

Государственное образовательное автономное учреждение  
дополнительного образования Ярославской области  
«Центр детей и юношества»

Утверждаю

Директор ГОАУ ДО ЯО

«Центр детей и юношества»

  
Дубовик Е.А.

Приказ 17-01/211 от 05.04.2023



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«**Познай себя**»

Направленность программы: социально-гуманитарная

Уровень программы: базовый

Возраст обучающихся: 5-18 лет

Срок реализации: 1 год

**Автор-составитель:**

Мешкова Евгения Вадимовна,  
педагог-психолог

г. Ярославль,

2023

## Оглавление

<b>1.</b>	<b>Комплекс основных характеристик программы</b>	
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Учебно-тематический план по годам обучения	5
1.3.	Содержание программы	5
<b>2.</b>	<b>Комплекс организационно-педагогических условий</b>	
2.1	Календарный учебный график	7
2.2	Методическое обеспечение	7
2.3	Оценочные материалы	8
2.4	Материально-техническое обеспечение	9
2.5	Кадровое обеспечение	9
<b>3.</b>	<b>Список информационных источников</b>	9
<b>4.</b>	<b>Приложения</b>	
1.	Примерный календарный график на 2023-2024 учебный год	12

# 1. Комплекс основных характеристик программы

## 1.1. Пояснительная записка

### **Направленность программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Познай себя» (далее – программа) имеет социально-гуманитарную направленность и относится к программам индивидуального обучения в рамках психологического консультирования и коррекции развития обучающихся. Программа имеет базовый уровень.

### **Актуальность программы**

Важное место в образовательном процессе занимают психическое здоровье детей, индивидуализация сопровождения ребенка, создание психологически безопасной и комфортной образовательной среды.

Педагог-психолог знает особенности развития ребенка, возрастные кризисы, через которые проходит ребенок, закономерности работы детской психики, важность различных видов деятельности на определенных этапах жизни ребенка. Индивидуальные психологические занятия помогают ребёнку справиться с эмоциональными и поведенческими проблемами, сложностями в общении со сверстниками и взрослыми, с трудностями в обучении и со многими другими возникающими проблемами.

Настоящая программа – это планируемый и особым образом организуемый психолого-педагогический процесс, направленный на системное развитие и коррекцию индивидуальных психических процессов, познавательных качеств, поведенческих реакций детей в сочетании с созданием условий для их личностного развития и адаптации в социуме.

Работа по программе осуществляется в рамках целостного подхода к воспитанию и развитию ребенка. Она ориентирована на индивидуально-психологические особенности обучающихся и построена с их учетом.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Познай себя» разработана с учетом нормативно-правовой базы и локальных актов ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества» (см. ниже в разделе «Список информационных источников»).

### **Обучающиеся, для которых программа актуальна**

Программа предназначена детям в возрасте от 5 до 18 лет, испытывающих такие трудности как: психологическая несамостоятельность, поведенческие нарушения, нарушение эмоционально-волевой сферы, затруднение процесса обучения, социализации.

В работе могут участвовать совместно с обучающимися их родители (законные представители).

### **Формы и режим занятий**

Форма обучения – очная, индивидуальная. В случае введения ограничительных мер на реализацию образовательной программы в очном формате, связанных с санитарно-эпидемиологической обстановкой, реализация программы может осуществляться в дистанционном режиме с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, утвержденных приказом. Реализация программы будет осуществляться через специализированные сервисы организации занятий, утвержденные приказом директора образовательной организации.

Занятия с обучающимися проводятся 1 раз в неделю по 1 учебному часу. Продолжительность учебного часа:

- для обучающихся 5-8 лет 35 минут,
- для обучающихся 9-18 лет 45 минут.

Возможна корректировка режима работы, в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка.

### **Срок реализации программы**

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Количество учебных часов в год 36 часов.

**Цель программы** – создание условий для развития и коррекции коммуникативных функций, познавательных процессов и социальной адаптации средствами коррекционного психолого-педагогического воздействия и психологического консультирования.

