

Муниципальное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
Центр детского творчества

Согласовано:  
Методический совет  
От «05» марта 2020 г.  
Протокол № 3

Утверждаю:

Директор МОУ ЦДТ «Горизонт»

Кириллова М.А.



Принята на заседании Педагогического совета  
Протокол № 3  
«05» марта 2020 г.

**Социально-педагогическая направленность**

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
модифицированная программа по психологии**

**«Школа трех «С»  
(самопознания, самообразования, самовоспитания)**

Возраст обучающихся: 12-15 лет  
Срок освоения: 3 года

Автор-  
составитель:  
Устинова  
Светлана  
Михайловна,  
педагог  
дополнительн  
ого  
образования,  
педагог-  
психолог

г. Ярославль, 2020

## Содержание

1. Пояснительная записка .....	3
2. Учебно-тематический план.....	7
3. Содержание.....	10
4. Обеспечение.....	18
5. Мониторинг образовательных результатов.....	19
6. Список информационных источников.....	20
7. Приложение. Мониторинговая таблица.....	21

## **Пояснительная записка**

Название программы - **«Школа трех С»**

Тип программы - **адаптированная**

Образовательная область – **естествознание, гуманитарное направление**

Продолжительность освоения – **3 года**

Возрастной диапазон обучающихся - **12 – 16 лет**

Целевая установка - **познавательная**

Основная направленность - **информационная**

Уровень освоения – **общекультурный**

Создание данной программы обусловлено участием центра в региональной инновационной площадке «Неформальное образование детей с ОВЗ средствами интеграции социальных институтов», запросом школы, родителей и потребностью участников в психологических знаниях.

Мы живем в эпоху кризисов и социальных перемен. Основа успешной позиции в обществе в нынешних условиях - психологическое здоровье, от которого во многом зависит здоровье человека в целом. Психологическое здоровье позволяет личности постепенно стать способной регулировать свои психические процессы, ориентироваться в поведении и отношениях на задаваемые извне нормы и на внутренние осознанные ориентиры.

В особой ситуации риска находятся дети с ограниченными возможностями здоровья, поскольку они не способны самостоятельно адаптироваться к условиям жизни из-за физиологических и психологических особенностей организма (В статье 2.5 Декларации ООН о правах инвалидов отмечено: «Инвалиды имеют право на меры, предназначенные для того, чтобы дать им возможность приобрести как можно большую самостоятельность»).

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа трёх С» разработана с учетом Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»; Приказа Министерства образования и науки Российской

Федерации от 29 августа 2013г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», Письма Министерства образования науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)», Устава МОУ ЦДТ «Горизонт».

Главной идеей программы выступает направленность на развитие интереса каждого человека к себе как личности, на тренинг становления самооценки, уверенности в деятельности, выбора будущей профессии..

Реализация данной программы способствует социализации и психологическому *развитию подростков, детей с ОВЗ.*

Реализация программы предполагает взаимосвязь смежных по логике психологического восприятия этапов: познавательный (изучение темы, поиск решений проблемных ситуаций, основанный на теоретических знаниях и получении практического опыта) и практический этап - тренинг, психологические игры, упражнения, самостоятельные диагностические мероприятия, участие в мастерских, практикумах, принятие решения о выборе профессии.

Программа рассчитана на 1-3 года обучения учащихся 6 - 9 классов, предполагает участие детей, проявляющим интерес к психологии.

Группа, оптимальная для психологической работы для детей с ОВЗ – от 8 до 10 человек. Программа предусматривает 2 часа в неделю для обучающихся 1-го и 2-го года обучения, то есть 72 часа в учебном году. Из них 26 теоретических: практических: 46 (занятие в учреждении, домашняя работа, изучение литературы; эти часы могут быть заняты вне аудитории; варьируется программой).

Место проведения занятий - психологический кабинет, актовый зал центра, городской парк, психологический центр, библиотека

Продолжительность 1 занятия для обучающихся 3-го года обучения 3 часа. Главная отличительная особенность этого года - акцентированность на практические занятия. Программа составлена из модулей: теоретический, экскурсионный, мастер-класс, выбор профессии. Занятия проводятся вне помещений учреждения: на предприятиях города, в других учреждениях.

Результатом обучения является осознанный выбор профессии по возможностям, способностям и медицинским показаниям обучающихся с ОВЗ.

**Цель:** формирование психологического здоровья.

Тематическое содержание первого и второго года обучения идентично. Особенности в содержании. В первый год обучения предполагается программа элементарных понятий, основы психологических знаний. Второй год - особенности, свойства психических процессов личности, понятие о личности, углубление знаний, их практическое применение. Самостоятельные простейшие диагностические мероприятия.

