

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр внешкольной работы «Новая Авеста»
(МБУ ДО Центр «Новая Авеста»)

Принята на заседании
Педагогического совета
МБУ ДО Центр «Новая Авеста»
Протокол от 29.08.2024 г. №1

Утверждаю
Директор МБУ ДО Центр «Новая Авеста»
 Г.П. Заева
Приказ от 30.08.2024 г. № 60-0



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
социально-гуманитарной направленности
«Я в мире других»
на 2024-2025 учебный год

Возраст обучающихся: 8 - 9 лет
1 год обучения (72 часа)
№ групп: 9
Уровень: базовый

Автор-составитель:
Мусихина Светлана Ивановна,
Педагог дополнительного образования

г. Екатеринбург, 2024

Содержание

	наименование	стр.
1	Пояснительная записка	3
2	Цель, задачи программы	3
3	Планируемые результаты	3
4	Содержание программы	4
5	Календарно-тематический план	7
6	Условия реализации программы	8
7	Список литературы	9

1. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Я в мире других».

Направленность рабочей программы - социально-гуманитарная.

Уровень рабочей программы: базовый

Адресат программы: обучающиеся 8 - 9 лет.

Количество обучающихся в группе: 8-12 человек.

Объем и срок освоения рабочей программы. 1 год обучения, 72 часа в год.

Периодичность и продолжительность занятий: 1 раз в неделю по 2 часа на группу, 1 час равен 45 минутам.

Форма обучения: групповая.

Виды занятий: беседа, занятие-игра, «мозговой штурм», практическое занятие, тренинг.

Формы подведения результатов: беседа, практическое занятие.

Особенности организации образовательной деятельности:

группы формируются из обучающихся одного возраста; состав группы постоянный, специального отбора в группы не проводится.

Учебный год начинается с 15 сентября.

Рабочую программу реализует педагог дополнительного образования.

Рабочая программа «Я в мире других» реализуется в течение всего учебного года, включая каникулярное время.

2. Цель и задачи рабочей программы

Цель: обучение толерантности на основе рефлексии.

Задачи:

обучающие:

- научить анализировать, понимать поведение других людей;
- научить ребёнка отождествлять свои переживания и чувства с конкретными словами;
- научить управлять своими эмоциями;

развивающие:

- сформировать произвольность, внутренний план действий;
- развить способность к рефлексии;

воспитательные:

- привить уважение к чувствам другого человека;
- воспитать эмоционально-ценностное отношение к миру.

3. Планируемые результаты

Метапредметные результаты:

- смогут соблюдать нормы и правила, способствующие психологическому благополучию в социуме;
- будут обладать умением эмоционально-ценностного отношения к миру;

Личностные результаты:

- смогут понимать свои эмоции, эмоции других людей;
- будут обладать умением адекватно выражать свои чувства;

Предметные результаты:

- приобретут навык слушать собеседника;
- будут обладать умением формировать внутренний план действий.

4. Содержание программы

Тема № 1 «Душа человека. Инструктаж по ОТ, правила поведения в Центре».

Цель: направить внимание ребёнка вовнутрь.

Теория. Душа как внутренний мир человека. Индивидуальность. Ощущения. Правила поведения.

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования, упражнение: «я согреваю мир теплом своей души».

Тема № 2 «Имя».

Цель: тест на отношение каждого ребёнка к собственному имени.

Теория. Определение понятия «самооценка», «уважение». Отношение к собственному имени. Ласковые имена. Чем отличаются прозвище, кличка, псевдоним?

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 3 «Радость».

Цель: научиться определять радость у других людей, адекватно реагировать на неё, связывать собственные положительные переживания с соответствующими словами.

Теория. Знакомство с эмоциями. Эмоция радости. Улыбка, какой она бывает? Смех над собой и смех над кем-то.

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 4 «Грусть».

Цель: обучение детей идентифицировать эмоциональное состояние других людей и осознавать своё собственное.

Теория. Эмоция грусти. Какого цвета грусть? Какие другие слова описывают состояние грусти? Проявления грусти. Что помогает пережить состояние грусти?

