

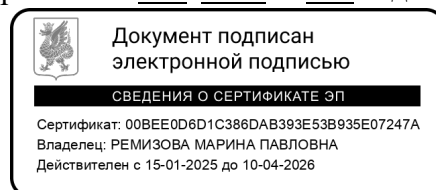
**Управление образования  
Исполнительного комитета муниципального образования города Казани**

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр внешкольной работы» Приволжского района города Казани**

Принята  
педагогическим советом  
МБУДО «Центр внешкольной работы»  
Приволжского района г.Казани  
Протокол от «01» 09 20 25 года № 1

«Утверждаю»  
Директор МБУДО «Центр внешкольной  
работы» Приволжского района г.Казани

\_\_\_\_\_  
М.П.Ремизова  
Приказ от «01» 09 20 25 года № 162



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«Я ПОЗНАЮ СЕБЯ»**

Направленность: социально-гуманитарная  
Уровень: базовый  
Срок реализации: 4 года  
Возраст обучающихся: 7-11 лет

**Автор-составитель:**  
Бикбова Луиза Ринатовна  
педагог дополнительного образования

## Информационная карта образовательной программы

1.	Учреждение	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр внешкольной работы» Приволжского района города Казани
2.	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Я познаю себя»
3.	Направленность программы	Социально-гуманитарная
4.	Сведения о разработчиках:	
4.1.	ФИО, должность	Бикбова Л.Р., педагог дополнительного образования.
5.	Сведения о программе:	
5.1.	Срок реализации	4 года
5.2.	Возраст обучающихся	7-11 лет
5.3.	Характеристика программы: - тип программы  - вид программы - форма	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа.
5.4.	Цель программы	формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни на основе их активного взаимодействия и сотрудничества.
6.	Формы и методы образовательной деятельности	<p>Формы работы: беседа, практическое занятие, работа в группах, звеньях и индивидуально, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным.</p> <p>Методы и приемы: Объяснительно-иллюстративные (методы обучения, при использовании которых, обучающиеся воспринимают и усваивают готовую информацию); Репродуктивные методы обучения (обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности); Частично-поисковые методы обучения (участие обучающихся в коллективном поиске, решение поставленной задачи</p>

		совместно с педагогом); Исследовательские методы обучения (овладение обучающимися методам научного познания, самостоятельной творческой работы
7.	Формы мониторинга результативности	опрос; контрольное занятие; самостоятельная работа; тестирование; анкетирование; итоговые занятия.
8.	Результативность реализации программы	<p>В конце обучения учащиеся будут <b>знать</b>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- о своём физическом развитии, индивидуальных особенностях характера и темперамента.</li> <li>- первичные представления о психоэмоциональных состояниях, самооценке и её влиянии на поведение.</li> <li>- Правила эффективного общения, вежливое обращение и проявление уважения к другим людям.</li> <li>- Основные правила поведения в обществе;</li> <li>- Нормы этикета и элементарные нормы морали.</li> <li>- Основы безопасного поведения дома, на улице и в общественных местах.</li> </ul> <p><b>уметь</b>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- работать планировать учебные действия;</li> <li>- слушать собеседника, договариваться о совместной деятельности, способен оценивать собственное поведение)</li> <li>- взаимодействовать друг с другом, понимать чужие точки зрения, договариваться и разрешать конфликты мирным путём. Осознавать собственные чувства, эмоций и переживаний.</li> <li>- рефлексировать и анализировать своё поведение и поступки.</li> </ul> <p><b>владеть</b>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-навыком понимания социальных ролей;</li> <li>- простыми способами разрешения межличностных разногласий (переговоры, компромисс, уступчивость).</li> <li>- доступными техниками восстановления</li> </ul>

		душевного комфорта (дыхательные упражнения, рисование, спорт).
9.	Дата создания программы	2021 год
	Дата последней корректировки программы	2024 год
10.	Рецензенты	1. Директор «ЦВР» Приволжского района г.Казани Ремизова М.П. 2. заместитель директора по УВР Герасимова Н.В.,

## ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка.....	6
Направленность программы.....	6
Нормативно-правовое обеспечение программы.....	6
Актуальность.....	7
Отличительные особенности программы.....	7
Цели и задачи образовательной программы.....	7
Адресат программы.....	8
Срок освоения программы и режим занятий.....	8
Формы организации образовательного процесса.....	8
2. Учебно-тематический план на 1 год обучения.....	9
3. Содержание разделов и тем на 1 год обучения.....	9
4. Учебно-тематический план на 2 год обучения.....	21
5. Содержание разделов и тем на 2 год обучения.....	22
6. Учебно-тематический план на 3 год обучения.....	33
7. Содержание разделов и тем на 3 год обучения.....	34
8. Учебно-тематический план на 4 год обучения.....	44
9. Содержание разделов и тем на 4 год обучения.....	45
10. Организационно-педагогические условия реализации .....	54
11. Планируемые результаты.....	54
12. Формы аттестации/контроля.....	55
13. Оценочные материалы.....	55
14. Список литературы.....	57
Приложения.....	59

## **Пояснительная записка**

В настоящее время проблема формирования психологически здоровой личности в условиях обучения в общеобразовательной школе является очень актуальной, т.к. учебные нагрузки, несоответствие между внешними требованиями и психофизиологическими возможностями учащихся, слабая функциональная готовность к школе, отсутствие учебной мотивации приводят к тому, что школа для многих детей становится источником стресса. В особой ситуации риска находятся младшие школьники, поскольку именно им необходимо быстро адаптироваться к непростым условиям школьной жизни при физиологической незрелости организма.

В основе программы «Я познаю себя» лежит использование групповой творческой деятельности детей в свободное от уроков время.

Программа включает задания разных типов, среди которых важное место отводится развитию личностных качеств ученика, его духовного мира – основам успешной коммуникации в социуме. Что бы дети ни делали, критерием успешности работы является их умение договориться между собой, слаженно и дружно работать для достижения общей цели.

Направленность программы: социально – гуманитарная.

### **Нормативно-правовое обеспечение программы**

При разработке программы были использованы следующие нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31.07.2020 года №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 3.09.2018 №10;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 года №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28;

- Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 года №ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций»);
- Методические рекомендации по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ (Письмо Министерства образования и науки Республики Татарстан от 07.03.2023 года №2749/23 «О направлении методических рекомендаций»);
- Устав МБУДО «Центр внешкольной работы» Приволжского района г.Казани;
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей (адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей) и рабочей программах, индивидуальном образовательном маршруте.

### **Актуальность программы**

Для современной России очень важно, чтобы новое поколение её граждан выросло людьми, лишёнными национальных, религиозных, расовых, классовых предрассудков, умеющими эффективно сотрудничать при решении сложных жизненных проблем. Эта задача и решается образовательной программой «Я познаю себя».

В условиях разрушения социальных связей, обесценивания живого человеческого общения в связи с ростом популярности гаджетов, важная роль в обучении должна отводиться уметь детей находить друг к другу подход, вступать в коммуникацию.

### **Педагогическая целесообразность**

Образовательная программа «Я познаю себя» разработана с учетом психолого-возрастных особенностей обучающихся. Главный упор делается на формирование и становление навыков общения каждого ребенка, на умение ребенка работать в команде и коллективе.

### **Новизна и отличительные особенности данной программы от уже существующих программ**

Формирование нравственных ориентиров и ценностей, воспитание толерантности и уважения к разнообразию культур способствует формированию гармоничной личности, способной конструктивно строить отношения в обществе.

### **Цель программы**

- формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни на основе их активного взаимодействия и сотрудничества.

## **Задачи**

### **Обучающие:**

- обучить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека
- расширение пассивного и активного словаря обучающихся.

### **Развивающие:**

- развить социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
- сформировать адекватную обстановку в отношении школьных трудностей - установку преодоления

### **Воспитательные:**

- мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей, пробуждение интереса к внутреннему миру другого человека
- повысить уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения, формирование терпимости к мнению собеседника
- скорректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.

Реализация данной программы позволяет создать безопасную среду, обеспечивающую активизацию интеллектуальных, творческих интересов воспитанников.

Основными формами организации работы является работа в группах, звеньях и индивидуально, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным.

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности обучающихся:

- объяснительно-иллюстративные (методы обучения, при использовании которых, обучающиеся воспринимают и усваивают готовую информацию);
- репродуктивные методы обучения (обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности);
- частично-поисковые методы обучения (участие обучающихся в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом);
- исследовательские методы обучения (овладение обучающимися методам научного познания, самостоятельной творческой работы)

**Возраст детей:** 7-11 лет.

**Срок реализации программы:** 4 года, 144 часа за год обучения,

**Форма организации занятий:** групповая, индивидуальная, самостоятельная, практические занятия тренировочного характера.;

**Форма проведения занятий:** урок-практикум, создание проекта, творческая мастерская, урок-семинар, урок-игра, лекция, беседа;

**Наполняемость групп:** 15 человек;

**Режим занятий:** 2 раза в неделю по 2 часа;

## УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН

### на 1 год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Форма контроля
		общее кол-во часов	теория	практика	
<b>1.Инвариантный модуль</b>					
1.1	Вводное занятие	2	2	-	Опрос, беседа. Наблюдение.
1.2	Знакомимся с собой	42	18	24	Педагогическое наблюдение.
1.3	Разбираемся в эмоциях и чувствах	22	11	11	Педагогическое наблюдение.
1.4	Учимся общаться	24	12	12	Педагогическое наблюдение.
1.5	Мир профессий и талантов	20	8	12	Педагогическое наблюдение.
1.6	Итоговое занятие	2	-	2	Мониторинг образовательных результатов обучающихся. Наблюдение.
<b>2.Вариативный модуль</b>					
2.1.	Коммуникативные навыки	18	9	9	Педагогическое наблюдение.
2.2.	Творческое развитие				Педагогическое наблюдение.
3	Воспитательный модуль	10	5	5	Педагогическое наблюдение.
4	Каникулярный модуль	4	-	4	Проверка практической работы
	Итого:	144	65	79	

### Содержание программы на 1 год обучения

#### 1. Инвариантный модуль

##### 1.1. Вводное занятие.

Теория. Учебная программа и режим работы, задачи на учебный год, организационные вопросы, правила безопасности.