**Задачи программы:**

- снизить эмоциональное и мышечное напряжение, способствовать формированию положительного эмоционального настроя на прохождение индивидуальной программы обучения;
- обеспечить социально-психологическую защиту ребёнка в случаях неблагоприятных условий жизни при психотравмирующих обстоятельствах;
- способствовать развитию и коррекции коммуникативных и высших психических функций;
- способствовать развитию и коррекции эмоционально-волевой и личностной сфер ребёнка;
- обеспечить психологическое сопровождение ребенка при переходе на новый образовательный уровень;
- способствовать формированию познавательной активности и учебной мотивации;
- способствовать осознанному профессиональному самоопределению;
- консультативную помощь родителям в вопросах выбора стратегии воспитания ребёнка;
- оказывать консультативную помощь педагогам образовательного учреждения в вопросах выбора индивидуально-ориентированных методов и приёмов работы с обучающимся.

**Планируемые результаты**

**Предметные результаты:**

*Теоретические знания:*

- правила безопасного поведения на занятии;
- социальные нормы и правила;
- коммуникативные действия и операции;
- способы разрешения конфликтных ситуаций;
- особенности своей личности для дальнейшего выбора профессии.

*Практические умения:*

- коммуникативные действия и операции;
- установление и поддержка контактов;
- сотрудничество в конфликтных ситуациях, через поиск компромиссных решений;
- работа по образцу и (или) по инструкции;
- умение выделять свойства предметов.

*Личностные результаты:*

- владение различными способами решать проблемы психологического характера;
- навык позитивной самооценки своих возможностей;
- навык понимать позицию другого человека;
- умение определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- начальный навык познавательной и личностной рефлексии.

*Метапредметные результаты:*

- принимать и сохранять учебную задачу;
- понимать смысл инструкции педагога;
- осуществлять контроль и самооценку своего участия в разных видах психологической деятельности.

**Формы контроля и аттестации**

Реализация программы предусматривает входную диагностику, текущий, итоговый контроль и аттестацию обучающихся. Для отслеживания результатов программы используется система методов наблюдения, контроля и диагностики в соответствии с Положением о форме, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости, итоговой и промежуточной

аттестации обучающихся ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества».

Методы и формы контроля, входного, текущего и итогового, позволяющие фиксировать начальный уровень, а также текущие изменения, прогнозировать положительный результат и вовремя предотвращать негативные последствия, они применяются на протяжении всего периода освоения программы и представлены в разделе «Методическое обеспечение программы».

Текущий контроль: наблюдение, беседа, самооценка, сравнительный анализ выполнения практических заданий.

Итоговый контроль: диагностические задания, наблюдение, беседа.

Аттестация: диагностические задания, наблюдение, беседа.

Основным методом выявления результатов обучения является педагогическое наблюдение за обучающимися в различных образовательных ситуациях: на учебных и открытых занятиях.

## 1.2. Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела программы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности.	1	0,5	0,5	Диагностические задания. Устный опрос. Беседа.
2.	Психологическое консультирование и коррекция.	34	4	30	Беседа. Наблюдение. Практические упражнения.
2.1.	Коммуникативная сфера	11	1	11	Беседа. Наблюдение. Практические упражнения.
2.2.	Познавательная сфера	10	1	9	Беседа. Наблюдение. Практические упражнения.
2.3.	Эмоционально-волевая и личностная сфера	10	2	8	Беседа. Наблюдение. Практические упражнения.
2.4.	Профориентация	3	2	1	Беседа. Игра. Тесты.
3.	Аттестация. Итоговое занятие.	1	0,5	0,5	Диагностические задания. Устный опрос. Беседа
<b>Итого:</b>		<b>36</b>	<b>5</b>	<b>31</b>	

## 1.3. Содержание

### 1. Вводное занятие. Психологическая диагностика и обследование личности (1 ч.)

Теория. Знакомство с ребенком и его родителями (законными представителями) при необходимости. Выявление и анализ психического состояния и индивидуальных особенностей ребенка. Техника безопасности.