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 5 «Слёзы».

Цель: анализ состояний, в которых люди плачут.

Теория. Состояния души, связанные с неприятными переживаниями.

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 6 «Любовь».

Цель: определить поведение, которое называется словом «любовь», показать, что она проявляется не столько в словах, сколько в ответственных поступках.

Теория. Чувства, связывающие людей между собой. Какого цвета любовь? Какие слова описывают любовь? Проявления любви.

Практика. Психогимнастика, игра-упражнение «радуга», работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 7 «Свершение. Завершённость».

Цель: научить детей завершать начатое дело, разбудить желание увидеть нечто запланированное в законченном виде.

Теория. Всегда ли всё нужно доводить до конца? Задачи с ответом и без.

Практика. Психогимнастика, игра-упражнение «мельница», работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 8 «Гнев».

Цель: научить ребёнка владеть своими эмоциями и адекватно реагировать на чужой гнев.

Теория. Эмоция гнева. Причины её проявления. Как можно справиться со своим гневом?

Практика. Психогимнастика, игровые ситуации, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 9 «Ложь. Правда».

Цель: показать неэффективность и возможный вред лживого поведения для формирования зрелой личности.

Теория. Определение понятий «ложь», «правда». Причины детской лжи.

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 10 «Похвала. Лесть».

Цель: подчеркнуть необходимость видеть в людях хорошие черты, отличать похвалу от лести.

Теория. Определение понятий «похвала», «лесть». Чем отличаются похвала и лесть? Как лучше хвалить других?

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования, упражнение «сцепленные руки».

Тема № 11 «Наказание».

Цель: показать, что при наказании осуждается не личность ребёнка, а его поступок.

Теория. Наказание –ограничение. Чувства участников ситуации наказания.

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 12 «Страх».

Цель: обучение ребёнка работать со своим страхом, а не подавлять его или скрывать.

Теория. Определение страха. Виды страха. Когда страх спасает, а когда мешает? Его предупреждение и коррекция.

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования, упражнение «рисуем страх».

Тема № 13 «Ответственность».

Цель: разговор на тему осознанности, обдуманности или необдуманности действий и их последствий.

Теория. Определение ответственности.

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 14 «Искусство дарить и получать подарки».

Цель: научить детей получать удовольствие от процесса дарения, а не только от получения подарков.

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования, ролевая игра «подарок».

Тема № 15 «Вежливость и благодарность».

Цель: научить детей рассматривать вежливое поведение других людей по отношению к ним не как должное, а как проявление доброй воли.

Теория. Определение понятий «вежливость», «благодарность». Влияние людей друг на друга.

Примеры вежливости. Удовольствие дарить подарки.

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 16 «Сочувствие».

Цель: обучить детей проявлять сочувствие к другим и определять подобное поведение у окружающих.

Теория. Понятие «сочувствие». Чувства других людей. Действия в которых проявляется сочувствие.

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования, упражнение «зеркало».

Тема №17 «Зависть».

Цель: научить детей достойно относиться к различию в возможностях, которые имеют их семьи.

Теория. Определение понятия «зависть». Какой бывает зависть?

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования, упражнение «львиное сердце».

Тема № 18 «Уважение. Достоинство».

Цель: научить детей видеть достоинства одноклассников и уважительно говорить о них.

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 19 «Ценность человеческой жизни».

Цель: показать детям ценность человеческой жизни, научить их трепетному отношению к собственной жизни и жизни другого.

Теория. Определение понятия «ценность».

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 20 «Личность в профессии».

Цель: ознакомить обучающихся с понятием «профессия».

Теория. Определение понятия «профессия». Какие бывают профессии. Профессия родителей.

Тема № 21 «Рождение и смерть».

Цель: работа с эмоциями, возникающими в процессе литературного описания феноменов жизни и смерти.

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 22 «Свобода и ответственность».

Цель: обозначение грани между возможностью проявления собственных желаний и действий и требованием общества не нарушать права других людей.

