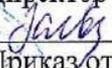


Департамент образования Администрации города Екатеринбурга
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр внешкольной работы «Новая Авеста»
(МБУ ДО Центр «Новая Авеста»)

Принята на заседании
Педагогического совета
МБУ ДО Центр «Новая Авеста»
Протокол от 29.05.2024 г. № 4

Утверждаю
Директор МБУ ДО Центр «Новая Авеста»
 Г.П. Заева
Приказ от 29.05.2024 г. № 52-0



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности

«Развитие способности к самопознанию и уверенности в себе»

Возраст обучающихся: 10 - 12 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Мусихина Светлана Ивановна,
Педагог дополнительного образования

г. Екатеринбург, 2024

Содержание

	Наименование	Стр.
1	Комплекс основных характеристик программы	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель, задачи программы	5
1.3.	Содержание общеразвивающей программы	6
	Учебный (тематический) план	6
	Содержание учебного (тематического) плана	8
1.4.	Планируемые результаты	10
2	Комплекс организационно-педагогических условий	11
2.1.	Календарный учебный график	11
2.2.	Условия реализации программы	11
2.3.	Формы аттестации	12
2.4.	Оценочные материалы	12
3	Список литературы	12

1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Развитие способности к самопознанию и уверенности в себе» составлена в соответствии с **нормативными документами:**

1. Федеральный Закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. № 678-р).
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015г. №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
6. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
7. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Утверждена распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015г. № 996-р.
8. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования. Утверждена Постановлением Правительства РФ от 26 декабря 2017г. № 1642
9. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках национального проекта «Образование».
10. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018г. № 162-д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
11. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 26.06.2019г. № 70-д «Об утверждении методических рекомендаций «Правила персонализированного финансирования дополнительного образования детей в Свердловской области».
12. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 22.02.2022г. № 195-д «О независимой оценке качества (общественной экспертизы) дополнительных общеобразовательных программ».
13. Методические рекомендации «Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях», ГАНОУ СО «Дворец Молодежи» Приказ от 01.11.2021г. № 934-д (в соответствии с п. 3.6 приказа Министерства просвещения РФ от 03.09.2019г. № 467 «Об утверждении целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»).
14. Письмо Минпросвещения России от 01 июня 2023г. № АБ-2324/5 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования», «Инструкцией по подготовке к реализации профориентационного минимума в образовательных организациях субъекта Российской Федерации»).
15. Постановление Администрации города Екатеринбурга от 01.09.2023г. № 2350 «Об утверждении Стратегического проекта «ЕКБ_ПРОФ – выбор будущего».

16. Положение о структуре, порядке разработки и утверждении дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в МБУ ДО Центр «Новая Авеста».

17. Устав МБУ ДО Центр «Новая Авеста».

Направленность программы – социально-гуманитарная.

Актуальность программы определяется неудовлетворённой потребностью обучающихся подросткового возраста в благоприятном доверительном общении со взрослыми в школе. Отсутствием в школе специальной организации деятельности такого общения. А общение для подростков является ведущей деятельностью, обеспечивающей развитие основных психологических новообразований, важнейшим психологическим условием их личностного развития.

Многогранное интеллектуальное и личностное развитие учащихся требует создания оптимальных психологических и педагогических условий, обеспечивающих полноценное проживание детьми каждого возрастного периода и тем самым способствующих реализации их индивидуальных творческих потенциалов. Возрастные особенности существуют как наиболее типичные, наиболее характерные общие особенности возраста, указывающие на общее направление развития. Тот или иной возрастной период сенситивен к развитию определённых психических процессов и свойств, психологических качеств личности, а потому и к определённому типу воздействий. Поэтому ребёнок на каждом возрастном этапе нуждается в особом к себе подходе.

Именно полноценное проживание ребёнком каждого возрастного периода подготовит его к переходу на следующую возрастную ступень, позволит сформироваться необходимым для этого психологическим новообразованиям.

В основе наиболее благоприятных психолого-педагогических условий лежит реализация в работе с детьми всех возрастов принципа «зоны ближайшего развития» (Л.С.Выготский).

Взрослый человек (родитель, воспитатель, учитель) задаёт (создаёт) «зону ближайшего развития», организуя ведущую деятельность ребёнка, обеспечивающую развитие основных психологических новообразований на данной ступени онтогенеза.

