОУ ДУМ СПб на образовательную деятельность от 22.05.2017 № 2994, Программа воспитания ГБНОУ ДУМ СПб до 2024 года, а также иные локальные акты).

Программа имеет социально-гуманитарную направленность.

Актуальность программы: сегодня в условиях социальных и экономических перемен назрела острая потребность общества в нравственных, духовно богатых и творческих людях, обладающих высоким уровнем профессиональной и личностной культуры. Семья и школа закладывают основы личностного своеобразия молодого человека и формируют стереотипы его поведения в будущем, но становление личности происходит в период первичной профориентации и профессионализации. Именно поэтому, подростки – это наиболее активная, восприимчивая к воздействию и, ориентируемая на перспективу, часть молодежи.

Исходя из объективной потребности общества в социально – активной личности, образовательная программа «**Цени жизнь**» разработана с целью формирования самосознания подростка и становления качеств на базе первичных знаний и умений по основам психологии, социальной отзывчивости и активной жизненной позиции.

Программа направлена на становление и развитие зрелой личности обучающегося, приобретение умений саморефлексии, навыков самоорганизации при взаимодействии с окружающими людьми и с различными обстоятельствами, а также получение возможности реализации собственных идей и проектов, умение планировать своё время и ценить свою и чужую жизнь на основе полученных знаний.

Адресат программы: учащиеся в возрасте от 15 до 21 года.

Программа имеет базовый уровень.

Программа имеет общекультурный уровень.

Объем и срок реализации программы: дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Цени жизнь» рассчитана на 1 год обучения (216 часов в год, 6 часов в неделю (2 раза по 3 часа).

Организация образовательного процесса данной программы возможна с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения. Темы занятий могут быть изменены или скорректированы в соответствии с новыми вызовами времени или новыми технологиями и тенденциями в образовании, а также эпидемиологической обстановкой.

Цель программы: сопровождение личностного роста подростка, раскрытие внутреннего потенциала, профилактика негативных явлений в молодёжной среде.

Задачи программы:

Образовательные:

- создать условия для самопознания и саморефлексии;
- получить знания основ психологии;

- сформировать навык саморегуляции;
- сформировать навык личной и коллективной ответственности.

Развивающие:

- развить базисные личные качества и общий кругозор;
- развить ответственность и инициативность;
- развить социальную активность;

Воспитательные:

- воспитание ответственности и самостоятельности;
- воспитание мотивации к достижению целей;
- содействие нравственному становлению личности подростка;
- формирование психологической и коммуникативной культур.

Условия реализации программы: данная общеобразовательная общеразвивающая программа рассчитана на 1 год обучения и предназначена для учащихся в возрасте 15-21 лет. Количество учащихся первого года обучения – не менее 15 человек.

Условия набора: набор в группы осуществляется на свободной основе, согласно Уставу учреждения и соответствующим локальным актам. В период формирования группы проводится собеседование для определения начальных навыков и умений.

Цель собеседования: выяснить уровень социализации и развития личности; степень личностных и коллективных ориентаций в сфере социальной самореализации.

Кадровое обеспечение: обучение по данной программе может осуществлять один педагог.

Материально-техническое обеспечение:

1. Учебный класс, в котором есть необходимое пространство для групповой тренинговой работы, возможности сидеть кругом;
2. Столы;
3. Стулья;
4. Персональный компьютер педагога, для проведения дистанционных занятий;
5. Мультимедийная аппаратура для просмотра видео фильмов;
6. Канцтовары (бумага, ручки, папки с файлами, бланки дипломов).

Особенности организации образовательного процесса: программа является дифференцированной. В то же время занятия по программе имеют общую тематическую направленность, что позволяет проводить их одновременно со всеми учащимися в едином коллективе, разновозрастном по составу. Спиральный принцип построения программы предполагает усложнение заданий в соответствии с возрастными особенностями учащихся,

степенью освоения ими программного материала, а также сформированности у них практических умений и навыков.

Программа является вариативной, и может корректироваться в процессе работы с учетом возможностей материально-технической базы, возрастных особенностей учащихся, государственных праздников и выходных дней.

Формы и режим занятий: основными формами являются: групповые учебные занятия, занятия по индивидуальным планам, педагогический контроль. Занятия могут проходить в форме участия в конкурсах, фестивалях и др., согласно учебному плану работы, плану работы ГБНОУ Дворца учащейся молодежи, мероприятий, организованных Комитетом по образованию Санкт-Петербурга и социальными партнерами учреждения.

Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 часа (6 часов в неделю), 216 часа в год.

Возможно изменение количества часов, в связи с изменением расписания, режима занятий и уровнем интенсивности освоения программы учащимися.

При реализации программы количество часов в году обучения не меняется. Возможно, некоторое изменение пропорций учебного времени, отводимого на освоение тех или иных тем, в зависимости от успеваемости учащихся в объединении, от скорости усвоения программного материала.

Планируемые результаты, получаемые учащимися в результате освоения программы:

Личностные:

- знание моральных норм, умение выделять нравственный аспект поведения и соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами;
- умение работать на результат;
- готовность отстаивать национальные и общечеловеческие (гуманистические, демократические) ценности, свою гражданскую позицию;
- способность к саморазвитию и самосовершенствованию путем сознательного и активного присвоения нового социального опыта;

Метапредметные:

- убежденность в позитивной роли психологии в жизни современного общества, необходимости грамотного отношения к своему здоровью и окружающей среде;
- владение универсальными предпосылками учебной деятельности – умениями работать по правилу и по образцу, слушать педагога и выполнять его

инструкции;

- владение средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками;

Предметные:

- владение необходимыми умениями и навыками по программе в соответствии с поставленными задачами;
- владение навыками по получению нового знания, его преобразованию и применению;

Ожидаемые результаты и способы их проверки:

По окончании обучения, учащиеся будут:

Знать:

- основы общей психологии;
- основы конфликтологии;
- основы теории общения, самопрезентации.

Уметь:

- работать в команде;
- уметь общаться, вступать в диалог;
- оценивать свои возможности;
- преодолевать конфликтные ситуации;
- создавать карту собственного успеха;
- рефлексировать собственную деятельность.

Способы проверки, контроля результатов: входной контроль, промежуточный контроль, итоговый контроль, педагогическое наблюдение, диагностика, самоанализ.

Педагогическая диагностика:

• педагогическое наблюдение для бесед с последующим воздействием, позволяющие снять имеющиеся комплексы у подростков, неуверенность в своих силах.

• выявление оценки коммуникабельности и организаторских способностей при анализе проделанной работы (наблюдение);

- анкеты по изучению мотивации к предлагаемым видам деятельности.

