Пенькова Лейла Ильсуровна
Подписан: Пенькова Лейла Ильсуровна
DN: C=RU, S=Челябинская область, L=Челябинск, T=Директор, O="МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ""ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ Г.ЧЕЛЯБИНСКА""", СНИЛС=01263255005, ИНН=744813698400, E=kontrakt2022@bk.ru, G=Лейла Ильсуровна, SN=Пенькова, CN=Пенькова Лейла Ильсуровна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2026.09.30 14:19:41+05'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.1

Комитет по делам образования города Челябинска
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр внешкольной работы г. Челябинска»

Принята на заседании
педагогического совета
от «26» 08 2026 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУДО «ЦВР г. Челябинска»
_____Л.И. Пенькова
Приказ № 1 «01» 09 2026 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «СТРАТЕГИЯ УСПЕХА»

Возраст обучающихся: 12 – 16 лет
Срок реализации: 1 год
Направленность: социально-гуманитарная
Уровень освоения программы: базовый

Автор – составитель:
Пенькова Л.И., педагог дополнительного образования

г. Челябинск, 2023

ЛИСТ КОРРЕКТИРОВКИ
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Стратегия успеха»

№п/п	Дата внесения изменений	Основание для корректировки	Внесенные изменения	Кем внесены
1.	28.07.26	Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026	Корректировка пункта ДООП 1.1.1. «Нормативно-правовая база»	Джафарова Е.А.

Информационная карта

Дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы «Стратегия успеха»

Название программы	«Стратегия успеха»
ФИО педагога, реализующего программу	Джафарова Екатерина Александровна
Направленность программы	Социально-гуманитарная
Уровень освоения программы	Базовый
Тип программы	Модифицированная
Форма обучения	Очная
Форма организации образовательного процесса	Групповая
Продолжительность освоения программы	1 год
Количество часов по программе	36 часов
Содержание программы	Содержание программы представлено блоками: "Социализация", "Формирование культуры здорового образа жизни", "Профориентация"
Возраст обучающихся	12-16 лет
Цель программы	Организация системной работы по реализации мер, первичной профилактики правонарушений и асоциального поведения обучающихся и их успешной социализации и формирования культуры здорового и безопасного образа жизни
Задачи программы	- сформировать основы нравственного самосознания личности (совести) — способности обучающегося формулировать собственные нравственные обязательства, осуществлять нравственный самоконтроль, требовать от себя выполнения моральных норм, давать нравственную оценку своим и чужим поступкам; - формирование у обучающихся социальных компетенций, необходимых для конструктивного, успешного и ответственного поведения в обществе; - развитие способности открыто выражать и аргументированно отстаивать свою позицию, проявлять критичность к собственным намерениям, мыслям и поступкам; - развитие способности к самостоятельным поступкам и действиям, совершаемым на основе морального выбора, к принятию ответственности за их результаты; - способствовать профессиональному самоопределению обучающихся; - воспитание потребности в здоровом образе жизни
Планируемые результаты	- формирование основ нравственного самосознания личности (совести) - способности обучающегося формулировать собственные нравственные обязательства, осуществлять нрав-

	ственный самоконтроль, требовать от себя выполнения моральных норм, давать нравственную оценку своим и чужим поступкам; - формирование у обучающихся социальных компетенций, необходимых для конструктивного, успешного и ответственного поведения в обществе; - развитие способности открыто выражать и аргументированно отстаивать свою позицию, проявлять критичность к собственным намерениям, мыслям и поступкам; - развитие способности к самостоятельным поступкам и действиям, совершаемым на основе морального выбора, к принятию ответственности за их результаты; - профессиональное самоопределение обучающегося; - потребность обучающихся в здоровом образе жизни

Оглавление

Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка 3

1.1.1. Нормативно-правовые акты 3

1.1.2. Направленность программы 3

1.1.3. Актуальность программы 3

1.1.4. Воспитательный потенциал программы 4

1.1.5. Отличительные особенности программы 4

1.1.6. Адресат программы 4

1.1.7. Объем и срок освоения программы 5

1.1.8. Формы обучения 6

1.1.9. Особенности организации образовательного процесса 6

1.1.10. Режим занятий 6

1.2. Цель и задачи программы 6

1.3. Содержание программы 6

1.3.1 Учебный план 6

1.3.2. Содержание учебного плана 7

1.4. Планируемые результаты 8

Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график 10

2.2. Условия реализации программы 12

2.3. Формы аттестации 12

2.4. Оценочные материалы 12

2.5. Методические материалы 12

2.6. Список литературы 15

Приложения

Приложение 1. Календарно-тематическое планирование 16

Приложение 2. Контрольно-измерительные материалы 17

Приложение.3 Методические материалы 21

Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

1.1.1. Нормативно-правовая база

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 1 января 2026 года (редакция от 29.12.2025) (далее – ФЗ).

2. Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (редакция от 29.12.2025г.).

3. Указ Президента Российской Федерации от 09 сентября 2022 г. № 809 «Об утверждении основ по сохранению и укреплению духовно-нравственных ценностей».

4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678 – р «О Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 01.07.2025 г. №1745 – р «Изменения, которые вносятся в Концепцию дополнительного образования детей до 2030 года».

