

Управление образования
Администрации муниципального образования Алапаевское
Муниципальное казённое учреждение «Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи муниципального образования
Алапаевское»

ПРИНЯТО

На заседании педагогического
Совета

Протокол № 1 от 26.08.2025 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор

Н.А. Краюхина

Приказ № 40 от 29.08.2025 г.

**Дополнительная общеобразовательная программа
социально-гуманитарного направления
группы психологической помощи для детей от 7 до 12 лет
«Путь к себе»**

Возраст обучающихся: 7 до 12 лет

Срок реализации: 2 месяца (16 часов)

Составитель программы: Метелева Л.В.

педагог-психолог

Содержание

1. Основная характеристика программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы	4
1.3. Планируемые результаты.....	5
1.4. Содержание общеразвивающей программы	5
2. Организационно-педагогические условия.....	17
2.1. Календарный учебный график.....	17
2.2. Условия реализации программы.....	17
2.3. Формы аттестации и оценочные материалы.....	18
Список используемой литературы.....	20
Приложение 1	21

1. Основные характеристики программы

1.1. Пояснительная записка

Младший школьный возраст очень важен для развития личности. Это время нового социального взаимодействия, когда игра уходит на второй план и выходит на новые уровни учеба, общение и взаимодействие. В этот период ребенок становится более самостоятельным и перед ним появляются различные перспективы, некоторые из них, могут оказаться совсем не теми, которым нужно следовать ребенку. Используя неконструктивные стратегии поведения приводят к тому, что ребенок оказывается дезадаптирован социально, и здесь необходима психокоррекция, данная программа поможет ребенку в данной проблеме.

- **Направленность общеразвивающей программы** - социально-гуманитарная.
- **Актуальность и отличительная особенность общеразвивающей программы** – ребенок, пройдя весь курс программы сможет лучше понимать сам себя, понимать нормы, которые требуются от него и от его окружения. Программа составлена на основе разных авторов и подобрана по темам. Программа разбита на темы, которые прорабатываются индивидуально и в группе, что помогает пройти социализацию и адаптацию ребенка в обществе. С помощью индивидуального подхода, ребенок выводится на более высокий уровень самоопределения.

Особенность программы заключается в том, что данная программа может применяться как одна из мер психологической помощи детям с проблемами социальной адаптации, направленная на развитие и усиление своего «я», для формирования жизнеспособной и стойкой личности, которая умеет и знает как жить в непростом обществе.

- **Адресат общеразвивающей программы:** Возраст и категория учащихся представляет собой детей от 7 до 12 лет. В группе предполагается до 4 детей.
- **Режим занятий общеразвивающей программы** – 2 раза в неделю во второй половине дня, 2 занятия консультации и диагностики, Занятия по 30 минут, перерыв 10 минут.
- **Объем общеразвивающей программы** – 16 учебных часов, из них 2 часа диагностика и консультация по результатам.
- **Срок освоения общеразвивающей программы** 2 месяца
- **Уровни освоения общеразвивающей программы** на каждом этапе обучения традиционная модель с использованием различных форм взаимодействия на следующих этапах:
 - ознакомительный (стартовый)
 - базовый
- **Формы обучения общеразвивающей программы** – индивидуальная, групповая.

- **Виды занятия общеразвивающей программы** – беседа, практическое занятие. Консультативные и диагностические занятия, обучающая и развивающая игровая деятельность.
- **Как форма отчета и подведения итогов творческий отчет-самопрезентация.**

1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы

Создание условий и для развития жизненных навыков и формирование стойких способов решения проблем, позволяющих противостоять негативным ситуациям у подростков со сложностями социальной адаптации, как индивидуально, так и через групповые взаимодействия.

• **Задачи общеразвивающей программы :**

Обучающие: обучение адекватным способам решения конфликтных ситуаций, обучение определению. Жизненных целей и самоопределения

Развивающие: развитие коммуникативных навыков,

Воспитательные: воспитать элементарные навыки культурного поведения и уважительного отношения к обществу. Осознание ответственности за поступки и действия.

1.3. Планируемые результаты освоения образовательной программы

В отношении детей: повышение эмоциональности, самостоятельности, активности ребенка, развитие его потребности в общении, появление интереса к общению со сверстниками, повышение уровня речевого и социального развития, более легкая и успешная адаптация в обществе.

В отношении родителей: повышение родительской компетенции в вопросах воспитания и развития детей, расширение знаний о возможностях своего ребенка, овладение способами организации детской деятельности в домашних условиях.