Практика. Социально-педагогическая диагностика по направлениям: коммуникативная, познавательная, эмоционально - волевая личностная сферы. Обсуждение с родителями ребенка индивидуальной программы психологической коррекции ребенка. Учебная эвакуация.

### 2. Психологическое консультирование и коррекция (34 ч.)

#### 2.1. Коммуникативная сфера

Теория. Понятие «коммуникативная сфера».

Практика. Активное психологическое воздействие, направленное на коррекцию эмоционального состояния и поведения ребенка, снятие последствий психотравмирующих

ситуаций, нервно-психической напряженности. Психологическая коррекция и развитие различных сфер в условиях педагогического кабинета и сенсорной комнаты:

- коммуникативные действия и операции;
- согласованность коммуникативных действий с партнёрами;
- способы разрешения конфликтных ситуаций;
- социометрический статус.

## **2.2. Познавательная сфера**

Теория. Понятие «познавательная сфера».

Практика. Активное психологическое воздействие, направленное на коррекцию эмоционального состояния и поведения ребенка, снятие последствий психотравмирующих ситуаций, нервно-психической напряженности, формирование личностных предпосылок для адаптации к социальной среде. Психологическая коррекция и развитие различных сфер в условиях педагогического кабинета и сенсорной комнаты:

- внимание: устойчивость, переключаемость;
- восприятие: дифференциация пространственных понятий, временное восприятие, восприятие предметов и их свойств, формы, размера, цвета.
- память: зрительная, слуховая, двигательная;
- мышление: наглядно-действенное, наглядно-образное, словесно-логическое, понятийное; последовательность мышления, мыслительные операции (классификация, сравнение, анализ, синтез, воображение, фантазия);

## **2.3. Эмоционально-волевая и личностная сфера**

Теория. Понятие «эмоционально-волевая сфера», «личностная сфера».

Практика. Формирование личностных предпосылок для адаптации к социальной среде. Психологическая коррекция и развитие различных сфер в условиях педагогического кабинета и сенсорной комнаты:

- саморегуляция и контроль;
- поведенческие реакции: активность/пассивность, бодрость/вялость, двигательная расторможенность/скованность, фон настроения, конфликтность, тревожность, страхи, реакция на одобрение/замечание;
- самооценка;
- мотивация: к игровой и учебной деятельности, к общению.
- профессиональная ориентация;
- социальные нормы и правила

## **2.4. Профорентация**

Теория. Понятие «профессиональное самоопределение».

Практика. Психологическая коррекция и развитие различных сфер в условиях педагогического кабинета и сенсорной комнаты:

- виды профессий, их особенности;
- личностные особенности при выборе профессии (тип мышления, темперамент, локус контроля, интересы, склонности, возможности);
- ценностно-смысловой компонент самоопределения.

## **3. Аттестация. Итоговое занятие. (1 ч.)**

Теория. Рекомендации для обучающегося.

Практика. Выполнение диагностических заданий, диагностика эффективности занятий в соответствии с индивидуальной программой психологической коррекции ребенка.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

Примерный календарный учебный график на 2023-2024 учебный год смотри ниже в разделе «Приложения».

### 2.2. Методическое обеспечение

Программа «Познай себя» включает в себя взаимосвязанные направления коррекционной работы:

1. Диагностическое: комплексный сбор сведений о ребёнке на основании психодиагностики; определение уровня актуального и зоны ближайшего развития обучающегося, выявление его резервных возможностей; изучение уровня развития различных сфер и личностных особенностей обучающихся; изучение социальной ситуации развития и условий семейного воспитания.

