АДМИНИСТРАЦИЯ НИЖНЕТАВДИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА
ТЮМЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ НИЖНЕТАВДИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»

Программа согласована и рекомендована
педагогическим советом МАУ ДО
Нижнетавдинского муниципального
округа «ЦДО»
Протокол №5 от 30 апреля 2026 г.

Утверждаю
Директор МАУ ДО Нижнетавдинского
Муниципального округа «ЦДО»
_____С.Г. Федотова
«30» апреля 2026 года

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Твой путь»

Объем обучения: 36 академических часов.
Срок реализации: 1 год.
Возрастная категория: 10-16 лет

Разработчик программы:
Байбарина Анастасия Николаевна,
старший методист МАУ ДО «ЦДО»

с. Нижняя Тавда, 2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы
1.1. Пояснительная записка……..3
1.2. Цель и задачи программы ……5
1.3. Планируемые результаты ……5
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий
2.1. Учебный план ……6
2.2. Содержание учебного плана ……7
2.3. Календарный учебный график ……9
2.4. Условия реализации программы ……..9
2.5. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы……..10
2.6. Методические материалы ……11
2.7. Рабочая программа…… ……13
2.8. Рабочая программа воспитания ……..18
2.9. Календарный план воспитательной работы ……...21
2.10. Список информационных источников……...25

Приложения……26

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы.

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовой базой создания программы послужили следующие документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
3. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от31 марта 2022 г. № 678-р.
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями и дополнениями).
8. Устав МАУ ДО Нижнетавдинского муниципального округа «ЦДО».
9. Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МАУ ДО Нижнетавдинского муниципального округа «ЦДО».
10. Положение о порядке организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в МАУ ДО Нижнетавдинского муниципального округа «ЦДО».
11. Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по общеобразовательным общеразвивающим программам в МАУ ДО Нижнетавдинского муниципального округа «ЦДО».

Направленность программы: социально-гуманитарная

Актуальность программы, новизна, педагогическая целесообразность.

Актуальность. В настоящее время в России все большую остроту приобретают проблемы морального воспитания и психологического здоровья подростков и молодежи. Проблема воспитания становится все более значимой в связи с особенностями развития и взросления современных детей и подростков так называемой цифровой эпохи.

В условиях экономической и политической нестабильности происходит очень быстрое изменение социально-психологических и нравственных ориентиров подрастающего поколения. Так же подростки недостаточно информированы по вопросам профилактики социально обусловленных заболеваний, влияющих на качество и продолжительность жизни человека

Поэтому особенно важно помнить о психологическом здоровье, предупреждении правонарушений, профилактике алкоголизма и наркомании.

Новизна программа является мультикомпонентной и включает в себя информирование участников о сохранении физического и психологического здоровья,

создание условий для развития их личностных и поведенческих ресурсов, развитие коммуникативных компетенций, формирование позитивной Я-концепции. А также упражнения для развития нейропластичности мозга, развития концентрации внимания, памяти и воображения. То есть основных компетенций важных для личностного и профессионального становления человека.

Педагогическая целесообразность программы определена тем, что введение курса «Твой путь» помогает создать условия для развития личности подростка, мотивации к обучению и самопознанию, для формирования социального и профессионального самоопределения, а также является профилактикой асоциального поведения. Программа поможет подростку раскрыть свой творческий потенциал, развить коммуникативные компетенции,гармонизировать отношения со сверстниками и взрослыми.

Отличительные особенности данной программы

Помимо мероприятий, адресованных непосредственно подросткам, предусмотрена возможность оказания помощи их семьям: консультации, тренинги, группы общения для родителей – все, что повышает общую эффективность программы.

Адресат программы: обучающиеся в возрасте 10-16 лет с любым видом и типом психофизиологических особенностей (в том числе дети с ОВЗ), с разным уровнем интеллектуального развития (в том числе и одаренные, мотивированные), имеющими разную социальную принадлежность (в том числе детей, находящихся в трудной жизненной ситуации).

Наполняемость группы: до 25 человек.

Условия приема детей: обучающийся может быть зачислен при условии обучения в образовательной организации МАОУ «Нижнетавдинская СОШ» - сетевом партнёре на базе, которого проводится программа. Запись на программу осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Тюменской области» https://edo.72to.ru/, а также при личном обращении в центр дополнительного образования.

Уровни программы, объем и сроки ее реализации:

Уровень освоения программы стартовый

Запланированное количество часов для реализации программы - 36 часов.

Срок реализации программы – 36 недель.

Формы обучения: форма обучения очная.

В программе предусмотрено использование дистанционных и комбинированных форм взаимодействия в образовательном процессе. Так же возможно использование программы при сетевой и комбинированной формах реализации. Основной формой работы является тренинг с подростками с включением компонентов тренинга жизненных навыков, в ходе которого создаются условия для личностных преобразований участников, в контексте происходящих с ними духовно-нравственных изменений.

Режим занятий:

Общее количество часов в год – 36 часов.

Количество часов в неделю –1 час.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу.

Продолжительность занятий – 40 минут

Особенности организации образовательного процесса:

Занятия проводятся в сформированных группах детей одного возраста, являющихся основным составом объединения; состав группы постоянный.

Виды занятий по программе определяются ее содержанием и предусматривают проведение тренинговых практических занятий, проведение ролевых и деловых игр. Программа тренингов предполагает использование бесед, дискуссий, моделирование ситуаций, «мозговых штурмов», мини- лекций, ролевых игр и элементов психодрамы, сказкотерапии и арт-терапии.

При организации образовательного процесса педагог учитывает специфику конкретной учебной группы (творческая активность, предпочтения детей). Все тренинги

проводятся с учетом возрастных и психологических особенностей детей, учитывая принцип корректности подачи информации.

При возникновении обоснованной необходимости, например, в период режима «повышенной готовности», программа «Твой путь» может реализовываться в дистанционном режиме - на платформе MAX.

Программа содержит четыре раздела, каждый из которых представляет собой относительно самостоятельные части образовательной программы. Все разделы программы взаимосвязаны друг с другом и объединены единой целью дополнительной образовательной общеразвивающей программы. Содержание каждого раздела формируется с учетом сохранения преемственности образовательных частей. В программе учитываются возрастные и психологические особенности учащихся.