Практика: Знакомство. Беседа.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

## **1.2. Знакомимся с собой**

### **1.2.1. Темперамент**

*Теория:* Лекция (тесты Айзенка, Стреляу, тест формула).

*Практика:* Тест (по знаниям), сказка на темперамент.

### **1.2.2. Темперамент (продолжение)**

*Теория:* Лекция (тесты Айзенка, Стреляу, тест формула).

*Практика:* Тест (по знаниям), сказка на темперамент.

### **1.2.3. Характер**

*Теория:* Что такое характер

*Практика:* (тест на выявление характера, Винни Пух).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.4. Характер (продолжение)**

*Практика:* (тест на выявление характера, Винни Пух). Тренинг (Деревья и характера из волшебного леса). Тренировка тестов самостоятельно.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.5. Обобщение. Темперамент и характер**

*Практика:* Упражнение «Давай познакомимся!»

Дети работают парами. Один рассказывает другому о себе, подчёркивая положительные стороны своего характера и умения контролировать проявления темперамента. Затем партнёры меняются ролями.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.6. Обобщение. Темперамент и характер (продолжение)**

*Практика:* Игра «Угадай героя»

Детям предлагаются карточки с описаниями известных сказочных персонажей («Колобок», «Маша и Медведь», «Чебурашка»). Нужно определить тип темперамента каждого персонажа и обсудить, почему именно этот персонаж соответствует выбранному типу.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.7. Память**

*Теория:* Виды памяти с методикой. Лекция, просмотр видео.

*Практика:* Упражнения на зрительную и слуховую память.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.8. Память (продолжение)**

*Практика:* Упражнение «Запоминание картинок»: Детям показывают ряд изображений животных, игрушек или фруктов. Затем картинки переворачивают, дети вспоминают и называют увиденные предметы.

### **1.2.9. Память (продолжение)**

*Практика:* Лабиринт памяти: Дайте ребенку лист бумаги с нарисованным лабиринтом. Сначала попросите внимательно посмотреть на рисунок и запомнить путь выхода. После этого ребенок должен воспроизвести путь самостоятельно, закрыв изображение.

### **1.2.10. Внимание**

*Теория:* «Что такое внимание».

*Практика:* Тест на выявление и коррекцию.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.11. Внимание**

*Практика:* Игра «Найди отличия»

Дети сравнивают две похожие картинки и находят небольшие различия. Это развивает концентрацию и наблюдательность.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.12. Мышление**

*Теория:* Лекция «Что такое мышление». Методика. Мышление и интеллект.

*Практика:* Творческое мышление, креативность. Арт терапия. Искусство.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.13. Творческое мышление, креативность**

*Теория:* Что такое творческое мышление

*Практика:* Игра "Фантазия" — придумывание необычных применений обычным предметам. Обсуждение важности творческих способностей в повседневной жизни.

### **1.2.14. Творческое мышление, креативность (продолжение)**

*Теория:* Развитие креативности.

*Практика:* Упражнение "Сказочный город" — рисование города будущего с использованием фантазии. Обсуждение открытий и впечатлений от процесса творчества.

### **1.2.15. Моя любимая игрушка**

*Теория:* Как игрушки помогают развиваться и познавать мир.

*Практика:* Дети рассказывают историю своей любимой игрушки, играют вместе.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.16. Моё настроение**

*Теория:* Изучение базовых эмоций и состояний (радость, грусть, злость).

*Практика:* Лепка лица-мордашки с разными эмоциями из пластилина.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.17. Мой талант**

Теория: Рассматриваем понятие таланта и его проявления.

Практика: Малыши показывают своё лучшее качество (рисуют, танцуют, читают стихи).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.18. Любимое дело**

Теория: Почему важно иметь любимое занятие.

Практика: Детям предлагается рассказать о своём любимом занятии, показать картинку или поделку.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.19. Меня зовут...**

Теория: Название имени, история имен.

Практика: Каждый ребенок рассказывает историю своего имени или придумывает сказку о нём.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.20. Волшебный лес моего внутреннего мира**

Теория: Ребёнок учится видеть внутренние переживания и способности образно.

Практика: Коллективное рисование фантастического леса с элементами персонажей (чувств, идей, мечтаний).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.21. Магия улыбки**

Теория: Смех и улыбка делают жизнь ярче.

Практика: Игра "Улыбнись соседу", конкурсы смешных лиц.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.22. Маленькие помощники (руки, ноги, глаза)**

Теория: Наш организм и его возможности.

Практика: Показывают, как тело помогает узнавать мир (осязание, зрение, движение).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.23. Сказочный праздник мечты**

Теория: Мечта — важная составляющая нашей жизни.

Практика: Нарисуй картину мечты, расскажи о своих желаниях и фантазиях.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.24. Мы разные, но одинаковые**

Теория: Все дети особенные, но имеют общие черты.

Практика: Творческая игра "Собери друга", подчеркивая сходства и различия.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

## **Раздел 3. Разбираемся в эмоциях и чувствах**

### **1.3.1. Эмоции**

*Теория:* Что такое эмоции? Почему они возникают?

*Практика:* Положительные и отрицательные эмоции (самоанализ), просмотр видео.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.3.2. Эмоции (продолжение)**

*Практика:* Игра "Покажи эмоцию"

Используя карточки с изображением эмоций, попросите ребенка выбрать одну карточку и изобразить соответствующую эмоцию мимикой и жестами. Остальные участники должны угадать, какую эмоцию показывает ребенок.

Игра «Рисование эмоций» Предложите ребенку нарисовать лицо, показывающее определенную эмоцию. Обсудите, какие черты лица характерны для каждой эмоции.

### **1.3.3. Чувства**

*Теория:* Любовь, привязанность. Ненависть (Ильин).

*Практика:* Ролевые игры, как преодолеть свои негативные чувства.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.3.4. Самооценка**

*Теория:* Что такое самооценка

*Практика:* Коррекция самооценки.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.3.5. Поведение**

*Теория:* Правила поведения.

*Практика:* Коррекция поведения.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.3.6. Агрессия**

*Теория:* Что такое агрессия, тест.

*Практика:* Коррекция (тренинги). Коррекция/профилактика агрессии.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.3.7. Радость и веселье**

*Теория:* Радость как положительная эмоция.

*Практика:* Мастер-класс по созданию открыток радости, конкурс веселых фотографий.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.3.8. Грусть и печаль**

Теория: Почему бывает грустно и как справиться с печалью.

Практика: Чтение коротких сказок, иллюстрирующих чувство грусти, обмен мнениями.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.3.9. Зависть и ревность**

Теория: Отличие зависти от ревности, причины возникновения.

Практика: Театр теней с куклами, отражающими сюжетные линии зависти и ревности.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.3.10. Стресс и тревога**

Теория: Узнать, что такое стресс и как он проявляется.

Практика: Танцевально-двигательная терапия, направленная на снятие стресса.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.3.11. Страх и смелость**

Теория: Причины страха и значение храбрости.

Практика: Игра-викторина "Самый смелый герой".

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.3.12. Удивление и любопытство**

Теория: Исследовательская природа удивления и любопытства.

Практика: Организация познавательной экскурсии с загадочными находками.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

## **Раздел 4. Учимся общаться**

### **1.4.1. Общение**

*Теория:* Что такое конфликтность.

*Практика:* Игры, арт терапия (новогодняя тема). Тренинг.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.4.2. Общение с взрослыми**

*Теория:* Как надо вести себя с взрослыми, правила этикета.

*Практика:* Отработка навыков бесконфликтного общения с взрослыми

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.4.3. Общение со сверстниками**

*Теория:* Правила поведения. Дружба. Как завести друзей. Социометрия.

*Практика:* Сплочение коллектива (тренинг)

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.4.4. Я и команда**

*Теория:* Важность работы в команде. Командные роли. Мое место в команде.

*Практика:* Тест, упражнения, тренинг.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.4.5. Лидерство**

*Теория:* Воспитание будущих лидеров. Что такое человек с лидерскими качествами, портрет.

*Практика:* Развитие лидерских качеств.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.4.6. Искусство самопрезентации**

*Теория:* Что такое самопрезентация

*Практика:* Самопрезентация.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.4.7. Развитие самостоятельности**

*Практика:* Упражнения (разбор сказки, диалоги).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.4.8. Приветствие взрослых и вежливые обращения**

*Теория:* Чем отличается обращение к взрослым от разговора со сверстниками?

*Практика:* Обучение правилам приветствия взрослого человека («Здравствуйте», «Добрый день»).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.4.9. Умение обращаться за помощью к старшим**

*Теория:* Когда и как правильно попросить помощи у взрослого?

*Практика:* Ролевые игры: ребёнок просит помощь взрослого, взрослый помогает.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.4.10. Решение конфликтов мирным путём**

*Теория:* Какие бывают конфликты и почему лучше решать их миром?

*Практика:* Театрализация сценок, демонстрирующих разрешение конфликта словами.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.4.11. Дружеские отношения и поддержка друзей**

*Теория:* Кто мой настоящий друг и зачем нужны друзья?

*Практика:* Коллективное рисование большого общего дерева дружбы.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.4.12. Уважение чужих идей и командная работа**

*Теория:* Почему важна каждая идея в группе?

*Практика:* Совместное выполнение творческого задания всей группой.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

## **Раздел 5. Мир профессий и талантов**

### **1.5.1. Профессии. Профессиональные качества**

*Теория:* Популярныe профессии.

*Практика:* Обсуждение разбор профессиональных качеств.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.5.2. Профориентация**

*Теория:* Проведение профориентации.

*Практика:* Обыграть профессии.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.5.3. Деньги и Я**

*Теория:* Развитие навыков финансовой грамотности

*Практика:* Что такое деньги, з/п, как правильно тратить деньги.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.5.4. Время и Я**

*Теория:* Основы планирования своего распорядка дня.

*Практика:* Проработка, обыгрывание.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.5.5. Терапия искусства**

*Теория:* Живопись.

*Практика:* Антистрессовые раскраски.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.5.6. Терапия искусства (продолжение)**

*Практика:* Плетение мандал. Групповое рисование.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.5.7. Сказкотерапия**

*Теория:* Сказки о принятии себя («Гадкий утенок»).

Рисунки и игры, направленные на раскрытие индивидуальных особенностей участников. Коммуникационные навыки

*Практика:* Проработка через сказку (сказкотерапия).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.5.8. Сказкотерапия**

*Теория:* Сказки о дружбе и сотрудничестве («Три поросёнка», «Репка»).