2. Коррекционное: подбор оптимальных для развития ребёнка методик, методов и приёмов обучения; организация и проведение индивидуальных специальных коррекционных занятий, направленных на коррекцию и развитие высших психических функций, эмоционально-волевой и личностной сфер ребёнка, психокоррекцию поведения, универсальных учебных действий (личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных), социальную защиту ребёнка при психотравмирующих обстоятельствах.

3. Консультативное: выработка рекомендаций по направлениям коррекционной работы для всех участников образовательного процесса, консультирование специалистов по выбору индивидуально-ориентированных методов и приемов работы с обучающимися, консультативная помощь семье в вопросах стратегии воспитания ребенка.

Перечень методического обеспечения к программе

№ п/п	Название раздела программы	Название и форма методического материала	
		для обучающихся 9-18 лет	для обучающихся 5-8 лет
1.	Вводное занятие. Диагностика.	Вводная диагностика: - Методика «Самооценка» Дембо-Рубинштейн, - Диагностика детско-родительских отношений - Методика исследования личности Шмишека. - Методика «Исследование типа семейного воспитания» Э.Г. Эйдемиллера. - Тест "Социальный интеллект" Дж. Гилфорда. - Набор методик для психологического исследования Иткина И.В.	Вводная диагностика: - Методика диагностики самооценки «Лесенка» В.Г. Щур; - Диагностика детско-родительских отношений: рисуночная методика «Рисунок семьи»; - Диагностика тревожности: рисуночная методика «Кактус» М.А. Панфиловой, тест тревожности Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен. - Методика изучения личности ребенка: тест «Незаконченные предложения» Сакса-Леви;
2.	Психологическое консультирование и коррекция.	Беседа. Диагностика. Практические упражнения.	
2.1.	Коммуникативная сфера	- «Игротерапия общения: тесты и коррекционные игры», Панфилова М.А.; - «Развитие коммуникационных	- Пособие «Развитие речи и познавательных способностей детей 4-5,6-7 лет»; - Пособие «ПМПК: комплект рабочих материалов» М.М.

		умений. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность» Н.В. Ключева.	Семаго; - Пособие: «Формирование коммуникативных умений младших школьников с использованием наглядности.», И.М. Михайлова
2.2.	Познавательная сфера	1. Пособие «Практическая психология в тестах» Р. Римская. 2. Пособие «Психодиагностика» Р.С. Немов.	1. Пособие: «Тетрадь для занятий с детьми», Безруких М.М. 2. Пособие: «Графические диктанты»: пособие для занятий с детьми 5-7 лет, - Голубь В. Т. 3. Пособие: «Развитие интеллекта детей 4-6, 5-7 лет», С.И. Карпова, В.В. Мамаева.
2.3.	Эмоционально-волевая и личностная сфера	1. Пособие «Агрессивное поведение: коррекция» М.Н. Заостровцева, Н.В. Перешеина. 2. Пособие «Коррекция тревожности средствами арт-терапии» Одинцов А. А. Матвеева Б.Р. 3. Пособие «Развитие личности подростка: программа практических занятий». 4. Пособие «Агрессивное поведение: коррекция», М.Н. Заостровцева, Н.В. Перешеина.	- «Индивидуальная психологическая диагностика ребёнка 5-7 лет», А.Н. Веракса. - Пособие Гармоничное развитие личности младшего школьника, Л.В. Кузнецова. - Комплект коррекционно-развивающих материалов для работы с детьми от 4 лет «Что за чем и почему?», Кагарлицкая Г.С. - Диагностические тесты личности
2.4	Профориентация	1. Атлас новых профессий 3.0. / Под ред. Д. Варламовой, Д. Судакова. 2. Ахмадеева М. С. Система работы по ранней профориентации.	- Зеер Э.Ф. Психология профессий. Учебное пособие - Климова Е.К. Психология успеха. Тренинг личностного и профессионального развития: учебно-методическое пособие - Павлова Т. Л. Профориентация старшеклассников: диагностика и развитие профессиональной зрелости
3.	Аттестация. Итоговое занятие.	Диагностические задания, выбранные педагогом для вводной диагностики. Устный опрос. Беседа.	