**Задачи первого года обучения:**

- содействовать осознанию позиции старшеклассника;
- развивать уверенность в своих знаниях и возможностях;
- способствовать установлению и развитию дружеских отношений в обществе;
- дать понятие элементарных знаний о психических познавательных процессах, психодиагностики и коррекции характера, способностей, самооценки;
- развивать позитивный эмоциональный ресурс личности, учить управлять негативными эмоциями;
- развивать интерес к познанию себя и других людей.

**Задачи второго года обучения:**

- уточнять полученные умения и навыки;
- обогащать социальный опыт детей в практической деятельности;
- учить применять коммуникативные умения в различных видах деятельности;
- способствовать проявлению личностной индивидуальности;
- способствовать формированию профессиональных ориентиров;
- воспитывать уважение к окружающим людям;
- формировать гражданственность.

### **Задачи третьего года обучения:**

- совершенствовать полученные умения и навыки;
- стимулировать познавательную мотивацию;
- развивать навыки группового взаимодействия, активного общения с профессионалами;
- подготовить к профессиональному будущему (выбор профессии с учетом возможностей);
- воспитывать уважение к профессиональному труду;
- формировать гражданственность.

*Решение задач программы предусматривает следующие формы работы:*

- практикумы;
- деловые игры;
- экскурсии;
- квесты;
- психологические тренинги;
- мастер-классы;
- студенческие мастерские;
- встречи с социально-значимыми людьми;

На теоретических занятиях используются методы: лекции, беседы, дискуссии, наблюдения. На практических занятиях - психологические игры и упражнения, элементы тренинга, самостоятельная обработка диагностических материалов.

Планируются интегрированные занятия – занятия в библиотеке, в психологическом центре, совместная деятельность с педагогами центра («Народная кукла», «Бумажная планета», «Вокал», «Арт-лаборатория «Начала»).

Программа является гибкой. Количество часов, отведенных на одну тему, может изменяться. Так же, возможно перераспределение по времени мастер-классов.

### Учебно - тематический план 1 года обучения

№	Тема	Кол-во часов			
		всего	теория	практика	месяц
1	О науке самопознания – психологии «Шаги к себе» (психологические упражнения)	2	1	1	сентябрь
2	Методы психологии	2	1	1	сентябрь
3	Шаги к себе. Игры и упражнения диагностического характера	10	4	6	сентябрь -октябрь
4	Эмоциональный мир	6	1	5	
5	Общение. Сотрудничество	4	2	2	
6	Межличностные отношения	4	1	3	
7	Темперамент	2	1	1	октябрь
8	Характер	4	1	3	октябрь
9	Личность	6	2	4	
10	Способности	2	1	1	ноябрь
11	Познавательные процессы	2	1	1	
12	Ощущение и восприятие	4	1	3	февраль
13	Внимание	4	1	3	февраль
14	Память	4	1	3	март
15	Мышление	4	1	3	март - апрель
16	Воображение	4	2	2	апрель
17	Самосознание	2	1	1	ноябрь

18	Самопознание	2	1	1	декабрь
19	Психологические особенности деятельности	2	1	1	январь-февраль
20	На год стали мы взрослее. Занятие-презентация знаний и умений. Посиделки с родителями	2	1	1	май
	Всего:	72	26	46	

### Учебно - тематический план 2 года обучения

№	Тема	Кол-во часов				месяц
		всего	теория	практика		
1	О науке самопознания – психологии «Шаги к себе» (психологические упражнения)	2	1	1	сентябрь	
2	Методы психологии. Профдиагностика	2	1	1	сентябрь	
3	Шаги к себе. Уникальность внутреннего мира. Тренинг самопознания.	10	4	6	сентябрь-октябрь	
4	Эмоциональный мир.	6	1	5		
5	Общение. Сотрудничество.	4	2	2		
6	Межличностные отношения. Профессии и отношения.	4	1	3		
7	Темперамент. Роль в выборе профессии.	2	1	1	октябрь	
8	Характер и профессия	4	1	3	октябрь	
9	Личность.	2	1	1		
10	Способности. Специальные способности.	2	1	1	ноябрь	
11	Познавательные процессы. Особенности в профессии.	6	2	4		
12	Ощущение и восприятие.	4	1	3	февраль	

