

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ «КУЙБЫШЕВСКИЙ»
городского округа САМАРА**



«Утверждаю»

Директор МБУ ДО ЦВР

«Куйбышевский»

г.о. Самара

Трефилова Ж.Г.

«24» августа 2020 г.

Программа принята на основании
решения педагогического
(методического, экспертного) совета.

Протокол № 03 от «24» августа 2020 г.

**МОДУЛЬНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
(АДАПТИРОВАННАЯ)**

«Познавай, отдыхай»

Возраст группы 7-12 лет

Срок образования (обучения) 1 год

Автор (авторы-составители):

Цыденкова Р.В.- педагог
дополнительного образования.

Самара, 2020 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка _____ стр.3-9
 - 1.1 Общие сведения
 - 1.2 Цели и задачи
 - 1.3 Целевая аудитория
 - 1.4 Сроки реализации программы
 - 1.5 Ожидаемый результат
 - 1.6 Критерии и способы определения результативности
 - 1.7 Формы подведения итогов
2. Учебный план _____ стр.9-14
 - 2.1 Учебно-тематический план программы
 - 2.2 Содержание программы
3. Методическое обеспечение _____ стр.14
4. Список литературы _____ стр.15
5. Приложение «Календарно-тематический план»

Пояснительная записка.

Модульная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Познавай, отдыхай» предназначена для реализации в условиях дополнительного образования МБУ ДО Центра внешкольной работы «Куйбышевский», города Самары для детей от 7 до 12 лет.

Изучением особенностей эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста занимались такие учёные, как К.Э. Изард, К. Бюлер, Ф. Гудинаф, А.М. Прихожан, А.В. Запорожец, С.Л. Рубинштейн, Л.С. Выготский. Учёные доказали, что начало обучения в школе порождает существенные изменения в эмоциональной жизни детей. У младших школьников постепенно развивается умение владеть своими эмоциями, хотя они ещё не могут сдерживать проявления своих эмоций. В связи с этим вопрос изучения и диагностики эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста актуален и требует постоянного развития. Общая ориентация эмоций младшего школьника связана с нарастанием осознанности, сдержанности, устойчивости чувств и действий

Изучением личности занимался Эрик Эриксон – последователь З.Фрейда. Он писал, развитие личности по своему содержанию определяется тем, что общество ожидает от человека, какие ценности и идеалы ему предлагает, какие задачи ставит перед ним на разных возрастных этапах. Еще один важный для развития личности момент – кризисность. Кризисы присущи всем возрастным стадиям, это «поворотные пункты», моменты выбора между прогрессом и регрессом. В каждом личностном качестве, которое проявляется в определенном возрасте, заключено глубинное отношение к миру и самому себе. Это отношение может быть позитивным, связанным с прогрессивным развитием личности, и негативным, вызывающим отрицательные сдвиги в развитии, его регресс. В связи с компьютеризацией, наличием у детей планшетов, смартфонов на детей обрушивается непосильный поток информации и детский мозг не всегда с ней справляется. У детей появляется усталость, раздражительность, агрессия. Дети не знают, как выйти безболезненно из этих ситуаций, появилась идея разработки и модификации программы «Познавай, отдыхай»

Направленность программы: Художественная.

Актуальность.

Актуальность обусловлена интересом к данной проблеме, с точки зрения её изучения, растущими требованиями школы к высокому уровню творческой активности младших школьников. Сталкиваясь с новыми трудностями, далеко не все младшие школьники могут их преодолеть в силу своих личностных и интеллектуальных особенностей, что, в свою очередь порождает самые разноплановые и внутри - личностные противоречия, которые, как обычно не осознаются детьми. Актуальность программы заключается и в том, что она имеет универсальный характер и рассчитана на любого ребенка, т.е. инициирует резервные возможности как нормативно развивающихся детей, так и детей с особыми возможностями здоровья. Это подчеркивает необходимость целесообразного своевременного коррекционного воздействия на ребенка.