6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи». (действ. до 01.09 2032 г.).

7. 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» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»).

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

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

10. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 года № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

11. Методические рекомендации «Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы», ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания, 23.03.23»

12. Локальные акты, регламентирующие деятельность «МБУДО «ЦВР г. Челябинска».

1.1.2. Направленность программы – социально-гуманитарная.

1.1.3. Актуальность программы

Актуальность данной общеобразовательной программы не вызывает сомнения, так как в современном социуме имеют большую значимость такие понятия, как дружба, формирование психологической устойчивости и умения сказать «нет», противостоять негативным влияниям среды, формирование ответственного отношения к учебе и к своему здоровью. Большое значение имеет так же умение бесконфликтно общаться. Важно и то, что обучающиеся с помощью специальных опросников могут определить свои профессиональные приоритеты.

1.1.4. Воспитательный потенциал программы

На занятиях в рамках реализации программы оказывается существенное воспитательное воздействие на обучающегося, формируя самопознание, ценность собственной личности, инициативность и ответственность в процессе коллективной деятельности.

1.1.5. Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью является особый индивидуальный подход к каждому коллективу, так как именно коллектив является реальной микросредой, которая отражает модель отношений, существующих в обществе, и поэтому обеспечивает естественное вхождение ребенка в социум. Программа представляет собой цикл профилактических мероприятий, направленных на формирование знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию несовершеннолетнего.

1.1.6. Адресат программы

Данная программа разработана в соответствии с основным положением Федерального государственного образовательного стандарта дополнительного образования и ориентирована на подростков 12-16 лет. Для подросткового возраста (12-16 лет) характерно господство детского сообщества над взрослым. Здесь складывается новая социальная ситуация развития. Идеальная форма – то, что ребенок осваивает в этом возрасте, с чем он реально взаимодействует, — это область моральных норм, на основе которых строятся социальные взаимоотношения. Общение со своими сверстниками – ведущий тип деятельности в этом возрасте. Именно здесь осваиваются нормы социального поведения, нормы морали, здесь устанавливаются отношения равенства и уважения друг к другу. Если подросток в школе не может найти системы удовлетворяющего его общения, он часто «уходит» из школы, разумеется, чаще психологически, хотя не так уж редко и буквально. Учебная деятельность. Дети общаются, их отношения строятся на кодексе товарищества, полного доверия и стремления к абсолютному взаимопониманию. В этот период учебная деятельность для подростка отступает на задний план. Центр жизни переносится из учебной деятельности, хотя она и остается преобладающей, в деятельность общения. Главное происходит на переменках. Туда выплескивается все самое сокровенное, сверхсрочное, неотложное. Интересно складывается система отношений с педагогом: то место, которое ребенок занимает внутри коллектива, становится даже важнее оценки педагога. В общении осуществляется отношение к человеку именно как к человеку. Как раз здесь происходит усвоение моральных

норм, осваивается система моральных ценностей. Здесь идет мыслимое и воображаемое проигрывание всех самых сложных сторон будущей жизни. Эта возможность совместно – в мысли, в мечте – проработать, проиграть свои стремления, свои радости имеет важное значение для развития внутренней жизни. И это единственная деятельность, в которой будущая жизнь может быть мысленно «продействована». В переходный период происходят преобразования в самых различных сферах психики. Кардинальные изменения касаются мотивации. В содержании мотивов на первый план выступают мотивы, которые связаны с формирующимся мировоззрением, с планами будущей жизни. Структура мотивов характеризуется иерархической системой, наличием определенной системы соподчиненных различных мотивационных тенденций на основе ведущих общественно значимых и ставших ценными для личности мотивов. Что касается механизма действия мотивов, то они теперь действуют не непосредственно, а возникают на основе сознательно поставленной цели и сознательно принятого намерения. Именно в мотивационной сфере, как считала Л.И. Божович, находится главное новообразование переходного возраста. С мотивационной сферой тесно связано нравственное развитие школьника, которое существенным образом изменяется именно в переходном возрасте. Усвоение ребенком нравственного образца происходит тогда, когда он совершает реальные нравственные поступки в значимых для него ситуациях. Но усвоение этого образца не всегда проходит гладко. Совершая различные поступки, подросток больше поглощен частным содержанием своих действий. Процессы эти весьма глубинные, поэтому часто изменения, происходящие в области нравственности, остаются не замеченными ни родителями, ни учителями. Но именно в этот период существует возможность оказать нужное педагогическое влияние, потому что вследствие недостаточной обобщенности нравственного опыта нравственные убеждения ребенка находятся еще в неустойчивом состоянии. Таким образом, описанные нами возрастные особенности личности обучающихся среднего этапа обучения являются основным фактором, который должен быть принят во внимание педагога. Учитывая основные психологические новообразования среднего школьного возраста, педагог обязан также учитывать особенности проведения занятий на данном этапе и строить учебный процесс согласно формуле успешного обучения: преподавание шахматного курса должно строиться на понимании сущности обучения предмету, как процессу взаимодействия педагога и обучающихся, вовлекающему в себя стремление к соучастию, сопереживанию, совместную увлеченность коммуникационное-познавательной деятельностью. Такие условия способствуют личностно-ориентированной направленности обучения и помогают обучающемуся стать активным участником образовательного процесса.