«Зона ближайшего развития подростков и старшекласников предполагает сотрудничество со взрослыми в пространстве проблем самосознания, личностной самоорганизации и саморегуляции, интеллектуальной и личностной рефлексии. Именно в этот период формируются нравственные ценности, жизненные перспективы, происходит осознание самого себя, своих возможностей, способностей, интересов, стремление ощутить себя и стать взрослым, тяга к общению со сверстниками, внутри которого оформляются общие взгляды на жизнь, на отношения между людьми, на своё будущее, иными словами – формируются личностные смыслы жизни.

Основными новообразованиями в подростковом возрасте являются: сознательная регуляция своих поступков, умение учитывать чувства, интересы других людей и ориентироваться на них в своём поведении.

Для того, чтобы эти качества развивались, они должны быть «заложены», воспитаны. Развитие не может происходить «из ничего», новообразования не возникают сами по себе, они являются итогом собственного опыта ребёнка, полученного им в результате активной включённости в выполнение самых разных форм общественно полезной деятельности. При этом школьники вступают в определённые отношения со сверстниками и взрослыми, что формирует у них способности строить общение с окружающими в зависимости от различных задач и требований жизни, ориентироваться в личных особенностях и качествах людей, сознательно подчиняться нормам, принятым в коллективе.

Общение подростков и старшекласников со сверстниками и взрослыми необходимо считать важнейшим психологическим условием их личностного развития.

Однако, как показывает анализ современного педагогического процесса, потребность учащихся подросткового и старшего школьного возраста в благоприятном доверительном общении со взрослыми в школе очень часто не получает своего удовлетворения. Это обстоятельство ведёт к формированию повышенной тревожности, развитию чувства

неуверенности в себе, связанного с неадекватной и неустойчивой самооценкой, со сложностями в личностном развитии, установлении межличностных контактов, мешает профессиональному самоопределению, ориентации в жизненных ситуациях и пр. Всё это во много раз усугубляется, если у ребёнка отсутствует благоприятное общение в семье.

В школе никто не занимается специальной организацией деятельности общения. Поэтому перед психологом встаёт сложная задача: специально организовать ведущую для подросткового и старшего школьного возраста деятельность, создать внутри этой деятельности атмосферу сотрудничества, взаимного доверия – детей друг с другом, детей и взрослого.

Одно из возможных решений этой задачи – разработка, составление психологом личностных развивающих программ. Наиболее эффективно реализуются эти программы в групповых формах работы. По существу, грамотно составленные и профессионально реализованные в группах развивающие программы могут рассматриваться как «зона ближайшего развития» подростков и старших школьников. Подростковый возраст условно делится на младший (10-12 лет), являющийся началом отрочества, как бы связующим звеном между младшим школьным и подростковым возрастными, и старший (12-14 лет), приближающийся по своим характеристикам к ранней юности. Поэтому при работе с младшими подростками упор следует сделать на пробуждение интереса и развития доверия к самому себе, на постепенном понимании своих возможностей, способностей, особенностей характера и пр. Этот возраст является благоприятным временем для работы над развитием и укреплением у подростков уверенности в себе, чувства собственного достоинства.

Данная образовательная программа является модифицированной, при её разработке за основу была взята программа, разработанная А.М.Прихожан.

Новизна программы: программа имеет вариативный характер; включены нейропсихологические упражнения и техники.

Уровень освоения программы: базовый.

Адресат программы: обучающиеся 10-12 лет.

Количество обучающихся в группе **8-12** человек.

Объём освоения программы:

Программа рассчитана на 1 год обучения, 2 часа в неделю, 72 часа в год.

Срок реализации программы: 1 год.

Периодичность и продолжительность занятий: 1-2 раза в неделю по два, одному часу соответственно, один 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 «Развитие способности к самопознанию и уверенности в себе» реализуется в течение всего учебного года, включая каникулярное время.

1.2. Цель, задачи программы

Целью общеразвивающей программы является помощь детям лучше узнать себя, свои сильные стороны, развить чувство собственного достоинства, научить преодолевать неуверенность, страх, наиболее успешно и полно реализовывать себя в поведении и деятельности.