	Особенности в профессии.				
13	Внимание. Особенности профессионалов.	4	1	3	февраль
14	Память. Роль в профессиональной деятельности.	4	1	3	март
15	Мышление	4	1	3	март - апрель
16	Воображение. Отличие в профессиях.	4	2	2	апрель
17	Самосознание. Характер как система сознательных действий.	2	1	1	ноябрь
18	Самопознание.	2	1	1	декабрь
19	Психологические особенности деятельности. Учет в выборе будущей профессии.	2	1	1	январь-февраль
20	На год стали мы взрослее. Занятие-презентация знаний и умений. Семинар с родителями.	2	1	1	май
	Всего:	72	26	46	

### Учебно - тематический план 3 года обучения

№	Тема	Кол-во часов			
		всего	теория	практика	месяц
	<b>Модуль 1. Теоретический</b>	<b>18</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	
1	Введение. О профориентации. «Шаги в профессию» (Презентация плана года)	3	1,5	1,5	сентябрь
2	Методы психологии. Профдиагностика	3	1,5	1,5	сентябрь
3	Шаги к себе. Уникальность внутреннего мира. «Что я знаю о себе» - диагностический практикум	6	3	3	сентябрь
4	«Мир добрых профессий». Встречи в библиотеке	6	3	3	октябрь
	<b>Модуль 2. Экскурсионный</b>	<b>30</b>	<b>9</b>	<b>21</b>	
5	Градостроительные профессии. (По проекту градостроительного колледжа)	9	3	6	октябрь-ноябрь
6	Пищевая промышленность. Колледж индустрии питания.	6	1,5	4,5	ноябрь
7	Профессии сферы услуг. Колледж дизайна.	6	1,5	4,5	декабрь
8	Экскурсии на новостройки города	6	2	4	декабрь

9	Полиграфкомбинат - квест-экскурсия «Как рождается книга»	3	1	2	декабрь
	<b>Модуль 3. Мастер-класс</b>	48	8,5	39,5	
10	Способности, возможности и профессия.	3	1,5	1,5	январь
11	Мастер - класс плетения из лозы.	6	1,5	4,5	январь
12	Мастер - класс мастера - флориста	6	-	6	февраль
13	Мастерская студентов - закройщиков	3	-	3	февраль
14	Мастерская валяльщика	3	-	3	март
15	Мастер - класс рыбовода	3	1,5	1,5	март
16	Мастерская в студенческом салоне красоты	3	1,5	1,5	март
17	Практикум библиотекаря	3	-	3	март
18	Мастер - класс пекаря - кондитера	3	-	3	апрель
19	Плотник - золотые руки	6	1,5	4,5	апрель
20	Ювелир. Встреча с мастером	3	1	2	апрель
21	Гостиничные профессии	6	-	6	апрель-май
	<b>Модуль 4. Выбор профессии</b>				
22	Диагностика специальных способностей, готовности к профессии.	6	-	6	май
23	Психологические особенности. Учет в выборе будущей профессии. Дискуссионный час.	3	-	3	май
24	На год стали мы взрослее. Презентация знаний и умений. Лаборатория для родителей - дегустация «Наши профессии».	3	-	3	май
	<b>Всего:</b>	<b>108</b>	<b>27</b>	<b>81</b>	

### Содержание программы 1 года обучения

Тема	Занятие	Содержание занятия	Дата
Тема 1.	Занятие 1	Введение. Беседа о ТБ и правилах поведения. Наука самопознания - психология. Предмет психологической науки. Феномены, изучаемые психологией. <u>Практическая часть:</u> психологические игры «Таможня», «Провокатор», «Перебежки»	сентябрь
Тема 2.	Занятие 2	Методы психологии - методы самопознания. Наблюдение. Эксперимент: почерк	сентябрь