Теория. Определение понятия «свобода». Может ли свобода одного человека ограничивать свободу другого?

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 23 «Что такое хорошо и что такое плохо?»

Цель: показать многогранность и относительность понятий «хороший» и «плохой», размытость границ между ними.

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 24 «Обида. Месть. Прощение».

Цель: подчеркнуть неэффективность обиды в общении, разрушительность мести, а также обсудить различные способы выхода из ситуаций, в которых порождаются эти чувства.

Теория. Чувства обиды, мести. Причины их появления.

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 25 «Неожиданные ситуации».

Цель: обсудить с детьми поведение в сложных ситуациях, где адекватная реакция сохранит жизнь ребёнка.

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 26 «Культурный человек».

Цель: воссоздать знания, полученные на предыдущих занятиях.

Теория. Определение культуры. Культурный человек, какой он? Правила поведения в обществе. Понятие толерантности (терпимости).

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 27 «Закон. Права и обязанности».

Цель: создать у детей уважительное отношение к законам и показать, что права человека неразрывно связаны с обязанностями.

Теория. Что такое законы. Зачем они нужны? Права и обязанности.

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 28 «Фантазия и обман».

Цель: активация фантазии, с одной стороны, и усилий, направленных на выполнение желания – с другой.

Теория. Отличие фантазии от обмана. Исполнение желаний.

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 29 «Творчество».

Цель: показать детям, что в творчестве с наибольшей силой проявляется индивидуальность каждого человека.

Теория. Разные значения слова «творить». Определение понятия «творчество».

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 30 «Творчество и профессия».

Цель: показать обучающимся какое место занимает творчество в профессии.

Теория. Можно ли быть творческим в профессии? Творчество – неотъемлемая часть профессии.

Тема № 31 «Соревнование и сравнение».

Цель: обсудить с детьми неоднозначность таких понятий, как «соревнование» и «сравнение».

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 32 «Вера и знание».

Цель: показать, что люди в своих поступках основываются не только на размышлениях, но и на представлениях, не зависящих от фактов.

Теория. Определение понятий «вера», «знание». Отличие веры от знания. Что дают нам знания и вера?

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 33 «Отечество».

Цель: воспитание в ребёнке чувства любви к Родине.

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования.

Тема № 34 «Чему мы научились?».

Цель: воссоздать знания, полученные на предыдущих занятиях.

Практика. Психогимнастика, работа с текстом, обсуждение, элементы рисования, важные акценты занятий.

5. Календарно-тематический план
Группа № 9 (четверг, 2 часа)

дата	№	форма занятия	кол-во уч. часов		тема занятия	форма аттестации/контроля
			практ	теор		
19.09.24	1	беседа	1	1	Душа человека. Инструктаж по ТБ в Центре.	входная диагностика.
26.09.24	2	тренинг	1	1	Имя.	проективные методы
03.10.24	3	групповая дискуссия	1	1	Радость.	проективные методы
10.10.24	4	игра	1	1	Грусть.	проективные методы
17.10.24	5	практическое занятие	1	1	Слёзы.	метод наблюдения
24.10.24	6	игра	1	1	Любовь.	метод наблюдения
31.10.24	7	групповая дискуссия	1	1	Свершение. Завершённость.	метод наблюдения
07.11.24	8	беседа	1	1	Гнев.	рефлексивные методы
14.11.24	9	мозговой штурм	1	1	Ложь. Правда.	рефлексивные методы
21.11.24	10	практическое занятие	1	1	Похвала. Лесть.	рефлексивные методы
28.11.24	11	практическое занятие	1	1	Наказание.	рефлексивные методы
05.12.24	12	беседа	1	1	Страх.	метод наблюдения
12.12.24	13	групповая дискуссия	1	1	Ответственность.	метод наблюдения
19.12.24	14	тренинг	2	-	Искусство дарить и получать подарки.	метод наблюдения
26.12.24	15	беседа	1	1	Вежливость и благодарность.	рефлексивные методы
09.01.25	16	практическое занятие	1	1	Сочувствие.	рефлексивные методы
16.01.25	17	практическое занятие	2	-	Сочувствие.	рефлексивные методы
23.01.25	18	игра	1	1	Зависть.	рефлексивные методы
30.01.25	19	беседа	2	-	Уважение. Достоинство.	рефлексивные методы
06.02.25	20	тренинг	2	-	Уважение. Достоинство.	рефлексивные методы, наблюдение
13.02.25	21	групповая дискуссия	1	1	Ценность человеческой жизни.	рефлексивные методы, наблюдение
20.02.25	22	беседа	-	2	Личность в профессии	рефлексивные методы,