Язык обучения: русский.

1.2.Цель и задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Цель: создание условий для формирования у подростков жизнестойкости, ценностей и навыков здорового образа жизни.

Задачи программы:

Обучающие:

- Формирование психологической компетентности подростков, жизнестойкости, ценностей и навыков здорового образа жизни.
- расширение представления о нравственных ценностях, культуре поведения в обществе.
- развитие познавательного интереса к психологическим особенностям личности, основным свойствам нервных процессов человека.

Развивающие:

- активизировать потребность в саморазвитии и общественной активности личности, развивать способности само рефлексии и познания других людей для оптимизации коммуникативных навыков**.**
- создание условий для формирования навыков принятия ответственности за свои действия.
- активизировать формирование профориентационных установок

Воспитательные:

- создать условия для развития концентрации внимания, памяти и воображения;
- активизировать формирование психологической компетентности подростков, активной жизненной позиции, ориентации на позитивные ценности;
- повышение культуры и уверенности в сфере межличностногообщения;
- принятие ценности терпимого отношения к другим;
- содействие процессу личностного развития, улучшение субъективного самочувствия и укрепление психического здоровья.

1.3. Планируемые результаты

Предметные результаты

- Повысится уровень психологической компетентности подростков, жизнестойкости, ценностей и навыков здорового образа жизни;
- расширятся представления о нравственных ценностях, культуре поведения в обществе;
- повысится уровень познавательного интереса к психологическим особенностям личности, основным свойствам нервных процессов человека.

- умение применять психологические методы саморегуляции;
- повысится уровень межличностного общения;

Личностные

- активизируется умение самостоятельно регулировать свое поведение и за него отвечать вне зависимости от оценок и влияния других людей (ассертивность).
- будет активно формироваться психологическая компетентность подростков, включая развитие жизненных навыков и ориентации на позитивные ценности;
- активизируется процесс личностного развития, улучшение субъективного самочувствия и укрепление психического здоровья;
- повысится уровень терпимого отношения к другим.

Метапредметные результат

- активизируется потребность самостоятельно определять цели своего обучения, умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- повысится уровень мотивации к ведению здорового образа жизни, психологическая компетентность подростков;
- начнет активно формироваться профориентационная установка;
- повысится уровень культуры и уверенности в сфере межличностного общения, умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- повысится умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- активизируется потребность в саморазвитии и общественной активности личности, способности саморефлексии и познания других людей для оптимизации коммуникативных навыков**.**

Достижению личностных и метапредметных результатов способствуют занятия по каждому из 4 разделов программы.

Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1.Учебный план

№	Название разделов. Темы занятий	Кол-во	Теория	Практика	Формы аттестациии
I.	**Личностное развитие**	**7**	**3,5**	**3,5**	
1.	Инструктаж по Т.Б. Вводное занятие Мы вместе!	1	0,5	0,5	Рефлексия
2.	Я в зеркале Мира.	1	0,5	0,5	Рефлексия
3.	Уверенность в своих силах	2	1	1	Тестированиие
4.	Мои эмоции	1	0,5	0,5	Рефлексия
5.	Моя индивидуальность	2	1	1	Диагностика
II	**Формирование здорового образа жизни**	**7**	**3,5**	**3,5**	
1.	Мой выбор	1	0,5	0,5	Рефлексия
2.	Групповое давление /Безопасность в сети	2	1	1	Рефлексия

	интернет				
3.	Гендерное общение/ Личные границы, как их выстраивать и контролировать	1	0,5	0,5	Рефлексия
4.	История болезни	1	0,5	0,5	Тестирование
5	Социальные умения, как инструмент уверенного (ассертивного) поведения/ Формирование мягких навыков.	2	1	1	Диагностика
III	**Профилактика конфликтов и стресса**	**8**	**4**	**4**	
1.	Я и мои конфликты. Темперамент и стресс	2	1	1	Рефлексия
2.	Эффективные приемы общения	2	1	1	Рефлексия
3.	Публичное выступление – это просто!	2	1	1	Рефлексия
4	Учимся управлять эмоциями	2	1	1	Рефлексия
IV	**Развитие жизненных целей и ресурсов**	**14**	**7**	**7**	
1.	Мои жизненные цели/Выстраивание индивидуального маршрута	2	1	1	Анкетирование
2.	Линия жизни	2	1	1	Рефлексия
3.	Хозяин желаний	2	1	1	Рефлексия
4.	Колесо жизненного баланса	2	1	1	Рефлексия
5.	Моя декларация ценности	2	1	1	Итоговое занятие
6	Дизайн моей будущей жизни	2	1	1	Итоговое занятие
7	Что я могу дать миру	2	1	1	Рефлексия
	Итого	**36**	**18**	**18**	

2.2. Содержание учебного плана

I раздел. Личностное развитие (7 часов)

Теория: создание благоприятных условий для работы в группе. Развитие самосознания и навыков самоанализа, преодоление психологических барьеров и сплочение группы. Формирование активной жизненной позиции, ориентации на позитивные ценности. Профилактика девиантного поведения. Способствовать осознанию своих проблем, попыток их решений и преодолению трудностей. Содействие процессу личностного развития, улучшение субъективного самочувствия и укрепление психического здоровья. Развитие эмоционального интеллекта. Научить находить в

себе индивидуальные особенности. Коррекция самооценки.

Практика: упражнения на знакомство и сплочение: "Снежный ком", "Две правды, одна ложь", "Создание группового герба/символа".

Тренинги самоанализа: "Мои сильные стороны", "Мои страхи и как с ними бороться", "Дневник эмоций".

Ролевые игры: "Эмоциональные ситуации", "Успешное общение".

Киноурок: просмотр и обсуждение короткометражных фильмов или фрагментов из художественных фильмов, раскрывающих темы самопознания, дружбы, преодоления трудностей (например, "На обочине", "Чудо", "Кролик Питер").

Форма контроля: рефлексия, тестирование, диагностика.