		мальчиков и девочек. Практикум: тест Люшера, тест «1 минута», рисуночный тест «Школа зверей»	
Тема 3.	Занятие 3	Шаги к себе. Уникальность внутреннего мира. Психологические упражнения: «Пустой стакан», «Что в шаре», «Биномфантазии». Психогеометрический тест.	сентябрь
	Занятие 4	Тренинг личностного роста «Киви»	сентябрь
	Занятие 5	Психологические упражнения «Скульптор и глина», «Угадай с закрытыми глазами», «Узнай по голосу», «Что изменилось». Русские народные игры.	октябрь
	Занятие 6	«Мой любимый древний город». Виртуальная экскурсия по Ярославлю в Библиотеке семейного чтения.	октябрь
	Занятие 7	Психоэнергетические упражнения с элементами голосотерапии (ТОТ, мини-тренинг). Игра с палочками («Повтори фигуру» «Запрещенное движение»)	октябрь
Тема 4.	Занятие 8	Эмоциональный мир. Эмоции и чувства. Особенности чувств. Стресс: полезен или вреден. Умение владеть собой. Упражнения: «Парад эмоций», «Способы выражения чувств». Релаксационные упражнения. Внешние проявления эмоций и чувств. Портреты эмоций. Упражнение «Хлопки по коленям», игра-соревнование «Замороженные». Домашнее задание-эксперимент «Сколько прохожих встретил с такой эмоцией».	октябрь
	Занятие 9	Практикум «Польза и вред эмоций». Психологические игры: «Путаница», «Угадай эмоцию».	ноябрь
	Занятие 10	Прогулка на Волгу «Прощание с осенью»	ноябрь
Тема 5	Занятие 11	Общение. Понятие. Виды. Психологические упражнения: «Поиск сходства», «Жест и слово».	ноябрь
	Занятие 12	Сотрудничество. Психологические игры: «Привет себе», «Испорченный телефон», «Рисование по инструкции». Трудовое поручение в парах, в группах.	ноябрь
Тема 6	Занятие 13	Межличностные отношения. Деловые, дружеские, приятельские отношения. Социометрия «Изба, шалаш, квартира, дворец». Упражнение в командах «Самурай»,	ноябрь

		дракон, принцесса».	
	Занятие 14	«Герои России моей» Историко-патриотический час ко Дню героев Отечества (9 декабря) – библиотечный час. Беседы о родных-героях семьи	декабрь
Тема 7.	Занятие 15	Темперамент. История. Понятие. Характеристики. Тест «Мой темперамент» (вариант 2: теппинг-тест Ильина)	декабрь
Тема 8.	Занятие 16	Характер. Многообразие характеров. Типология. Проективный тест «Геометрические фигуры»	декабрь
	Занятие 17	Характер. Система свойств характера (отношение к группам, отношение к деятельности и труду, отношение к себе, отношение к вещам). Характер и темперамент. Как формируется характер? Кем? Беседа.	декабрь
Тема 9.	Занятие 18	Личность. Понятие. Рисование маски. Арт-терапия.	январь
	Занятие 19	Личность. Самооценка. Понятие. Кто хозяин самооценки? Тест «Моя самооценка», тест «Лесенка». Беседа.	январь
	Занятие 20	Рисуночный тест «Два моих Я». Беседа с элементами тренинга.	январь
Тема 10	Занятие 21	Способности. Понятие. Задатки. Творческие способности. Успех = способности + трудолюбие. Психологическая игра «Большие и маленькие» («Взрослые и подростки»), «Я сам», «Чемоданчик качеств» (вариант занятия). Всероссийская акция, посвященной дню рождения Н.А. Некрасова «Да, только здесь могу я быть поэтом!» - прогулка к памятнику Н.А.Некрасову	февраль
Тема 11	Занятие 22	Познавательные процессы. Что помогает познавать мир? Упражнения: «Что летает», «Испорченный телефон», «Что бывает X формы», «Что бывает с названием «ТРИ»?», сенсорные упражнения по дидактическим карточкам.	февраль
Тема 12	Занятие 23	Ощущение и восприятие. Понятие. Виды. Упражнения для развития сенсорной памяти «Общение без слов», «Ромашка», «Запахи», «Шумелки».	февраль
	Занятие 24	Ощущение и восприятие. Отличие восприятия от ощущений. Иллюзии. Ошибки восприятия. Арт-терапия «Рисование	февраль

		ниточкой», «Кляксография».	
Тема 13	Занятие 25	«Мудрый просветитель Руси» Историческая композиция к Дням памяти Ярослава Мудрого (20 февраля - 5 марта) – библиотечный час.	март
	Занятие 26	Внимание. Виды и свойства внимания. Организация внимания. Упражнения для развития внимания. Компьютерные тренажеры (Тренажер супер-внимания)	март
Тема 14	Занятие 27	Память. Значение памяти в жизни человека. Процессы памяти. Виды. Особенности запоминания. Упражнения-тесты для развития памяти.	март
	Занятие 28	Память. Семинар - практикум «Кладовая памяти» (Тренинг о роли эмоциональной памяти «Мои первые воспоминания» с акцентом на личностные особенности – эффект самопознания и самовоспитания).	март
Тема 15	Занятие 29	Логические игры на шахматной доске («Уголки», «Поддавки»)	апрель
	Занятие 30	Мышление. Понятие. Особенности мышления у левшей. Упражнения для развития мышления. Подвижные игры со смысловой задачей («Диверсанты», «Закодированное действие»)	апрель
Тема 16	Занятие 31	Воображение. Понятие. Фантазии. Роль мечты в деятельности человека. Рисование – интегрированное занятие рисование нетрадиционным способом.	апрель
	Занятие 32	Воображение и предвосхищение. Игры на шахматной доске - тренинг интеллектуальных умений.	апрель
Тема 17	Занятие 33	Самосознание. Роль самооценки в становлении самосознания. Уровень притязаний личности. Тест Шванцландера «Уровень притязаний».	май
Тема 18	Занятие 34	Самопознание. Психологические особенности деятельности.	май
Тема 19	Занятие 35	Деятельность. Литературная дегустация. Книги о Великой Отечественной войне.	май
Тема 20	Занятие 36	На год стали мы взрослее. Занятие-презентация знаний и умений. Посиделки с родителями. Задания для проверки психологической грамотности.	май