Программа может быть реализована для детей с ОВЗ при отсутствии медицинских противопоказаний (при возможности создания условий для осуществления образовательной деятельности и возможности освоения обучающимися данной программы).

1.1.7. Объем и срок освоения программы

Объем программы-36 ч.

Срок реализации программы— 1 год.

1.1.8. Формы обучения

Очная, допускается возможность дистанционного обучения.

1.1.9. Особенности организации образовательного процесса

Форма организации образовательного процесса – групповая.

1.1.10 Режим занятий

Возрастная категория	12-16 лет
Количество раз в неделю	1
Продолжительность одного занятия (мин)	45 мин.
Количество часов в неделю	1

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы - организация системной работы по реализации мер, первичной профилактики правонарушений и асоциального поведения обучающихся и их успешной социализации и формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.

Данная цель достигается посредством решения следующих задач:

- сформировать основы нравственного самосознания личности (совести) — способности обучающегося формулировать собственные нравственные обязательства, осуществлять нравственный самоконтроль, требовать от себя выполнения моральных норм, давать нравственную оценку своим и чужим поступкам;
- формирование у обучающихся социальных компетенций, необходимых для конструктивного, успешного и ответственного поведения в обществе;
- развитие способности открыто выражать и аргументированно отстаивать свою позицию, проявлять критичность к собственным намерениям, мыслям и поступкам;
- развитие способности к самостоятельным поступкам и действиям, совершаемым на основе морального выбора, к принятию ответственности за их результаты;
- способствовать профессиональному самоопределению обучающихся;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни.

1.3 Содержание программы

1.3.1 Учебный план

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятий	Всего	теория	практика	Контроль
1.	**Вводное занятие. С чего начинается дружба**	**1**	**0,5**	**0,5**	
2.	**Социализация**	**19**		**19**	
	Все мы разные, но мы вместе	4		4	
	Я человек	4		4	

	Лидер среди нас	1		1	
	Культура общения	2		2	
	Я и закон	1		1	
	Чем живешь, молодежь	2		2	
	Кто ты	1		1	
	Ты не один – мы команда	1		1	
	Как стать успешным. Успешный человек - это	3		3	
3.	**Формирование культуры здорового образа жизни**	**12**		**12**	
	Поступки в нашей жизни	1		1	
	Как стать счастливым	2		2	
	Конфликт. Пути выхода из конфликтов	2		2	
	Сумей сказать нет	1		1	
	Свобода выбора	1		1	
	Кибербезопасность	1		1	
	Буллинг-справимся вместе	1		1	
	Волевая сфера личности	1		1	
	Посеешь поступок- пожнешь привычку	1		1	
	Путешествие в страну здоровья	1		1	
4.	**Профориентация**	**3**		**3**	
	Я и мир профессий	1		1	
	Остров профессий	2		2	
	Лучший по профессии	1		1	
5.	**Итоговое занятие**	**1**		**1**	
ИТОГО		**36**	0,5	35,5	

1.3.2 Содержание учебного плана

1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ. Теория: инструктаж по технике безопасности. Формирование у обучающихся знаний о дружбе, сотрудничестве.

2. СОЦИАЛИЗАЦИЯ: Все мы разные, но мы вместе: игра на формирование понятий дружба и социальное давление, развитие навыков здорового общения.

Я человек: игра на формирование осознанного отношения к своим поступкам, коррекция антисоциального поведения подростка в обществе.

Лидер среди нас: игра на сформировать у обучающихся ценностные ориентации здорового образа жизни и развивать социальные навыки (умение работать в группе, умение выполнять роли лидера, умение пойти на компромисс.

Культура общения: Беседа о доброжелательном отношении к окружающим, стремление к взаимопомощи, сотрудничеству.

Я и закон: мозговой штурм на знание подростками прав и законов уголовной и административной ответственности.

Чем живешь, молодежь: тренинг на формирование у обучающихся определенных свойств личности и черт характера (патриотизм, ответственность, миролюбие, взаимовыручка и т.д.).

Кто ты? деловая игра, направленная на построение индивидуальной траектории и профориентации обучающихся;

Ты не один – мы команда: игры на сплочение, развитие коммуникативных способностей.

Как стать успешным: тренинг о развитии социальной и личностной критичности, умение соотносить свою деятельность со своими жизненными целями.

3. ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ: мероприятия, направленные на формирование у подростков позитивной нравственной оценки личности, самоуважения и жизненного оптимизма. Развитие трудолюбия, способности к преодолению трудностей, целеустремленности и настойчивости к достижению результатов. Осознание подростком ценности человеческой жизни, формирование умения противостоять в пределах своих возможности действиям и влиянием, представляющим угрозу для жизни, физического и нравственного здоровья, духовной безопасности личности. Формирование экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни.