Задачи:

обучающие:

- обеспечить школьника средствами самопознания;
- научить анализировать, понимать поведение других людей;
- научить управлять своими эмоциями;
- сформировать умения взаимодействовать в коллективе;

развивающие:

- развивать способность к рефлексии;
- развить навыки и умения, необходимые для уверенного поведения;

воспитательные:

- повысить представление школьника о собственной значимости, ценности;
- укрепить чувство собственного достоинства;
- привить уважение к чувствам другого человека.

1.3. Содержание общеразвивающей программы Учебный (тематический) план

№	название раздела, темы	количество часов			формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1	Цель общения, его значение. Инструктаж по ОТ, правила поведения в Центре.	2	1	1	входная диагностика, проективные методы
2	Правила групповой работы.	2	1	1	проективные методы, наблюдение
3	Закрепление правил общения в группе.	2	-	2	метод наблюдения
4	Представление об уверенном, неуверенном и грубом поведении.	2	1	1	рефлексивные методы
5	Я в своих глазах и в глазах других людей.	2	-	2	метод наблюдения
6	Невербальные формы уверенного, неуверенного, грубого поведения.	2	-	2	рефлексивные методы
7	Как наша уверенность и неуверенность зависят от других людей.	2	-	2	рефлексивные методы, наблюдение
8	Чувство собственного достоинства.	2	1	1	метод наблюдения
9	Вербальные и невербальные формы выражения чувства собственного достоинства.	2	-	2	метод наблюдения
10	Обратная связь.	2	1	1	метод наблюдения
11	Мои права и права других людей.	2	1	1	проективные методы, наблюдение

12	Просьба, как её высказать.	2	1	1	рефлексивные методы, наблюдение
13	Умение отвечать отказом на просьбу.	2	1	1	рефлексивные методы, наблюдение
14	Что такое самовосприятие?	2	1	1	рефлексивные методы, наблюдение
15	Личность в восприятии окружающих.	2	-	2	рефлексивные методы, наблюдение
16	Я глазами других.	2	-	2	рефлексивные методы, наблюдение
17	Способы выражения обиды.	2	1	1	рефлексивные методы, наблюдение
18	Реакция на обиду.	2	-	2	рефлексивные методы, наблюдение
19	Эмоции, какими они бывают.	4	2	2	проективные методы, наблюдение
20	Упражнения на выражение различных эмоций.	2	-	2	рефлексивные методы, наблюдение
21	Как справиться с раздражением, плохим настроением.	2	-	2	рефлексивные методы, наблюдение
22	Мои ресурсы.	2	-	2	метод наблюдения
23	Наши чувства, желания, настроения.	2	1	1	рефлексивные методы, наблюдение
24	Формы выражения чувств и желаний (уверенные, неуверенные, грубые).	2	1	1	рефлексивные методы, наблюдение
25	Можно ли управлять настроением?	2	-	2	рефлексивные методы, наблюдение
26	Мои сильные и слабые стороны.	2	-	2	рефлексивные методы, наблюдение

27	Упражнения на осознание сильных и слабых сторон личности.	2	-	2	рефлексивные методы, наблюдение
28	Выбор профессии с опорой на свои сильные и слабые стороны личности.	4	2	2	рефлексивные методы
29	Зачем знать о своих слабостях?	2	-	2	метод наблюдения
30	Поведенческий тип личности.	2	-	2	проективные методы
31	Взаимоотношения с окружающими.	2	-	2	рефлексивные методы
32	Мы коллектив.	2	-	2	рефлексивные методы
33	Дружба и друзья.	2	1	1	метод наблюдения
34	Мои компетенции.	2	-	2	рефлексивные методы, итоговая диагностика
	Итого:	72	17	55	

Содержание учебного (тематического) плана

Тема №1 «Цель общения, его значение. Инструктаж по ОТ, правила поведения».

Цель: дать представление о понятии «общение».

Теория. Понятие и виды общения. Роль общения в психическом развитии человека. Техника и приёмы общения.

Практика. Психогимнастические упражнения, нейропсихологические психотехники.

Тема №2 «Правила групповой работы».

Цель: научить работать в группах.

Теория. Правила поведения на занятиях, в равной степени относящихся к каждому участнику группы.

Практика. Психогимнастические упражнения, нейропсихологические психотехники.

Тема №3 «Закрепление правил общения в группе».

Цель: Закрепить правила общения в группе.

Практика. Психогимнастические упражнения, нейропсихологические психотехники.

Тема №4 «Представление об уверенном, неуверенном и грубом поведении».