## Содержание программы 2 года обучения

Тема	Занятие	Содержание занятия	Дата
Тема 1.	Занятие 1	Введение. Беседа о ТБ и правилах поведения. Наука самопознания - психология. Предмет психологической науки. Феномены, изучаемые психологией. <u>Практическая часть:</u> психологические игры «Таможня», «Провокатор», «Перебежки»	сентябрь
Тема 2.	Занятие 2	Методы психологии. Наблюдение. Эксперимент: фокусы оригами. Диагностика мотивации – тесты.	сентябрь
Тема 3.	Занятие 3	Шаги к себе. Уникальность внутреннего мира. Психологические упражнения: «Наша группа - хорошо, потому что...», «Все испорченное можно исправить»	сентябрь
	Занятие 4	Тренинг личностного роста «Желтые веревки»	сентябрь
	Занятие 5	Русские народные игры. Особенности эмоциональных проявлений.	октябрь
	Занятие 6	«Мой любимый древний город». Пешая экскурсия по Ярославлю.	октябрь
	Занятие 7	Вокалотерапевтические этюды (интегрированное занятие с объединением «Вокал»). Особенности эмоциональных проявлений. Вокал как личностный ресурс.	октябрь
Тема 4.	Занятие 8	Эмоциональный мир. Эмоции и чувства. Особенности чувств. Стресс: полезен или вреден. Умение владеть собой. Упражнения: «Парад эмоций», «Способы выражения чувств». Релаксационные упражнения. Внешние проявления эмоций и чувств. Портреты эмоций. Домашнее задание-эксперимент «Ловля счастливых взглядов» - наблюдение за лицами прохожих	октябрь
	Занятие 9	Практикум «Польза и вред эмоций». Психологические игры: «Путаница», «Угадай эмоцию». Народные игры.	ноябрь
	Занятие 10	Прогулка на Волгу «Прощание с осенью». Железнодорожный мост: история и настоящее.	ноябрь
Тема 5	Занятие 11	Общение. Понятие. Виды. Психологические упражнения: «Поиск сходства», «Жест и слово». Игры для развития лексикона.	ноябрь

	Занятие 12	Сотрудничество. Психологические игры: Игры в парах. Тест «Рукавичка». «Рисование по инструкции». «Камень, ножницы, бумага». Трудовое поручение в парах, в группах (Мини-квест). Командные игры «Самурай, дракон, принцесса», «Красное и черное».	ноябрь
Тема 6	Занятие 13	Межличностные отношения. Деловые, дружеские, приятельские отношения. Социометрия «Изба, шалаш, квартира, дворец», социометрия Джекоба Морено. Проективный тест Лутошкина «Дерево»	ноябрь
	Занятие 14	«Герои России моей» Историко-патриотический час ко Дню героев Отечества (9 декабря) – библиотечный час. Беседы о родных-героях семьи. Фотовыставка.	декабрь
Тема 7.	Занятие 15	Темперамент. История. Понятие. Характеристики. Тест «Мой темперамент» (вариант 2: теппинг-тест Ильина). Темперамент и профессия. Связи в успешности деятельности.	декабрь
Тема 8.	Занятие 16	Характер. Система черт для одной профессии (игра-характеристика). Проективные тесты.	декабрь
	Занятие 17	Характер. Система свойств характера (отношение к группам, отношение к деятельности и труду, отношение к себе, отношение к вещам). Характер и профессиональные качества - игра с карточками.	декабрь
Тема 9.	Занятие 18	Личность. Понятие. Рисование маски. Арт-терапия. (Вариант с мастером кукол-Автопортрет)	январь
	Занятие 19	Личность. Самооценка. Понятие. Кто хозяин самооценки? Тест «Моя самооценка». Афоризмотерапевтические рассуждения.	январь
	Занятие 20	Рисуночный тест «Два моих Я». Беседа с элементами тренинга.	январь
Тема 10	Занятие 21	Способности. Понятие. Задатки. Творческие способности. Успех = способности + трудолюбие. О примерах в истории великих людей. Всероссийская акция, посвященная 196-летию со дня рождения Н.А. Некрасова «Да, только здесь могу я быть поэтом!» - прогулка к памятнику Н.А.Некрасову	февраль
Тема 11	Занятие 22	Познавательные процессы. Что помогает	февраль