4. ПРОФОРИЕНТАЦИЯ: мероприятия направлены на подготовку обучающихся к обоснованному, осознанному и самостоятельному выбору будущей сферы деятельности в соответствии со своими возможностями, способностями и с учетом требований рынка труда, развитие у обучающихся профессионально важных компетенций, необходимых для дальнейшего развития конкурентоспособности и профессиональной мобильности личности в современных условиях, общее знакомство обучающихся с профессиональными образовательными организациями, знакомство с профессиями, востребованными на региональном рынке труда профессий, знакомство с системой профессионального обучения региона, демонстрация примеров конкретных профессиональных образовательных организаций, выпускники которых востребованы на рынке труда нашего региона, получение непротиворечивых данных о предпочтениях, склонностях и возможностях обучающихся; диагностика по методикам профориентации — тест Климова и тест Голланда. Первый определяет наиболее подходящую профессиональную сферу, а второй — тип личности человека и вид деятельности, к которой он расположен.

1.4. Планируемый результат

- формирование основ нравственного самосознания личности (совести) — способности обучающегося формулировать собственные нравственные обязательства, осуществлять нравственный самоконтроль, требовать от себя выполнения моральных норм, давать нравственную оценку своим и чужим поступкам;

- формирование у обучающихся социальных компетенций, необходимых для конструктивного, успешного и ответственного поведения в обществе;

- развитие способности открыто выражать и аргументированно отстаивать свою позицию, проявлять критичность к собственным намерениям, мыслям и поступкам;

- развитие способности к самостоятельным поступкам и действиям, совершаемым на основе морального выбора, к принятию ответственности за их результаты;

- профессиональное самоопределение обучающегося;

- потребность обучающихся в здоровом образе жизни

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»
2.1 Календарный учебный график
дополнительной общеобразовательной программы «Стратегия успеха»
I полугодие 2026-2027 уч. г.

Месяц		Сентябрь				Октябрь					Ноябрь				Декабрь					Январь
Недели обучения		**03-06**	**07-13**	**14-20**	**21-27**	**28-04**	**05-11**	**12-18**	**19-25**	**26-01**	**02-08**	**09-15**	**16-22**	**23-29**	**30-06**	**07-13**	**14-20**	**21-27**	**28-30**	**31-10**
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
Группа 1.1	Контроль		входной контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	**Каникулы**
	Практика		0,5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	Теория		0,5																	

Календарный учебный график
дополнительной общеобразовательной программы «Стратегия успеха»
II полугодие 2026-2027 учебный год

Месяц		Январь			Февраль				Март					Апрель				Май				Июнь	Июль	Август	Всего учебных недель	Всего часов по ОП
Недели обучения		**11-17**	**18-24**	**25-31**	**01-07**	**08-14**	**15-21**	**22-28**	**01-07**	**08-14**	**15-21**	**22-28**	**29-04**	**05-11**	**12-18**	**19-25**	**26-02**	**03-09**	**10-16**	**17-23**	**24-30**	**31-30**	**01-31**	**01-31**		
		20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	44	48	53	**53**	
Группа 1.1	Контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	текущий контроль	**Каникулы**					
	Практика	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1						
	Теория																									

2.2. Условия реализации программы

Для реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы необходимо:

Материально-техническое обеспечение программы:

-кабинет с партами и стульями (не менее 10 стульев);

- стол педагога, стенды, магнитная доска;
- ноутбук;
- ручки, карандаши, ластики;
- наглядный материал

Кадровое обеспечение реализации программы. Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий соответствующую квалификацию.

2.3. Форма аттестации

В качестве основных форм входного и текущего контроля используются: беседа, участие обучающегося в обсуждении, тестирование, проводимых внутри объединения.

Промежуточная аттестация не предусмотрена.

2.4. Оценочные материалы

Методика Ч.Д. Спилбергерана выявление личностной и ситуативной тревожности (адаптирована на русский язык Ю.Л.Ханиным) Большинство из известных методов измерения тревожности позволяет оценивать личностную тревожность, либо само наличие состояние тревожности. Единственной методикой, позволяющей дифференцированно измерять тревожность и как личное свойство, и как состояние, является методика, предложенная Ч.Д. Спилбергером и адаптированная на русском языке Ю.Л. Ханиным. Бланк шкал самооценки Спилбергера включает в себя 40 вопросов – рассуждений, 20 из которых предназначены для оценки уровня ситуативной и 20 – для оценки личностной тревожности.

Тестирование по методике Спилбергера - Ханина проводится с применением двух бланков: один бланк для измерения показателей ситуативной тревожности, а второй – для измерения уровня личностной тревожности.

Исследование может проводиться индивидуально или в группе.

В качестве основных форм контроля используются: беседа, участие обучающегося в обсуждении, тестирование, проводимых внутри объединения.

2.5. Методические материалы

Для обеспечения успешного освоения материала и развития необходимых умений и навыков используются следующие методы обучения:

По способу формирования знаний, умений, навыков:

– словесные: объяснение, беседа, комментарий.

– наглядные: видео материалы.

– практические: упражнение, практические задания;

– соревновательный метод способствуют воспитанию бойцовских качеств, способности быстро решать поставленные задачи, умения выбирать оптимальный вариант действий, тактических способностей, умения терпеть.