Итог работы является положительная динамика в развитии детских видов деятельности, мягкая адаптация в обществе установление партнерских отношений с родителями в отношении с родителями в вопросах развития и воспитания детей.

1.4. Содержание программы

Учебный (тематический) план

Раздел	Тема	Часы	Результат
Диагностика	Проведение диагностики по индивидуальной карте развития ребенка	1	Выявление проблемных зон развития у ребенка

Коррекционно-развивающие занятия	Дети группы риска Точка опоры Профилактика.	14	Обучение и закрепление полученных знаний, умений и навыков
Диагностика консультация	Консультация по результатам обучения с рекомендациями для ребенка.	1	Выдача рекомендаций родителям по развитию ребенка
	всего	16 часов	

Содержание учебного (тематического) плана

	Раздел	Тема	Описание теоретической части	Описание практической части
1	Диагностика	Проведение диагностики по индивидуальной карте развития ребенка	Знакомство, анкетирование и беседа с мамой.	
2	Коррекционно-развивающие занятия	«Автопортрет»	Вводная часть. Приветствие Основная часть урок самопознания. «Поезд спешит к цели.» Автопортрет. Заключительная часть Рефлексия Ритуал прощания	Приветствие. Упражнение на самопознание. Расскажи,какой ты. Создай автопортрет. Покажи свое эмоциональное состояние жестом. Почему говорят «Совсем пропащий?» что значит независимая зависимость, упражнение поезд мчит к цели. Упражнение помогает преодолеть болото соблазнов.(Выйти из зависимости). Рефлексия.прощание.
3		«Мои плюсы и минусы»	Вводная часть «темперамент»	Приветствие. Плюсы и минусы

			« социальный опыт» « интеллект и воображение! цель жизни» «твоя индивидуальность» Заключительная часть Рефлексия Ритуал прощания	твоего «Я» , «Социальный опыт», что хорошего и что плохого ты совершил. Диагностика мышления, внимания и памяти. Беседа о планах на жизнь, для чего живет человек. Ребенок должен поделиться ,в чем его индивидуальность.- создается флаг своего дома, прийти в магазин и продать плохое и купить хорошее, беседа « хочу все попробовать.» оценить по шкале от 0 до 10.
4		«Темперамент»	Вводная часть. Тест на определение темперамента. Что можно сделать «за компанию» «Место в твоей компании» «мне нравится» Учись сказать «нет» Заключительная часть Рефлексия Ритуал прощания	Приветствие. Определение темперамента Тренинг-беседа- «что можно сделать вместе в компании плохое и хорошее, делимся опытом. Каково твое место в твоей компании, кто рядом с тобой,кто важен в твоей компании, а кто нет и почему (работа на бланке) Зачем вообще нужна компания? Почему девиантное поведение может

				идти из группы, рассматриваем гриппу наркоманов.как это получается и к чему приводит. Ребенок должен сказать что ему нравится в людях и что не нравится. Что он делает,чтобы попасть в определенную группу? Учимся говорить «Нет», почему это важно (рассматриваем разные ситуации) Рефлексия, что мне сегодня понравилось.
5		«Я и взрослый»	Вводная часть «Кто такой взрослый» «почему меня не понимают» Проблемная ситуация «У нас проблема» Рефлексия Ритуал прощания	Приветствие.беседа о том,кто такой взрослый, тяжело ли быть взрослым, почему ты хочешь стать взрослым, сможешь ли ты без взрослых. Какие социальные роли выполняют родители, сможешь ли выполнить их ты. .необходимо назвать 5 лучших качеств родителей и 5 худших. Затем сравнить их с собой. Далее ребенок определяет, сможет ли он нести ответственность за те социальные

				роли, которые есть у взрослых. Работа с проблемной ситуацией. Перед ребенком ставится проблема и он ищет пути решения проблемы с разных сторон (ребенок, родители, учитель, полиция, бабушка) Работа с домашним заданием (автопортрет в семейном интерьере)
6-7		«Чувства и эмоции»	и	Вводная часть что такое самооценка беседа по притче « скорпион» «Обиды» Работа с убеждениями. Ловушка Упражнение «Приятности» Музыкальные предпочтения.- слушаем песню. Заключительная часть Рефлексия Ритуал прощания