		познавать мир? Упражнения: «Что летает», «Что бывает X формы», «Что бывает с названием «ТРИ»?», сенсорные упражнения по дидактическим карточкам. Дидактическая игра «Alias»	
Тема 12	Занятие 23	Ощущение и восприятие. Понятие. Виды. Упражнения для развития сенсорной памяти «Общение без слов», «Запахи», «Шумелки», «Осязательные элементы». Тест КАВД.	февраль
	Занятие 24	Ощущение и восприятие. Отличие восприятия от ощущений. Иллюзии. Ошибки восприятия. Арт-терапия «Рисование ниточкой», «Кляксография».	февраль
Тема 13	Занятие 25	«Мудрый просветитель Руси» Историческая композиция к Дням памяти Ярослава Мудрого (20 февраля - 5 марта) – библиотечный час.	март
	Занятие 26	Внимание. Виды и свойства внимания. Организация внимания. Упражнения для развития внимания. Компьютерные тренажеры (Тренажер супер-внимания)	март
Тема 14	Занятие 27	Память. Значение памяти в жизни человека. Процессы памяти. Виды. Особенности запоминания. Упражнения-тесты для развития памяти. Красно-черная таблица-тест для определения свойств внимания.	март
	Занятие 28	Память. Семинар - практикум «Кладовая памяти» (Тренинг о роли эмоциональной памяти «Мои первые запахи» с акцентом на личностные особенности – эффект самопознания и самовоспитания).	март
Тема 15	Занятие 29	Логические игры (Из фонда Дональда Макдоналда)	апрель
	Занятие 30	Мышление. Понятие. Особенности мышления у левшей. Упражнения для развития мышления. Каллиграфические упражнения. Подвижные игры со смысловой задачей («Диверсанты», «Закодированное действие»)	апрель
Тема 16	Занятие 31	Воображение. Понятие. Фантазии. Роль мечты в деятельности человека. Рисование – интегрированное занятие рисование нетрадиционным способом.	апрель
	Занятие 32	Воображение и предвосхищение. Игры на шахматной доске - тренинг интеллектуальных умений.	апрель

Тема 17	Занятие 33	Самосознание. Роль самооценки в становлении самосознания. Уровень притязаний личности. Тест Шванцландера «Уровень притязаний».	май
Тема 18	Занятие 34	Самопознание. Психологические особенности деятельности. Дидактические задания.	май
Тема 19	Занятие 35	Деятельность. Литературная дегустация. Книги о профессиях в Великой Отечественной войне.	май
Тема 20	Занятие 36	На год стали мы взрослее. Занятие-презентация знаний и умений. Семинар с родителями.	май

### Содержание программы 3 года обучения

Тема	Занятие	Содержание занятия	Дата
<b>Модуль 1. Теоретический</b>			
Тема 1.	Занятие 1	Введение. Беседа о ТБ и правилах поведения. О профориентации. «Шаги в профессию» (Презентация плана года).	сентябрь
	Занятие 2	Методы психологии. Профдиагностика. Тесты: Йовальши, ДДО Климова, Пряжникова, Голланда.	сентябрь
	Занятие 3	Шаги к себе. Уникальность внутреннего мира. «Что я знаю о себе» - диагностический практикум.	сентябрь
	Занятие 4	Шаги к себе. Диагностический практикум: мои особенности.	сентябрь
	Занятие 5	«Мир добрых профессий». Встречи в библиотеке. Литературная дегустация.	октябрь
	Занятие 6	«Мир добрых профессий». Встречи в библиотеке. Презентация профессий.	октябрь
<b>Модуль 2. Экскурсионный</b>			
	Занятие 7	Градостроительные профессии. (По проекту градостроительного колледжа).	октябрь
	Занятие 8	Градостроительные профессии. (По проекту градостроительного колледжа).	октябрь
	Занятие 9	Градостроительные профессии. (По проекту	ноябрь