Модульная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Познавай, отдыхай» – это территория творчества, проявления и раскрытия себя каждым ребенком, здесь школьник делает выбор, свободно проявляет эмоции, раскрывается как личность.

Все это способствует психологической разрядке, снятию стрессовых ситуаций, гармоничному включению в мир человеческих взаимоотношений, а значит, повышает эффективность обучения.

Педагогическая целесообразность

написания программы заключается в том, что она оказывает влияние на качественные изменения эмоционально – личностной сферы младших школьников, в связи с усвоением способов деятельности, приближает детей к реальной жизни. Младший школьный возраст охватывает период жизни ребенка от 7—8 до 11—12 лет. Это годы обучения ребенка в начальной школе. В это время происходит интенсивное биологическое развитие детского организма. Сдвиги, происходящие в этот период, - это изменения в центральной нервной системе, в развитии костной и

мышечной системы, а также деятельности внутренних органов. Занятия данной программы направлены на оказание помощи детям в решении возникающих детских проблем и принятия адекватного решения этих проблем. Поэтому применение программы в работе с детьми в кружковой работе в дополнительном образовании считается **целесообразным, т.к. способствует укреплению здоровья детей, развитию личностных качеств.**

Модульная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Познавай, отдыхай» разработана в соответствии с основными нормативными и программными документами в области образования РФ и Самарской области:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы, образовательных организаций дополнительного образования детей.
- Концепция развития дополнительного образования детей (Утверждена Распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Утверждена Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015г. № 996-р).
- Приказ Министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования

- детей в Самарской области на основе сертификата ПФДО детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам».
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (направленных Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242).
 - Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ» Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области от 03.09.2015 № МО -16-09-01/826-ТУ .
 - Методические рекомендации по разработке и оформлению модульных дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, включенных в систему ПФДО (разработанные ГБОУ ДО СО «Самарский Дворец детского и юношеского творчества», Региональным модельным центром дополнительного образования детей в Самарской области).

Новизна программы в том, что программа «Познавай, отдыхай» по форме организации образовательного процесса является **модульной** : три модуля, каждый модуль имеет свои цели и задачи; занятия проходят не в форме школьных занятий, а в свободной обстановке с применением игровых, проблемных ситуаций.

Каждый модуль программы «Познавай, отдыхай» содержит блок с дистанционными занятиями, что позволяет проводить полноценные занятия с использованием современных компьютерных и интернет технологий.

При необходимости (самоизоляция, карантин), любой модуль программы может быть преобразован, и занятия могут проводится дистанционно при помощи интернет-платформ Zoom, TrueConf в формате видеоуроков и мастер-классов.

Цель данной программы – исследование уровня эмоционального отношения к нравственным нормам поведения младших школьников.

Развитие гармоничной личности ребенка.

Коррекция нарушений развития системы личностных отношений на уровне базовых и социальных эмоций., изменение стереотипов его поведения, коррекция эмоциональных и поведенческих нарушений, а также проблем в обучении средствами специально подобранных игр , проблемных ситуаций, сказок., согласно с темами занятий.

В соответствии с этой целью формируются

следующие **Задачи:**

Образовательные

Обеспечение равных стартовых возможностей для каждого ребенка в получении качественных навыков;

*обучить приёмам саморегуляции посредством игр, различных сказок.;

Развивающие :

*формирование умения находить собственные ресурсы ;

*формирование умения осознавать, понимать и адекватно выражать свои эмоциональные переживания;

*развить способность к самореализации;

Личностные :

*развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;

*формирование положительных личностных качеств школьников.

Воспитательные :

*способствовать приобретению навыков совместной деятельности; умения сотрудничать со сверстниками, согласовывать собственное поведение с поведением других детей.

*формировать детскую коммуникабельность.

Возраст и сроки реализации.

Данная программа рассчитана для детей 7-12 лет. Объем программы составляет 144 часа в год с нагрузкой 4 часа в неделю, рассчитана на полную реализацию в течение одного учебного года.