По характеру познавательной деятельности обучающихся

– объяснительно-иллюстративный,

– репродуктивный;

– игровой;

– повторного выполнения.

Основные методы воспитания, применяемые в образовательном процессе:

– убеждение;

– пример;

– поощрение;

– стимулирование;

– упражнение;

– мотивация.

Формы организации образовательного процесса: групповая Формы организации учебного занятия:

– открытое занятие;

– беседа;

– практическое занятие; – соревнования.

Реализация программы предусматривает использование в образовательном процессе следующих педагогических технологий:

– технология дифференцированного обучения;

– технология игровой деятельности;

– здоровьесберегающая технология.

Образовательная технология – это процессная система совместной деятельности учащихся и педагога по проектированию (планированию), организации, ориентированию и корректированию образовательного процесса с целью достижения конкретного результата при обеспечении комфортных условий участникам. Для реализации познавательной активности ребёнка в учебном процессе используются современные образовательные технологии, дающие возможность повышать качество образования, более эффективно использовать учебное время и снижать долю репродуктивной деятельности учащихся.

Дифференцированное обучение предполагает разделение на группы по одному из критериев: – по уровню физического развития; – по темпераменту. Использование данной технологии способствует: – созданию оптимальных условий для развития ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями; – повышению качества учебного процесса; – устранению перегрузки учащихся во время занятий; – выявлению одаренных учеников; – созданию ситуации успеха для учащихся разных уровней.

Технология игровой деятельности – это вид организации процесса обучения, представленный различными увлекательными играми, взаимодействием педагога и учеников посредством воплощения некоторого сюжета (например, игры). Использование игровых технологий в образовании способствует расширению кругозора учащихся, развитию познавательной активности, формированию раз-

нообразных умений и навыков практической деятельности, а также является эффективным средством мотивации и стимулирования учащихся на обучение, так как создается благоприятная и радостная атмосфера.

Здоровьесберегающая технология. Цель здоровьесберегающей образовательной технологии обучения – обеспечить обучающемуся возможность сохранения здоровья за период обучения, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки здорового образа жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

2.6. Список литературы

1. Батаршев А.В. Базовые психологические свойства и самоопределение личности: Практическое руководство по психологической диагностике. — СПб.: Речь, 2005. С.44 − 49.

2. Диагностики эмоционально-нравственного развития / Ред. и сост. И.Б.Дерманова. — СПб.: Издательство «Речь», 2002. С.124 − 126.

3. Практикум по психологии состояний: Учебное пособие / Под ред. проф. О.А. Прохорова. – СПб: Речь, 2004. С.121 − 122.

4. Психодиагностика школьников: тексты, тесты, пояснения / Автор-составитель Г.И.Колесникова. – Ростов н/Д: Феникс, 2009. – С.222 − 225 – (Библиотека школьника).

5. http://psylab.info/Шкала_тревоги_Спилбергера - Энциклопедия психодиагностики.

Приложение 1

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов
1.		С чего начинается дружба. Инструктаж по технике безопасности	1
2.		Все мы разные, но мы вместе	1
3.		Я человек	1
4.		Лидер среди нас	1
5.		Культура общения	1
6.		Я и закон	1
7.		Я и мир профессий	1
8.		Я человек	1
9.		Поступки в нашей жизни	1
10.		Как стать счастливым	1
11.		Чем живешь, молодежь	1
12.		Конфликт. Пути выхода из конфликтов	1
13.		Сумей сказать нет	1
14.		Я человек	1
15.		Кто ты	1
16.		Чем живешь, молодежь	1
17.		Ты не один - мы команда	1
18.		Остров профессий	1
19.		Свобода выбора	1
20.		Кибербезопасность	1
21.		Буллинг-справимся вместе	1
22.		Все мы разные, но мы вместе	1
23.		Волевая сфера личности	1
24.		Остров профессий	1
25.		Посеешь поступок- пожнешь привычку	1
26.		Конфликт. Пути выхода из конфликтов	1
27.		Как стать успешным	1
28.		Все мы разные, но мы вместе	1
29.		Как стать счастливым	1
30.		Путешествие в страну здоровья	1
31.		Я человек	1
32.		Культура общения	1
33.		Как стать успешным	1
34.		Лучший по профессии	1
35.		Успешный человек-это	1
36.		Все мы разные, но мы вместе	1

Приложение 2

Контрольно-измерительные материалы

1. Методика Ч.Д. Спилбергера на выявление личностной и ситуативной тревожности (адаптирована на русский язык Ю.Л.Ханиным)

Большинство из известных методов измерения тревожности позволяет оценивать личностную тревожность, либо само наличие состояние тревожности. Единственной методикой, позволяющей дифференцированно измерять тревожность и как личное свойство, и как состояние, является методика, предложенная Ч.Д. Спилбергером и адаптированная на русском языке Ю.Л. Ханиным. Бланк шкал самооценки Спилбергера включает в себя 40 вопросов – рассуждений, 20 из которых предназначены для оценки уровня ситуативной и 20 – для оценки личностной тревожности.