Учебный план 1 года обучения					
№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Инструктаж по технике безопасности. Вводное занятие.	3	3	0	
2.	Знакомство группы, упражнения на командообразование.	3	1	2	Педагогическое наблюдение
3	Первичная диагностика.	6	3	3	Педагогическое наблюдение
4.	Возраст и его особенности.	12	6	6	Педагогическое наблюдение
5.	Психологическое здоровье человека.	12	6	6	Педагогическое наблюдение
Психические процессы					
6.	Восприятие мира.	12	6	6	Педагогическое наблюдение
7.	Адаптация в социуме.	12	6	6	Педагогическое наблюдение
8.	Стресс и пути преодоления.	12	6	6	Педагогическое наблюдение
9.	Управление гневом.	12	6	6	Педагогическое наблюдение
10.	Люди и их мотивы.	12	6	6	Педагогическое наблюдение
Учимся общаться					
11.	Как мы воспринимаем мир.	6	3	3	Устный опрос. Педагогическое наблюдение
	Техники установления контакта.	6	3	3	Устный опрос. Педагогическое наблюдение.
	Искусство убеждения.	6	3	3	Педагогическое наблюдение.
	Трудности общения в разных возрастах.	6	3	3	Педагогическое наблюдение.
	Психология манипуляций.	6	3	3	Устный опрос. Педагогическое наблюдение.
	Выход из конфликта.	6	3	3	Педагогическое наблюдение.
	Психология делового общения.	12	6	6	Педагогическое наблюдение.
	Мир эмоций.	12	6	6	Педагогическое наблюдение.
12.	Чувства других.	6	3	3	Педагогическое наблюдение.
13.	Мой характер.	6	3	3	Педагогическое наблюдение.
Преодоление трудностей					
14.	Набор семейных трудностей.	12	6	6	Педагогическое наблюдение.

Страх					
15.	Страх и его свойства.	6	3	3	Педагогическое наблюдение.
Маршрут успеха					
16.	Как научиться достигать цели.	12	6	6	Педагогическое наблюдение.
Организация досуга					
17.	Дела по интересам.	12	6	6	Педагогическое наблюдение.
18.	Диагностика	3	0	3	Анализ результатов деятельности.
19.	Итоговое занятие.	3	0	3	Анализ результатов деятельности.
Итого:		216	106	110	

УТВЕРЖДЕН
Приказом № 363 от 20.08.2021 г.
Директор ГБНОУ ДУМ СПб



Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
Борисова Н.А. 1 год группа № 1	01.09.2021	23.05.2022	36	216	2 раза в неделю по 3 часа
Чистякова Н.В., 1 год группа № 1	02.09.2021	19.05.2022	36	216	2 раза в неделю по 3 часа

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДВОРЕЦ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО
решением Педагогического совета
Протокол № 1
от «27» 08 2021 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
«ЦЕНИ ЖИЗНЬ»

Возраст учащихся: 15-21 лет
Срок реализации программы: 1 год

Разработчик:
Борисова Наталья Алексеевна,
педагог дополнительного образования

Особенности организации образовательного процесса 1 года обучения: программа является дифференцированной. В то же время занятия по программе имеют общую тематическую направленность, что позволяет проводить их одновременно со всеми учащимися в едином коллективе, разновозрастном по составу. Спиральный принцип построения программы предполагает усложнение заданий в соответствии с возрастными особенностями учащихся, степенью освоения ими программного материала, а также сформированности у них практических умений и навыков.

Программа является вариативной, и может корректироваться в процессе работы с учетом возможностей материально-технической базы, возрастных особенностей учащихся, государственных праздников и выходных дней

Задачи программы 1 года обучения:

Образовательные:

- создать условия для самопознания и саморефлексии;
- получить знания основ психологии;
- сформировать навык саморегуляции;
- сформировать навык личной и коллективной ответственности.

Развивающие:

- развить базисные личные качества и общий кругозор;
- развить ответственность и инициативность;
- развить социальную активность;

Воспитательные:

- воспитание ответственности и самостоятельности;
- воспитание мотивации к достижению целей;
- содействие нравственному становлению личности подростка;
- формирование психологической и коммуникативной культур.

Содержание базовых тем программы 1 года обучения

1. «Вводное занятие»

Инструктаж по технике безопасности. Вводное занятие. Ознакомление с программой, целями, задачами. Правила поведения в группе. Первое знакомство.

2. «Тренинг «Давайте познакомимся»

- Задачи:
- Знакомство обучающихся.

- Формирование благоприятного психологического климата в группе.
- Сплочение группы.

В занятие включены упражнения такие как: «Пожалуйста», «Имя», «Назови имя соседа», «Слово о себе», «Атомы и молекулы», «Чудное приветствие», «Мы с тобой похожи тем, что...», «Поезд», «Опустить предмет», «Говорим только хорошее: Мне нравится в тебе....», «Переправа» и т.д.

3. «Первичная диагностика»

Задачи: диагностика эмоционального состояния на начальном этапе.

Проводится первичная диагностика группы. Методики и тесты для проведения диагностики: Интегративный тест тревожности, тест описания поведения Томаса, проективные методики «Дом, дерево, человек».

4. «Возраст и его особенности»

Задачи: информирование обучающихся об особенностях разных возрастов.

Беседа «Особенности гендерной психологии». В беседе рассматриваются вопросы о разных возрастах, родительско-детских отношениях, взаимоотношениях с людьми преклонного возраста и с ровесниками. Далее проводится обратная связь «Вопрос - ответ», где группа задает вопросы психологу. Дискуссия.

5. «Психологическое здоровье»

Задачи: информирование о психологическом здоровье человека. Что такое психические процессы. Подготовка обучающихся к следующему занятию.

«Психологическое здоровье», на занятии рассматриваются вопросы о критериях психологического здоровья в контексте разных возрастов, о возможных изменениях или нарушении процессов, о поддержании психического и социального здоровья человека. Дискуссия.

6. «Психические процессы»

Задачи: информирование обучающихся о психических процессах человека. Ознакомить о методах коррекции и диагностики памяти, внимания, мышления. Дается определение психическим процессам человека, проводятся игры на восприятие, тренировку памяти, внимания, мышления (ассоциации). Обсуждение.

7. «Адаптация в социуме»

Задачи: сформировать у обучающихся эффективные способы адаптации в жизненных ситуациях.

«Адаптация». Понятие адаптационного процесса; психологические механизмы адаптации; факторы, определяющие эффективность адаптации; профилактика состояний дезадаптации;

Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда (ДПА); обсуждение.

8. «Стресс и пути преодоления»

Задачи: формирование у обучающихся эффективных способов борьбы со стрессом.

«Стресс и пути преодоления». Понятие стресс; механизмы запуска; реакция организма на стресс; как справиться со стрессом; приемы релаксации; метод релаксации по Джекобсону. Обсуждение.

9. «Управление гневом»

Задачи: формирование у обучающихся способность анализировать и адекватно оценивать свое состояние, способность выражать негативное настроение социально приемлемыми способами.

«Управление гневом». Сценарий гнева; агрессия; виды агрессии; агрессия и гнев; враждебность. В занятия включены упражнения на способы управления гневом: «Письмо гнева», «Почему я злюсь», «Я злюсь, когда...» и т.д. Вопросник для выявления выраженности самоконтроля в эмоциональной сфере, деятельности и поведении (социальный самоконтроль).

10. «Люди и их мотивы»

«Мотив. Мотивация. Пирамида Маслоу». Определение мотива; виды мотивации; иерархия потребностей Маслоу; как развить мотивацию; шкала оценки потребности в достижении.

11. «Учимся общаться»

Блок «Учимся общаться». В данном блоке рассматриваются вопросы общения, умения презентовать себя, быть услышанным, уметь вступать в контакт с окружающими. Проигрываются ситуации, с которыми подросток может столкнуться в жизни: как вести себя в конфликтной ситуации, как распознать что тобой манипулируют. Используются упражнения для закрепления материала.

Возрастные и половые особенности эмоциональной сферы личности. Используется методика «Эмоциональная эмпатия» В. В. Бойко, Самооценочный тест «Характеристики эмоциональности» Ильин. Упражнение «Зато».