Драматизации и ролевые игры для отработки навыков общения.

Управление эмоциями

*Практика:* Проработка через сказку (сказкотерапия).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.5.9. Психодрама**

*Теория:* Проигрывание конфликтных ситуаций (подготовка).

*Практика:* Ген прогон.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.5.10. Фототерапия**

*Практика:* Практика. Фотографирование. Создание коллажа.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.5.11. Счастье**

*Практика:* Письмо в будущее «Мой самый счастливый день в жизни»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.5.12. Счастье**

*Практика:* Тренинг, упражнения.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

## **Раздел 6. Итоговое занятие.**

*Практика:* Тренинг, упражнения.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

## **2. Вариативная модуль.**

### **2.1. Коммуникативные навыки**

Тема 2.1.1. Добро пожаловать в мир общения!

*Теория:* Зачем нам общение? Что значит слово "дружба"?

Какие бывают способы общения (речь, жесты, мимика)?

*Практика:* Игра "Приветствие": познакомимся друг с другом, научимся здороваться разными способами. Мини-диалоги: учимся представляться и отвечать вежливо.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

2.1.2. Послушайте меня внимательно!

*Теория:* Почему важно уметь слушать собеседника? Чем отличается активное слушание от пассивного?

*Практика:* Игра "Передай шепотом": проверяем умение слышать и передавать информацию точно.

Сказочная ситуация: как бы поступил герой, если бы умел лучше слушать?

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

2.1.3. Говорите ясно и понятно!

*Теория:* Основные элементы ясной речи: четкость произношения, правильный выбор слов. Примеры понятных и непонятных высказываний.

*Практика:* Задания на правильное выражение мыслей: рассказываем короткие истории. Речевые ситуации: разыгрываем сценки на тему выражения желаний и потребностей.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

2.1.4. Задавай вопросы – получишь ответы!

*Теория:* Типы вопросов: закрытые и открытые. Когда полезно задать вопрос?

*Практика:* Викторины и загадки: учимся формулировать правильные вопросы.

Подвижная игра "Вопрос-ответ": закрепляем умение задавать вопросы.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

2.1.5. Научитесь говорить "нет"!

*Теория:* Что значит отказывать и почему это важно?

Правильные способы отказа.

*Практика:* Театральные этюды: моделируем ситуацию вежливого отказа.

Рисуем плакаты "Учусь говорить 'нет'".

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

2.1.6. Ты хороший собеседник!

*Теория:* Признаки хорошего собеседника: внимательность, интерес к другому человеку. Понятие эмпатии.

*Практика:* Парные разговоры: учимся поддерживать беседу и проявлять заинтересованность. Книжка-дневничок "Друзья вокруг меня".

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

2.1.7. Конфликты случаются... И это нормально!

*Теория:* Причины конфликтов и пути решения.

Техника "стоп-контакт": спокойный способ завершения конфликта.

*Практика:* Ролевая игра "Решение проблем": находим выход из конфликтных ситуаций. Просмотр мультфильма о конфликтах и обсуждение увиденного.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

2.1.8. Команда и совместная работа

*Теория:* Значение командной работы и взаимопомощи.

Индивидуальные и групповые роли в команде.

*Практика:* Совместные проекты: создание общего рисунка, строительство башни из кубиков. Соревнования "Кто быстрее соберёт команду?"

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

2.1.9. Не бойтесь просить помощи!

*Теория:* Преимущества обращения за поддержкой.

Тактичные и эффективные способы попросить помощь.

*Практика:* Игра "Помоги другу": помогаем товарищу решить проблему.

Составляем буклеты "Что сказать, если нужна помощь?"

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

## ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ

№	Содержательный ориентир	Воспитание на занятиях	Воспитательные мероприятия
1.	Гражданско-патриотическое воспитание		
	1.2.6. «Моя любимая игрушка»	История игрушек связана с культурным наследием	Конкурс рисунков на тему «Игрушки моей

		семьи и народа. Рассказ детей о любимых игрушках развивает уважение к традициям и истории своей семьи и Родины.	семьи».
2	Духовно-нравственное воспитание		
	1.2.15. «Мы разные, но одинаковые»	Занятие направлено на формирование толерантности и уважения к другим людям независимо от различий. Через творчество ребята осознают важность взаимопонимания и поддержки друг друга.	Квест-игра «Путешествие дружбы», цель которой подчеркнуть уникальность каждого ребенка и научить понимать и ценить разнообразие.
3	Профессиональное самоопределение		
	1.5.1.«Мир профессий и талантов».	Раскрытие особенностей разных профессий позволяет детям задуматься о своем будущем и развивать интерес к профессиональной сфере.	Ярмарка профессий, где дети смогут попробовать себя в разных ролях и познакомиться с профессиями через игру.
4	Экологическое воспитание		
	1.2.11. «Волшебный лес моего внутреннего мира».	Фантастический рисунок леса способствует развитию экологической культуры, прививает бережное отношение к природе, любовь к животным и растениям.	Выставка творческих работ учащихся на экологическую тематику («Фантастический лес»).
5	Здоровое питание		
	1.2.13. «Маленькие помощники (руки, ноги, глаза)».	Понимание важности правильного питания для здоровья тела и развития способностей организма помогает сформировать	Викторина «Полезные продукты», квест-игра «Поход в магазин здорового питания».

		ответственное отношение к своему здоровью.	
--	--	--	--

## КАНИКУЛЯРНЫЙ МОДУЛЬ

### Содержание каникулярного модуля

№	Направление	Содержание деятельности		Форма (дистант)
1.	Гражданско-патриотическое направление	«Меня зовут...»	1.2.10	Онлайн-занятие, посвящённое изучению традиций и обычаев выбора имени в семье и народе. Дети знакомятся с символическим значением имён и раскрывают свою индивидуальность через интерактивные рассказы и презентации историй собственных имён.
2.	Профилактическое направление	«Страх и смелость»	1.3.10	Интерактивная онлайн-игра, направленная на преодоление страхов и обучение поведению в сложных ситуациях. В игровой форме дети осваивают способы управления страхом и обретения уверенности в себе.
3.	Творческое направление	«Терапия искусства»	1.5.5.	Удалённый творческий мастер-класс по антистрессовым раскраскам и искусству плетения мандал. Создавая красивые узоры, участники снимают напряжение и развивают мелкую моторику рук.
4	Здоровое питание	«Психодрама»	1.5.9	Онлайн-тренинг по проигрыванию типичных

				конфликтных ситуаций, возникающих вокруг вопросов питания и образа жизни. Это занятие формирует способность разрешать конфликты конструктивно и заботиться о собственном здоровье и благополучии.
--	--	--	--	---

### УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН на 2 год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Форма контроля
		общее кол-во часов	теория	практика	
<b>1. Инвариантный модуль</b>					
1.1	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	Опрос, беседа. Наблюдение.
1.2	<b>Психология личности</b>	<b>30</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	Педагогическое наблюдение.
1.3	<b>Эмоциональная сфера</b>	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	Педагогическое наблюдение.
1.4	<b>Межличностные отношения</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	Педагогическое наблюдение.
1.5	<b>Учимся выбирать дело по душе и считать деньги</b>	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	Педагогическое наблюдение.
1.6	<b>Мир фантазий и мо способности</b>	<b>36</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	Педагогическое наблюдение.
	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	Мониторинг образовательных результатов обучающихся. Наблюдение.
<b>2. Вариативный модуль</b>					
2.1.	<b>Творческая практика и развитие фантазии</b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	Педагогическое наблюдение.
2.2.	<b>Я и мир вокруг</b>	<b>16</b>		<b>16</b>	Педагогическое

	<b>меня</b>				наблюдение.
3	<b>Воспитательный модуль</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	Педагогическое наблюдение.
4	<b>Каникулярный модуль</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>	Проверка практической работы
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>64</b>	<b>80</b>	

## Содержание программы на 2 год обучения

### 1. Инвариантный модуль

#### 1.1. Вводное занятие.

*Теория.* Учебная программа и режим работы, задачи на учебный год, организационные вопросы, правила безопасности.

*Практика:* Знакомство. Беседа.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### 1.2. Психология личности

#### 1.2.1. Темперамент

*Теория:* Лекция (тесты Айзенка, Стреляу, тест формула).

*Практика:* Тест (по знаниям), сказка на темперамент

#### 1.2.2. Характер

*Теория:* Что такое характер

*Практика:* (тест на выявление характера, Винни Пух). Тренинг (Деревья и характера из волшебного леса). Тренировка тестов самостоятельно.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

#### 1.2.3. Обобщение темперамента и характера

*Теория:* показать различия и взаимосвязь этих понятий

*Практика:* Нарисовать вместе с детьми круговую диаграмму или простую таблицу, показывая разницу между природными особенностями (темпераментом) и приобретёнными чертами (характером):

#### 1.2.4. Память

*Теория:* Виды памяти с методикой. Лекция, просмотр видео.

*Практика:* Упражнения на зрительную и слуховую память.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

#### 1.2.5. Память (продолжение)

*Теория:* Виды памяти с методикой. Лекция, просмотр видео.

*Практика:* Упражнения на зрительную и слуховую память.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.6. Внимание**

*Теория:* «Что такое внимание».

*Практика:* Тест на выявление и коррекцию.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.7. Мышление**

*Теория:* Лекция «Что такое мышление». Методика. Мышление и интеллект.

*Практика:* Творческое мышление, креативность. Арт терапия. Искусство.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.8. «Волшебники добрых поступков»**

*Теория:* Понятие совести и морали.

*Практика:* Сказочная игра-путешествие по миру добрых дел.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.9. «Мир фантазий»**

*Теория:* Воображение и фантазия ребенка.

*Практика:* Рисование воображаемых существ и рассказывание историй о них.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.10. «Знакомьтесь — мои друзья!»**

*Теория:* Дружба и общение со сверстниками.

*Практика:* Театральная постановка сценок о дружбе.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.11 «Фантазии о будущем»**

*Теория:* Мечта и желание стать кем-то взрослым.

*Практика:* Написание письма самому себе через десять лет.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.12. «Цвет моего настроения»**

*Теория:* Цветовая символика чувств и состояний души.

*Практика:* Раскрашивание рисунков согласно настроению.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.13. «Почему мы разные?»**

*Теория:* Индивидуальные особенности каждого ребёнка.