II раздел. Формирование здорового образа жизни (7 часов)

Теория: развитие мотивации к ведению здорового образа жизни, формирование психологической компетентности подростков, которая является важным ресурсом развития личности. Создание условий для формирования навыков принятия ответственности за свои действия. Повышение культуры и уверенности в сфере межличностного общения. Предоставление точной и корректной информации о социально значимых заболеваниях. Формирование у подростков ответственности за свое здоровье, ценностей и навыков здорового образа жизни. Создание условий для формирования уверенности в своих действиях и решениях, умения отстаивать свою точку зрения в конструктивном диалоге.

Практика: интерактивные лекции и дискуссии: "Мифы и правда о ЗОЖ", "Питание: что и почему", "Важность физической активности".

Создание "Карты здоровых привычек": Совместная разработка индивидуальных или групповых планов по внедрению ЗОЖ.

Тренинг "Ответственность за себя": Разбор ситуаций, принятие решений, анализ последствий.

Профилактические игры: "Полезно-вредно", "Выбери свое здоровье".

Киноурок: Просмотр и обсуждение документальных или образовательных фильмов о влиянии вредных привычек, пользе спорта, правильном питании, профилактике заболеваний (например, "Мы – подростки", "Тело человека" – соответствующие возрасту эпизоды).

Форма контроля: рефлексия, тестирование, диагностика.

III раздел. Профилактика конфликтов и стресса (8 часов)

Теория: обучение правильному выражению своих чувств и адекватному восприятию поведения другого. Повышение уверенности в сфере межличностного общения. Углубление процессов самораскрытия. Снятие эмоционального напряжения перед выступлением. Создание благоприятных условий для развития ораторского искусства. Принятие ценности терпимого отношения к другим, содействие процессу личностного развития, улучшение субъективного самочувствия и укрепление психического здоровья.

Практика: тренинги ассертивности: "Как говорить "нет" и не чувствовать вины", "Выражение своих чувств безопасно".

Техники релаксации и снятия стресса: дыхательные упражнения, медитация, элементы йоги.

Упражнения на эмпатию: "Взгляд с другой стороны", "Понимаем друг друга".

Развитие навыков конструктивного диалога: "Аргументация и убеждение", "Поиск компромиссов".

Киноурок: просмотр и обсуждение сцен из фильмов, демонстрирующих конфликтные ситуации и способы их разрешения, а также моменты преодоления страха перед публикой (например, "Класс коррекции", "Уроки французского", "Головоломка").

Форма контроля: рефлексия.

IV раздел Развитие жизненных целей и ресурсов (14 часов)

Теория: формирование активной жизненной позиции, ориентации на позитивные ценности. Формирование профориентационных установок. Активизация процесса рефлексии. Раскрытие важных качеств для эффективного межличностного общения.

Повышение самооценки. Активизация процесса рефлексии. Содействие процессу личностного развития. Формирование психологической компетентности подростков, которая является важным ресурсом развития личности. Формирование адекватной самооценки и выстраивание личных границ личности. Создание условий для формирования позитивных жизненных целей. Содействие процессу профессиональному самоопределению. Формирование активной жизненной позиции, ориентации на позитивные ценности. Дать возможность каждому подростку осознать собственную ценность и уникальность, научиться принимать других людей, понимая, что они имеют право на свою неповторимость и особенность.

Практика: профориентационные игры и тесты: "Кем я хочу стать", "Мои таланты и способности".

Создание "Карты желаний" или "Карты целей": визуализация будущих стремлений.

Упражнения на самоценность: "Я – уникальный", "Мои достижения".

Тренинги постановки целей: SMART-цели, шаги к достижению.

Практика построения личных границ: "Мое пространство", "Как говорить "нет" своей выгоде".

Групповые проекты: работа над совместной задачей, развивающей лидерские качества и командную работу.

Киноурок: просмотр и обсуждение мотивирующих фильмов, биографий успешных людей, историй о достижении целей, преодолении препятствий (например, "Движение вверх", "Капитан Фантастик", "1+1", "Звёздочки на земле").

Форма контроля: рефлексия, анкетирование.

2.3.Календарный учебный график

Уровень сложности	**Сроки реализации, кол-во учебных недель в год**	**Кол-во занятий в неделю, продолжительность одного занятия (мин)**	**Всего ак. ч.**
Стартовый	36 недель с 1 сентября по 31 мая	1 занятия в неделю по расписанию 40 минут (в очном режиме) При проведении занятий с применением дистанционных технологий: 1 занятия в неделю по расписанию 30 минут	36

2.4. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение - освоение программы «Твой путь» требует наличия учебного кабинета. Помещение кабинета должно удовлетворять требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2 № 178-02) и быть оснащено типовым оборудованием для проведения школьного обучения.

Перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы: Учебная доска (флип чарт), маркеры, бумага, канцелярские товары.

В кабинете должно быть мультимедийное оборудование, проектор, компьютер

(ноутбук), сеть Интернет, посредством которых участники образовательного процесса могут просматривать визуальную информацию по учебной дисциплине.

Информационное обеспечение:

Интернет-источники:
https://www.pioner72.ru/ Региональный модельный центр дополнительногообразования детей Тюменской области.
http://dopedu.ru/ Информационно-методический портал системыдополнительного образования.
http://mosmetod.ru/ Московский городской методический центр.
http://www.dop-obrazovanie.com/ сайт о дополнительном внешкольном образовании.
http://www.gurutestov.ru диагностические тесты.
http://www.trepsy.net/training тренинги и упражнения
http://www.tvoyrebenok.ru/councils_psychologist.shtml сайт для умныхродителей.
https://центр-семья72.рф/

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования, имеющий профессиональные знания и умения по данному виду деятельности.

2.5. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Формы аттестации

Время проведения	**Цель проведения**	**Формы**
Начальная или входная диагностика		
По факту зачисления в объединение	Стартовая психологическаядиагностика для выявления индивидуально-психологических особенностей учащихся, их знаний и направленности личности	Беседа, тестирование, наблюдение, Рефлексия, диагностика.
Текущий контроль		
В течениевсего периода обучения	Определение степени эффективности коррекционных мероприятий. Повышение ответственности и заинтересованности в обучении.	Педагогическое наблюдение, опрос, рефлексия.
Итоговый контроль		
В конце периода обучения	Определение степени эффективности проведенныхкоррекционных тренингов и консультаций	Педагогическое наблюдение, опрос, тестирование, диагностика.