12. «Чувства других»

«Чувства». Общее представление о чувствах. Соотношение понятий «Чувство» и «Эмоции». Классификация чувств. Характеристика чувств (симпатия, привязанность, дружба, любовь и т.д.). Упражнения: «История», «Замороженные».

13. «Мой характер»

Блок предусматривает следующие направления: определение Личность, индивид, индивидуальность. Я-реальное, Я-идеальное. Личностные и характерологические особенности. Самооценка, уровень притязаний. Темперамент. Индивид. Тесты на определение характера, темперамента Айзенка, исследование самооценки по Дембо-Рубинштейна.

14. «Преодоление трудностей»

«Набор семейных трудностей». Изучается с целью формирования стремления к самопознанию, расширению представлений о жизненных проблемах и способах их преодоления. Отработка навыков конструктивного поведения в ситуации сложного выбора. Упражнения: тест «семь Я человека», «Притча о трудностях», «Через три года», сказка «Охотник и его сыновья», «Путешествие в горы». Проективная методика «Моя семья».

15. «Страх»

«Чего мы боимся. Как преодолеть страх». Цель: профилактика страхов, аутодеструктивного поведения, содействие самоанализу и снятию тревожащих факторов, формированию навыков саморегуляции. Чувство страха. Что такое страх? Что такое фобии? Тест – оценка на выявление страхов и фобий. Как научиться преодолевать страхи и можно ли самостоятельно бороться с фобиями?

16. «Маршрут успеха»

«Как научиться достигать цели». Цель: формирование позитивного отношения к себе. Научиться правильно ставить цели и задачи. Расстановка приоритетов. Научиться составлять план действий для достижения цели. Методика диагностики лени, методика для оценки своего упорства (Ильин).

17. «Организация досуга»

Задачи: расширение кругозора обучающихся, стремление делать что-то своими руками, созидать, профилактика негативных явлений в молодёжной среде.

«Дела по интересам». Как организовать свой досуг молодежи? Что для этого нужно?

18. «Диагностика»

Проводится беседа с обучающимися по пройденному материалу. Что удалось, что не

получилось. Обучающиеся составляют таблицу полученных знаний. Каждый из участников группы благодарит участников за работу в группе, озвучивает положительные и трудные моменты совместной работы.

19. Итоговое занятие.

Выполняется коллективная работа под названием «За что я ценю Жизнь». Проводится подведение итогов, прощание с группой. Пожелания всем участникам группы. Благодарности и аплодисменты.

**Календарно-тематическое планирование
группа № 1, 1 год**

№/п	Раздел, тема	Кол-во часов	Планируемая дата	Фактическая дата
1.	Инструктаж по ТБ. Правила, цели, задачи объединения.	3	01.09.21	
2.	Знакомство, упражнения на сплочение коллектива	3	06.09.21	
3.	Первичная диагностика (теория).	3	08.09.21	
4.	Первичная диагностика (практика).	3	13.09.21	
5.	Что такое возраст.	3	15.09.21	
6.	Возрастные социальные группы.	3	20.09.21	
7.	Особенности возрастов до 30 лет.	3	22.09.21	
8.	Особенности возрастов от 30+.	3	27.09.21	
9.	Психологическое здоровье.	3	29.09.21	
10.	Культура здоровья.	3	04.10.21	
11.	Здоровый образ жизни.	3	06.10.21	
12.	Здоровый образ мысли.	3	11.10.21	
13.	Восприятие мира (часть 1).	3	13.10.21	
14.	Восприятие мира (часть 2).	3	18.10.21	
15.	Восприятие окружающих.	3	20.10.21	
16.	Восприятие окружающей действительности.	3	25.10.21	
17.	Адаптация в социуме молодёжи.	3	27.10.21	
18.	Адаптация к новым социальным ролям.	3	01.11.21	
19.	Адаптация в социуме пожилых граждан.	3	03.11.21	
20.	Адаптация к переменам в жизни.	3	08.11.21	
21.	Стресс и пути преодоления.	3	10.11.21	
22.	Жизнь без стресса.	3	15.11.21	
23.	Стрессоустойчивость организмов в древности.	3	17.11.21	
24.	Стрессоустойчивость организмов в современности.	3	22.11.21	
25.	Что такое гнев.	3	24.11.21	
26.	Характеристики гнева.	3	29.11.21	
27.	Управление гневом в обществе.	3	01.12.21	
28.	Управление своим гневом.	3	06.12.21	
29.	Люди и их мотивы.	3	08.12.21	
30.	Поступки и мотивы.	3	13.12.21	
31.	Мотивация к труду.	3	15.12.21	
32.	Мотив побеждать.	3	20.12.21	
33.	Восприятие.	3	22.12.21	
34.	Как мы воспринимаем мир.	3	27.12.21	
35.	Инструктаж по ТБ. Техники установления контакта (часть 1).	3	10.01.22	
36.	Искусство убеждения.	3	12.01.22	

37.	Дипломатия.	3	17.01.22	
38.	Трудности общения людей до 30 лет.	3	19.01.22	
39.	Трудности общения людей от 30 лет.	3	24.01.22	
40.	Психология манипуляций.	3	26.01.22	
41.	Избегание манипулирования.	3	31.01.22	
42.	Психология конфликта.	3	02.02.22	
43.	Выходы из конфликта.	3	07.02.22	
44.	Деловое общение.	3	09.02.22	
45.	Психология делового общения.	3	14.02.22	
46.	Дружба и общение.	3	16.02.22	
47.	Общение как искусство.	3	21.02.22	
48.	Психология эмоций.	3	28.02.22	
49.	Мир эмоций.	3	02.03.22	
50.	Эмоции народов мира.	3	07.03.22	
51.	Традиции эмоций в России.	3	09.03.22	
52.	Чувства других (часть 1).	3	14.03.21	
53.	Чувства других (часть 2).	3	16.03.22	
54.	Мой характер.	3	21.03.22	
55.	Диагностика характера.	3	23.03.22	
56.	Набор семейных трудностей.	3	28.03.22	
57.	Что такое генетика.	3	30.03.22	
58.	Генетические отклонения.	3	04.04.22	
59.	Семья и её функции.	3	06.04.22	
60.	Страх и его свойства.	3	11.04.22	
61.	У страха глаза велики.	3	13.04.22	
62.	Целеполагание.	3	18.04.22	
63.	Как научиться достигать цели.	3	20.04.22	
64.	Цель-Средство-Результат.	3	25.04.22	
65.	Планирование своей деятельности	3	27.04.22	
66.	Дела по интересам (часть 1).	3	02.05.22	
67.	Дела по интересам (часть 2)	3	04.05.22	
68.	Общественные интересы	3	11.05.22	
69.	Международные интересы	3	16.05.22	
70.	Диагностика	3	18.05.22	
71.	Итоговое занятие	4	23.05.22	
Итого:		216		

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДВОРЕЦ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО
решением Педагогического совета
Протокол № 1
от «27» 08 2021 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 3637 от 30.08.2021 г.
Директор ГБНОУ ДУМ СПб
Л.А. Еселева



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
«ЦЕНИ ЖИЗНЬ»

Возраст учащихся: 15-20 лет
Срок реализации программы: 1 год

Разработчик:
Чистякова Наталья Владимировна,
педагог дополнительного образования

Особенности организации образовательного процесса 1 года обучения: программа является дифференцированной. В то же время занятия по программе имеют общую тематическую направленность, что позволяет проводить их одновременно со всеми учащимися в едином коллективе, разновозрастном по составу. Спиральный принцип построения программы предполагает усложнение заданий в соответствии с возрастными особенностями учащихся, степенью освоения ими программного материала, а также сформированности у них практических умений и навыков.