Наполняемость группы - до 15 человек.

1.5 Ожидаемый результат:

Благодаря проведению занятий и выполнению заданий в игровой форме на занятиях по дополнительной образовательной программе получим следующие результаты :

Предметные :

1. Дети научатся обдумывать и планировать свои действия, осуществлять решение в соответствии с заданными правилами, проверять результат своих действий, аргументировать свои высказывания, строить простейшие умозаключения.
2. Дети хорошо будут адаптированы к социуму.
3. Сформируются умения находить собственные ресурсы.
4. Снижение уровня агрессивности и тревожности у детей.
5. Улучшение детского самоконтроля и саморегуляции.

Метопредметные

1. У детей появится способность принимать себя, осознавать собственные ценность и уникальность.
2. Повышение степени удовлетворения базовой потребности в умелости и компетентности.
3. Стабильное положительное эмоциональное состояние обучающихся.
4. Дети научатся осознавать ответственность за совершенные поступки, научатся управлять своими эмоциями и поведением.

Определение результативности

Для контроля результатов до начала и после окончания цикла занятий проводится обследование детей : анкетирование, наблюдение во время

занятий, диагностика. Применяются следующие методики :

1. Цветовой тест отношений.(изучение эмоционального отношения обучающихся. к нравственным нормам).
2. Методика «Дом-Дерево-Человек» Дж. Бука – исследование личности.
3. Детский апперцептивный тест (ДАТ)
4. Тест «Несуществующее животное»
- 5.Графическая методика «Кактус».

Критерии определения уровня достижения планируемых результатов:

При реализации данной модульной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Познавай, отдыхай» используются разнообразные методы отслеживания результативности: педагогическое наблюдение; анкетирование учащихся и как следствие педагогический анализ результатов анкетирования; тестирование, диагностические методики, участие в мероприятиях, конкурсах различных уровней, викторинах, спектаклях.

Формы подведения итогов:

Подведение итогов реализации данной программы осуществляется в форме открытых занятий для родителей обучающихся, проведении мастер-классов.

2.Учебный план

Учебно – тематический план работы по модульной программе

«Познавай, отдыхай».

№	Наименование модулей	Всего часов	Теория	Практика
1	«Эмоции правят мной или Я ими?».	68	10	58

2	«Я и мой внутренний мир».	44	4	40
3	«Мы вместе, это здорово».	32	4	28
	Всего часов	144	18	126

1 модуль . «Эмоции правят мной или Я ими?»

Цель : Создание оптимальных условий для изучения эмоций , сферы интересов, эмоционально – личностных особенностей школьников.

Задачи :

*больше узнать об особенностях своего характера, его достоинствах и недостатках

*глубже понять себя и свои ресурсы;

*выявить причины возникающих неудач и их причины возникновения.

*воспитать чувство ответственности за свои эмоциональные проявления.

Учебно-тематический план 1 модуля :

«Эмоции правят мной или Я ими?»

№	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Узнаем лучше себя и свои эмоции.	8	1	7	Входящая диагностика, наблюдение, анкетирование

2	Ваш тип мышления	6	1	5	Беседы, наблюдения, рисуночные тесты
3	Индивидуальные особенности, эмоциональное состояние.	6	1	5	Беседы, наблюдения, тесты
4	Коммуникабельность, поведение в нестандартных ситуациях.	8	1	7	Беседы, наблюдения, рисуночные тесты
5	Ваши цели и приоритеты	4	1	3	Беседы, наблюдения, тесты
6	Ресурсное состояние, творческие способности, настроение.	4	1	3	Беседы, наблюдения, тесты
7	Ассоциативные тесты на выявление проблем	4	1	3	Беседы, наблюдения, рисуночные тесты
8	Самопознание «Мой личный календарь».	4	1	3	Беседы, наблюдения
9	Базовые эмоции	15	1	14	Беседы, наблюдения
10	Социальные эмоции	9	1	8	Беседы, наблюдения, тесты

	Итого	68	10	58	
--	-------	----	----	----	--

2 модуль «Я и мой внутренний мир»

Цель : формирование социально - личностной компетенции.

