

Тамбовское областное государственное бюджетное учреждение
«Центр по оказанию психолого-педагогических услуг «Заворонежский»

Согласованна на заседании
Методического совета
ТОГБУ «Центр по оказанию
психолого-педагогических услуг
«Заворонежский»
Протокол № 4,
от «04» 11 2022г.

Утверждаю
Директор ТОГБУ «Центр по
оказанию психолого-педагогических
услуг «Заворонежский»
Е.Л. Духанина
Приказ № 54/4 от
«02» 11 2022г.

**Психолого-педагогический подростковый
клуб «Ковчег добра»**

для детей и подростков в возрасте от 10-12 лет

Количество часов – 14 ч.

Автор-составитель:
Педагог-психолог
Полякова И.В.

Мичуринский район.
2022 г.

Информационная карта программы

1. Учреждение	Тамбовское областное государственное бюджетное учреждение «Центр по оказанию психолого-педагогических услуг «Заворонежский»
2. Полное название программы	Психолого-педагогический подростковый клуб «Ковчег добра»
3. Сведения об авторе:	
3.1. Ф.И.О., должность	Полякова Ирина Владимировна Педагог-психолог
4. Сведения о программе:	
4.1. Нормативная база	<ol style="list-style-type: none"> 1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». 2. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. N 196). 3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года N 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года». 4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.).

	<p>5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»».</p> <p>6. Устав ТОГБУ «Центр по оказанию психолого-педагогических услуг «Заворонежский»</p> <p>7. Федеральный закон о психологической помощи населению в российской Федерации.</p>
4.2.Область применения	Дополнительное образование
4.3.Направленность	Психолого-педагогическая
4.4.Вид программы	Дополнительная коррекционно-развивающая и профилактическая
4.5.Уровень освоения	стартовый
4.6.Возраст обучающихся по программе	10-12 лет
4.8.Продолжительность обучения	1 год

«Комплекс основных характеристик программы»

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Профилактическая, коррекционно-развивающая программа «Ковчег добра» поможет детям 10-12 лет расширить знания психологии, научит обучающихся справляться с эмоциями, познакомит со способами саморегуляции, поможет справляться со стрессами, страхами и конфликтами, сформирует позитивное отношение к жизни, научит общаться с другими людьми, работать в группе. Поможет выявить детей, пострадавших от жестокого обращения, обеспечит безопасность детей. Выявит детей, проявляющих насилие к другим детям.

С помощью диагностик, упражнений, методов и техник, психологической коррекции, консультирования, поможет решить ряд проблем у участников программы.

Основная форма работы групповая, включает в себя игру, упражнения и тренинги, посещение выставок, тематические праздничные мероприятия,

мастер-классы, встречу с православным священником, просмотр тематических мультфильмов.

На первом месте поддержание психологического здоровья личности, помощь в развитии полноценного гармоничного человека. Помощь в борьбе со стрессами. Высокий уровень психической устойчивости к стрессам является залогом сохранения, развития и укрепления здоровья и долголетия личности. Большинство подростков не способны самостоятельно справиться со стрессовыми ситуациями, в результате чего у подростков проявления стресса сказываются на здоровье, способствуют снижению успеваемости, трудностям социализации. Проблемы социализации выражаются в конфликтности, агрессивности, враждебности, нежелании учиться, частых пропусках занятий, трудностях поиска хобби, трудностях в общении с близкими и друзьями, потери смысла жизни и мн. др.

С целью позитивного восприятия мира и воспитания подрастающего поколения, уделяется внимание семейным ценностям, традициям семьи и страны, православию, народно-художественным традициям.

Дети изучают понятия: добро и зло, справедливость, помощь и защита, отзывчивость, гармония, стресс, безопасность.

Может применяться как для коррекционной, так и для профилактической и просветительской работы.

Новизна программы. С помощью специальных методик, данная программа позволит провести коррекционно-развивающую и профилактическую работу в борьбе со стрессами и депрессиями на фоне современных вызовов, смешанной реальности, компьютерной зависимости, большого информационного потока, насилия по отношению к другим детям.

С помощью различных методик выявит различные проблемы детей, поможет посмотреть на проблемы со стороны и поможет их решить.

Актуальность. Данная тема является актуальной для современного общества, т.к. дети постоянно сталкиваются со стрессами, буллингом, в школе, на улице и дома. Психологические проблемы оказывают разрушительное влияние на незрелую нервную систему, а в дальнейшем на общество в целом. Психологическое и физическое насилие, жестокое обращение недопустимы, требуют выявления и коррекции поведения.

Педагогическая целесообразность. В ходе изучения программы, обучающиеся овладевают основами психологии, практико-ориентированных знаний о человеке, умениям жить в обществе, справляться с большим информационным потоком. Подростки смогут разбираться в себе, узнают способы саморегуляции и самоконтроля, разовьют внимание, память и мышление, научатся контролировать чувства и эмоции. Научатся доброжелательно общаться друг с другом.

Отличительные особенности программы. В программе учитывается индивидуальный подход к каждому участнику, отличается объемом и способами преподнесения обучающимся психологической информации,

вовлечение в творческую деятельность, раскрытие способностей каждого участника (участие в тренингах, посещение музейных комнат и выставок, творческие задания, мастер-классы, сказкотерапия, встречи с интересными людьми, просмотр мультфильмов).