Теория. Представление об уверенном, неуверенном и грубом поведении. Закрепить полученное представление.

Практика. Психогимнастическое упражнение: «Уверенные, неуверенные и грубые ответы».

Тема №5 «Я в своих глазах и в глазах других людей».

Практика. Психогимнастические упражнения, направленные на знакомство друг с другом, «Игра в мяч», нейропсихологические психотехники.

Тема №6 «Невербальные формы уверенного, неуверенного, грубого поведения».

Цель: научить распознавать невербальные формы уверенного, неуверенного и грубого поведения.

Практика. Психогимнастические упражнения: «Сила слова», «Зеркало», нейропсихологические психотехники.

Тема №7 «Как наша уверенность и неуверенность зависят от других людей».

Цель: понять как влияет на нашу уверенность и неуверенность отношение со стороны других людей.

Практика. Психогимнастическое упражнение: «Хвалить или ругать?», нейропсихологические психотехники.

Тема №8 «Чувство собственного достоинства».

Цель: дать представление о чувстве собственного достоинства.

Теория. Понятие о чувствах. Значение чувств в жизни человека. Чувство собственного достоинства.

Практика. Психогимнастическое упражнение: «Я не такой, как все, и все мы разные», нейропсихологические психотехники.

Тема №9 «Вербальные и невербальные формы выражения чувства собственного достоинства».

Практика. Психогимнастические упражнения: «Мой портрет в лучах солнца», «Скульптура», нейропсихологические психотехники.

Тема №10 «Обратная связь».

Цель: познакомить с понятием «обратная связь».

Теория. Понятие обратной связи. Техника и приёмы получения информации о партнёре по общению, используемые для коррекции собственного поведения в процессе общения.

Практика. Психогимнастические упражнения, нейропсихологические психотехники.

Тема №11 «Мои права и права других людей».

Теория. Представление о том, что такое права человека.

Практика. Психогимнастические упражнения, нейропсихологические психотехники.

Тема №12 «Просьба, как её высказать».

Цель: научиться высказывать просьбу.

Теория. Речь как средство общения. Коммуникативные способности. Просьба.

Практика. Психогимнастическое упражнение «пирог с начинкой», нейропсихологические психотехники.

Тема №13 «Умение отвечать отказом на просьбу».

Цель: научиться отвечать отказом на просьбу.

Практика. Психогимнастическое упражнение «Чемпионат», нейропсихологические психотехники.

Тема №14 «Что такое самовосприятие?»

Теория. Восприятие – познавательный процесс. Понятие самовосприятия.

Практика. Психогимнастика, нейропсихологические психотехники.

Тема №15 «Личность в восприятии окружающих».

Практика. Психогимнастика, упражнения: «Игра в мяч», «закончи предложение», нейропсихологические психотехники.

Тема №16. «Я глазами других».

Цель: научиться принимать то как видят тебя другие.

Практика. Психогимнастика, упражнение: «Ассоциация».

Тема №17. «Способы выражения обиды».

Цель: дать представления о способах выражения обиды.

Теория. Понятие обиды. Непреднамеренные и преднамеренные обиды.

Практика. Нейропсихологические психотехники, упражнение: «Детские обиды».

Тема №18. «Реакция на обиду».

Практика. Нейропсихологические психотехники, упражнение: «Как выразить обиду и досаду», прощение обиды.

Тема №19. «Эмоции, какими они бывают».

Теория. Понятие об эмоциях. Значение эмоций в жизни человека. Виды и функции эмоций.

Практика. Психогимнастические упражнения.

Тема №20. «Упражнения на выражение различных эмоций».

Цель: научиться выражать эмоции.

Практика. Психогимнастические упражнения.

Тема №21. «Как справиться с раздражением, плохим настроением».

Цель: научиться справляться с раздражением, плохим настроением.

Практика. Психогимнастические упражнения: «Назови 5 ситуаций, вызывающих ощущение: «чувствую- себя- хорошо»», «Аукцион», «Вверх по радуге».

Тема №22. «Мои ресурсы».

Практика. Психогимнастические упражнения, нейропсихологические психотехники.

Тема №23. «Наши чувства, желания, настроения».

Теория. Понятие о чувствах, настроении.

Практика. Психогимнастические упражнения, нейропсихологические психотехники.

Тема №24. «Формы выражения чувств и желаний (уверенные, неуверенные, грубые).