						наблюдение
27.02.25	23	практическое занятие	2	-	Рождение и смерть.	метод наблюдения
06.03.25	24	тренинг	1	1	Свобода и ответственность.	метод наблюдения
13.03.25	25	тренинг	2	-	Что такое хорошо и что такое плохо?	метод наблюдения
20.03.25	26	тренинг	1	1	Обида. Мсть. Прощение.	метод наблюдения
27.03.25	27	игры - упражнения	2	-	Неожиданные ситуации.	метод наблюдения
03.04.25	28	«мозговой штурм», беседа	1	1	Культурный человек.	метод наблюдения
10.04.25	29	тренинг	1	1	Закон. Права и обязанности.	метод наблюдения
17.04.25	30	беседа	1	1	Фантазия и обман.	метод наблюдения
24.04.25	31	практическое занятие	1	1	Творчество.	метод наблюдения
01.05.25	32	практическое занятие	0	0	Творчество и профессия.	проективные методы
08.05.25	33	игра	0	0	Соревнование и сравнение.	проективные методы
15.05.25	34	практическое занятие	1	1	Вера и знание.	проективные методы
22.05.25	35	практическое занятие	2	-	Отечество.	проективные методы
29.05.25	36	практическое занятие	2	-	Чему мы научились?	рефлексивные методы, итоговая диагностика

6. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение: наличие в учебных кабинетах, соответствующим образом, оборудованных мест для реализации тренинговых занятий, столы, стулья, бумага, цветные карандаши, фломастеры и др., книжные методические пособия, аудиотехника, интернет источники.

Кадровое обеспечение: в реализации общеразвивающей программы участвует 1 специалист: Мусихина Светлана Ивановна, педагог дополнительного образования.

Образование: высшее, Гуманитарный университет, специальность – психология, квалификация – психолог, преподаватель, 1999г.

Педагогический стаж работы – 24 года, по специальности – 24 года, в данном учреждении – 14 лет.

Методическое обеспечение: организация образовательного процесса – очная. Форма организации – групповая.

В процессе реализации программы используются словесные, наглядные и практические методы обучения (беседа, объяснение, показ педагогом приёмов исполнения, тренинг) – по способу организации занятия; частично-поисковые методы обучения (участие

детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом) – по уровню деятельности детей.

Методы, используемые в работе:

- Игровые методы. Ролевые, ситуационные игры.
- Элементы групповой дискуссии.
- Элементы психогимнастики.
- Рисуночные методы.
- Метод направленного воображения.

Структура занятия:

1. Разминка.
2. Основное содержание.
3. Завершение занятия.

7. Список литературы

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: учебник и практикум для академического бакалавриата. – М., 2014,
2. Абрамова Г.С. Практическая психология. – М., 2018,
3. Бендас Г.В., Нагаев В.В. Психология чувств и их воспитание. – М., 1982,
4. Захаров А.И. Предупреждение отклонений в поведении ребёнка. – СПб., 2000,
5. Изард К.Е. Психология эмоций. – СПб., 2003,
6. Кипнис М.Ш. Большая книга лучших игр и упражнений для любого тренинга. – М., 2015,
7. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. – М., 1995,
8. Чистякова Г.И. Психогимнастика. – М., 1995.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 726890861408610707646499642787991539916156533191

Владелец Заева Галина Петровна

Действителен с 08.02.2024 по 07.02.2025