Программа является вариативной, и может корректироваться в процессе работы с учетом возможностей материально-технической базы, возрастных особенностей учащихся, государственных праздников и выходных дней

Задачи программы 1 года обучения:

Образовательные:

- создать условия для самопознания и саморефлексии;
- получить знания основ психологии;
- сформировать навык саморегуляции;
- сформировать навык личной и коллективной ответственности.

Развивающие:

- развить базисные личные качества и общий кругозор;
- развить ответственность и инициативность;
- развить социальную активность;

Воспитательные:

- воспитание ответственности и самостоятельности;
- воспитание мотивации к достижению целей;
- содействие нравственному становлению личности подростка;
- формирование психологической и коммуникативной культур.

Содержание базовых тем программы 1 года обучения

1. «Вводное занятие»

Инструктаж по технике безопасности. Вводное занятие. Ознакомление с программой, целями, задачами. Правила поведения в группе. Первое знакомство.

2. «Тренинг «Давайте познакомимся»

- **Задачи:**
- Знакомство обучающихся.

- Формирование благоприятного психологического климата в группе.
- Сплочение группы.

В занятие включены упражнения такие как: «Пожалуйста», «Имя», «Назови имя соседа», «Слово о себе», «Атомы и молекулы», «Чудное приветствие», «Мы с тобой похожи тем, что...», «Поезд», «Опустить предмет», «Говорим только хорошее: Мне нравится в тебе...», «Переправа» и т.д.

20. «Первичная диагностика»

Задачи: диагностика эмоционального состояния на начальном этапе.

Проводится первичная диагностика группы. Методики и тесты для проведения диагностики: Интегративный тест тревожности, тест описания поведения Томаса, проективные методики «Дом, дерево, человек».

21. «Возраст и его особенности»

Задачи: информирование обучающихся об особенностях разных возрастов.

Беседа «Особенности гендерной психологии». В беседе рассматриваются вопросы о разных возрастах, родительско-детских отношениях, взаимоотношениях с людьми преклонного возраста и с ровесниками. Далее проводится обратная связь «Вопрос - ответ», где группа задает вопросы психологу. Дискуссия.

22. «Психологическое здоровье»

Задачи: информирование о психологическом здоровье человека. Что такое психические процессы. Подготовка обучающихся к следующему занятию.

«Психологическое здоровье», на занятии рассматриваются вопросы о критериях психологического здоровья в контексте разных возрастов, о возможных изменениях или нарушении процессов, о поддержании психического и социального здоровья человека. Дискуссия.

23. «Психические процессы»

Задачи: информирование обучающихся о психических процессах человека. Ознакомить о методах коррекции и диагностики памяти, внимания, мышления. Дается определение психическим процессам человека, проводятся игры на восприятие, тренировку памяти, внимания, мышления (ассоциации). Обсуждение.

24. «Адаптация в социуме»

Задачи: сформировать у обучающихся эффективные способы адаптации в жизненных ситуациях.

«Адаптация». Понятие адаптационного процесса; психологические механизмы адаптации; факторы, определяющие эффективность адаптации; профилактика состояний

дезадаптации; Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда (ДПА); обсуждение.

25. «Стресс и пути преодоления»

Задачи: формирование у обучающихся эффективных способов борьбы со стрессом.

«Стресс и пути преодоления». Понятие стресс; механизмы запуска; реакция организма на стресс; как справиться со стрессом; приемы релаксации; метод релаксации по Джекобсону. Обсуждение.

26. «Управление гневом»

Задачи: формирование у обучающихся способность анализировать и адекватно оценивать свое состояние, способность выражать негативное настроение социально приемлемыми способами.

«Управление гневом». Сценарий гнева; агрессия; виды агрессии; агрессия и гнев; враждебность. В занятия включены упражнения на способы управления гневом: «Письмо гнева», «Почему я злюсь», «Я злюсь, когда...» и т.д. Вопросник для выявления выраженности самоконтроля в эмоциональной сфере, деятельности и поведении (социальный самоконтроль).

27. «Люди и их мотивы»

«Мотив. Мотивация. Пирамида Маслоу». Определение мотива; виды мотивации; иерархия потребностей Маслоу; как развить мотивацию; шкала оценки потребности в достижении.

28. «Учимся общаться»

Блок «Учимся общаться». В данном блоке рассматриваются вопросы общения, умения презентовать себя, быть услышанным, уметь вступать в контакт с окружающими. Проигрываются ситуации, с которыми подросток может столкнуться в жизни: как вести себя в конфликтной ситуации, как распознать что тобой манипулируют. Используются упражнения для закрепления материала.

Возрастные и половые особенности эмоциональной сферы личности. Используется методика «Эмоциональная эмпатия» В. В. Бойко, Самооценочный тест «Характеристики эмоциональности» Ильин. Упражнение «Зато».

29. «Чувства других»

«Чувства». Общее представление о чувствах. Соотношение понятий «Чувство» и «Эмоции». Классификация чувств. Характеристика чувств (симпатия, привязанность, дружба, любовь и т.д.). Упражнения: «История», «Замороженные».

30. «Мой характер»

Блок предусматривает следующие направления: определение Личность, индивид, индивидуальность. Я-реальное, Я-идеальное. Личностные и характерологические особенности. Самооценка, уровень притязаний. Темперамент. Индивид. Тесты на определение характера, темперамента Айзенка, исследование самооценки по Дембо-Рубинштейна.

31. «Преодоление трудностей»

«Набор семейных трудностей». Изучается с целью формирования стремления к самопознанию, расширению представлений о жизненных проблемах и способах их преодоления. Отработка навыков конструктивного поведения в ситуации сложного выбора. Упражнения: тест «семь Я человека», «Притча о трудностях», «Через три года», сказка «Охотник и его сыновья», «Путешествие в горы». Проективная методика «Моя семья».

32. «Страх»

«Чего мы боимся. Как преодолеть страх». Цель: профилактика страхов, аутодеструктивного поведения, содействие самоанализу и снятию тревожащих факторов, формированию навыков саморегуляции. Чувство страха. Что такое страх? Что такое фобии? Тест – оценка на выявление страхов и фобий. Как научиться преодолевать страхи и можно ли самостоятельно бороться с фобиями?

33. «Маршрут успеха»

«Как научиться достигать цели». Цель: формирование позитивного отношения к себе. Научиться правильно ставить цели и задачи. Расстановка приоритетов. Научиться составлять план действий для достижения цели. Методика диагностики лени, методика для оценки своего упорства (Ильин).

34. «Организация досуга»

Задачи: расширение кругозора обучающихся, стремление делать что-то своими руками, созидать, профилактика негативных явлений в молодёжной среде.

«Дела по интересам». Как организовать свой досуг молодежи? Что для этого нужно?

35. «Диагностика»

Проводится беседа с обучающимися по пройденному материалу. Что удалось, что не

получилось. Обучающиеся составляют таблицу полученных знаний. Каждый из участников группы благодарит участников за работу в группе, озвучивает положительные и трудные моменты совместной работы.

36. Итоговое занятие.

Выполняется коллективная работа под названием «За что я ценю Жизнь». Проводится подведение итогов, прощание с группой. Пожелания всем участникам группы. Благодарности и аплодисменты.