		градостроительного колледжа).	
	Занятие 10	Пищевая промышленность. Колледж индустрии питания.	ноябрь
	Занятие 11	Пищевая промышленность. Колледж индустрии питания.	ноябрь
	Занятие 12	Профессии сферы услуг. Колледж дизайна.	ноябрь
	Занятие 13	Профессии сферы услуг. Колледж дизайна.	декабрь
	Занятие 14	Экскурсии на новостройки города.	декабрь
	Занятие 15	Экскурсии на новостройки города.	декабрь
	Занятие 16	Квест-экскурсия «Как рождается книга» (Полиграфкомбинат).	декабрь
	<b>Модуль 3. Мастер-класс</b>		
	Занятие 17	Способности, возможности и профессия. Мастер-класс в центре «Ресурс».	январь
	Занятие 18	Мастер - класс плетения из лозы. Фабрика «Плетеная мебель».	январь
	Занятие 19	Мастер-класс плетения (ткачества).	январь
	Занятие 20	Мастер - класс мастера – флориста в ателье цветов Славы Диваевой.	январь
	Занятие 21	Мастер - класс мастера – флориста в салоне цветов «Камелия». Проект оформления подарка.	февраль
	Занятие 22	Студенческая мастерская «Закройщик».	февраль
	Занятие 23	Мастер-класс на валяльной фабрике	февраль
	Занятие 24	Карпово-форелевое хозяйство. Рыбоводство	февраль
	Занятие 25	Студенческий салон красоты: парикмахерское искусство.	март
	Занятие 26	Библиотекарь: деятельность в профессии. Практикум-квест.	март
	Занятие 27	Кондитерская (пекарня, пиццерия): пекарь – кондитер.	март
	Занятие 28	Плотник - золотые руки, столярная мастерская.	март
	Занятие 29	Мебельная студия: мебельщик, сборщик мебели.	апрель
	Занятие 30	Ювелир. Встреча с мастером.	апрель
	Занятие 31	Гостиничные профессии. Горничная.	апрель
	Занятие 32	Гостиничные профессии. Администратор.	апрель
	<b>Модуль 4. Выбор профессии</b>		
	Занятие 33	Диагностика специальных способностей, готовности к профессии.	май
	Занятие 34	Диагностика специальных способностей, готовности к профессии.	май
	Занятие 35	Психологические особенности. Учет в выборе будущей профессии. Дискуссионный час.	май

	Занятие 36	На год стали мы взрослее. Презентация знаний и умений. Лаборатория для родителей - дегустация «Наши профессии».	май
--	------------	---	-----

## **Ожидаемые результаты**

### 1-ый год обучения

- осознавать позицию старшеклассника позиции старшеклассника;
- быть уверенным в своих знаниях и возможностях;
- уметь устанавливать дружеские отношения в обществе;
- иметь позитивный эмоциональный ресурс личности, уметь управлять негативными эмоциями;
- иметь интерес к познанию себя и других людей.

### 2-ой год обучения

- уметь обогащать социальный опыт в практической деятельности;
- уметь применять коммуникативные умения в различных видах деятельности;
- иметь представления о профессиональных ориентирах;
- быть уважительным к окружающим людям;

### 3-ий год обучения

- иметь познавательную мотивацию;
- иметь навыки группового взаимодействия, активного общения с профессионалами;
- знать способы выбора профессии (выбор профессии с учетом возможностей);
- быть уважительным к профессиональному труду;
- иметь собственную гражданственность.

## **Обеспечение**

Основными формами организации образовательного процесса являются практические занятия, игры, экскурсии. Используются групповые, диадовые (парные) и индивидуальные формы организации образовательного процесса.

Виды занятий:

- по сообщению новых знаний
- по закреплению результатов накопленных знаний (контрольные срезы, диагностические занятия)
- коллективные занятия, сочетающие несколько дидактических целей.

Используются методы:

-объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, исследовательский, наглядный (таблицы, рисунки, книги, картины), словесный (беседа, дискуссия, рассказ, объяснение, работа с книгой), практический (упражнения, графические задания, практические работы), игровой, проектный,

Методы воспитания: убеждение, упражнение, стимулирование, анализ опыта, оценка, мотивация, личный пример.

Процесс освоения программы предусматривает различные занятия: беседа, встреча с интересными людьми, игра, праздник, практическое занятие, творческая мастерская, экскурсия.