*Практика:* Составление индивидуальных портретов друг друга.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.14. «Сказочный герой внутри меня»**

*Теория:* Самовыражение через образы любимых персонажей.

*Практика:* Дневник сказочного героя («если бы я был героем сказки»).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.2.15. «Учимся справляться с гневом»**

*Теория:* Управление негативными чувствами.

*Практика:* Практики релаксации и дыхательные упражнения.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

## **1.3. Эмоциональная сфера**

### **1.3.1. Творческое мышление**

*Теория:* знакомство с понятием творческого мышления и его значимостью в повседневной жизни.

*Практика:* Игра «Невероятные ассоциации», Конструктор идей «Из ничего — всё» Дать каждому ребёнку простой предмет (например, палочку, лист бумаги, пуговицу) и предложить придумать максимальное количество способов его использования (игрушка, украшение, музыкальный инструмент и т.п.).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.3.2. Эмоции**

*Теория:* Что такое эмоции? Почему они возникают?

*Практика:* Положительные и отрицательные эмоции (самоанализ), просмотр видео.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

### **1.3.3. Чувства**

*Теория:* Любовь, привязанность. Ненависть (Ильин).

*Практика:* Ролевые игры, как преодолеть свои негативные чувства.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.3.4. Эмоции и чувства**

*Теория:* познакомить детей с основными эмоциями и чувствами, объяснить их роль и важность в жизни. Объяснить простыми словами, что такое эмоции (радость, грусть, страх, удивление, гнев) и чувства (любовь, дружба, гордость, благодарность).

*Практика:* Игра «Покажи эмоцию», Создание «эмоционального дневника» Предложите детям завести небольшой альбомчик, куда ежедневно они будут рисовать или писать, какую эмоцию испытывали в течение дня, и почему именно такую. Сюжетно-ролевые игры «Испытания эмоций»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.3.5. Самооценка**

*Теория:* Что такое самооценка

*Практика:* Коррекция самооценки.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.3.6. Поведение**

*Теория:* Правила поведения.

*Практика:* Коррекция поведения.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.3.7. Агрессия**

*Теория:* Что такое агрессия, тест.

*Практика:* Коррекция (тренинги). Коррекция/профилактика агрессии.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.3.8. Агрессия (продолжение)**

*Теория:* расширить представление детей о причинах агрессии, формах её проявления и последствиях.

*Практика:* Игра «Правильно-неправильно» Подготовьте карточки с ситуациями, в которых проявляется агрессия. Дети решают, правильно или неправильно поступили герои, предлагают варианты исправления ситуации.

Дыхательные упражнения и расслабляющие техники.; Создание «Коробочки гнева»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

## **1.4. Межличностные отношения**

### **1.4.1. Общение**

*Теория:* Что такое конфликтность.

*Практика:* Игры, арт терапия (новогодняя тема). Тренинг.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.4.2. Общение с взрослыми**

*Теория:* Как надо вести себя с взрослыми, правила этикета.

*Практика:* Отработка навыков бесконфликтного общения с взрослыми

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.4.3. Общение со сверстниками**

*Теория:* Правила поведения. Дружба. Как завести друзей. Социометрия.

*Практика:* Сплочение коллектива (тренинг)

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.4.4. Я и команда**

*Теория:* Важность работы в команде. Командные роли. Мое место в команде.

*Практика:* Тест, упражнения, тренинг.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.4.5. Лидерство**

*Теория:* Воспитание будущих лидеров. Что такое человек с лидерскими качествами, портрет.

*Практика:* Развитие лидерских качеств.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.4.6. Искусство самопрезентации**

*Теория:* Основы успешного представления себя

*Практика:* Самопрезентация.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.5. «Учимся выбирать дело по душе и считать деньги»**

#### **1.5.1. Развитие самостоятельности**

*Теория:* Основы воспитания инициативности и ответственности

*Практика:* Упражнения (разбор сказки, диалоги).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.5.2. Профессии. Профессиональные качества**

*Теория:* Популярные профессии..

*Практика:* Обсуждение. разбор проф. Качеств

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.5.3. Профориентация**

*Теория:* Проведение профориентации.

*Практика:* Обыграть профессии.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.5.4. Деньги и Я (Финансовая грамотность)**

*Теория:* Лекция. Что такое деньги, з/п, как правильно тратить деньги.

*Практика:* Игра «Магазин», Игра «Банкомат», Импровизированный банкомат, где дети вставляют «банковские карты» (карточки с номерами счетов) и снимают деньги, следуя правилам банка (ограничения по сумме снятия, комиссии и т.д.).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.5.5. Время и Я**

*Теория:* Основы планирования своего распорядка дня.

*Практика:* Проработка, обыгрывание.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.5.6. Терапия искусства**

*Теория:* Что такое живопись.

*Практика:* Антистрессовые раскраски.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.5.7. Терапия искусства (продолжение)**

*Теория:* Что такое «Мандала»

*Практика:* Плетение мандал. Групп. рисование.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.5.8. Сказкотерапия**

*Теория:* Страхи, фобии.

*Практика:* Проработка через сказку (сказкотерапия).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

## **1.6. «Мир фантазий и мои способности»**

### **1.6.1. Психодрама**

*Теория:* Понятие «Психодрама»

*Практика:* Разминка-игра «Зеркало»: Дети разбиваются на пары, один ведущий, второй — зеркало. Ведущий совершает движения, партнер повторяет их точно. Потом меняются ролями. Эта разминка помогает снять напряжение и настроить на взаимодействие. Игра «Решение конфликта»;

Проигрывание конфликтных ситуаций (подготовка); Игра «Аплодисменты».

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.6.2. Фототерапия**

*Теория:* Понятие «фототерапия»

*Практика:* Фотографирование Создание коллажа.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.6.3. Счастье**

*Теория:* Понятие «Счастье»

*Практика:* Письмо в будущее «Мой самый счастливый день в жизни»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.6.4. Способы релаксации**

*Теория:* Понятие «релаксация»

*Практика:* Упражнение «Воздушный шарик»; Расслабляющий массаж ладошек; Воображаемое путешествие;

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.6.5. Волшебные истории**

*Теория:* Что такое фантазия?

*Практика:* Составление сказочной карты мира. Игры на воображение («Кто спрятался?»).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.6.6. Дружья природы**

*Теория:* Как животные общаются друг с другом.

*Практика:* Изготовление кормушек для птиц. Творческое рисование животных.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.6.7. Цветотерапия**

Теория: Значение цвета в настроении.

Практика: Рисуем настроение цветом. Коллективная работа «Радужный город».

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.6.8. Тайна чувств**

Теория: Какие бывают чувства?

Практика: Игра «Почувствуй себя героем сказки».

Упражнения на распознавание эмоций.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.6.9. Мир профессий**

Теория: Чем занимаются разные профессии?

Практика: Представляем свою будущую профессию. Ролевые игры («Дизайнер интерьера»).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.6.10. Путешествие в космос**

Теория: Основы астрономии.

Практика: Создаем космическую карту. Моделирование ракеты из бумаги.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.6.11. Театр теней**

Теория: История театра теней.

Практика: Ставим спектакль своими руками.

Показываем персонажей и сцены из известных сказок.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.6.12. Понимание дружбы**

Теория: Дружба и верность.

Практика: Социальные игры («Поддержи друга»). Работа над творческим проектом «Лучший друг».

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.6.13. Сказочная архитектура**

Теория: Основные элементы архитектуры.

Практика: Конструируем домики из конструктора LEGO. Проектирование волшебного замка.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.6.14. Весёлые соревнования**

Теория: Спортивные ценности.

Практика: Организация веселых эстафет. Подвижные игры («Передача мяча»).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.6.15. Языковая мозаика**

Теория: Зачем нужны языки?

Практика: Учимся простым словам на разных языках.

Стихи и загадки на иностранном языке.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.6.16. Школа мастерства**

Теория: Навыки самообслуживания.

Практика: Научиться завязывать шнурки, застегивать пуговицы.

Выполнение заданий на мелкую моторику рук.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.6.17. Время приключений**

Теория: Любопытство и открытия.

Практика: Выбираем увлекательное занятие на свежем воздухе.

Соревнования «Самый любопытный исследователь».

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.6.18. Музыкальные ритмы**

Теория: Основам музыки и ритма.

Практика: Танцевальная импровизация.

Создание музыкальных инструментов из бытовых предметов.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

## **Вариативный модуль**

### **2.1. Творческая практика и развитие фантазии**

#### **2.1.1. Мир фантазий**

Теория: Путешествие в страну воображения.

Практика: Работа с образами и символами.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **2.1.2. Моё счастье**

Теория: Размышления о ценности счастья.

Практика: Написание письма самому себе («мой идеальный день»).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **2.1.3. Тайна моих желаний**

Практика: Осознание собственных стремлений и мечтаний.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **2.1.4. Рисуем настроение**

Практика: Раскрашиваем картины настроения красками и карандашами.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.5. Театр кукол**

Практика: Театральная постановка собственной истории с использованием кукольного театра.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.6. Чего боится фантазер**

Практика: Сказкотерапия страха. Исправляем плохие мысли добрыми сюжетами.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.7. Пространство чудес**

Практика: Декоративно-прикладное искусство, создание необычных предметов из природных материалов.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.8. Песочная терапия**

Практика: Использование песочной терапии для проработки внутренних переживаний.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.9. Музыкальная палитра звуков**

Практика: Звуковая психотерапия: слушаем музыку разных жанров и оцениваем влияние на самочувствие.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.10. Ароматерапия и цветотерапия**

Практика: Экспериментируем с запахами и цветами для улучшения самочувствия.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.11. Ощущение цвета**

Практика: Изучаем значение цветов в психологии, проводим тесты цветовой чувствительности.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.12. Внутреннее равновесие**

Практика: Научимся управлять своими внутренними состояниями через дыхательную гимнастику.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.13. Мастерская улыбок и радости**

Практика: Создаем коллективный рисунок-подарок друг другу с пожеланиями счастья и добра.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.14. Радуга чувств**

Практика: Создаем ассоциативные рисунки, отражающие разнообразие наших ощущений и настроений.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.15. Волшебные танцы и игра движений**

Практика: Танцевально-двигательная терапия, помогающая выразить внутренние переживания телом.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.16. Красота природы**

Практика: Прогулка на природе, созерцание красоты окружающего мира, фотографирование прекрасных моментов.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

## **2.2. Я и мир вокруг меня**

### **2.2.1. Кто я и кем хочу стать?**

Практика: Упражнения на самоанализ («Кто я?»)