**Календарно-тематическое планирование
группа № 1, 1 год**

№/п	Раздел, тема	Кол-во часов		
			Планируемая дата	Фактическая дата
72.	Инструктаж по ТБ. Правила, цели, задачи объединения.	3	02.09.21	
73.	Знакомство, упражнения на сплочение коллектива	3	07.09.21	
74.	Первичная диагностика (теория).	3	09.09.21	
75.	Первичная диагностика (практика).	3	14.09.21	
76.	Что такое возраст.	3	16.09.21	
77.	Возрастные социальные группы.	3	21.09.21	
78.	Особенности возрастов до 30 лет.	3	23.09.21	
79.	Особенности возрастов от 30+.	3	28.09.21	
80.	Психологическое здоровье.	3	30.09.21	
81.	Культура здоровья.	3	05.10.21	
82.	Здоровый образ жизни.	3	07.10.21	
83.	Здоровый образ мысли.	3	12.10.21	
84.	Восприятие мира (часть 1).	3	14.10.21	
85.	Восприятие мира (часть 2).	3	19.10.21	
86.	Восприятие окружающих.	3	21.10.21	
87.	Восприятие окружающей действительности.	3	26.10.21	
88.	Адаптация в социуме молодёжи.	3	28.10.21	
89.	Адаптация к новым социальным ролям.	3	02.11.21	
90.	Адаптация в социуме пожилых граждан.	3	09.11.21	
91.	Адаптация к переменам в жизни.	3	11.11.21	
92.	Стресс и пути преодоления.	3	16.11.21	
93.	Жизнь без стресса.	3	18.11.21	
94.	Стрессоустойчивость организмов в древности.	3	23.11.21	
95.	Стрессоустойчивость организмов в современности.	3	25.11.21	
96.	Что такое гнев.	3	30.11.21	
97.	Характеристики гнева.	3	02.12.21	
98.	Управление гневом в обществе.	3	07.12.21	
99.	Управление своим гневом.	3	09.12.21	
100.	Люди и их мотивы.	3	14.12.21	
101.	Поступки и мотивы.	3	16.12.21	
102.	Мотивация к труду.	3	21.12.21	
103.	Мотив побеждать.	3	23.12.21	
104.	Восприятие.	3	28.12.21	
105.	Как мы воспринимаем мир.	3	30.12.21	
106.	Инструктаж по ТБ. Техники установления контакта (часть 1).	3	11.01.22	
107.	Техники установления контакта (часть 1).	3	13.01.22	

108.	Искусство убеждения.	3	18.01.22	
109.	Дипломатия.	3	20.01.22	
110.	Трудности общения людей до 30 лет.	3	25.01.22	
111.	Трудности общения людей от 30 лет.	3	27.01.22	
112.	Психология манипуляций.	3	01.02.22	
113.	Избегание манипулирования.	3	03.02.22	
114.	Психология конфликта.	3	08.02.22	
115.	Выходы из конфликта.	3	10.02.22	
116.	Деловое общение.	3	15.02.22	
117.	Психология делового общения.	3	17.02.22	
118.	Дружба и общение.	3	22.02.22	
119.	Общение как искусство.	3	24.03.22	
120.	Психология эмоций.	3	01.03.22	
121.	Мир эмоций.	3	03.03.22	
122.	Эмоции народов мира.	3	10.03.22	
123.	Традиции эмоций в России.	3	15.03.22	
124.	Чувства других (часть 1).	3	17.03.21	
125.	Чувства других (часть 2).	3	22.03.22	
126.	Мой характер.	3	24.03.22	
127.	Диагностика характера.	3	29.03.22	
128.	Набор семейных трудностей.	3	31.03.22	
129.	Что такое генетика.	3	05.04.22	
130.	Генетические отклонения.	3	07.04.22	
131.	Семья и её функции.	3	12.04.22	
132.	Страх и его свойства.	3	14.04.22	
133.	У страха глаза велики.	3	19.04.22	
134.	Целеполагание.	3	21.04.22	
135.	Как научиться достигать цели.	3	26.04.22	
136.	Цель-Средство-Результат.	3	26.05.22	
137.	Планирование своей деятельности	3	28.04.22	
138.	Дела по интересам (часть 1).	3	03.05.22	
139.	Дела по интересам (часть 2)	3	05.05.22	
140.	Общественные интересы	3	10.05.22	
141.	Международные интересы	3	12.05.22	
142.	Диагностика	3	17.05.22	
143.	Итоговое занятие	3	19.05.22	
	Итого:	216		

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДВОРЕЦ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО
Решением Педагогического совета
Протокол № 1
от «27» 08 2021 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 303-П от 30.08.2021 г.
Директор ГБНОУ ДУМ СПб

Л.А. Еселева



**Рабочая программа воспитания
объединения, реализующего
дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу
«ЦЕНИ ЖИЗНЬ»
на 2021-2022 учебный год**

**Разработчики:
Борисова Наталья Алексеевна,
Чистякова Наталья Владимировна,
педагоги дополнительного образования;
методист отдела УВР
Днепровая Антонина Анатольевна**

2021 год

Введение

Рабочая программа воспитания объединения является составляющей частью Программы воспитания ГБНОУ Дворца учащейся молодежи Санкт-Петербурга (Рабочей программы воспитания) на период до 2024 года, утвержденной Приказом от 04.06.2021 № 340-п «Об утверждении Программы воспитания ГБНОУ ДУМ СПб на период до 2024 года» (далее – Программа воспитания).

Практическая реализация цели и задач воспитания осуществляется в рамках следующих направлений воспитательной работы Дворца учащейся молодежи Санкт-Петербурга:

- в процессе реализации дополнительных общеобразовательных программ в соответствии с тематическим наполнением рабочих программ;
- в рамках реализации культурно-просветительских и образовательных проектов.

Основные цели и задачи Рабочей программы воспитания:

- воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций;
- создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства;
- формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среды.

Для достижения поставленных целей будут решаться следующие задачи:

Гражданско-патриотическое воспитание:

- сформировать патриотические чувства и сознание учащихся на основе исторических ценностей и роли России в судьбах мира;
- способствовать процессу сохранения и развития чувства гордости за свою страну, город, образовательное учреждение, семью;
- способствовать процессу воспитания личности гражданина – патриота Родины, способного встать на защиту государственных интересов;
- воспитать любовь к родному городу, Родине, её истории, культуре, традициям;

- способствовать изучению истории своей семьи, образовательного учреждения, района, города, культуры народов мира, своей страны;
- способствовать развитию чувства ответственности и гордости за достижения страны;
- сформировать толерантность, чувство уважения к другим народам, их традициям.

Нравственное и духовное воспитание:

- сформировать у учащихся нравственную культуру миропонимания;
- способствовать формированию у учащихся осознанного отношения к нравственному опыту прошлого и будущего, своей роли в нем;
- воспитать доброе отношение к родителям, к окружающим людям, сверстникам;
- воспитать добросовестное отношение к своим обязанностям, к самому себе, к порученному делу.
- сформировать у учащихся представления об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства.