Тестирование по методике Спилбергера - Ханина проводится с применением двух бланков: один бланк для измерения показателей ситуативной тревожности, а второй – для измерения уровня личностной тревожности.

Исследование может проводиться индивидуально или в группе.

Инструкция: прочитайте каждое из приведённый предложений и зачеркните цифру в соответствующей графе справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете в данный момент. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных и неправильных ответов нет.

Бланк 1. Шкала ситуативной тревожности (СТ)

№	Суждение	Нет, это не так	Пожалуй, так	Верно	Совершенно верно
1	Я спокоен	1	2	3	4
2	Мне ничто не угрожает	1	2	3	4
3	Я нахожусь в напряжении	1	2	3	4
4	Я внутренне скован	1	2	3	4
5	Я чувствую себя свободно	1	2	3	4
6	Я расстроен	1	2	3	4
7	Меня волнуют возможные неудачи	1	2	3	4
8	Я ощущаю душевный покой	1	2	3	4
9	Я встревожен	1	2	3	4
10	Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения	1	2	3	4
11	Я уверен в себе	1	2	3	4
12	Я нервничаю	1	2	3	4
13	Я не нахожу себе места	1	2	3	4
14	Я взвинчен	1	2	3	4
15	Я не чувствую скованности, напряжённости	1	2	3	4
16	Я доволен	1	2	3	4

17	Я озабочен	1	2	3	4
18	Я слишком возбуждён, и мне не по себе	1	2	3	4
19	Мне радостно	1	2	3	4
20	Мне приятно	1	2	3	4

Бланк 2. Шкала личностной тревожности (ЛТ)

№	Суждение	Никогда	Почти никогда	Часто	Почти всегда
1	У меня бывает приподнятое настроение	1	2	3	4
2	Я бываю раздражительным	1	2	3	4
3	Я легко могу расстроиться	1	2	3	4
4	Я хотел бы быть таким же удачливым, как и другие	1	2	3	4
5	Я сильно переживаю неприятности и долго не могу о них забыть	1	2	3	4
6	Я чувствую прилив сил, желание работать	1	2	3	4
7	Я спокоен, хладнокровен и собран	1	2	3	4
8	Меня тревожат возможные трудности	1	2	3	4
9	Я слишком переживаю из-за пустяков	1	2	3	4
10	Я бываю вполне счастлив	1	2	3	4
11	Я всё принимаю близко к сердцу	1	2	3	4
12	Мне не хватает уверенности в себе	1	2	3	4
13	Я чувствую себя беззащитным	1	2	3	4
14	Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей	1	2	3	4
15	У меня бывает хандра	1	2	3	4
16	Я бываю доволен	1	2	3	4
17	Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня	1	2	3	4
18	Бывает, что я чувствую себя неудачником	1	2	3	4
19	Я уравновешенный человек	1	2	3	4

20	Меня охватывает беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах	1	2	3	4

Ключ

Ситуативная тревожность					**Личностная тревожность**				
СТ	**Ответы**				**ЛТ**	**Ответы**			
№	**1**	**2**	**3**	**4**	**№**	**1**	**2**	**3**	**4**
1	4	3	2	1	**1**	4	3	2	1
2	4	3	2	1	**2**	1	2	3	4
3	1	2	3	4	**3**	1	2	3	4
4	1	2	3	4	**4**	1	2	3	4
5	4	3	2	1	**5**	1	2	3	4
6	1	2	3	4	**6**	4	3	2	1
7	1	2	3	4	**7**	4	3	2	1
8	4	3	2	1	**8**	1	2	3	4
9	1	2	3	4	**9**	1	2	3	4
10	4	3	2	1	**10**	4	3	2	1
11	4	3	2	1	**11**	1	2	3	4
12	1	2	3	4	**12**	1	2	3	4
13	1	2	3	4	**13**	1	2	3	4
14	1	2	3	4	**14**	1	2	3	4
15	4	3	2	1	**15**	1	2	3	4
16	4	3	2	1	**16**	4	3	2	1
17	1	2	3	4	**17**	1	2	3	4
18	1	2	3	4	**18**	1	2	3	4
19	4	3	2	1	**19**	4	3	2	1
20	4	3	2	1	**20**	1	2	3	4

Интерпретация результатов

При анализе результатов надо иметь в виду, что общий итоговый показатель по каждой из-под шкал может находиться в диапазоне от 20 до 80 баллов. При этом, чем выше итоговый показатель, тем выше уровень тревожности (ситуативной или личностной).

При интерпретации показателей можно использовать следующие ориентировочные оценки тревожности:

− до 30 баллов – низкая,

− 31 – 44 балла – умеренная; − 45 и более - высокая.

Личности, относимые к категории высоко тревожных, склонны

воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать весьма выраженным состоянием тревожности. Если психологический тест выражает у испытуемого высокий показатель личностной тревожности, то это дает основание предполагать у него появление состояния тревожности в разнообразных ситуациях, особенно когда они касаются оценки его компетенции и престижа.

Лицам с высокой оценкой тревожности следует формировать чувство уверенности и успеха. Им необходимо смещать акцент с внешней требовательности, категоричности, высокой значимости в постановке задач на содержательное осмысление деятельности и конкретное планирование по подзадачам.