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.2.2. Моя семья и мои корни**

Практика: Составление семейного дерева, обмен семейными историями, просмотр фильмов о семейных ценностях.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.2.3. Дружба и взаимопомощь**

Практика: Игры на доверие и взаимодействие, дискуссии о дружбе, создание коллажа на тему дружбы.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.2.4. Окружающая среда и ответственность перед природой**

Практика: создание плакатов на тему защиты природы.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.2.5. Безопасность дома и на улице.**

Практика: Викторины по правилам безопасности, разыгрывание ситуаций.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.2.6. История моей Родины**

Практика: создание альбома «Моя малая родина».

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.2.7. Здоровье , спорт, питание**

Практика: Проведение подвижных игр, просмотр видеороликов о пользе спорта.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### 2.2.8. Информационная грамотность

Практика: игра-викторина по информационной безопасности, составление памятки по безопасным действиям онлайн.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

## ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ

### Содержание воспитательного модуля на 2 год обучения

№	Содержательный ориентир	Воспитание на занятиях	Воспитательные мероприятия
1.	Гражданско-патриотическое воспитание		
	2.2.6. История моей Родины	Формирование представления о малой родине, национальных традициях и культуре. Рассказ о выдающихся деятелях и событиях региона.	Создание альбома «Моя малая родина», обсуждение традиций и обычаев родного края.
2	Духовно-нравственное воспитание		
	1.6.12. Понимание дружбы	Понятие дружбы, доверительных отношений, верности.	Социальные игры («Поддержи друга»), проект «Лучший друг», оформление выставки творческих работ.
3	Профессиональное самоопределение		
	1.5.3. Профориентация	Особенности популярных профессий, профессиональное тестирование.	Обсуждение профессиональных качеств, ролевые игры («Дизайнер интерьера») и подготовка презентаций своей будущей профессии.
4	Экологическое воспитание		
	2.2.4. Окружающая	Экологические проблемы	Создание плакатов на

	среда и ответственность перед природой	современности, способы сохранения окружающей среды.	экологическую тематику, проведение викторин и конкурсов.
5	Здоровое питание		
	«Основы здорового питания»	Ознакомление с принципами правильного питания, сбалансированного рациона.	Просмотр образовательных мультфильмов, изготовление буклета о полезных продуктах.

## КАНИКУЛЯРНЫЙ МОДУЛЬ

### Содержание каникулярного модуля на 2 год обучения

№	Направление	Содержание деятельности		Форма (дистант)
1.	Гражданско-патриотическое направление	Моя семья и мои корни	2.2.2.	создание генеалогического древа, участие в конкурсе семейных историй, оформление фотоальбома о семье
2.	Профилактическое направление	Безопасность дома и на улице.	2.2.5.	интерактивные викторины и квесты по правилам безопасности, обсуждение типичных опасных ситуаций и путей выхода из них.
3.	Творческое направление	Мастерская улыбок и радости	2.1.13.	проведение онлайн-флешмоба с позитивными посланиями.
4	Здоровое питание	Здоровье, спорт, питание	2.2.7	мастер-классы по приготовлению простых и полезных блюд, ведение электронного дневников питания

## УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН

### на 3 год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Форма контроля
		общее кол-во часов	теория	практика	
<b>1. Инвариантный модуль</b>					
1.1	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	-	Опрос, беседа. Наблюдение.
1.2	Умение владеть собой	<b>58</b>	<b>28</b>	<b>30</b>	Педагогическое наблюдение.
1.3	Фантазия характеров. Оценка человеческих поступков и отношений.	<b>24</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	Педагогическое наблюдение.
	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	-	<b>2</b>	Мониторинг образовательных результатов обучающихся. Наблюдение.
<b>2. Вариативный модуль</b>					
2.1.	Культура общения	<b>44</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	Педагогическое наблюдение.
2.2.	Лаборатория самовыражения	<b>44</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	Педагогическое наблюдение.
3	<b>Воспитательный модуль</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	Педагогическое наблюдение.
4	<b>Каникулярный модуль</b>	<b>4</b>	-	<b>4</b>	Проверка практической работы
	Итого:	<b>144</b>	<b>69</b>	<b>75</b>	

### Содержание программы на 3 год обучения

#### 1. Инвариантный модуль

##### 1.1. Вводное занятие.

*Теория:* Знакомство. Общее представление о занятиях. Введение в образовательную программу. Правила безопасного поведения на занятиях.

*Практика:* Игровые задания. «Снежный ком», «Давайте познакомимся».

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

## **1.2. Умение владеть собой.**

### **1.2.1. Умение управлять своим поведением**

*Теория:* Знакомство с понятием «умение владеть собой»

*Практика:* Освоение активного стиля общения.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.2.2. Уметь следить за своей речью и поступками**

*Практика:* Упражнение «Ассоциации»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.2.3. Открытость**

*Теория:* Понятие уровня открытости и творческого мышления

*Практика:* Упражнение «Змея»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.2.4. Кропотливость**

*Теория:* Понятие «сила воли». Настойчивость и решительность в достижении своих целей.

*Практика:* Упражнение «Запоминайка»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.2.5. Что значит быть хозяином своего «Я»**

*Теория:* Какого человека называют ответственным.

*Практика:* Упражнение «Кто ты»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.2.6. Что значит «уметь расслабиться»**

*Теория:* В каких случаях нужно уметь расслабиться»

*Практика:* Упражнение «Чье это?», «Доверие»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.2.7. Что я слышу**

*Теория:* Осознание эмоций, концентрация на себе, чувственное восприятие.

*Практика:* Упражнение «Похвальное слово самому себе»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.2.8. Я больше всего злюсь, когда**

*Теория:* Осознание эмоций в соответствии с агрессивными действиями

*Практика:* Приемы повышения настроения

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.2.9. Регулирование правила поведения человека**

*Теория:* Активизация знаний о моральных нормах

*Практика:* Упражнение «Запрещающие знаки»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.2.10. Предвидение последствий агрессивного поведения**

*Теория:* Активизация чувственного восприятия

*Практика:* Упражнение «Болотце»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.2.11. Восприятие норм поведения**

*Теория:* Виды потребностей. Связь потребностей, интересов, ценностей жизни.

*Практика:* Упражнение «Ситуация»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.2.12. Умение владеть своими эмоциями**

*Теория:* Мои внутренние друзья и мои внутренние враги

*Практика:* Упражнение «Изобрази эмоцию»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.2.13. Вежливость**

*Теория:* Compliments или лезть?

*Практика :* Упражнение «Подари камешек» , «Комплимент»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.2.14. Как вести себя в общественных местах**

*Теория:* Правила этикета в общественных местах.

*Практика:* Познакомить детей с правилами этикета в общественных местах.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.2.15. В дружбе наша сила**

*Теория:* Что такое дружба?

*Практика:* Упражнение «Ладонь, полная солнца»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.3. Фантазия характеров. Оценка человеческих поступков и отношений**

#### **1.3.1. Мой любимый герой.**

*Теория:* Кто мой любимый герой. Почему я хотел бы на него походить, и какие качества меня в нём привлекают.

*Практика:* Упражнение «Мой любимый сказочный герой»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

#### **1.3.2. Добро и зло**

*Теория:* Всегда ли добро побеждает зло?

*Практика:* Упражнение «Что значит делать добро»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.3.3. Что такое хорошо и что такое плохо на примере сказок**

*Теория:* Добро и зло в сказках. Поступки героев.

*Практика:* Упражнение «А кто это сказал?»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.3.4. Полезные и вредные привычки**

*Теория:* Какие привычки можно назвать полезными, а какие вредными? Как избавиться от плохих привычек, которые мешают.

*Практика:* Упражнение «Выбери привычку»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.3.5. Моё поведение в трудных ситуациях**

*Практика:* Упражнение «Солнце и тучи»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.3.6. Конфликт**

*Теория:* Что такое конфликт. Как возникает конфликт.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **1.3.7. Конфликт. Правила выхода из конфликта**

*Теория:* Развитие навыков общения и разрешения конфликтов.

*Практика:* Упражнение «Коллективная сказка»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

## **2.1. Культура общения**

### **2.1.1. Что такое «этикет»**

*Теория:* Для чего нужно соблюдать правила общения

*Практика:* Упражнение «Мы плывем на теплоходе»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.2. Волшебные слова**

*Теория:* Приветствие, благодарность. Как правильно начать, поддержать и вести разговор.

*Практика:* Упражнение «Вежливый котик»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.3. Правила хорошего тона**

*Теория:* Как вести себя в различных ситуациях: в школе, в театре, дома, на улице, в магазине.

*Практика:* Упражнение «В поисках сокровищ»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.4. Как можно общаться без слов**

*Теория:* Как с помощью жестов, мимики передать свое эмоциональное состояние

*Практика:* Упражнения «Воздушный шар» (на развитие воображения), Упражнение. Разогрев артикуляционного аппарата, «Произношение скороговорок (Заготовить скороговорки)»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.5. Как вести себя в различных ситуациях**

*Теория:* Знакомство с правилами поведения в критической ситуации и способы выхода из неё

*Практика:* Дети учатся одновременно и последовательно включаться в коллективную работу

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.6. Культура общения полов**

*Теория:* Правила хорошего тона

*Практика:* Проигрывание, игровые упражнения

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.7. Искусство комплимента**

*Теория:* Понятие комплимент, зачем нужны комплименты, умение говорить приятные слова другим людям. Основные принципы правильного комплимента.

*Практика:* Игра «Комплиментарная эстафета». Участники передают друг другу мяч, говоря приятный комплимент каждому следующему игроку.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.8. Учимся вежливо отказывать**

*Теория:* Почему важно уметь сказать «нет», формы отказа без обид и конфликтов.

*Практика:* Упражнение «Мягкий отказ». Ребёнок должен придумать способ отказать другому ребёнку вежливым образом («Можно поиграть позже?»).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.9. Общение по телефону**

*Теория:* Как начинать телефонный разговор, правильное приветствие, завершение разговора.