Цель: познакомить с формами выражения чувств и желаний.

Теория. Соотношение чувств, настроений, желаний. Выражение чувств и умение управлять ими.

Практика. Психогимнастика.

Тема №25. «Можно ли управлять настроением?».

Практика. Нейропсихологические психотехники, упражнения.

Тема №26. «Мои сильные и слабые стороны».

Цель: осознать свои сильные и слабые стороны.

Практика. Психогимнастика.

Тема №27. «Упражнения на осознание сильных и слабых сторон личности».

Практика. Упражнение: «Мои сильные и слабые стороны», нейропсихологические психотехники.

Тема №28. «Выбор профессии с опорой на свои сильные и слабые стороны личности».

Теория. Понятие «профессия», какие бывают профессии.

Практика. Ролевая игра.

Тема №29. «Зачем знать о своих слабостях?».

Практика. Психогимнастические упражнения.

Тема №30. «Поведенческий тип личности».

Теория. Понятие и характеристика поведенческих типов личности.

Тема №31. «Взаимоотношения с окружающими».

Цель: научить оценивать свои взаимоотношения с окружающими.

Практика. Психогимнастика, нейропсихологические психотехники.

Тема №32. «Мы коллектив».

Практика. Психогимнастика, нейропсихологические психотехники.

Тема №33. «Дружба и друзья».

Цель: обсудить и дать понимание того, что помогает дружбе, а что может ей помешать.

Теория. Понятие дружбы. Основные характеристики дружеских взаимоотношений, их цели, регулирующие правила.

Практика. Нейропсихологические психотехники, игра: «Ассоциации».

Тема №34. «Мои компетенции».

Цель: вспомнить важные акценты проведённых занятий.

Практика. Психогимнастика, важные акценты занятий.

1.4. Планируемые результаты

Метапредметные результаты:

- смогут при взаимодействии учитывать чувства, интересы других людей;
- смогут оперировать навыками и умениями, необходимыми для уверенного поведения;
- смогут успешно реализовывать себя в поведении и деятельности;

Личностные результаты:

- смогут понимать ценность собственного «Я»;
- будут обладать умением адекватно выражать свои чувства;
- укрепление чувства собственного достоинства;

Предметные результаты:

- приобретут навык слушать собеседника;
- будут обладать приёмами эффективного общения;
- будут знать свои слабые и сильные стороны личности;
- будут обладать умением самоанализа (рефлексии).

2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1.	Количество учебных недель	36
2.	Количество учебных дней	36
3.	Количество часов в неделю	2
4.	Количество часов	72
5.	Недель в I полугодии	15
6.	Недель во II полугодии	21
7.	Начало занятий	15 сентября 2024 года
8.	Окончание занятий	31 мая 2025 года
9.	Сроки зимних каникул	29 декабря 2024 года – 08 января 2025 года

2.2. 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.

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.

2.3. Формы аттестации

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

Отработка навыков проходит в три этапа:

- получение информации о содержании того или иного навыка;
- применение полученных знаний в конкретных ситуациях (отработка навыка);
- перенос навыков, освоенных на занятиях, в повседневную жизнь ребёнка.

Формами аттестации являются материалы анкетирования и тестирования.

2.4. Оценочные материалы

- результаты наблюдения;
- методика исследования уровня самооценки «Лесенка»;
- методика исследования уровня саморегуляции «Волевая готовность»;
- методика изучения отношения детей со сверстниками «Рукавички» (Г.А. Цукерман);
- проективные методы («Несуществующее животное»).

3. Список литературы

- 1 Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. – М., 2014,
- 2 Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Мастер сказок. – СПб., 2019,
- 3 Кипнис М.Ш. Большая книга лучших игр и упражнений для любого тренинга. – М., 2015,
- 4 Немов Р.С. Психология. – М., 2007,
- 5 Овчарова Р.В. Практическая психология образования. – М., 2003,
- 6 Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. – М., 1995,
- 7 Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. – К., 2004,
- 8 Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. – М., 1999,
- 9 Хрящева Н.Ю. Психогимнастика в тренинге. – СПб., 2014,
- 10 Шевандрин Н.И. Социальная психология в образовании. – М., 1995.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 80760091953345287616995357499410305195481097556

Владелец Заева Галина Петровна

Действителен с 09.04.2025 по 09.04.2026