Оценочные материалы

Для измерения эффективности программы в начале и в конце занятий проводятся диагностические срезы, включающие в себя следующие методики:(приложение 1)

1. *Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда (адаптированная Т.В. Снигеревой).* Предназначена для исследования модели отношений человека с социальным окружением и с самим собой. Критерии адаптированности методики совпадают с критериями личностной зрелости, в их числе: чувство собственного достоинства и умение уважать других, открытость реальной практике деятельности и отношений, понимание своих проблем и стремление овладеть,

справиться с ними. Напротив, критерии дезадаптации, исследуемые методикой, предполагают: неприятие себя и других, наличие защитных барьеров в осмыслении своего актуального опыта, кажущееся решение проблем, негибкость.

2. *Методика определения индивидуальных копинг-стратегий Э.Хайма*. Предназначена для выявления индивидуального стиля совладения со стрессом. Используется в целях диагностики как непродуктивных паттернов поведения, так и ресурсов личности.

3. Методика экспресс – диагностики уровня самооценки Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М.

4. *Анкета «Обратная связь участника программы».* Позволяет исследовать субъективную оценку участников программы. Проводится по окончанию занятий.

5. Психогеометрия - анализ личности по системе Сьюзен Деллингер

6. Диагностика результатов личностного развития обучающихся (приложение 2)

Критерии оценки результатов программы:

Главным критерием оценки результатов программы будет являться прирост знаний его основных участников по теме формирования здорового образа жизни. Определить наличие повышения информированности в рамках программы можно с помощью анкет *до* – и *после,* сравнивая их результаты.

Личностным критерием

- личностных ресурсов, препятствующих развитию саморазрушающих форм поведения;
- развитие стратегий проблем преодолевающего поведения и избегания ситуаций, связанных с риском приобщения к употреблению ПАВ;
- сформированность продуктивных копинг-стратегий, помогающих быстро и успешно совладать со стрессом и избегания сложных ситуаций;
- высокий уровень принятия себя и других;
- позитивная динамика эмоционального развития подростков, характеризующаяся возрастанием степени осознания чувств, снижением беспокойства и тревоги;
- гармонизация образа «Я» (позитивная самооценка);
- повышение уверенности в себе и своих возможностях.

Формы отслеживания образовательных результатов: журнал посещаемости, протокол психологической диагностики, фото, материалы по итогам проведения диагностики, аналитическая справка, диагностическая карта, открытое занятие, итоговый отчет.

2.6. Методические материалы

Методы обучения: словесные методы обучения, практические методы обучения, наглядные методы обучения

Педагогические технологии:

Технологии на основе активизации деятельности:

- Группового обучения
- Проблемное обучение
- Метод ситуационного анализа

Вербально-коммуникативные методы: мозговой штурм, дискуссия, сообщение, мини-лекция, беседа, поощрение, мотивация, стимулирование

Здоровьесберегающие технологии тренинги разминки, Игровые методы.

Арт-терапевтические методыФото и арт терапия
Личностно ориентированные технологии обучения:
Эмоционально-нравственные
Метод проигрывания ролей (инсценировки)
Индивидуальные консультации и беседы
Наглядные: презентация
Практические: моделирование ситуаций, игровой, мозговой штурм.

Формы организации учебного занятия.

В соответствии с содержанием учебного плана и поставленным для данного занятия задачами используется вид занятия: тренинг, с использованием практических упражнений; формы организации образовательного процесса групповая и индивидуальная консультация.

Алгоритм проведения тренинга.

№	Этап	Методы/педагогические технологии
1	Введение	Представление темы занятия, актуализация. Используются упражнения, словесные методы, игры.
2	Принятие правил группы.	Используется мозговой штурм, упражнения
3	Представление (ритуал приветствия)	Проводится в форме игры или упражнения, дающего возможность эмпирической диагностики группы
4	Выяснение ожиданий участников, актуализация	Может быть в форме мозгового штурма, упражнения или игры.
5	Информационный блок	Может использоваться мультимедийная презентация, беседа, лекция.
6	Разминка	Используются подвижные игры, упражнения на развитие познавательных процессов (память, внимание, мышление)
7	Закрепление, полученных знаний	Упражнения и процедуры, позволяющие закрепить, полученные знания по теме
8	Заключение	Обобщение знаний по теме, обсуждение, притча
9	Обратная связь	Опрос, пожелания о дальнейшей работе
10	Ритуал прощания.	Упражнения, направленные на мотивацию, формирование психологического и духовного ресурса, личностного роста

Принципы реализации программы

1. *Принцип добровольности*
2. *Принцип доступности* – участником движения может стать любой подросток, независимо от социального статуса, опыта, предшествующего вхождению в программу, способностей и интересов.
3. *Принцип доверия* - согласие родителей на участие подростков в проекте

равного обучения.

4. *Принцип активной позиции участников* - участвовать в программе не значит просто «принадлежать к определенной группе подростков». Участиепредполагает наличие собственного личного вклада в поддержку и развитие движения.

5. *Принцип социальной активности* - включение подростков в реальные социально-значимые отношения при проведении разноплановых просветительских, профилактических, оздоровительных, спортивных, досуговых коллективных творческих дел и реализацию в социальной сфере знаний, умений, навыков, полученных в результате освоения проекта.

6. *Принцип «Не навреди»* - поскольку проект сориентирован наработу с рядом «небезопасных» тем, необходимо обеспечить психологическую и личную безопасность подростка-участника и его окружения.

7. *Принцип конструктивного сотрудничества с подростками* - взрослый человек гораздо сильнее, чем ребенок, находится в плену стереотипов. Ориентируясь в работе на удовлетворение желаний и запросов подростка, мы создаем условия для взаимопонимания и сотрудничества.

8. *Принцип ответственности* - сознание членами волонтерского движения личностной и социальной значимости их деятельности;

9. *Принцип прав и обязанностей участников проекта* – и подростки, и взрослые участники программы обладают равными правами. Это значит, что все имеют возможность проявлять инициативу, высказывать свое мнение, в равной степени нести ответственность за результаты работы. Принцип важен потому, что обеспечивает условия для свободы и творчества и не позволяет подросткам относиться к программе лишь с потребительских позиций.

2.7. Рабочая программа

Цель: создание условий для формирования у подростков жизнестойкости, ценностей и навыков здорового образа жизни.