Для низкотревожных людей, напротив, требуется пробуждение активности, подчеркивание мотивационных компонентов деятельности, возбуждение заинтересованности, высвечивание чувства ответственности в решении тех или иных задач.

Состояние реактивной (ситуационной) тревоги возникает при попадании в стрессовую ситуацию и характеризуется субъективным дискомфортом, напряженностью, беспокойством и вегетативным возбуждением. Естественно, это состояние отличается неустойчивостью во времени и различной интенсивностью в зависимости от силы воздействия стрессовой ситуации. Таким образом, значение итогового показателя по данной по шкале позволяет оценить не только уровень актуальной тревоги испытуемого, но и определить, находится ли он под воздействием стрессовой ситуации и какова интенсивность этого воздействия на него.

Личностная тревожность представляет собой конституциональную черту, обусловливающую склонность воспринимать угрозу в широком диапазоне ситуаций. При высокой личностной тревожности каждая из этих ситуаций будет обладать стрессовым воздействием на субъект и вызывать у него выраженную тревогу. Очень высокая личностная тревожность прямо коррелирует с наличием невротического конфликта, с эмоциональными и невротическими срывами и психосоматическими заболеваниями.

Сопоставление результатов по обеим по шкалам дает возможность оценить индивидуальную значимость стрессовой ситуации для испытуемого. Шкала Спилбергера в силу своей относительной простоты и эффективности широко применяется в клинике с различными целями: определение выраженности тревожных переживаний, оценка состояния в динамике и др.

Приложение 3

Методические материалы

Конспект занятия
Тема: «С чего начинается дружба»

Вид занятия: профилактическое.
Цель: формирование у обучающихся знаний о дружбе
Задачи:
Образовательные: 1. Развить потребность обучающихся в дружбе и способность к дружескому общению.
2. Развить навыков здорового общения.
3. Формировать адекватную самооценку; ***Воспитательные:***
1. Воспитывать доброжелательное отношение к окружающим, стремление к взаимопомощи, сотрудничеству.
2. Создание представлений о нравственных основах дружбы.
Развивающие:
1. Развивать способность понимать эмоциональное состояние другого человека и адекватно выражать свое.
2. Развивать коммуникативные навыки и умения.
Методы и приемы:
1. Словесный; 2. Игровой;
3. Наглядный; 4. Практический.

Условия проведения: пространство для свободного перемещения участников.
Методическое обеспечение: видеозапись о дружбе «День и ночь», клубок ниток, экран, проектор, компьютер, листы бумаги, карандаши.
Время на занятие и на обсуждение: 45мин в зависимости от уровня сплоченности коллектива, уровня личностной зрелости каждого обучающегося. Обсуждение 5-7 минут.
Участники:
Возраст – 12-15 лет (6-9 классы).
Размер группы – группа до 20 человек.
Ведущий – психолог, социальный педагог.
Комментарии
Данный вид развивающей работы может быть использован в рамках психолого-педагогической поддержки доброжелательной атмосферы в коллективе. В результате занятия участники понимают, что необходимо выстраивать отношения не только с друзьями, но и окружающими тебя людьми.
Ход занятия:
Для начала давайте поиграем в игру: «А я считаю так…» Я буду называть некоторые утверждения. Если вы согласны, смотрите на меня. Если нет, поворачиваетесь ко мне спиной. (Можно хлопать в ладоши). ***Игра «А я считаю так…»***
- Весна лучше осени.

- Самый классный мультик – «Ну-погоди!»
- Самый классный мультфильм «Трансформеры»
- Самый важный предмет – математика.
- Самое лучшее время года – это лето.
- Самое прекрасное домашнее животное – кошка.
- Самая классная музыка – рок-н-ролл.
- Война – это всегда плохо.
- Изучать иностранный язык легче, чем физику.
- Кататься на коньках лучше, чем на лыжах.
- Не иметь высшего образования - стыдно.
- Худой мир лучше доброй ссоры
- Самая классная музыка – хип-хоп.
- Кока-кола вкуснее фанты.
- Заниматься рыбалкой – старомодно.
- Играть в компьютерные игры веселее, чем смотреть телевизор.
- Гулять с друзьями интереснее, чем лежать на диване дома.
- Лучше, чтобы уроки были короче, но их было бы больше.
- Лучше пробежать дистанцию, чем съесть фаст-фуд.
- Ссориться – это всегда плохо. • Гнев – плохой советчик.

Обсуждение: Какой вывод можно сделать? (*Ответы*) Все мы разные.

Мы живем и каждый день общаемся с теми или иными людьми. Общаясь друг с другом, мы можем раскрыть себя или в худшую, или в лучшую сторону. Через общение с людьми происходит извлечение нераскрытых сил человека. Общение с людьми обогащает, раскрывает свои ценности, человек обогащается сам и тем самым обогащает других.