*Практика:* Имитация звонков друзьям, родственникам, службам поддержки. Ученики делятся на пары и разыгрывают сценарии диалогов.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.10. Гостеприимство**

*Теория:* Основы гостеприимства: встреча гостей, приглашение друзей домой, подготовка угощений, этикет приема пищи.

*Практика:* Симуляция визита гостя, игра «Идеальное чаепитие».

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.1.11. Язык тела**

*Теория:* Значение позы, взгляда, улыбки в процессе общения.

*Практика:* Движение-игра «Отгадай эмоцию». Один ребёнок показывает мимику и жесты эмоции, остальные дети пытаются угадать её название.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

## **2.2. Лаборатория самовыражения**

### **2.2.1. Этюды на выражение различных эмоций**

*Теория:* Выражение различных эмоций способствуют осознанию способов их адекватного проявления.

*Практика:* Упражнение «Фоторобот»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.2.2. Этюды на выражение внимания, интереса, сосредоточенности**

*Теория:* Термин «Интерес»

*Практика:* Упражнения «Азбука настроения», «Что там происходит», «Любопытный», «Сосредоточенность», «Раздумье»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.2.3. Этюды на выражение удивления**

*Теория:* Термин «Удивление»

*Практика:* Упражнения «Круглые глаза», «Вожатый удивился»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.2.4. Этюды на выражение удовольствия радости**

*Теория:* Термин «Радости»

*Практика:* Упражнения «Цветок», «Первый снег», «Встреча с другом», «Битва», «Два клоуна». «Хорошее настроение»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.2.5. Этюды на выражение страдания и печали**

*Теория:* Термин «печаль» и «страдание»

*Практика:* Упражнения: «Северный полюс», «Я так устал», «Остров плакс», «Золушка»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.2.6. Этюды на выражение отвращения и презрения**

*Теория:* Понятие «отвращение» и «презрение»

*Практика:* Упражнения: «Соленый чай», «Грязь», «Гадкий утенок»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.2.7. Этюд на выражение страха**

*Теория:* Обсуждение понятия «страх»: причины возникновения чувства страха, способы преодоления страхов.

Практика: Игра «Привидение в замке». Дети становятся в круг и передают друг другу воображаемое привидение, выражая эмоцию страха мимикой и жестами.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.2.8. Этюд на выражение гнева**

Теория: Объяснение термина «гнев», обсуждение ситуаций, вызывающих гнев, и путей решения конфликтов.

Практика: Импровизация сценок «Громко-громко сердимся». Детям предлагается разыграть ситуацию конфликта, выразив свое недовольство, раздражение и гнев, однако завершив конфликт позитивно.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.2.9. Этюд на выражение стыда**

Теория: Описание понятия «стыд», обсуждение случаев возникновения чувства стыда и пути избавления от неловкости.

Практика: Психологическая игра «Кто виноват?» Каждый ребенок рассказывает историю о ситуации, вызвавшей чувство стыда, остальные дети помогают разобраться в причинах и предложить варианты исправления ситуации.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.2.10. Этюд на выражение уверенности и гордости**

Теория: Определение понятий «уверенность» и «гордость», обсуждение значимости веры в себя и собственной уникальности.

Практика: Создание образов «Я самый лучший». Ребята создают образ самого успешного героя своей мечты, используя мимику, позы тела и движения, демонстрируя уверенность и гордость собой.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### **2.2.11. Этюд на выражение спокойствия и умиротворённости**

Теория: Рассмотрение значения состояний внутреннего равновесия и гармонии, определение признаков состояния покоя.

Практика: Релаксационная игра «Облако тишины». Участники садятся удобно, закрывают глаза и представляют себе облако, плавающее над ними, слушая тихую музыку и постепенно погружаясь в состояние глубокого покоя.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

## **ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ**

### **Содержание воспитательного модуля**

#### **на 3 год обучения**

№	Содержательный ориентир	Воспитание на занятиях	Воспитательные мероприятия
1.	Гражданско-патриотическое воспитание		

	1.2.14. «Как вести себя в общественных местах»	Дети осваивают правила этикета, учатся уважительно относиться к окружающим, соблюдать нормы поведения в социуме — это формирует основы гражданской культуры и ответственности.	1. Ролевая игра «Мы — посетители музея»: отработка правил поведения в культурных учреждениях. 2. Дискуссия «Почему важно уважать общественные места?».
2	Духовно-нравственное воспитание		
	1.3.3. «Что такое хорошо и что такое плохо на примере сказок»	Дети анализируют поступки героев, обсуждают понятия добра и зла, формируют нравственные ориентиры и эмпатию.	1. Литературная гостиная: чтение и обсуждение сказок с нравственным подтекстом. 2. Творческая работа «Мой добрый поступок» (рассказ/рисунок).
3	Профессиональное самоопределение		
	1.3. «Фантазия характеров. Оценка человеческих поступков и отношений»	дети размышляют о качествах героев, их поступках и мотивах, что помогает осознать разнообразие человеческих ролей и профессий, задуматься о собственных интересах и склонностях.	Игра «Профессия моего любимого героя»: анализ профессий персонажей сказок/фильмов. 2. Мини-проект «Моя будущая профессия»: презентация и обсуждение.
4	Экологическое воспитание		
	1.3.5. «Моё поведение в трудных ситуациях»	можно расширить контекст до экологических вызовов: обсуждать, как вести себя в природе, как помогать окружающей среде, формировать ответственное отношение	1. Эко-квест «Спаси планету»: задания по сортировке мусора, экономии воды и т. п. 2. Акция «Покорми птиц зимой»: изготовление

		к природе.	кормушек и наблюдение. 3. Обсуждение «Как мои поступки влияют на природу?».
5	Здоровое питание		
	2.1.10. «Гостеприимство»	правила сервировки, этикет за столом, значение здоровой пищи в гостеприимстве.	1. Игра-викторина «Полезная еда — вкусная еда». 2. Проект «Меню для гостей»: составление сбалансированного меню с учётом правил здорового питания.

## КАНИКУЛЯРНЫЙ МОДУЛЬ

### Содержание каникулярного модуля 3 г.о.

№	Направление	Содержание деятельности		Форма (дистант)
1.	Гражданско-патриотическое направление	«В дружбе наша сила»	1.2.15	Онлайн-дискуссии. Запись видеосообщения длительностью до 2 минут. Поделитесь личным примером случая, когда вам помогла ваша дружба или поддержка друга. Расскажите, почему дружба важна именно для вас. Отправьте записанное сообщение в чат группы или загрузите его на специальную площадку учебного портала.
2.	Профилактическое направление	«Полезные и вредные привычки»	1.3.4.	Проект-презентация. Создать презентацию (до 5 слайдов) в Google Презентациях или аналогичном сервисе.

				<p>Выберите полезные и вредные привычки и опишите последствия их влияния на жизнь человека. Используйте яркие иллюстрации и лаконичные тезисы. Представьте свою презентацию группе и разместите ссылку на нее в учебном чате.</p>
3.	Творческое направление	«Этюды на выражение различных эмоций»	2.2.1.	<p>Анимационное портфолио эмоций. Работа с приложениями для рисования или анимации (например, Canva, Procreate, Animatron Online). Создать серию рисунков или коротких анимаций, изображающих основные человеческие эмоции (радость, злость, грусть, удивление, страх, спокойствие).</p>
4	Здоровое питание	«Этюд на выражение спокойствия и умиротворённости»	2.2.11.	<p>Нарисуйте пейзаж или обстановку, которая приносит вам покой и радость. Это может быть лес, море, домик у реки, парк с качелями или любимое домашнее животное. Главное — рисовать приятно и спокойно. Сделайте небольшой коллаж вокруг своего рисунка, добавив фотографии животных, растений, любимых мест</p>

				отдыха или вырезанные картинки из журналов, символизирующие спокойствие и умиротворённость. Загрузите фотографию готового рисунка-коллажа в общий альбом или отправьте преподавателю в личной форме.
--	--	--	--	--

### УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН на 4 год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Форма контроля
		общее кол-во часов	теория	практика	
<b>1. Инвариантный модуль</b>					
1.1	<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	Опрос, беседа. Наблюдение.
1.2	Профессии образования и культуры	20	10	10	Педагогическое наблюдение.
1.3	Профессии лёгкой промышленности, здоровья и красоты; Природы	32	16	16	Педагогическое наблюдение.
1.4.	Профессии искусства и культуры; Тяжёлой промышленности и строительства	26	16	10	Педагогическое наблюдение.
1.5.	Профессии сферы услуг; Современные профессии	26	14	12	Педагогическое наблюдение.
1.6.	<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	Мониторинг образовательных результатов обучающихся. Наблюдение.

2. Вариативный модуль					
2.1.	«Я и мои эмоции: путешествие в мир чувств»	22	10	12	Педагогическое наблюдение.
2.2.	«Мои сильные стороны: открываем таланты»	22	10	12	Педагогическое наблюдение.
3	<b>Воспитательный модуль</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	Педагогическое наблюдение.
4	<b>Каникулярный модуль</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>	Проверка практической работы
	Итого:	<b>144</b>	<b>73</b>	<b>71</b>	

### Содержание программы на 4 год обучения

#### 1. Инвариантный модуль

##### 1.1. Вводное занятие.

*Теория.* Учебная программа и режим работы, задачи на учебный год, организационные вопросы, правила безопасности. «Что такое профессия»

*Практика:* Знакомство. Беседа.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

##### 1.2. Профессии образования и культуры

###### 1.2.1. Мастерская удивительных профессий «Все работы хороши»

*Теория:* Знакомство с основными профессиями, с их обязанностями и трудовыми действиями.

*Практика:* Организовать занятие-викторину, где дети представляют различные профессии (учителя, врача, инженера), рассказывая о своей работе, используя заранее подготовленные карточки-помощники.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

###### 1.2.2. «Профессии образования и культуры». Учитель

*Теория:* Знакомство с профессией учитель

*Практика:* Провести мини-занятие, где каждый ребенок выступает учителем определенного предмета, создавая небольшую презентацию о предмете, урок которого ведет.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

###### 1.2.3 «Профессии образования и культуры». Воспитатель

*Теория:* Знакомство с профессией воспитатель

Практика: Подготовить сценарий сюжетно-ролевой игры «Детский сад», где дети выполняют роли воспитателя, нянечки, повара, детей группы.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение.