Воспитательная среда:

- определить круг реальных учебных возможностей учащегося и зону его ближайшего развития;
- создать условия для продвижения учащихся в интеллектуальном развитии;
- сформировать интеллектуальную культуру учащихся, развивать их кругозор и любознательность.
- сформировать у учащихся культуру сохранения и совершенствования собственного здоровья, неприятия вредных и опасных для здоровья привычек;
- ознакомить учащихся с опытом и традициями предыдущих поколений по сохранению физического и психического здоровья;
- способствовать формированию навыков грамотного поведения в условиях мегаполиса, соблюдения правил дорожного движения;
- сформировать у учащихся общеобразовательных учреждений представления о таких понятиях как «толерантность», «миролюбие», «гражданское согласие», «социальное партнерство»;
- способствовать развитию опыта противостояния таким явлениям, как «социальная агрессия», «межнациональная рознь», «экстремизм», «терроризм», «фанатизм» (например, на этнической, религиозной, спортивной, культурной или идейной почве).

Профилактика правонарушений, социально-опасных явлений:

- сформировать у учащихся правовую культуру, представления об основных правах

и обязанностях, о принципах демократии, об уважении к правам человека и свободе личности, формировать электоральную культуру.

- сформировать у учащихся ценностные представления об институте семьи, о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни.

Экологическое воспитание:

- расширить знания по экологии, географии, истории;
- способствовать интеллектуальному и духовно-нравственному развитию учащихся;
- расширить знания об окружающем мире;
- развить творческую, познавательную и созидательную активность;
- укрепить здоровье, воспитать физическую культуру в единстве с интеллектуальным и духовным развитием;
- воспитать патриотизм посредством занятий по краеведению;
- воспитать потребность в здоровом образе жизни.

Планируемые результаты:

- у учащихся сформируется представление о понятиях основ гражданственности (патриотизма) как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, готовности к активному проявлению профессионально значимых качеств и умений в различных сферах жизни общества;
- у учащихся сформируется понимание смысла человеческого существования, ценности своего существования и ценности существования других людей;
- у учащихся сформируется представление об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства;
- учащиеся научатся мыслить рационально, эффективно проявлять свои интеллектуальные умения в окружающей жизни;
- сформируется представление о значимости физического и психического здоровья человека, понимания важности здоровья для будущего самоутверждения; о правилах безопасного поведения учащихся на улице и дорогах.
- у учащихся сформируется представление о таких понятиях как «толерантность», «миролюбие», «гражданское согласие», «социальное партнерство», развитие опыта противостояния таким явлениям как «социальная агрессия», «межнациональная рознь», «экстремизм», «терроризм», «фанатизм»;
- создадутся условия для проявления учащимися в объединениях инициативы и самостоятельности, искренности и открытости в реальных жизненных ситуациях, развитие интереса к внеурочной деятельности;
- у учащихся сформируются представления о правовой культуре, представления об

- основных правах и обязанностях, о принципах демократии, об уважении к правам человека и свободе личности, формирование электоральной культуры;
- у учащихся сформируются представления о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни.
 - у учащихся сформируются дополнительные навыки коммуникации, включая межличностную коммуникацию, межкультурную коммуникацию.

Особенности организации воспитательной деятельности в объединении

Воспитательная деятельность в объединении планируется и организуется в соответствии с модулями Программы воспитания и в соответствии с Календарным планом воспитательной работы ГБНОУ ДУМ СПб на учебный год.

Модули Рабочей программы воспитания:

- духовно-нравственное воспитание;
- гражданско-патриотическое воспитание;
- воспитательный потенциал занятия;
- профессиональное самоопределение;
- добровольческая деятельность;
- экологическое воспитание;
- воспитательная среда;
- профилактика правонарушений, социально-опасных явлений;
- работа с родителями.

При реализации рабочей программы воспитания объединения используются различные формы и технологии организации воспитательных мероприятий (в том числе дистанционные технологии); организуются и проводятся массовые мероприятия, обеспечивающие условия для совместной деятельности учащихся и родителей (законных представителей).

С целью оценки результативности выполнения поставленных задач и выявления основных проблем воспитания проводится самоанализ воспитательной работы объединения (не реже одного раза в полугодие) и предоставляется отчет по форме.

**Календарный план воспитательной работы объединения
«ЦЕНИ ЖИЗНЬ» на 2021-2022 учебный год**

п/п	Название мероприятия, форма проведения	Сроки проведения	Место проведения, педагог	Участники (учащиеся, родители, педагоги)
1.	Участие в мероприятии, посвященном Дню Знаний	сентябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
2.	Беседа с учащимися об истории ГБНОУ ДУМ СПб	сентябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
3.	Фестиваль «День моря» - Просмотр фильмов о Балтийском море, направленная дискуссия - Экологическая мастерская «Моря и города» - Экскурсионная программа	10.09.2021- 25.09.2021	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
4.	Беседы о ПДД, безопасном маршруте в ГБНОУ ДУМ СПб	сентябрь 2021, январь 2022, апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
5.	Участие во Всероссийской акции «Вместе ярче», посвященной вопросам энергосбережения и энергоэффективности	сентябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
6.	Беседы по правовым вопросам государственного устройства РФ	сентябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
7.	Беседы о правах человека	сентябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
8.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню Учителя	Сентябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
9.	Участие в мероприятиях российско-германского проекта «ЭКО-видение» - Экологические мастерские - Мастерские по кинематографии и анимации - Фестиваль экологических видеороликов «ЭКО-видение»	сентябрь 2021- декабрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
10.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню Музыки	октябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
11.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню пожилого человека	октябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
12.	Игры, тренинги по формированию навыков работы в команде	октябрь 2021, январь 2022, апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
13.	Беседы по профилактике терроризма, фанатизма, межнациональной розни и других негативных социальных явлениях	октябрь 2021, март 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
14.	Беседы о толерантности, миролюбии, социальном партнерстве.	октябрь 2021, январь 2022, апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	

15.	Беседы об искусстве	октябрь 2021, январь 2022, апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
16.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню народного единства	ноябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
17.	Беседа с учащимися, посвященная дню памяти великого русского композитора П.И. Чайковского	Ноябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
18.	Беседа с учащимися о вкладе М.В. Ломоносова в науку и культуру России, приуроченная ко Дню рождения ученого	Ноябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
19.	Участие в программе Международного фестиваля экологических фильмов «Зеленый взгляд»: просмотр фильмов, посещение мастер-классов	20.11.2021- 30.11.2021	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
20.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню Матери	Ноябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
21.	Игровая программа «Климат перемен»	ноябрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
22.	Беседы по мерам профилактики ОРВИ, COVID-19	декабрь 2021 апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
23.	Уроки музыки	декабрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
24.	Посещение музеев театров (возможен виртуальный формат)	декабрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
25.	Участие в мероприятиях, посвященных празднованию Нового года и Рождества	декабрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
26.	Городская акция, посвященная празднованию Дня добровольца	Декабрь 2021	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
27.	Городская новогодняя добровольческая акция «Солнышко в ладошке»	20.12.2021 - 30.12.2021	ГБНОУ ДУМ СПб	
28.	Беседы с учащимися о безопасном поведении в общественных местах города.	январь 2022, апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
29.	Беседы с учащимися о здоровом образе жизни, здоровом питании	январь 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
30.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню снятия Блокады Ленинграда	январь 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
31.	Участие в мероприятии «День Воинской Славы. Сталинградская битва»	Февраль 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
32.	Участие в мероприятиях, посвященных дню памяти А.С. Пушкина	Февраль 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	