Задачи :

*Содействие приобретению положительного образа общения со сверстниками.

*Развитие адекватного восприятия эмоций.

*Всестороннее развитие личности.

* Получение новых знаний и представлений о себе и других.

Учебно-тематический план 2 модуль «Я и мой внутренний м

	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		Всего час	Теория мин	Практика	
1	Мы все разные. Действуем сообща.	8	1	7	Беседы, наблюдения, тесты
2	Эмоции и регуляция поведения.	12	1	11	Беседы, наблюдения, игра
3	Эмоция и личность	16	1	15	Беседы, наблюдения, рисуночные тесты

4	Мир твой и мой. Я и ты.	8	1	7	Рефлексия и конечная диагностика
	Всего	44	4	40	

3 модуль. «Мы вместе, это здорово»

Цель : осознание собственной уникальности и индивидуальности

Задачи:

- умение распознавать свою индивидуальность
- умение воспринимать свою личность в отношении окружающего мира и общества людей;
- умение грамотно применить свои личные способности.

Учебно-тематический план 3-ого модуля.

№	Наименование тем	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Занятия, игровые тренинги на развитие эмоционально-личностной сферы, через осознание собственной уникальности и индивидуальности, через развитие своих способностей, в	26	2	24	Игры, тренинги.

	отношении других людей, в отношении окружающего мира.				
2	Итоговая диагностика. Сравнительный анализ. Подведение итогов.	6	2	4	Контрольное тестирование, анализ результатов.
	Итого	32	4	28	

3. Методическое обеспечение.

Занятия по программе проводятся в помещении, имеющем достаточную площадь для проведения динамических упражнений, общения; для проведения групповых занятий. В кабинете создана предметно – развивающая среда.

Необходимое обеспечение:

- компьютерная и музыкальная техника;
- тесты, раздаточный и демонстрационный материалы, видео-презентации, фотографии;
- компьютерные тесты;
- наборы настольных и подвижных игр;

- разработки игр;
- картотека на тему «Эмоции», «Чувства», «Поведение»;

- набор канцелярских принадлежностей (цветные фломастеры, карандаши, маркеры, цветной и белый картон, цветная бумага, ватман, клей, ножницы и т.д.)

4. Список литературы :

- *Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. — СПб.: Питер, 2008. — 398с.
- *.Бреслав, Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве / Г.М. Бреслав.- М.: Педагогика, 1995.- 181с. Варга, А.Я.
- *Громова, Т.В. Страна эмоций: Методика как инструмент диагностической и коррекционной работы с эмоционально-волевой сферой ребёнка / Т. В. И
- *Самоукина *Н.В.* Игры в школе и дома: Психотехнические упражнения и коррекционные программы. — М., 1993. *Ермолаева М.В.*
- *1998. Кряжева *Н.Л.* Развитие эмоционального мира детей. — Ярославль, 1997.
- *Клюева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. — Ярославль, 1996.
- * Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. — М., 1996. Ермолаева М.
- *Л.Мардер «Цветной мир» - Москва, 2007.
- *И.Ю. Кулагина «Возрастная психология»
- *Е.А.Субботина «500 идей для детских игр и затей.
- *М. А..Шевченко «Тесты и задания»- Москва, 2018 г.