1.2.4 «Профессии образования и культуры». Библиотекарь

*Теория:* Знакомство с профессией библиотекарь

Практика: Создать проект «Моя библиотека мечты»: подготовить список книг, придумать дизайн библиотеки, разработать правила пользования ею.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.2.5. «Профессии образования и культуры». Музейный работник

*Теория:* Знакомство с профессией музей работник

Практика: Разработать виртуальную экскурсию по музею, создать свою экспозицию (например, выставка рисунков, поделок или экспонатов из природной среды).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

**1.3. Профессии лёгкой промышленности, здоровья и красоты; Природы**

1.3.1. «Профессии легкой промышленности, здоровья и красоты». Визажист

*Теория:* Знакомство с профессией визажист

Практика: Создание тематического макияжа на специальных заготовках («макияж невесты», «грим артиста»).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.3.2. Профессии легкой промышленности, здоровья и красоты». Парикмахер

*Теория:* Знакомство с профессией парикмахера.

Практика: Сделать проект своего салона красоты, нарисовав эскизы интерьеров, выбрав стилистику оформления рабочего места мастера.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.3.3.«Профессии легкой промышленности, здоровья и красоты». Врач

*Теория:* Знакомство с основными специальностями медицинских работников.

Практика: Сюжетно – ролевая игра «Добрый доктор Айболит».

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.3.4.«Профессии легкой промышленности, здоровья и красоты». Фармацевт

*Теория:* Знакомство с основными специальностями медицинских работников.

Практика: Сюжетно – ролевая игра «Добрый доктор Айболит».

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.3.5. «Профессии природы». Лесник

*Теория:* Формировать знания о профессии лесника, его экологическом значении

Практика: Организация экскурсии в парк или ботанический сад с изучением деревьев, растений и животных леса.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.3.6. «Профессии природы». Ветеринар

Теория: Знакомство с профессией ветеринар.

Практика: Подготовка социальной акции «Помоги животному»: организация сбора кормов и игрушек для приютов.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.3.7. «Профессии природы». Эколог

Теория: Знакомство с профессией «Эколог».

Практика: Разработка мероприятий по охране окружающей среды (раздельный сбор мусора, посадка цветов и деревьев).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.3.8. «Профессии природы». Кинолог

Теория: Знакомить детей с профессией кинолога.

Практика: Мини-тренировка с игрушечными собаками: командная работа, изучение основ дрессировки домашних питомцев.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

**1.4. Профессии искусства и культуры; Тяжёлой промышленности и строительства**

1.4.1. «Профессии искусства и культуры». Музыкант

Теория: Способствовать накоплению у детей конкретных представлений о профессиях людей, связанных с творчеством.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.4.2. «Профессии искусства и культуры». Художник

Теория: Способствовать накоплению у детей конкретных представлений о профессиях людей, связанных с творчеством.

Практика: Проект выставки картин на заданную тему, проведение мастер-класса по рисованию.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.4.3. «Профессии искусства и культуры». Писатель

Теория: Способствовать накоплению у детей конкретных представлений о профессиях людей, связанных с творчеством.

Практика: Творческий конкурс рассказов или стихов, написанных детьми самостоятельно.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.4.4. «Профессии искусства и культуры». Актёр

Теория: Способствовать накоплению у детей конкретных представлений о профессиях людей, связанных с творчеством.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.4.5. «Профессии тяжелой промышленности и строительства». Строитель  
Теория: Расширять представления детей о труде строителей. Сюжетно-ролевая игра «Мы строители»

Практика: Строительство небольшого сооружения из конструктора или природных материалов (строительство моста, дома, башни).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.4.6. «Профессии тяжелой промышленности и строительства». Metallург  
Теория: Расширять представление о сферах деятельности – металлургическое производство, познакомить детей с профессией - металлург.

Практика: виртуальная экскурсия по цехам металлообработки с демонстрацией технологических процессов.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.4.7. «Профессии тяжелой промышленности и строительства». Плотник  
Теория: Расширять представления детей о труде строителей, уточнить знания о профессиях маляра, плотника.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.4.8. «Профессии тяжелой промышленности и строительства». Станочник  
Теория: Расширять представления детей о труде строителей, уточнить знания о профессиях маляра, плотника, станочника.

Практика: Презентация возможностей современного оборудования для обработки металлов и древесины, просмотр видеоматериалов.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.5. Профессии сферы услуг; Современные профессии  
«Профессии сферы услуг» (синоптик, работники кафе, магазина, транспорта)  
Теория: Сформировать у детей умение реализовывать и развивать сюжет игры «Кафе»

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.5.1. «Профессии сферы услуг» (синоптик, работники кафе, магазина, транспорта)

Теория: Расширять у детей знания о труде работников кафе; продолжить знакомить с правилами поведения в общественных местах.

Практика: Создание собственного прогноза погоды на неделю, выступление перед классом с использованием картинок и схем.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.5.2. «Профессии сферы услуг» (синоптик, работники кафе, магазина, транспорта)

Теория: Знакомить и расширять представления детей о транспортных профессиях: шофёр, капитан корабля, пилот самолёта и машинист поезда.

Практика: Игра «Ресторанчик»: распределение ролей официанта, повара, посетителя, составление меню и обслуживание гостей.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.5.3. «Профессии сферы услуг» (синоптик, работники кафе, магазина, транспорта)

Теория: Познакомить с профессиями людей, работающими в магазине, воспитывать уважение к людям труда.

Практика: Викторина по правилам дорожного движения, изучение устройства автомобилей и самолетов.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.5.4. «Профессии, которые нас охраняют»

Теория: Познакомить с профессиями, которые обеспечивают безопасность граждан и общественный порядок (охранник, полицейский, пожарный, военный).

Практика: Игры «Пожарный патруль», «Юный инспектор ГИБДД», моделирование ситуаций безопасности на дороге и в городе.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.5.5. «Профессии, которые нас охраняют»

Теория: Познакомить с профессиями, которые обеспечивают безопасность граждан и общественный порядок (охранник, полицейский, пожарный, военный).

Практика: презентация профессии программиста, веб-дизайнера, блогера, копирайтера.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.5.6. «В мире современных профессий»

Теория: Познакомить детей с профессией дизайнера, её разновидностями.

Практика: Работа над проектом интерьера комнаты или офиса, использование компьютерных программ для дизайна помещений

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

1.6. Итоговое занятие «Мир профессий будущего: инновации меняют привычные подходы к работе.»

Практика: Ребята выбирают интересную профессию будущего, рисуют рабочую зону и готовят короткую презентацию, объясняющую суть своей работы.

2. «Я и мои эмоции: путешествие в мир чувств»

2.1.1. Что такое эмоции?

Теория: базовые эмоции (радость, грусть, страх, гнев, удивление, стыд), зачем они нужны, как проявляются в теле.

Практика: игра «Угадай эмоцию» (мимика, жесты), создание «карты эмоций» с рисунками и описаниями.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

2.1.2. Как я чувствую: распознаём свои состояния

Теория: связь эмоций и телесных ощущений, сигналы стресса, понятие эмоционального комфорта.

Практика: упражнение «Сканируем тело» (осознанное внимание к ощущениям), дневник эмоций (запись 3 раз в день).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

2.1.3. Выражаем чувства словами

Теория: «Я-высказывания» vs «Ты-высказывания», как говорить о переживаниях без обвинений.

Практика: ролевые ситуации («Я расстроен, потому что...», «Мне приятно, когда...»), составление «словаря эмоций» (подбор синонимов для чувств).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

2.1.4. Управление эмоциями: техники саморегуляции

Теория: дыхательные упражнения, визуализация, переключение внимания, «коробка успокоения» (предметы для снятия стресса).

Практика: тренинг «5-4-3-2-1» (сенсорная фокусировка), создание персональной «коробки успокоения», медитация «Спокойное место».

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

2.1.5. Эмоции в отношениях: эмпатия и границы

Теория: что такое эмпатия, как понимать чувства других, личные границы в общении.

Практика: упражнения «Отражение эмоций» (повторение чувств собеседника), сценарии «Нет, спасибо» (отказ без агрессии), групповая дискуссия «Как поддержать друга?».

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

2.1.6. Фестиваль эмоций

Практика: творческий проект «Мой эмоциональный автопортрет» (рисунок, коллаж, мини-рассказ), презентация техник саморегуляции для родителей.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

2.2. «Мои сильные стороны: открываем таланты»

2.2.1. Кто я? Мои качества и интересы

Теория: понятие самооценки, чем отличаются способности и таланты, «зону роста».

Практика: упражнение «10 Я» (описание себя через качества, увлечения), создание «карты интересов» (схематичное изображение хобби).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### 2.2.2. Мои ресурсы: что я умею хорошо?

Теория: виды интеллекта (по Гарднеру: логический, творческий, социальный и др.), понятие «сильные стороны».

Практика: тест «Что у меня получается легко?» (самоанализ + обратная связь от одноклассников), составление «паспорта талантов» (список умений с примерами).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### 2.2.3. Цели и мечты: как их достигать?

Теория: SMART-цели, пошаговый план, преодоление трудностей.

Практика: упражнение «Дерево мечты» (корни — ресурсы, ветви — цели), составление плана на месяц (например, научиться вязать, освоить трюк на велосипеде).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### 2.2.4. Творчество как способ самовыражения

Теория: разные формы творчества (музыка, танец, письмо, рукоделие), как творчество помогает понять себя.

Практика: мастер-класс «Попробуй новое» (выбор из 3–4 направлений: оригами, стихосложение, ритмические упражнения), создание мини-проекта (поделка, короткий рассказ).

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### 2.2.5. Преодоление страхов и неуверенности

Теория: откуда берутся страхи, как отличить реальный риск от воображаемого, «язык тела» уверенности.

Практика: игра «Скульптура уверенности» (поза, взгляд, голос), сценарий «Я справлюсь!» (проработка тревожных ситуаций), техника «Письмо страху».

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

### 2.2.6. Ярмарка талантов

Практика: подготовка мини-выступления (чтение стихов, демонстрация поделки, танец), создание «сертификата достижений» с личными целями на следующий год.