Формы контроля:

- результаты тестов
- мониторинг достижений
- наблюдения и рефлексия в тренингах
- самостоятельные работы воспитанников

### **Материально-техническое обеспечение**

*Для проведения программы на современном уровне необходимо создание следующих условий:*

- отдельный кабинет, оборудованный корпусной, мягкой и рабочей школьной мебелью;
- литература (специальная, художественная, публицистическая);
- аудио, видео, телетехника, компьютерная система (мультипроектор, ноутбук);
- художественные произведения (книги, альбомы, фотографии, репродукции);
- канцелярские инструменты (бумага, ножницы, карандаши, клей, краски, кисти, пластилин)

–

### **Мониторинг образовательных результатов**

*Обучающиеся, освоившие курс, должны:*

- знать и понимать основные психологические термины (темперамент, характер, способности, ощущение, восприятие, мышление, память, внимание, воображение);
- определять собственные эмоции и эмоции других людей, понимать значение эмоций и управлять ими;
- иметь знания, умения и навыки группового взаимодействия, использовать их для построения взаимоотношений с окружающими;
- иметь основные знания о предметах и действиях профессиональной деятельности в доступных по здоровью профессиях;
- уважать труд, проявлять гражданские качества личности

*Отслеживание результатов проводится методами:*

- тесты;
- наблюдение;
- опрос;

- беседа;
  - отзыв учителей, родителей;
- Результаты отслеживаются в сводных таблицах.

## Список литературы

### Для педагога

1. Блейхер В.М., Крук И.В., Боков С.Н. Практическая психология. Ростов-на-Дону: «Реникс», 1996.
2. Волкова Н.В., Волков Б.С. Задачи и упражнения по детской психологии. М.: «П», 1991.
3. Волочков А.А. Субъект активности и развитие индивидуальности подростка (теория, практика, диагностика). Пермь ИПКРО, 2002
4. Выготский Л.С. Эмоции и их развитие в детском возрасте. Собрание сочинений. Т.6. М.: «Педагогика», 1982
5. Гарбузов В.И. Практическая психотерапия. С.-Пб: АО «Среда», 1994
6. Дубровина Н.В. Рабочая книга школьного психолога. М.: П., 1991
7. Джинотт Х.Д. Групповая психотерапия с детьми. М.: «Апрель - Пресс», 2001
8. Елисеев О.П. Практикум по психологии личности. С.-Пб.: «Питер», 2000
9. Каменская Е.Н. Основы психологии, курс лекций. Ростов – на – Дону, "Феникс", 2003
10. Котова И.Б, Канаревич О.С. и др. Основы психологии. Экзаменационные ответы: Ростов – на-Дону, "Феникс", 2002
11. Краткий психологический словарь. Сост. Карпенко М.М. М.: «Политиздат», 1985
12. Марасанов Т.Н. Социально – психологический тренинг. М.: «Совершенство», 1998
13. Москвина Л. Энциклопедия психологических тестов. М.: «Аст», 1997
14. Моргенштерн И. Тайна характера. Харьков: «Фолио», 1996
15. Немов Р.С. Общая психология, краткий курс, "ПИТЕР", 2007
16. Психологические тесты. Под редакцией Ахмеджанова Э.Р. М.: «Лист», 1996
17. Рогов Е.Н. Настольная книга практического психолога. Часть 1. Часть 2. М.: «Владос», 2000
18. О.Ф. Графические методы в психологической диагностике. М.: П, 1995
19. Рубинштейн С.П. Основы общей психологии. С.-Пб: «Питер», 1988
20. Самоукина Н.В. Игры, в которые играют. Дубна: «Реникс», 2000
21. Социальная психология и этика делового общения. Под редакцией Лавриненко В.Н. М.: «Культура и спорт», 1995

### Для учащихся.

1. Детская энциклопедия «Я познаю мир. Психология». М.: «Аст», 2000
2. Занимательная психология. Шапарь В.Б. Ростов – на - Дону: "Феникс", 2005
3. Курс практической психологии. Кашапов Р.Р. Екатеринбург: АРТ ЛТД, 1996
4. Практическая психология. Только для девочек. М.: «Аст», 2000

*Приложение*

**Мониторинг образовательных результатов  
воспитанников по дополнительной образовательной программе  
«Школа трех С»**

Вводный (начало года) и итоговый (конец года)

1-низкий уровень

2-средний уровень

3-высокий уровень

Знания специальных психологических терминов	Коммуникативные умения	Самооценка	Уровень притязаний	Представления о профессиях	Нравственные ориентиры	Общий результат