### 2.3. Оценочные материалы

Оценка освоения программы определяется наличием динамики изменений личностных характеристик на основе входной и итоговой диагностики (диагностические методики указаны в разделе «Методическое обеспечение программы») и метода наблюдения.

Критерии педагогического наблюдения:

- проявляет/не проявляет интерес к знакомству с историей коллектива, Центра;
- активен/пассивен в учебной деятельности, в процессе получения информации, в коллективных мероприятиях;
- проявляет/ не проявляет инициативу;
- проявляет/не проявляет усидчивость, терпение, дисциплинированность, ответственность, самоорганизованность;

- проявляет/не проявляет осознанное внимательное и бережное отношение к своему здоровью;
- стремиться/не стремиться к общению;
- проявляет/не проявляет активность и дружелюбие, взаимопомощь в коллективе, уважительность в общении с педагогом и другими обучающимися;
- соблюдает/не соблюдает правила поведения во время занятий;
- контролирует/не контролирует своё поведение во время обучения.

#### **2.4. Материально-техническое обеспечение**

Для реализации программы необходимы:

- |  |                                    |
|--|------------------------------------|
| 1. Учебный кабинет                       | 9. Маркеры - 3 шт.                 |
| 2. Ученическая парта- 1 шт.              | 10. Тетради - 15 шт.               |
| 3. Ученический стул - 25 шт.             | 11. Краски – 5 упаковок            |
| 4. Компьютер - 1 шт.                     | 12. Пластилин – 5 упаковок         |
| 5. Интерактивная доска или экран - 1 шт. | 13. Цветная бумага – 5 упаковок    |
| 6. Проектор -1 шт.                       | 14. Набор тематических игрушек:    |
| 7. Принтер - 1 шт.                       | животные, дом, посуда, профессии и |
| 8. Магнитно-маркерная доска - 1 шт.      | т.д. – 1 шт.                       |

#### **2.5. Кадровое обеспечение**

Программа может быть реализована педагогом, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень.

Педагог должен владеть методикой организации игровой деятельности обучающихся, а также всеми необходимыми профессиональными знаниями и компетенциями.

### **3. Список информационных источников**

#### **Нормативно-правовая база:**

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями.
2. Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ о внесении изменений в Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации по вопросам воспитания обучающихся».
3. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ № 652н от 22 сентября 2021 г. «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации от 18.09.2017 г., регистрационный № 48226) «Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 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".
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02 ноября 2021 г. № 27 «О внесении изменения в пункт 3 постановления Главного

государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)».

8. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 21.03.2022 г. № 9 «О внесении изменений в санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-2019)", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16»;
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
10. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».
11. Положение об организации и осуществлении образовательного процесса в ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», утвержденное приказом № 17-01/ 117 от 01.03.2023.
12. Положение о дополнительной общеобразовательной программе и порядке её утверждения в ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», утверждено приказом № 17-01/ 117 от 01.03.2023.
13. Положение о форме, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и аттестации обучающихся ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», утвержденное приказом № 17-01/ 117 от 01.03.2023.
14. Положение о порядке обучения по индивидуальному учебному плану в ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», утвержденное приказом № 17-01/ 117 от 01.03.2023.
15. Положение о реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий и электронных средств обучения в ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», утвержденное приказом № 17-01/ 117 от 01.03.2023.
16. Положение о порядке посещения обучающимися мероприятий, проводимых в ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества» и не предусмотренных учебным планом, утвержденное приказом № 17-01/ 117 от 01.03.2023.
17. Методические рекомендации по разработке дополнительной общеобразовательной программы в ГОАУ ДО ЯО «Центр детей и юношества», утвержденные приказом № 17-01/ 117 от 01.03.2023.