**Форма контроля:** Педагогическое наблюдение

**ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ**  
**Содержание воспитательного модуля**  
**на 4 год обучения**

№	Содержательный ориентир	Воспитание на занятиях	Воспитательные мероприятия
1.	Гражданско-патриотическое воспитание		
	1.5.5. «Профессии, которые нас охраняют»	Познакомить с профессиями, которые обеспечивают безопасность граждан и общественный порядок (охранник, полицейский, пожарный, военный).	презентация профессии программиста, веб-дизайнера, блогера, копирайтера.
2	Духовно-нравственное воспитание		
	1.2.2. «Профессии образования и культуры. Учитель»	Знакомство с профессией учитель	Провести мини-занятие, где каждый ребенок выступает учителем определенного предмета, создавая небольшую презентацию о предмете, урок которого ведет.
3	Профессиональное самоопределение		
	1.5.6. «В мире современных профессий»	Познакомить детей с профессией дизайнера, её разновидностями.	Работа над проектом интерьера комнаты или офиса, использование компьютерных программ для дизайна помещений
4	Экологическое воспитание		
	1.3.7. «Профессии природы. Эколог»	Знакомство с профессией «Эколог».	Разработка мероприятий по охране окружающей среды (раздельный

			сбор мусора, посадка цветов и деревьев).
5	Здоровое питание		
	1.3.3. «Профессии здравоохранения. Врач»	Знакомство с основными специальностями медицинских работников.	Сюжетно – ролевая игра «Добрый доктор Айболит».

## КАНИКУЛЯРНЫЙ МОДУЛЬ

### Содержание каникулярного модуля 4 г.о.

№	Направление	Содержание деятельности		Форма (дистант)
1.	Гражданско-патриотическое направление	«Профессии, которые нас охраняют»	1.5.5.	Просмотрите видеоролик о профессиональных особенностях сотрудников МЧС, полиции и армии. Составьте короткий рассказ о том, почему важна каждая из перечисленных профессий. Сделайте рисунок одной из выбранных профессий и опишите, какую пользу приносит эта профессия обществу.
2.	Профилактическое направление	«Профессии легкой промышленности, здоровья и красоты». Врач Теория: Знакомство с профессией врача.	1.3.3.	Посмотрите презентацию о врачах разных специальностей (стоматолог, педиатр, офтальмолог, дерматолог). Определите, какая медицинская помощь необходима при простуде, головной боли, ушибе ноги и проблемах с зубами. Нарисуйте плакат с правилами гигиены и защиты здоровья.

3.	Творческое направление	«Профессии искусства и культуры. Писатель»	1.4.3.	Изучите презентации о профессии писателя и художника. Придумайте и напишите короткое стихотворение или небольшой рассказ о выбранной профессии. Нарисуйте иллюстрацию к своему произведению.
4	Здоровое питание	«Профессии лёгкой промышленности, здоровья и красоты. Фармацевт»	1.3.4.	Ознакомьтесь с информацией о важности сбалансированного питания и необходимых витаминах. Разработайте собственное меню здорового завтрака и обеда, включив фрукты, овощи, белки и злаки. Оформите красочный лист рекомендаций по уходу за кожей лица и волосами.

### Организационно-педагогические условия

#### Техническое оснащение занятий

- учебный класс;
- магнитофон;
- ноутбук;
- проектор;
- специальная литература по темам занятий.

#### Планируемые результаты освоения программы

Обучающийся должен:

- уметь планировать учебные действия;
- уметь слушать собеседника, договариваться о совместной деятельности, способен оценивать собственное поведение)
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению определению (проявляет выдержку, волю во время участия в

соревнованиях, выступления на концертах, понимает важность традиций коллектива)

Формы аттестации / контроля на 1,2,3,4 учебный год

**Способы определения результативности усвоения знаний и умений:**

1. Педагогическое наблюдение, которое осуществляется два раза в год по параметру:

- проведение культурно-досуговых и организационно – массовых мероприятий, занятие, самостоятельная работа, тестирование, анкетирование, итоговые занятия.

2. Диагностика:

1. Промежуточный или рубежный мониторинг.

Проводится в конце полугодия. Цели - определение степени усвоения учебного материала, определение результатов обучения. Формы проведения: опрос, контрольное занятие, самостоятельная работа, тестирование, анкетирование.

3. Итоговый мониторинг.

Проводится в конце учебного года. Цели - определение изменения уровня развития обучающихся, их творческих способностей; определение результатов обучения; ориентирование обучающихся на дальнейшее (в том числе самостоятельное) обучение; получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения.

**Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:**

Формы: опрос, контрольное занятие, самостоятельная работа, тестирование, анкетирование, итоговые занятия.

**Оценочные материалы**

**Начальная диагностика**

<b>Критерии оценки</b>	<b>Форма и методы диагностики (название методик)</b>
Оценка психических состояний	Методика по Айзенку
Адаптация к школе	Диагностика по Филлипсу
Удовлетворенность жизнью в школе	Тест удовлетворенности жизнью

**Промежуточная диагностика**

<b>Критерии оценки</b>	<b>Форма и методы диагностики (название методик)</b>
Оценка психических состояний	Тест восприятия индивидом группы
Адаптация к школе	Анкета по адаптации к школе для учеников младшего звена
Удовлетворенность жизнью в школе	Тест удовлетворенности жизнью

### Итоговая диагностика

<b>Критерии оценки</b>	<b>Форма и методы диагностики (название методик)</b>
Оценка психических состояний	Методика по Айзенку
Адаптация к школе	Анкета по адаптации к школе для учеников среднего звена
Удовлетворенность жизнью в школе	Тест удовлетворенности жизнью
Выявление уровня школьной тревожности	Диагностика по Филлипсу

### Шкала оценок

Выявления уровня школьной тревожности	Общая тревожность, Переживание социального стресса. Потребность в достижении успеха. Страх самовыражения. Страх ситуации проверки знаний. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу. Проблемы и страхи в отношениях с учителями.
Тест самооценка психических состояний по Айзенку	Тревожность. Фрустрация. Агрессивность. Ригидность.
Удовлетворенность жизнью в школе	Критическое состояние. «Серая жизнь». Хорошая жизнь. Отличная жизнь. Полная удовлетворённость жизнью.

## Список литературы

- Ананьев, Б.Г. О проблемах современного человекопознания / Б.Г. Ананьев. - М.: Наука, 1997. - С. 10-67.
- Божович, Л.И. Проблемы формирования личности / Л.И. Божович. -М.: МПСИ; Воронеж, 1997.
- Бреслаев, Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве / Г.М. Бреслаев. - М.: Педагогика, 1990.
- Вербовская, Е.В. и др. Психомоторное и эмоциональное развитие шестилетнего ребенка средствами выразительного движения / Е.В. Вербовская, А.С.Большев, Ю.А.Лебедев, Ю.Р. Силкин, Л.В.Филиппова -М.: Московский психолого-социальный институт; Нижегород.гос.архит. строит.ун-т., Гуманитарно-худож.ин-т. 2001.-289 с.
- Выготский, Л.С. Собр. соч.: В 6 т. Т. 4 / Л.С. Выготский. - М.: Просвещение, 1984. - 280 с.
- Вяткин, А.П. Психологические методы изучения экономической социализации личности в процессе обучения / А.П. Вяткин. - Иркутск: изд-во БГУЭП, 2004. - 228 с.
- Голованова, Н.Ф. Социализация младшего школьника как педагогическая проблема / Н.Ф. Голованова. - СПб. : Специальная литература, 1997.
- Гуткина, Н.И. Психологическая готовность к школе / Н.И. Гуткина. -СПб.: Питер, 2004. - 208 с.
- Изард, К.Е. Эмоции человека / К.Е. Изард. - М.: МГУ, 1980. - 440 с.
- Кулагина, И.Ю. Возрастная психология / И.Ю. Кулагина, В.Н. Коллюцкий. - М.: Творческий центр «Сфера», 2001. - 462 с.
- Кулагина, И.Ю. Возрастная психология (Развитие ребенка от рождения до 17 лет): учебное пособие. 4-е изд. / И.Ю. Кулагина. - М.: изд-во Ун-та Российской академии образования, 1998. - С. 120.
- Лейтес, Н.С. Возрастная одаренность и индивидуальные различия / Н.С. Лейтес. - Москва - Воронеж, 1997. - С. 86-90.
- Прихожан, А.М. Психологические проблемы нравственного воспитания школьников / А.М. Прихожан. - М., 1980. - С. 14-19.
- Рабочая книга школьного психолога / И.В.Дубровина, М.К. Акимова, Е.М. Борисова и др. / Под ред. И.В. Дубровиной. - М.: Просвещение, 1991. - С. 66.
- Реан, А.А. Социализация личности // Хрестоматия: Психология личности в трудах отечественных психологов / А.А. Реан. - СПб.: Питер, 2000.
- Скурат, Г.Г. Детский психологический театр: развивающая работа с детьми и подростками / Г.Г. Скурат. - СПб.: Речь, 2007.
- Соболева, А.В. Загадки-смекалки / А.В. Соболева. - М.: Гном-Пресс, 1999.
- Станиславский, К.С. Моя жизнь в искусстве / К.С. Станиславский. - М.: Искусство, 1962.
- Смирнов, А.А. Психология ребенка и подростка // Смирнов А.А. Избранные психологические труды: В 2 т. / А.А. Смирнов - М.: Педагогика, 1987. - Т. 1. - С. 176-178.

Фельдштейн, Д.И. Психология развивающейся личности / Д.И. Фельдштейн. - М. – Воронеж : МПСИ, 1996.

Филиппова, Л.В. Развитие социальной уверенности у дошкольников / Л.В. Филиппова, И.Н. Кольцова, Н.Ю. Молостова, Е.В. Прима. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. - 224 с.

Филиппова, Л.В. Педагогические технологии развития ребенка дошкольника / Л.В. Филиппова, Ю.А. Лебедев // Мир психологии. - 2003. - № 3. - С. 191- 204.

Якобсон, П.М. Эмоциональная жизнь школьника // Якобсон П.М. Психология мотивации / П.М. Якобсон. - М. - Воронеж, 1998. - С. 92-115, С. 117-118, С. 99-100.

Ярцев, Д.В. Особенности социализации современного подростка / Д.В. Ярцев // Вопросы психологии. - 1998. - № 6. - С.54-58.

## Приложения

Приложение 1. Годовые календарные учебные графики <https://max.ru/c/-72188784935159/AZ01XQDITJI>

Приложение 2. Оценочные материалы <https://max.ru/c/-72188784935159/AZ01XQDITJI>

Приложение 3. Методическое обеспечение <https://max.ru/c/-72188784935159/AZ01XQDITJI>