Так, о чем же сегодня мы с вами поговорим? Кто догадался? *Ответы обучающихся….*

Да, поговорим мы с вами сегодня о дружбе. Скажите, а с чего начинается дружба? *(Ответы детей)*

Как говорится в песне «Дружба начинается с улыбки». Давайте по цепочки повернемся друг к другу, скажем что-нибудь приятное и искренне улыбнемся. Молодцы. Было сложно? Зато смотрите, как разрядилась атмосфера в кабинете, мне кажется, стало даже светлее от ваших улыбок.

Что же такое дружба? *(Ответы детей)*

Педагог: Что такое дружба?

«Дружба» (словарь) – это близкие отношения, основанные на взаимном доверии, привязанности, общности интересов.

«Дружба» (словарь) – отношение самоценное, само по себе являющееся благом, так как друзья помогают друг другу бескорыстно.

«Дружба» (словарь) – индивидуально-избирательна и основана на взаимной симпатии.

Известно, что друзья могут быть постоянные или временные.

Как мы называем временных друзей - приятелями.

Вопросы:

Чем приятели отличаются от друзей?

Сколько у человека может быть настоящих друзей?

Педагог: Проведённые социологические исследования показали, что люди, которые утверждали, что имеют много друзей, в сложной, критической ситуации оставались либо сами с собой, либо с близкими родственниками. А люди, которые утверждали, что друзей у них мало (1-3 человека) всегда находили у них поддержку и понимание. Таким образом, можно сказать, что настоящих друзей всегда не так много. Но у любого человека обязательно должны быть не только друзья, но и приятели.

Упражнение: «Почему мы дружим»

Встаньте те, кто живет в Челябинске

Сделайте шаг вперед те, кто ходил в садик в одну группу

Сделайте шаг вперед те, кто учится в этом классе с первого класса

Сделайте шаг вперед те, кто живет рядом со школой

Сделайте шаг вперед те, кому нравится учится именно в этом классе

Сделайте шаг вперед те, кому вообще нравится учится

Сделайте шаг влево вперед те, кто занимается спортом

Сделайте шаг вправо вперед те, кто любит заниматься творчеством (петь, танцевать, рукодельничать)

Сделайте шаг назад те, кто увлечен компьютерными играми

Сделайте шаг вправо вперед те, кто любит гулять

Сделайте шаг влево вперед те, кто любит сидеть дома и чем-нибудь заниматься

Сделайте шаг вперед те, кто любит дарить подарки

Сделайте шаг назад те, кто любит получать подарки

Сделайте шаг вперед те, кто любит животных

Сделайте шаг влево вперед те, кто любит собак

Сделайте шаг вправо вперед те, кто любит кошек

Сделайте шаг вперед те, кто определился в выборе профессии

Сделайте шаг вперед те, кто хочет уехать после окончания школы или института в другой город, страну

Сделайте шаг вперед те, кто считает, что у него есть настоящий друг

Сделайте шаг вперед те, кто считает, что можно пожертвовать своими интересами ради друга

Обсуждение: Зафиксируйтесь, посмотрите, где вы оказались, кто рядом с вами. А теперь поднимите руки те, у кого в этом классе есть друзья. Где они находятся, посмотрите. Поднимите руки – друзья. Обратите внимание, на каком расстоянии вы друг от друга. Почему так получилось? (*Ответы детей*). А теперь посмотрите с кем вы рядом. Эти ребята являются вашими друзьями, или они просто приятели? Почему так произошло? (*Ответы детей*).

Так, что же нужно для того, чтобы люди стали друзьями?

Сколько общих интересов между ними должно быть?

И должны ли вообще быть?

Педагог: Дружеские отношения существуют в самых разных формах. Иногда друзья общаются по нескольку раз в день. Бывают случаи, что друзья

общаются даже не каждый год. Но главное, что объединяет друзей - это интерес к жизни друг друга, взаимная забота и помощь.

Просмотр видеоролика «День и ночь»
Обсуждение:
Много ли общего у дня и ночи?
Как часто они общались?
Что помогло им наладить дружеские отношения?

Педагог: Каждый человек неповторим и уникален. Невозможно найти точную копию самого себя или воплощение своего идеала. Поэтому в дружбе неизбежно недопонимание, а иногда и конфликты. Но их количество значительно снизится, если предъявлять больше требований к себе, а не к другу. Друг – он такой, какой есть, и не в нашей власти «подогнать» его под свои стандарты *Упражнение: «Паутина».*

Все участники встают в круг. Ведущий берет клубок ниток, оставляет конец себе и бросает клубок кому-либо со словами добрых пожеланий. Следующий участник бросает другому, говоря при этом хорошие пожелания и т. д.

Ведущий: Смотрите, какая у нас получилась паутина, хотя вы бросали клубок тому, кому хотели, в итоге получилось, что все мы с вами тесно связаны и зависим друг от друга, потому, что, если сейчас кто-нибудь отпустит свою ниточку, вся наша паутинка расползется. Так и в жизни есть люди с кем мы хотим общаться, то есть наши друзья, но также нас окружают люди, с кем нам приходится общаться, и наша жизнь будет легче и плодотворней, если мы сумеем выстраивать отношения и с теми, и с другими.

Рефлексия:

Обучающиеся высказываются на тему:

- Что нового произошло за время занятия?
- Что удивило, оказалось неожиданным?