				обижаться в этот момент? Затем педагог говорит приятные слова ребенку, чтобы поднять самооценку. Спрашивает, получилось ли это у него?. Затем предлагает послушать его любимую песню. Обсуждение песни, почему именно она нравится ему. Рефлексия. Прощание.
8		«Учимся слушать и понимать друга»	Вводная часть. Т «почему важно слушать и слышать друг друга. Что надо, чтоб тебя услышали. Важно ли понимать друг друга. Заключительная часть Рефлексия Ритуал прощания	Приветствие. Беседа. Почему важно слышать и слушать. Тренинг с листом бумаги и стеной.. Важные моменты во время общения. Крик-способ общения? Как можно понять друг друга. Что ты делаешь чтобы услышали тебя, и чтобы услышал ты. Почему важно понимать. Как воспринимать критику и отказ. Рефлексия.
9		«Страхи»	Вводная часть почему возникают страхи Можно ли жить без страхов Рассматривание	Приветствие. Что такое страх почему он возникает. Были ли в твоей жизни ситуации, когда ты

			ситуаций возникновения страхов. игра –тренинг «избавляемся от страхов»Ритуал прощания	чего-то боялся, можно ли жить без страха. страх внутри тебя. Как справляешься с ним? Прорабатывание ситуаций, проигрывание выхода из старха, работа с страхами. Разложить на внутренние и общие страхи. Как выйти из состояния переживания страха без последствий. Рефлексия.
10		«Семья» «Рисунок семьи»	Вводная часть беседа ,что произошло хорошего с нашей последней встречи Упражнение игра семья» Какой дом нравится больше и почему. Понятие теплый и холодный дом. Ценности, что такое. Как ценности влияют на последствие. Все участники группы рисуют свою семью. Потом дети представляют свою семью. Делятся своими традициями Рефлексия	Приветствие. Беседа о хороших моментах. С последней встречи. Далее вместе с педагогом рисуют каждый свой домик. С деталями. Рассматривают, чем нравится каждый из домов. Рассматривание картинок домов. Ценности, что такое и какие ценности у ребенка. Как влияют ценности на качество жизни, на последствия. Расписать ценности ребенка и последствия.плюсы и минусы. Цель теста внутри группы. охватить и выявить

			Ритуал прощания	внутрисемейные отношения, рассмотреть на примере других семей, научить сравнивать. Делиться традициями. Педагог замечает норму и отклонение от нормы. Даются рекомендации Рефлексия. Прощание.
11		«Какой ты друг?»	Вводная часть что такое дружба, кто такой друг. Беседа о друзьях и взаимопомощи. . Красота речи. «загляни в будущее» Заключительная часть Рефлексия Ритуал прощания	Приветствие. Для чего нужна дружба, какой твой друг? Какой ты, похожи ли вы с другом? Красота речи. Что лучше (сравнение на примере сказки.) тренинг «загляни в будущее» от чего надо избавиться, что нужно научиться делать.
12		«Любимое время года и я	Вводная часть арт –терапия. Рисунок времени года. . Заключительная часть Рефлексия Ритуал прощания	Приветствие. Рисование своего любимого времени года в определенной технике. Заключительный этап.
13		«Рисую музыку»	Вводная часть. Арт-терапия. Для того ,чтобы прочувствовать и нарисовать музыку. Заключительная часть Рефлексия Ритуал прощания	Приветствие. Прослушивается разная музыка, ребенок рисует ,то что представил, проговаривает свое название, затем смотрим, насколько совпадают названия

				и представления композитора и ребенка. Данная терапия помогает развить воображение и снять напряжение. Рефлексия. Подведение итогов. Рекомендации по дальнейшей работе с помощью такой техники.
14		«мсе настроение» «несуществующее животное»	Рисует рисунок .который отображает настроение сейчас, настроение обычно. . Потом дети представляют свою композицию рассматривают, совпадают ли они или нет.	Цель увидеть ,как и что Рисует рисунок .который отображает настроение сейчас, настроение обычно. . Потом дети представляют свою композицию рассматривают, совпадают ли они или нет.
15		«Профессиональная направленность»	Данная методика направлена на изучение интересов ребенка,выявить ,что больше всего его привлекает, обработка результатов для родителей.	Методика определения проф. Направленности. чтобы помочь ребенку сориентироваться в интересах, чтобы родители включились в интересы ребенка. Соответственно вопроснику определяется карта склонности ребенка по развитию. В группе удобнее проводить для большего охвата .

16		Итоговое занятие.	Создание окончательного проектного листа.	Совместно созданный проект-лист с результатами чего мы добились, что мы смогли достичь. Дерево группы.
----	--	-------------------	---	--

2. Организационно-педагогические условия

2.1. Календарный учебный график

№	Характеристики образовательного процесса	
1	Количество учебных недель	8
2	Количество учебных дней	16
3	Количество часов в неделю	2
4	количество часов	16
5	Недель в 1 полугодии	17
6	Недель во 2 полугодии	23
7	Начало занятий	1.09.2025
8	Каникулы	-
9	Выходные	31.12-11.01
10	Окончание учебного года	19.06.2026

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение. Кабинет оснащен диваном, столом, стулом, ноутбуком, принтером. Для работы необходимо наличие цветных ручек и карандашей, доски и бумаги.