Организационно-методическое обеспечение программы: специально оборудованный кабинет клуба «Ковчег добра», актовый зал, сенсорная комната, классная комната.

Материально-техническое обеспечение: столы, стулья, компьютер, ручки, карандаши, фломастеры, бумага, цветные карточки, картинки для коллажа, настольные игры, раздаточный материал для упражнений, компьютер, экран для просмотра мультфильма.

Адресат программы:

Программа предназначена для детей 10-12 лет.

Условия набора учащихся:

Все желающие

Количество учащихся:

Норма наполнения группы – 26 человек.

Объём и срок освоения программы:

Программа рассчитана на 1 год обучения. Объем реализации программы - 14 часов. Продолжительность программы с ноября 2022 г. по декабрь 2023 г.

Формы и режим занятий:

Периодичность 1 раз в месяц. Продолжительность занятия 40-60 мин.

Форма проведения: очная, с возможностью применения дистанционных технологий.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: формирование у обучающихся психологических навыков, восстановление и поддержание психологического здоровья, поддержка детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, выявление и оказание помощи несовершеннолетним, пострадавшим от жестокого обращения.

Задачи:

Обучающие:

- Научить обучающихся, способам саморегуляции.
- Научить общаться без конфликтов.
- Изучить и научиться применять способы борьбы со стрессами.
- Формировать мотивацию обучающихся к самообразованию.
- Научить контролировать чувства и эмоции.
- Научить способам и умениям постоять за себя.

Коррекционные:

- Выявить подростков с тревожными и депрессивными симптомами при помощи диагностических методик.
- Снизить тревожно-депрессивные симптомы.
- Снизить уровень эмоционального напряжения.

- Выявить и снизить агрессию у детей.

Развивающие:

- Развивать устойчивость внимания, наблюдательность.
- Развивать зрительную, слуховую и моторную память.
- Развивать познавательную активность.
- Способствовать развитию аналитического мышления.
- Развить позитивное отношение к себе и к окружающим.

Воспитательные:

- Формировать у обучающихся социально-нравственные ориентиры.
- Воспитывать нравственно-патриотические, духовные убеждения обучающихся.
- Воспитывать ответственность и дисциплинированность обучающихся.
- Формировать у обучающихся творческое мышление.
- Формировать социальные умения и навыки.
- Воспитывать культуру общения и поведения, обучающихся в общественных местах.

Ожидаемый результат:

По окончании программы, участники должны владеть навыками и способами саморегуляции. С помощью упражнений, дыхательной гимнастики, способов релаксации, тренингов, подростки научатся справляться с эмоциями, снизят уровень тревожности, агрессии, эмоционального напряжения. Научатся разбираться в себе, бороться со стрессом, научатся работать в группе, разовьют коммуникативные навыки, разовьют позитивное отношение к себе и окружающим, научатся получать радость от жизни и общаться без конфликтов, научатся способам обеспечения безопасности, приобретут навыки взаимопомощи сверстникам.

С помощью творчества, общения с интересными людьми, участия в праздничных мероприятиях должны научиться самовыражаться, и получать удовольствие от жизни.

По окончании программы связь с участниками клуба не утрачивается, и по мере необходимости, подросток может продолжить участие в программе или решить проблему индивидуально.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план

№ п/п	Название разделов и тем	Кол- во часов	Форма проведения	Сроки	Формы аттестации/ контроля
1.	Вводное занятие. Тренинг «Знакомство». Упражнения: «Атмосфера в классе» Диагностика выявления тревожности. Тест Бекка	1	Упражнения. Беседа. Тест	Ноябрь	Начальная диагностика
2.	Новогодний праздник. (Воспитание культуры поведения в общественных местах)	1	Праздник. Наблюдение	Декабрь	
3.	«Рождественские встречи». Православие, как способ познания себя. Встреча с бабушкой.	1	Беседа	Январь	
4.	Тренинг «Эмоции под контроль».	1	Упражнения	Февраль	
5.	Праздничное мероприятие «Масленица».	1	Праздничное мероприятие	Март	
6.	Тренинг «Учимся общаться без конфликтов». Тест Бекка.	1	Тренинг Тест	Апрель	Промежуточная диагностика
7.	Тренинг «Могу сказать: «Нет» Беседа «Здоровый образ жизни»	1	Тренинг Беседа	Май	
8.	Посещение выставки мастеров ко Дню защиты детей. Общение с мастерами.	1	Выставка Беседа	Июнь	
9.	Учимся понимать друг друга. Просмотр и обсуждение	1	Просмотр мультфильмов	Июль	

	мультфильмов.		Беседа		
10.	Тренинг «Моё личное пространство».	1	Тренинг	Август	
11.	Православный праздник «Вера, Надежда, Любовь».	1	Православный праздник Общение со священником	Сентябрь	
12.	Мастер-класс «Цветы из бисера»	1	Мастер-класс	Октябрь	
13.	«Снятие физического напряжения и эмоционального стресса». Способы саморегуляции. Дыхательная гимнастика.	1	Тренинг Упражнения	Ноябрь	
14.	Тренинг «Я принимаю свои чувства и эмоции». Тест	1	Тренинг Тест	Декабрь	Итоговая диагностика
	Итого:	14			