#### **Литература для педагога:**

1. Ануфриев, А.Ф. Как преодолеть трудности в обучении детей. Психодиагностические таблицы. Психодиагностические методики. Коррекционные упражнения. 3-е изд., перераб. и доп. / А.Ф. Ануфриев, С.Н. Костромина. – М.: Издательство «Ось-89», 2003. – 272с. (Практическая психология).
2. Абрамова Г.С. Психологическое консультирование: теория и опыт. - М.: Академия, 2003. - 240 с.
3. Истратова, О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники. 3-е изд., перераб. и доп. / О.Н. Истратова. — Ростов н/Д: Феникс, 2009. — 349с. (Психологический практикум).
4. Истратова, О.Н. Справочник по психокоррекции / О.Н. Истратова, Т.В. Эксакусто. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 443с. – (Справочник).
5. Немов Р.С. Психологическое консультирование: Учебник для студентов вузов. - М.: ВЛАДОС, 2001. - 528с.
6. Психогимнастика в тренинге / Под редакцией Н.Ю. Хрящевой. – СПб.: Речь, 2004. – 256с.

7. Самохвалова А. Г. Коммуникативные трудности ребенка. Проблемы, диагностика, коррекция. СПб., 2011.
8. Стишенок, И.В. Тренинг уверенности в себе: развитие и реализация новых возможностей / И.В. Стишенок. – СПб.: Речь, 2006. – 240с.
9. Фопель, К. Как научить детей сотрудничать. Ч. 1. / К. Фопель. – М.: Генезис, 2010.
10. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции. - М.: Изд. центр «Академия», 2006
11. Экскакусто, Т.В. Практикум по групповой психокоррекции: тренинги, упражнения, ролевые игры /Т.В. Экскакусто. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 339с. – (Психологический практикум).

### **Литература для обучающихся:**

1. Афанасьев А. Тайм-менеджмент для детей. Мечтай и действуй. – Ростов н/Д.: Феникс, 2017.
2. Буше Ф. Книга, которая сделает тебя самым счастливым на свете. – М.: «Клевер-Медиа-Групп», 2014.
3. Буше Ф. Книга о том, кто такие родители, откуда они взялись и почему заставляют тебя есть овощи и делать много других ненужных вещей. - «Клевер-Медиа-Групп», 2013.
4. Кассар Р., Велла К. Я не люблю Учиться. – М.: Издательство ИТРК, 2017.
5. Кедрова Н.В. Алфавит эмоций. - Ростов н /Д.: Феникс, 2015.
6. Кляйндинст А.- К. Советы в картинках. Давай договоримся. Как повзрослеть вместе с ребенком. – М.: Самокат, 2018.
7. Лунина И. Все, о чем не спросишь у взрослых. Современной девчонке от 11 до 15. – СПб.: Вектор, 2010.
8. Макеева А.Г. Что делать, если делать этого не хочется. – М.: Клевер-Медиа-Групп, 2018.
9. Максимов А. Как перевоспитать родителей и другие проблемы, которые должен решить «разведчик» - подросток. – СПб.: Питер, 2017.
10. Марок А. Почему я? История белой вороны. – М.: Манн, Иванов и Фабер, 2016.
11. Млодик И. Двое из огромного мира мужчин: книга для сыновей и отцов. – Ростов н /Д : Феникс, 2015.
12. Млодик И. Если они могут встретиться...или твой навигатор по дружбе. – Ростов н /Д : Феникс, 2015.
13. Петрановская Л.В. Что делать, если ждет экзамен? – М.: АСТ, 2015.
14. Питчер А. Моя сестра живет на каминной полке. – М.: Издательство АСТ, 2019.
15. Смит Д. Прекрасное разнообразие. – СПб.: Азбука, Азбука-Аттикус, 2012.
16. Снайдер Д. Практическая психология для подростков, или как найти свое место в жизни. – М.: Аст-пресс, 1999. (Практическая психология)
17. Соловейчик С.Л. Учение с увлечением. - М.: Издательство АСТ, 2019.
18. Танг Д. Быть интровертом. История тихой девочки в шумном мире. – М.: Манн, Иванов и Фабер, 2018.
19. Тимошенко Г.В. 50 лайфхаков: психологические квесты. - М.: Издательство АСТ, 2017.
20. Чеснова И.Е. Как стать взрослым? – М.: «Аванта», 2018.
- 21.
22. Чеснова И.Е. Как стать уверенными в себе. – М.: Аванта, 2018.
23. Чеснова И.Е. Как победить страхи. - М.: Издательство АСТ, 2018.