Кадровое обеспечение. С детьми работает педагог –психолог прошедший обучение в ВУЗе и прошедший дополнительные курсы повышения квалификации

Методический материал. Для работы используются технологии собранные в пособиях готовых рабочих программ соответствующих ФГОС

<i>Название раздела</i>	<i>МТО, дидактический материал</i>	<i>Формы и методы педагогические технологии</i>	<i>Форма занятия</i>
<i>Диагностика</i>	Тест на определения тревожности,	<i>тестирование</i>	<i>Индивидуальная</i>

	Рисуночный тест Определение темперамента Портрет семьи Тестирование взаимоотношений		
Коррекционно-развивающие занятия	1. Социально-педагогические технологий работы с «трудными» детьми 2. Работа с подростками девиантного поведения	Беседы, тестирование Психо- и арт-терапия	Индивидуально-групповая

Оценочные материалы и методическое обеспечение:

Первичная диагностика происходит в форме беседы с родителями и ребенком, с целью выявления проблемы с точки зрения двух сторон. В качестве диагностических учебных пособий используются интернет-издания и сборники тестов-опросников с результатами.

2.3. Формы контроля и оценочные материалы

Оценочным средством для определения тревожности является тест А.М. Прихожан, результат выносится в сводную таблицу результата. (приложение 1)

Тест определения темперамента Айзенка

Нормативно-правовые и методические основания программы.

Дополнительная общеразвивающая программа «Путь к себе» (далее - Программа) регламентирует содержание деятельности специалистов в рамках оказания психолого-педагогических услуг семьям, воспитывающих детей младшего дошкольного возраста находящихся в «группе риска» в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.08.2016 № 1839-р «Об утверждении Концепции развития системы ранней помощи в Российской Федерации на период до 2020 года»,
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 17.12.2016 № 2723-р «Об утверждении плана мероприятий по реализации Концепции развития ранней помощи в Российской Федерации на период до 2020 года», – Письмом Министерства образования и науки РФ от 13.01.2016 № ВК-15/07 «О направлении Методических рекомендаций»,
- Методическими рекомендациями по организации услуг помощи детям и их семьям в рамках формирования системы комплексной реабилитации и абилитации инвалидов и детей-инвалидов (утв. Министерством труда и социальной защиты РФ 25 декабря 2018 г.)

Список используемой литературы

1. Аерина И.С. Адаптация Мюнхенских тестов познавательных способностей для одаренных детей. //вопросы психологии 1991,
2. Алиева М.А. я сам строю свою жизнь. СПбЯ 2001 г
3. Брызгунов И.П. беседы о здоровье школьников , М.1992
4. Буянов М.И. Ребенок из неблагополучной семьи. М.1994г
5. Вачков И.В. групповые методы в работе школьного психолога М.2002
6. Вачков И.В. окна в мир тренинга. методологические основы субъектного подхода к групповой работе. СПб, 2004
7. Глассер У. школа без неудачников. М.1991
8. Делла Торре Ошибка родителей, М 1993
9. Захаров В.П. Социально-психологический тренинг. Л. 1989
10. Лидерс А.А. психологический тренинг с подростками. М.2001
11. Особенности работы с детьми и молодежью «группы риска» , пособие для специалистов. СПб, 2006
12. Титова С.В. особенности подросткового периода и необходимость учета возрастных новообразований в профилактике ВИЧ. 2005 год, Нижневартоск
13. Титова С.В. дети группы риска в школе. М.2008
14. Тренинг жизненных навыков для подростков с трудностями социальной адаптации, СПб, 2005
15. Шнайдер Л.Б. девиантное поведение детей и подростков. М.2005
Интернет ресурс:
16. Бесплатная интернет библиотека. – Режим доступа:
<http://pdf.knigix.ru/21psihologiya/117633-1-vozrastnie-psihologicheskie-osobennostidoshkolnikov-pervaya-mladshaya-gruppa-2-3-goda-pyati-let-vse-osnovnieps.php>

Результаты определения уровня тревожности

ФИО	Уровень тревожности на диагностике в начале занятий	Уровень тревожности в конце занятий

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849313
Владелец Краохина Надежда Александровна
Действителен с 22.08.2025 по 22.08.2026