Задачи программы:

Обучающие:

- Формирование психологической компетентности подростков, жизнестойкости, ценностей и навыков здорового образа жизни.
- расширение представления о нравственных ценностях, культуре поведения в обществе.
- развитие познавательного интереса к психологическим особенностям личности, основным свойствам нервных процессов человека.

Развивающие:

- активизировать потребность в саморазвитии и общественной активности личности, развивать способности само рефлексии и познания других людей для оптимизации коммуникативных навыков**.**
- создание условий для формирования навыков принятия ответственности за свои действия.
- активизировать формирование профориентационных установок

Воспитательные:

- создать условия для развития концентрации внимания, памяти и воображения;
- активизировать формирование психологической компетентности подростков, активной жизненной позиции, ориентации на позитивные ценности;
- повышение культуры и уверенности в сфере межличностногообщения;
- принятие ценности терпимого отношения к другим;

- содействие процессу личностного развития, улучшение субъективного самочувствия и укрепление психического здоровья.

Планируемые результаты

Предметные результаты

- Повысится уровень психологической компетентности подростков, жизнестойкости, ценностей и навыков здорового образа жизни;
- расширятся представления о нравственных ценностях, культуре поведения в обществе;
- повысится уровень познавательного интереса к психологическим особенностям личности, основным свойствам нервных процессов человека.
- умение применять психологические методы саморегуляции;
- повысится уровень межличностного общения;

Личностные

- активизируется умение самостоятельно регулировать свое поведение и за него отвечать вне зависимости от оценок и влияния других людей (ассертивность).
- будет активно формироваться психологическая компетентность подростков, включая развитие жизненных навыков и ориентации на позитивные ценности;
- активизируется процесс личностного развития, улучшение субъективного самочувствия и укрепление психического здоровья;
- повысится уровень терпимого отношения к другим.

Метапредметные результат

- активизируется потребность самостоятельно определять цели своего обучения, умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- повысится уровень мотивации к ведению здорового образа жизни, психологическая компетентность подростков;
- начнет активно формироваться профориентационная установка;
- повысится уровень культуры и уверенности в сфере межличностного общения, умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- повысится умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- активизируется потребность в саморазвитии и общественной активности личности, способности саморефлексии и познания других людей для оптимизации коммуникативных навыков**.**

Достижению личностных и метапредметных результатов способствуют занятия по каждому из 4 разделов программы.

Учебно-тематический план

Раздел, тема программы (занятия)	Кол-во часов	Содержание (теория, практика, форма проведения)	Форма контроля
I. Личностное развитие – 7 часов			
1. Инструктаж по Т.Б. Вводное занятие. Мы	1	**Теория (0,5 ч):** Знакомство с программой, целями и задачами. Правила работы в группе. Техника безопасности.	Рефлексия

вместе!		**Практика (0,5 ч):** Упражнения на знакомство ("Снежный ком", "Две правды, одна ложь"), создание группового герба/символа. **Форма проведения:** Беседа, групповая работа.	
2. Я в зеркале Мира.	1	**Теория (0,5 ч):** Развитие самосознания, самоанализа. Осознание своих сильных и слабых сторон. **Практика (0,5 ч):** Тренинг самоанализа "Мои сильные стороны". **Форма проведения:** Дискуссия, индивидуальная работа.	Рефлексия
3. Уверенность в своих силах	2	**Теория (1 ч):** Преодоление психологических барьеров, развитие уверенности в себе. **Практика (1 ч):** Работа над преодолением страхов ("Мои страхи и как с ними бороться"), ролевые игры "Эмоциональные ситуации". **Форма проведения:** Тренинг, ролевые игры.	Тестирование
4. Мои эмоции	1	**Теория (0,5 ч):** Развитие эмоционального интеллекта. Понимание и выражение своих эмоций. **Практика (0,5 ч):** "Дневник эмоций", упражнение "Учимся распознавать эмоции". **Форма проведения:** Индивидуальная работа, игра.	Рефлексия
5. Моя индивидуальность	2	**Теория (1 ч):** Осознание индивидуальных особенностей, коррекция самооценки. **Практика (1 ч):** Упражнение "Я – уникальный". Просмотр и обсуждение фрагментов киноурока (например, "На обочине", "Чудо") на тему самопознания и индивидуальности. **Форма проведения:** Дискуссия, групповая работа, просмотр кино.	Диагностика
II. Формирование здорового образа жизни- 7 часов			
1. Мой выбор	1	**Теория (0,5 ч):** Развитие мотивации к ЗОЖ. Осознание ценности здоровья. **Практика (0,5 ч):** Интерактивная дискуссия "Мифы и правда о ЗОЖ". **Форма проведения:** Дискуссия, групповая работа.	Рефлексия
2. Групповое давление /	2	**Теория (1 ч):** Формирование навыков принятия ответственности. Профилактика	Рефлексия

Безопасность в сети интернет		девиантного поведения. Информационная безопасность. **Практика (1 ч):** Тренинг "Ответственность за себя". Разбор ситуаций, связанных с групповым давлением и онлайн-безопасностью. **Форма проведения:** Тренинг, ролевые игры, дискуссия.	
3. Гендерное общение / Личные границы, как их выстраивать и контролировать	1	**Теория (0,5 ч):** Повышение культуры межличностного общения. Выстраивание личных границ. **Практика (0,5 ч):** Упражнение "Мое пространство", "Как говорить "нет" своей выгоде". **Форма проведения:** Групповая работа, упражнения.	Рефлексия
4. История болезни	1	**Теория (0,5 ч):** Предоставление корректной информации о социально значимых заболеваниях. Формирование ответственности за свое здоровье. **Практика (0,5 ч):** Просмотр и обсуждение фрагментов образовательного киноурока (например, "Мы – подростки", "Тело человека" – соответствующие возрасту эпизоды) на тему профилактики заболеваний. **Форма проведения:** Лекция, просмотр кино, дискуссия.	Тестирование
5. Социальные умения, как инструмент уверенного (ассертивного) поведения / Формирование мягких навыков.	2	**Теория (1 ч):** Формирование уверенности в своих действиях. Умение отстаивать свою точку зрения в конструктивном диалоге. **Практика (1 ч):** Обучение ассертивному поведению, отработка навыков в ролевых играх. **Форма проведения:** Тренинг, ролевые игры.	Диагностика
III. Профилактика конфликтов и стресса – 8 часов			
1. Я и мои конфликты. Темперамент и стресс	2	**Теория (1 ч):** Понятие конфликта, типы темперамента, причины стресса. **Практика (1 ч):** Диагностика типа темперамента, упражнения на распознавание своих эмоциональных реакций в конфликтных ситуациях. **Форма проведения:** Лекция, диагностика, групповая работа.	Рефлексия
2. Эффективные	2	**Теория (1 ч):** Обучение правильному	Рефлексия