Электронные ресурсы:

Тесты для детей - Эти-Дети

www.eti-deti.ru > det-tes

Психологические тесты для детей онлайн | Online Test Pad

onlinetestpad.com > tests > psychological > for-children

Тесты для детей, школьников и подростков

testometrika.com > for-children

Календарно – тематический план модульной дополнительной
 общеобразовательной общеразвивающей программы «Познавай, отдыхай»

№	Темы занятий	Недели	Часы
	1 модуль 68 ч		
		1	
1	Инструктаж по технике безопасности и охране жизни и здоровья детей. Проигрывание встречающихся жизненных ситуаций.		2
2	Выработка правил поведения на занятиях.		2
		2	
3	Дистанционно – Дать понятие «Что такое чувства и эмоции»».		2
4	Эмоции – внутренние друзья и враги.		2
		3	
5	Эмоции и цвет (радость, удовольствие, интерес, счастье).		2
6	Эмоции – грусть, обида, гнев.		2
		4	
7	Диагностика Тест -«Люшер»		2
8			2

	Диагностика- Тест «Моя семья», Тест «Несуществующее животное».		
		5	
9	Страх . Эмоции помогают или мешают?		2
10	Как управлять эмоциями.		2
		6	
11	Волшебный салют.		2
12	Мы смеемся.		2
		7	
13	Дистанционно-Царство чувств.		2
14	Лень, как с ней справиться?		2
		8	
15	Конкурс «чувствоведов».		2
16	Спешим на помощь.		2
		9	
17	Как мы заботимся о себе.		2
18	Путешествие во времени.		2
		10	
19	Мир твой и мой.		2
20	Мы все разные.		2
		11	
21	Это- Я, узнай меня.		2
22	Наш дом и мы в нем.		2
		12	

23	Отработка поведения в нестандартных ситуациях. Осенний дождь- печаль(рисование по мокрому, мятой бумагой).		2
24			2
		13	
25	Цветущая клумба - радость (Игры, кляксография, монотипия) Северное сияние –восторг (граттеж)		2
26			2
		14	
27	Звездная ночь – смелость (набрызг) Пушистые зверушки – сочувствие(тампонирование)		2
28			2
		15	
29	Фантастический замок – злость (рисование картонными полосками) Грустное настроение – тревожность (работа с пиктограммами, рисование камешками)		2
30			2
		16	
31	Навстречу дружбе. Дружба начинается с улыбки.		2
32			2
		17	
33	Цветок Дружбы.		2

34	Ночной поезд.		2
	2 модуль 44 ч		
		18	
35	Дистанционно – Эстафета хороших новостей.		2
36	Доброе тепло.		2
		19	
37	Поддержка.		2
38	Детские проблемы, как их решать?		2
		20	
39	Мысли управляют поступками.		2
40	Акулы и монстры.		2
		21	
41	Цветочный дождь.		2
42	Познай себя. (изучение характера людей).		2
		22	
43	Доброта-жемчужина души!		2
44	Верность.(верный друг, дороже денег)		2
		23	
45	Гостеприимство.		2
46	Заботливость и щедрость.		2
		24	
47	Дистанционно - Мой дневник.		2

48	Как наша уверенность и неуверенность зависит от других людей?		2
		25	
49	Чувство собственного достоинства.		2
50	Я в своих глазах и глазах других людей.		2
		26	
51	Ассоциации.		2
52	Создание своего автопортрета вслепую.		2
		27	
53	Ниточные картины.		2
54	Я в виде блюда.		2
		28	
55	Мама - какая она ?		2
56	Рисование разными техниками портрета мам.		2
	3 модуль 32 часа		
		29	
57	Шуточный тест Гений ли вы.		2
58	Дистанционно – Я и мир вокруг меня.		2
		30	
59	Общение в жизни людей.		2
60	Я глазами других людей		2
		31	
61	Почему люди ссорятся ?		2

62	Как предотвратить конфликты?		2
		32	
63	Уверенность и неуверенность поведения.		2
64	Я и мои друзья.		2
		33	
65	Мы дружный класс.		2
66	Будь собой, но в лучшем виде.		2
		34	
67	Мое настроение и будущее.		2
68	Дистанционно Эмоциональный словарь.		2
		35	
69	1.Рисунок своего состояния		2
70	2.Общий круг		2
		36	
71	1.Подготовка выставки своих работ, беседа, воспоминания		2
72	2.Итоговое занятие		2
			144