Примерный календарный учебный график на 2023-2024 учебный год

место занятий \_\_\_\_\_, время занятий \_\_\_\_\_

АПР - анализ итогов практической работы

№	Дата	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1		1	Вводное занятие. Вводная диагностика.	Диагностические задания. Устный опрос. Беседа.
Коммуникативная сфера				
2		1	Учимся общаться. Как?	Устный опрос. Беседа.
3		1	Приемы общения. Невербальные средства общения.	Беседа. Игра.
4		1	Приемы общения. Вербальные средства общения.	Беседа. Игра.
5		1	Общение с собой.	Беседа. Игра.
6		1	Сила слова. Словесные директивы	Беседа. Игра.
7		1	Сила слова. Как сказать: «НЕТ»?	Беседа. Игра.
8		1	Ошибки общения. Искажение информации.	Устный опрос. Беседа. Игра.
9		1	Ошибки общения. Манипуляции	Устный опрос. Беседа. Игра.
10		1	Конфликты. Способы решения конфликтов.	Устный опрос. Беседа. Игра. Наблюдение.
11		1	Конфликты. Способы решения конфликтов.	Устный опрос. Беседа. Игра. Наблюдение.
12		1	Стили поведения в конфликтной ситуации.	Устный опрос. Беседа. Игра. Наблюдение.
Познавательная сфера				
13		1	Развитие памяти	Тесты. АПР
14		1	Развитие памяти	Тесты. АПР
15		1	Развитие мышления	Тесты. АПР
16		1	Развитие мышления	Тесты. АПР
17		1	Развитие воображения	Тесты. АПР
18		1	Развитие воображения	Тесты. АПР
19		1	Развитие восприятия	Тесты. АПР
20		1	Развитие восприятия	Тесты. АПР
21		1	Развитие творческого мышления	Тесты. АПР
22		1	Развитие творческого мышления	Тесты. АПР
Эмоционально-волевая и личностная сфера				
23		1	Кто такой «Я»? (мой автопортрет)	Беседа. Игра. Наблюдение.
24		1	Я сам (ощущение собственной значимости)	Беседа. Игра. Наблюдение.
25		1	Я хочу (мои желания, потребности)	Беседа. Игра. Наблюдение.
26		1	Я могу (мои способности)	Беседа. Игра. Наблюдение.
27		1	Я боюсь (страх, тревожность)	Беседа. Игра. Наблюдение.
28		1	Как себе помочь (самоконтроль)	Беседа. Игра. Наблюдение.
29		1	Я и мои эмоции (как понимать и выражать свои эмоции)	Беседа. Игра. Наблюдение.
30		1	Я и мои эмоции (как понимать и выражать свои эмоции)	Беседа. Игра. Наблюдение.

31		1	Я и мои эмоции (как понимать и выражать свои эмоции)	Беседа. Игра. Наблюдение.
32		1	Я и мои эмоции (как понимать и выражать свои эмоции)	Беседа. Игра. Наблюдение.
Профориентация				
33		1	Виды профессий, их особенности	Беседа. Игра. Тесты.
34		1	Личностные особенности при выборе профессии	Беседа. Игра. Тесты.
35		1	Ценностно-смысловой компонент самоопределения	Беседа. Игра. Тесты.
36		1	Итоговое занятие. Аттестация. Итоговая диагностика.	Диагностические задания. Устный опрос. Беседа.
<b>Итого:</b>		<b>36 ч</b>		