33.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню Защитника Отечества	февраль 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
34.	Участие в мероприятиях, посвященных Международному женскому Дню	март 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
35.	Беседы о народных традициях (Масленица)	март 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
36.	Беседы о безопасном поведении на льду	ноябрь 2021, март 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
37.	Молодежная просветительская акция «Круги по воде»	22.03.2022-30.03.2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
38.	Участие в мероприятии «День работника культуры»	Март 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
39.	Участие в мероприятии «Международный день театра»	Март 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
40.	Экскурсионная программа, посвященная Дню Земли	апрель-май 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
41.	День единения народов Белоруссии и России	Апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
42.	Участие в мероприятиях, посвященных Всемирному дню здоровья	Апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
43.	Участие в мероприятиях, посвященных Международному дню Культуры	Апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
44.	Участие в мероприятиях, посвященных дню Космонавтики	Апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
45.	Участие в мероприятии Дня солидарности молодежи	Апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
46.	Участие в мероприятии Всемирного дня Охраны труда	Апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
47.	Участие в мероприятии «Международный день танца»	Апрель 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
48.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню Победы	май 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
49.	Церемония возложения цветов, посвященная празднованию Дня Победы советского народа в Великой Отечественной войне	09.05.2022		

50.	Городская добровольческая акция «Нам не все равно», посвященная Всемирному дню памяти людей, умерших от СПИДа	15.05.2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
51.	Беседа с учащимися о творческом и жизненном пути Ольги Берггольц, приуроченная ко Дню рождения поэтессы.	Май 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
52.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню города	май 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
53.	Участие в Международной акции «Чистый берег», посвященной улучшению экологической обстановки побережья Финского залива	май-сентябрь 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
54.	Участие в мероприятиях, приуроченных к празднованию 350-летия Петра Великого	май-июнь 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
55.	Участие в фестивалях, концертах, конкурсах, соревнованиях	2021-2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС

№ п/п	Компоненты учебно- методического комплекса	Для педагога	Для родителей и учащихся
1. Учебные и методические пособия			
1.1.	Информационно-справочные материалы	<p>1. Инструкции:</p> <ul style="list-style-type: none"> • должностная инструкция педагога д/о; • инструкция для обучающихся; • инструкция по ТБ; • инструкция для преподавателей по проведению инструктажа по охране труда • инструкция по обеспечению безопасности образовательного процесса обучающимися в ГБУДО ДУМ 	
1.2.	Научная, специальная, методическая литература	<ol style="list-style-type: none"> 1. Беличева С.А. Основы превентивной психологии. М. 2003. 2. Бурменская Г.В. Возрастно-психологическое консультирование. М., 2011. 3. Еремин В.А. Улица-подросток-воспитатель. М., 2011. 4. Кондратенко В.Т., Чернявская А.Г. По лабиринтам души подростка. Минск., 2011. 5. Кулагина И. Ю. Возрастная психология. Развитие ребенка от рождения до 17 лет. М., 2011. 6. Махов Ф.С. Подросток и свободное время. Л., 2012 7. Мудрик А.В. Социализация и воспитание подрастающего поколения. М., 2010. 8. Аверин В.А. Психология детей и подростков: Учеб. пособие. - 2-е изд., перераб. -СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1998. - 379 8. Платонова Н.М. Основы социальной педагогики. СПб., 2007. 9. Титов Б. А. Социализация детей, подростков и юношества в сфере досуга. СПб, 2007. 10. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. — М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. — 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Добротворский И.Л. Технологии успеха. 1001 совет школьнику. – М.: ВЛАДОС, 2013 2. Жуганов А.В. Творческая активность личности: содержание, пути формирования и реализации. Л., 2011. 3. Стрельцов Ю.А. Общение в сфере свободного времени. М., 2011.

		<p>304 с. (Серия «Библиотека педагога-практика»).</p> <p>11. Трегубов Б.А. Свободное время молодежи: сущность, управление. СПб., 2011.</p> <p>12. Холостова Е. И. Социальная работа с детьми. Учебное пособие. М., 2008.</p> <p>13. Казанская В. «Подросток. Трудности взросления. /2-е издание, дополненное.»: Питер; СПб.; 2008 ISBN 978-5-388-00089-7</p>	
1.3.	Тематические, методические пособия, разработки	<p>1. Антонов В.В. Изучаем права человека. - М.: Вита-Пресс, 1996.</p> <p>2. Бабушкин А.В. Как подростку защитить свои права? - М.: Сам себе адвокат, 2000.</p> <p>3. Иванов И.П. Энциклопедия коллективных творческих дел. - М., 1989.</p> <p>4. Кон И.С. Психология ранней юности: Книга для учителя. - М.: Просвещение, 2003.</p> <p>5. Конвенция о правах ребенка. - М.: ТЦ Сфера, 2005.</p> <p>6. Лизинский В.М. Практическое воспитание в школе: В 2 ч. - М., 2002.</p> <p>7. Михайлова Н.И., Юсфин С.М. Педагогика поддержки. - М., 2002.</p> <p>8. Ораторское искусство и деловое общение: учебное пособие. 2-е изд., исправл. - М.: Новое знание, 2001.</p> <p>9. Прутченков А.С. Школа жизни. - М., 2000.</p> <p>10. Сартан Г.Н. Тренинг самостоятельности у детей. - М., 2005.</p> <p>11. Селевко Г.К., Назарова И.Г., Левина О.Г. Утверждай себя. - М.: Народное образование, 2001.</p> <p>12. Селевко Г.К., Селевко А.Г., Левина О.Г. Реализуй себя. - М.: Народное образование, 2001.</p>	<p>1. Дерябо С., Ясвин В. Гроссмейстер общения. Иллюстрированный самоучитель психологического мастерства. - М., 2005.</p> <p>2. Вачков И.В. Приключения во внутреннем мире. - М., 2005.</p> <p>3. Кинчер Дж. Книга о твоих знакомых. - СПб.: Владос, 2003.</p> <p>4. Кинчер Дж. Книга о тебе. - СПб.: Владос, 2006.</p> <p>5. Снайдер Д. Курс выживания для подростков. - М., 2005.</p> <p>6. Профильное образование, Элективный курс. Прикладная этика. - Волгоград: Учитель, 2007.</p> <p>7. Маркуша А. Мозаика для делового человека. - М., 2007.</p> <p>8. Селевко Г.К. Управляй собой. - М., 2003.</p> <p>9. Селевко Г.К. Познай себя. - М., 2003.</p> <p>10. Селевко Г.К. Руководство по организации самовоспитания школьников. - М.: Народное образование, 2005.</p> <p>11. Селевко Г.К. Научи себя учиться. - М., 2007.</p> <p>12. Селевко Г.К. Найди себя. - М., 2003.</p> <p>13. Селевко Г.К. Сделай себя сам. - М., 2004.</p> <p>14. Михайлов В.Т. Моя профессиональная карьера. - М., 2007.</p> <p>15. Фролов В.Т.</p>