приемы общения		выражению своих чувств, адекватному восприятию поведения других. **Практика (1 ч):** Упражнения на эмпатию ("Взгляд с другой стороны", "Понимаем друг друга"), отработка навыков активного слушания. **Форма проведения:** Тренинг, упражнения.	
3. Публичное выступление – это просто!	2	**Теория (1 ч):** Снятие эмоционального напряжения перед выступлением. Развитие ораторского искусства. **Практика (1 ч):** Техники релаксации, упражнения для снятия страха сцены. Просмотр и обсуждение фрагментов киноурока (например, "Уроки французского", "Головоломка") на тему преодоления страха. **Форма проведения:** Тренинг, ролевые игры, просмотр кино.	Рефлексия
4. Учимся управлять эмоциями	2	**Теория (1 ч):** Стратегии управления эмоциями в стрессовых ситуациях. **Практика (1 ч):** Обучение техникам управления эмоциями (дыхательные упражнения, медитация). **Форма проведения:** Тренинг, индивидуальная работа.	Рефлексия
IV. Развитие жизненных целей и ресурсов – 14 часов			
1. Мои жизненные цели / Выстраивание индивидуального маршрута	2	**Теория (1 ч):** Формирование активной жизненной позиции, ориентация на позитивные ценности. **Практика (1 ч):** Упражнение "Мои жизненные цели", начало выстраивания индивидуального маршрута. **Форма проведения:** Беседа, индивидуальная работа.	Анкетирование
2. Линия жизни	2	**Теория (1 ч):** Активизация процесса рефлексии. Осознание своего жизненного пути. **Практика (1 ч):** Создание "Линии жизни", анализ значимых событий. **Форма проведения:** Индивидуальная работа, групповая дискуссия.	Рефлексия
3. Хозяин желаний	2	**Теория (1 ч):** Формирование позитивных жизненных целей. **Практика (1 ч):** Создание "Карты желаний". **Форма проведения:** Индивидуальная работа, творческое задание.	Рефлексия

4. Колесо жизненного баланса	2	**Теория (1 ч):** Повышение самооценки, формирование адекватной самооценки. **Практика (1 ч):** Составление "Колеса жизненного баланса", анализ сфер жизни. **Форма проведения:** Индивидуальная работа, анализ.	Рефлексия
5. Моя декларация ценности	2	**Теория (1 ч):** Осознание собственной ценности и уникальности. **Практика (1 ч):** Разработка "Декларации личной ценности". Просмотр и обсуждение мотивирующих фрагментов киноурока (например, "Движение вверх", "1+1") на тему ценности личности. **Форма проведения:** Индивидуальная работа, просмотр кино, обсуждение.	Итоговое занятие
6. Дизайн моей будущей жизни	2	**Теория (1 ч):** Содействие процессу профессиональному самоопределению. **Практика (1 ч):** Планирование будущей жизни, профориентационные упражнения ("Кем я хочу стать", "Мои таланты и способности"). **Форма проведения:** Индивидуальная работа, тренинг.	Итоговое занятие
7. Что я могу дать миру	2	**Теория (1 ч):** Формирование активной жизненной позиции, ориентации на позитивные ценности. **Практика (1 ч):** Обсуждение вклада каждого в общество. Просмотр и обсуждение фрагментов киноурока (например, "Звездочки на земле") о влиянии человека на мир. **Форма проведения:** Дискуссия, просмотр кино, групповая работа.	Рефлексия
Итого	**36**		

2.8. Рабочая программа воспитания

Цель: формирование у подростков активной жизненной позиции, ответственного отношения к окружающему миру и себе, развитие ключевых компетенций для успешной самореализации в современном обществе.

Задачи:

- **Развитие гражданской позиции и социальной ответственности:**

Формирование понимания значимости участия в жизни общества, осознание своих прав и обязанностей.

Воспитание уважения к закону, общественным нормам и ценностям.

Приобщение к участию в социально значимых проектах и акциях.

- **Экологическое сознание и ответственное отношение к природе:**

Формирование ценностного отношения к природе, понимания ее роли в жизни человека.

Воспитание привычки к бережному потреблению ресурсов, осознанного выбора экологичных альтернатив.

Привлечение к практической природоохранной деятельности.

- **Развитие личностных качеств и самопознание:**

Воспитание целеустремленности, настойчивости, самостоятельности в достижении поставленных целей.

Развитие самокритичности, умения анализировать свои поступки и делать выводы.

Формирование адекватной самооценки, уверенности в своих силах.

Стимулирование интереса к саморазвитию и самообразованию.

- **Формирование коммуникативных навыков и умения работать в команде:**

Развитие навыков эффективного общения, умение слушать и слышать собеседника, аргументировать свою точку зрения.

Воспитание толерантности, уважительного отношения к мнению других.

Формирование умения работать в команде, распределять роли, достигать общих целей.

- **Профориентация и подготовка к будущей профессиональной деятельности:**

Знакомство с многообразием профессий и сфер деятельности, актуальных в современном мире.

Развитие навыков самоопределения, выбора профессионального пути с учетом личных интересов, способностей и потребностей общества.

Формирование готовности к непрерывному обучению и профессиональному росту.

- **Здоровый образ жизни и забота о физическом и психическом здоровье:**

Формирование мотивации к ведению здорового образа жизни, включая физическую активность, правильное питание, отказ от вредных привычек.

Развитие стрессоустойчивости, умения справляться с эмоциональными нагрузками.