		13. Фопель К. Создание команды. Психологические игры и тренинги/перевод с нем. – М.: Генезис, 2003.	Перспективы человека. - М.,2007. 16. Коломенский О.Р. Гражданином быть обязан. - М., 2006. 17. Тубельский А.Н. Школа самоопределения. - М., 2005.
2. Материалы по индивидуальному сопровождению учащихся			
Методики психолого-педагогической диагностики личности:			
2.1.	Тесты	Интегративный тест тревожности, тест описания поведения Томаса. Самооценочный тест «Характеристики эмоциональности». Тесты на определение характера, темперамента Айзенка, исследование самооценки по Дембо-Рубинштейн. Тест «Оценка на выявление страхов и фобий». Самооценочный тест «Характеристики эмоциональности».	
2.2.	Анкеты	1.Выявление уровня самооценки учащихся	
2.3.	Диагностические карты	1. Индивидуальная карта учета результатов обучения и личностного развития, обучающегося по образовательной программе 2. Общий диагностический лист	
2.4.	Методики	• Методика оценки, проективные методики «Дом, дерево, человек», «рисунок себя». Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда (ДПА)	
3. Материалы по работе с детским коллективом			
3.1.	Анкеты	Анкета «Что важнее?» (на определение ценностно-ориентационного единства коллектива)	
3.3.	Опросники	<ul style="list-style-type: none"> • Опросник для оценки своей настойчивости. • Опросник для самооценки терпеливости. • Методика для оценки своего упорства. • Методика диагностики лени, • Методика «Эмоциональная эмпатия» В. В. Бойко. 	
	Игры	Подборка игр: «Пожалуйста». «Ассоциации». «Имя». «Назови имя соседа», « Слово о себе». «Атомы и молекулы». «Чудное приветствие». «Мы с тобой похожи тем, что...». «Поезд». «Опустить предмет». «Говорим только хорошее: Мне нравится в тебе...». «Переправа».«Поводырь» и др.	
3.5.	Тренинги	Тренинг на командообразование, Тренинг «Эффективного слушания»	
4. Материалы из опыта работы педагога			
4.1.	Методические разработки и презентации к урокам.	Презентация к занятию: «Стресс и пути его преодоления». Презентация к занятию: «конфликты, пути преодоления» Методическая разработка, тренинг: «Давайте познакомимся»	

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Название темы (базовые разделы)	Форма проведения занятий	Методы и приемы проведения занятий	Дидактические материалы, техническая оснащенность программы	Форма подведения итогов
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	Групповая	Наглядные, словесные.	Таблицы, наглядные материалы	Самостоятельная работа
2	Тренинг «Давайте познакомимся»	Групповая	Наглядные: показ, наблюдение. Практические: тренинг, упражнения, игры.		Тренинг
3	Первичная диагностика	Групповая	Объяснение, наблюдение.	Тесты	Тестирование
4	Возраст и его особенности	Групповая	Беседа, устное изложение нового материала, диалог.	Презентация	Обратная связь
5	Психические процессы	Групповая	Наглядные: показ, наблюдение. Словесные: беседы; устное изложение нового материала, диалог.	Презентация	Обратная связь
6	Учимся общаться	Групповая, малые группы	Наглядные: показ, наблюдение. Практические: тренинг, упражнения, игры Словесные: беседы; устное изложение нового материала, диалог. Объяснительно-иллюстративные: показ, объяснение.	Тесты, презентации,	Тренинг, выполнение творческих заданий, обратная связь.
7	Преодоление трудностей	Групповая	Наглядные: показ, наблюдение. Практические: тренинг, упражнения, игры, рисунки. Словесные: беседы; устное изложение нового материала, диалог. Объяснительно-иллюстративные: показ, объяснение. Репродуктивные: выступление	Листы бумаги, фломастеры	Обратная связь

№ п/п	Название темы (базовые разделы)	Форма проведения занятий	Методы и приемы проведения занятий	Дидактические материалы, техническая оснащенность программы	Форма подведения итогов
8	Страх	Групповая, малые группы.	Наглядные: показ, наблюдение. Практические: тренинг, упражнения, игры, рисунки. Словесные: беседы; устное изложение нового материала, диалог. Объяснительно-иллюстративные: показ, объяснение. Репродуктивные: выступление	Фотографии	Обратная связь
9	Маршрут успеха	Индивидуально-групповая	Практические методы	Карточки, таблицы, видео материалы, фотографии	Занятие «Карта достижений» Деловая игра «Мой проект»
10	Организация досуга	Групповая	Беседы, объяснение.		
11	Подведение итогов	Групповая, индивидуальная	Обратная связь		

Перечень образовательных электронных ресурсов, предоставляющих возможность организации образовательного процесса с применением дистанционных образовательных технологий

Сервисы для проведения видеозанятий:

- Discord (Бесплатный мессенджер с поддержкой видеоконференций, голосовой и текстовый чат).
- Zoom (Платформа для проведения онлайн-занятий. Бесплатная учетная запись позволяет проводить видеоконференцию длительностью 40 минут с возможностью онлайн-общения до 100 человек. В платформу встроена интерактивная доска, можно легко и быстро переключаться с демонстрации экрана на доску. Наличие чата, в котором можно писать сообщения, передавать файлы).
- GoogleClassroom (бесплатный сервис позволяет удобно публиковать и оценивать задания, организовать совместную работу и эффективное взаимодействие всех участников процесса. Создавать курсы, раздавать задания и комментировать работы учащихся - все это можно делать в одном сервисе).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагога:

1. Анастаси А., Урбина С. Психологическое тестирование. – 1997.
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений. Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы. – СПб, 1992.
3. Гомезо М.В. Общая психология. – 2007.
4. Менегети А. Психология лидера. – Онтопсихология, 2006.
5. Обухова Л.Ф. Возрастная психология. - М., 2001.
6. Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив. – М., 1992.
7. Реан А.А. Психология и психодиагностика. 2006.
8. Тейлор Психологические тесты и упражнения для детей. - Институт психотерапии, 2005.
9. Фопель К. Сплоченность и толерантность в группе: Психологические игры и упражнения, 2000.
10. Цукерман Г.А. Психология саморазвития: задача для подростков и их педагогов Москва-Рига, 1995.
11. Чеховских М.И. Психология: учебное пособие. – М., 2003.

Список литературы для обучающихся:

1. Обухова Л.Ф. Возрастная психология. – М., 2001.
2. Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив. – М., 1992.
3. Рожков М.И. Развитие самоуправления в ученических коллективах Казань 1987.
4. Цукерман Г.А. Психология саморазвития: задача для подростков и их педагогов. – Москва-Рига, 1995.

В основу тренинговой программы легли официально изданные и апробированные на практике программы, и теоретические курсы:

1. Ромек В. «Тренинг уверенности в межличностных отношениях». СПб., 2003г.
2. Дж. Смит М. «Тренинг уверенности в себе». СПб., 2001г.
3. Васильев Н.Н. «Тренинг преодоления конфликтов». СПб., 2003г.
4. Шевцова И.В. «Тренинг личностного роста». СПб., 2003г.
5. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Эффективная команда: шаги к созданию. Руководство для тех, кто хочет создать свою команду. СПб.: Речь, 2003.
6. Ильенкова С.Д. Инновационный менеджмент. М., 1997.
7. Капецио П. Команды, которые выигрывают. М., 2005.
8. Карякин А.М. Командная работа: основы теории и практики. Иваново, 2003.
9. Максвелл Дж. Создай команду лидеров / Пер. с англ. Л. А. Бабук. М., 2003.
10. Паркер Г., Кропп Р. Формирование команды: Сборник упражнений для тренеров. СПб., 2002.
11. Пригожий А.И. Современная социология организаций. М., 1995.
12. Пугачев А.В. Организационное поведение. М., 2001.
13. Резник С.Д. Команда менеджера // ЭКО. 1997. № 3.
14. Рихтер К. Формирование командного духа // Управление персоналом. 2004. № 10.