Воспитание ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

Формы организации воспитания:

1. **Коллективные:**
   - **Итоговые мероприятия:** фестивали, конкурсы (интеллектуальные, творческие, спортивные), слеты, ярмарки достижений.
   - **Профориентационные мероприятия:** ярмарки профессий, встречи с представителями различных профессий, экскурсии на предприятия и в образовательные учреждения.
   - **Экологические акции и проекты:** субботники, сбор вторсырья, посадка деревьев, создание тематических стендов, разработка экологических маршрутов.
   - **Гражданско-патриотические мероприятия:** уроки мужества, встречи с ветеранами, военно-спортивные игры, участие в акциях, посвященных памятным датам.
   - **Волонтерская деятельность:** участие в помощи пожилым людям, детским домам, приютам для животных.
   - **Событийный туризм:** походы, экскурсии, экспедиции, направленные на изучение родного края, истории, культуры.
2. **Групповые:**
   - **Мастер-классы и тренинги:** по развитию коммуникативных навыков, лидерских качеств, креативного мышления, финансовой грамотности, медиаграмотности.
   - **Дискуссионные клубы и дебаты:** по актуальным социальным, экологическим, нравственным вопросам.

- **Групповые проекты:** исследовательские, творческие, социальные проекты, направленные на решение конкретных задач.
- **Командные игры:** интеллектуальные, квест-игры, спортивные соревнования.
- **Проектные сессии:** интенсивные мероприятия по разработке и представлению проектов.

3. **Индивидуальные:**

- **Консультации:** психологические, профориентационные, педагогические.
- **Индивидуальные проекты:** исследовательские, творческие, социальные проекты, направленные на решение личных задач или изучение интересующей области.
- **Наставничество:** роль наставника для более младших школьников или других участников программы.
- **Самообразование:** использование онлайн-курсов, образовательных платформ, чтение специализированной литературы.
- **Карьерное планирование:** составление индивидуальной траектории развития, постановка личных целей.
- **Ведение дневника достижений:** фиксация успехов, рефлексия над процессом.

Работа с подростковым коллективом:

- **Формирование активной позиции:** поощрение инициативы, вовлечение в организацию мероприятий, предоставление возможностей для проявления лидерских качеств.
- **Создание поддерживающей среды:** акцент на взаимопомощи, уважении, толерантности, безопасном выражении своего мнения.
- **Развитие самоуправления:** вовлечение подростков в планирование и принятие решений, создание органов самоуправления (советы, комитеты).
- **Индивидуальный подход:** учет интересов, потребностей и особенностей каждого подростка, предоставление возможностей для самореализации.
- **Формирование ценностных ориентиров:** через обсуждение жизненных ситуаций, героев, исторических событий, личный пример педагога.

Ожидаемые результаты:

- **Гражданская и социальная зрелость:** подростки осознают свою роль в обществе, проявляют активную гражданскую позицию, участвуют в социально значимых проектах.
- **Экологическая ответственность:** сформировано ценностное отношение к природе, осознанное поведение в отношении ресурсов, стремление к практической природоохранной деятельности.
- **Развитая личность:** подростки обладают целеустремленностью, самостоятельностью, адекватной самооценкой, стремятся к саморазвитию.
- **Эффективные коммуникативные навыки:** умеют строить конструктивное общение, работать в команде, уважать мнение других.
- **Осознанный выбор профессионального пути:** имеют представление о многообразии профессий, своих интересах и способностях, планируют свое будущее.
- **Здоровый образ жизни:** ведут здоровый образ жизни, заботятся о своем физическом и психическом здоровье.
- **Навыки критического мышления и медиаграмотности:** способны анализировать информацию, выделять главное, противостоять манипуляциям.

2.6.1. Календарный план воспитательной работы

Месяц	Тема мероприятия	Форма проведения	Цель
Сентябрь	"Разговоры о важном: моя страна, мои права и обязанности"	Беседа, интерактивная дискуссия, анализ ситуаций	Формирование основ гражданской позиции, знакомство с государственными символами, правами и обязанностями.
	"Секреты здоровых привычек: как начать учебный год с энергией"	Тренинг, мозговой штурм, создание чек-листа здоровых привычек	Формирование установок на здоровый образ жизни, знакомство с основами ЗОЖ, развитие навыков командной работы.
	"Мои таланты и интересы: путь к самопознанию"	Диагностические упражнения, анкетирование, групповое обсуждение	Содействие самопознанию, выявление интересов и способностей, начало формирования индивидуальной образовательной траектории.
Октябрь	"Эко-след: как наши действия влияют на природу"	Экологическая викторина, сбор историй о личной вовлеченности в экологические инициативы, создание плаката	Формирование экологической культуры, осознание личной ответственности за состояние окружающей среды.
	"История моей семьи, история страны: Уроки прошлого"	Семейные истории, создание "Дерева рода", дискуссия о важности исторических знаний	Воспитание чувства гордости за историю своей семьи и страны, понимание преемственности поколений.
	"Профессии, которые меняют мир: Технологии и инновации"	Просмотр видеороликов, беседа с приглашенным специалистом (или онлайн-встреча), мозговой штурм	Знакомство с актуальными профессиями в сфере технологий, стимулирование интереса к инженерной деятельности.
Ноябрь	"Эффективное общение: как договариваться и находить общий язык"	Тренинг, ролевые игры, анализ конфликтных ситуаций	Развитие коммуникативных навыков, умения слушать и слышать, конструктивно

			решать разногласия.
	"Волонтерство - мой выбор: Помощь окружающим и природе"	Обсуждение волонтерских проектов, встречи с волонтерами, формирование команды для участия в акции	Формирование ценностного отношения к добровольческой деятельности, развитие гражданской позиции.
	"Первые шаги в карьере: Мои цели и план действий"	Индивидуальные консультации, составление личного плана развития, изучение образовательных ресурсов	Содействие в постановке личных целей, формирование навыков планирования своей профессиональной траектории.
Декабрь	"Зимние виды спорта и безопасное поведение на водоемах"	Спортивные игры, профилактическая беседа, просмотр обучающих роликов	Пропаганда активного образа жизни, формирование навыков безопасного поведения в зимний период.
	"Мое будущее - моя ответственность: планируем свой успех"	Семинар, работа с личными целями, обсуждение понятия "ответственность"	Воспитание ответственности за свое будущее, формирование навыков целеполагания и самоконтроля.
	"Новогодний проект: Командное создание праздничного события"	Проектная деятельность, распределение ролей, подготовка и проведение мероприятия	Развитие навыков командной работы, лидерства, ответственности, организация и проведение мероприятий.
Январь	"Эмоциональный интеллект: как управлять настроением и справляться со стрессом"	Тренинг, упражнения на релаксацию, обсуждение техник саморегуляции	Развитие эмоционального интеллекта, формирование стрессоустойчивости, навыков саморегуляции.
	"Зимний лес - мой друг: уроки заботы о природе"	Беседа, разработка экологических памяток, участие в акции "Кормушка для птиц" (если применимо)	Формирование бережного отношения к природе в зимний период, развитие навыков заботы о животных.
	"Мир профессий: Необычные и востребованные направления"	Исследовательская работа, презентации,	Расширение кругозора в сфере профессионального

		знакомство с новыми специальностями	самоопределения, стимулирование интереса к нестандартным профессиям.
Февраль	"Защитники Отечества: История и современность"	Урок мужества, встречи с ветеранами (при возможности), тематические дискуссии, создание коллажа	Воспитание патриотизма, уважения к истории своей страны и подвигам ее защитников.
	"Преодолевая трудности: как развивать силу воли и настойчивость"	Упражнения на преодоление препятствий (тренинговые), анализ историй успеха, работа с постановкой целей	Формирование личных качеств, необходимых для достижения целей: сила воли, настойчивость, целеустремленность.
	"Безопасность в интернете: Правила поведения в сети"	Интерактивная лекция, ролевые игры, обсуждение ситуаций, создание памятки по кибербезопасности	Формирование навыков безопасного поведения в интернете, критического отношения к информации.
Март	"Весеннее настроение: развиваем креативность и командное взаимодействие"	Творческий проект (например, создание коллаборативного панно), игры на развитие креативности	Стимулирование творческого мышления, развитие навыков спонтанности и командного воплощения идей.
	"Зеленая планета: Экологические профессии и их роль"	Исследовательская работа, презентации, встреча с эко-активистом/специалистом	Знакомство с профессиями, связанными с охраной окружающей среды, формирование осознанного отношения к экологии.
	"Весна идет! Праздник дружбы и уважения"	Устный журнал, создание открыток для близких, дискуссия о важности межличностных отношений	Воспитание уважения к окружающим, укрепление дружеских связей, формирование позитивных межличностных отношений.
Апрель	"Экологическая акция 'Чистый город': Наш вклад в порядок"	Организация и проведение	Формирование активной гражданской позиции,

		субботника, информационная кампания, создание агитационных материалов	развитие навыков организации и участия в социально значимых мероприятиях.
	"Рынок труда: как подготовиться к собеседованию и составить резюме"	Мастер-класс, ролевая игра "Интервью", практическая работа над резюме	Формирование практических навыков, необходимых для начала трудового пути, повышение уверенности в себе.
	"Личный бюджет: учимся распоряжаться деньгами"	Игра-симулятор, решение практических задач, разработка личного финансового плана	Формирование основ финансовой грамотности, ответственного отношения к деньгам.
Май	"Мои достижения за год: итоги и планы на будущее"	Презентация личных достижений, рефлексивная беседа, постановка целей на следующий период	Подведение итогов года, оценка личного роста, стимулирование дальнейшего развития и самосовершенствования.
	"Мир без границ: уроки дружбы и толерантности"	Дискуссия, просмотр фильмов, создание "Карты дружбы", проведение игры на сплочение	Воспитание толерантности, уважения к представителям разных культур, укрепление дружеских отношений.
	"Большой финал 'Твоим путем': презентация проектов и достижений"	Фестиваль проектов, выставка творческих работ, награждение активных участников, концертная программа	Демонстрация результатов воспитательной работы, поощрение инициативности и достижений подростков.

2.10. Список информационных источников

- Голубева Ю.А. «Тренинги с подростками» программы, конспектызанятий. Волгоград; «Учитель» 2009. -206 с.
- Михайлина М.Ю. «Психологическая помощь подростку в кризисных ситуациях» Профилактика, технологии, консультирование, занятия, тренинги. Волгоград; Издательство «Учитель» 2009 г.- 207с.
- Скурат Г.Г. «Подростки. Как помочь им стать настоящими людьми» - Санкт-Петербург; Речь, 2008 – 122с.
- Комплект информационных материалов для специалистов досуговых центров проекта «Молодежный центр Come In». Фонд «Центр социального развития и информации» 2009 г.
- Фонд «Центр социального развития и информации» Материалы для проведения занятий по первичной профилактике употребления ПАВ и передачи ВИЧ во внешкольном формате. Москва, 2008 г.

Литература, рекомендуемая родителям для самостоятельногоизучения

- Адель Фабер, Элейн Мазлиш «Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили» Эксмо 2009г.
- Брайерс С. Бэвейсток С. «Подросшие ангелы. Как сохранитьспокойствие, общаясь с детьми-подростками» Спб.: Питер 1-е издание, 2009
- Бодалев А. А. «В мире подростка» М.: Медицина 1980.
- Гиппенрейтер Ю. «Общаться с ребёнком. Как?» АСТ, Астрель, Времена, 2014
- Гиппенрейтер Ю. «Продолжаем общаться с ребенком. Так?» АСТ, Астрель, Времена 2014
- Корчак Я. «Как любить ребенка?» Издательство "Книга", 1980.
- Кислица Г.К. Нартова-Бочавер С.К. Потапова А.В. «140 вопросов семейному психологу» М.: Генезис М.: Генезис, 2002.
- Млодик И. «Книга для неидеальных родителей, или Жизнь на заданную тему» — М.: Генезис, 2009. 3-е изд.
- Полеев А.М. «Трудный подросток глазам сексолога. Практическое руководство для родителей» М.: Эксмо.
- Райгородский Д.Я. «Подросток и семья» Бахрах-М, 2013
- Российское психологическое общество «Как понять подростка» М.:, 1998. 86 с.2-е изд.
- Перрон Р. «Трудный» ребенок: что делать? Спб.: Питер, издание 6-е, 2004 год.

Литература, рекомендуемая обучающимся для самостоятельногоизучения:

Вачков И.В. «Сказки о самой душевной науке: Королевство Внутреннего Мира. Королевство Разорванных Связей» М.: Генезис, 2012.

Битянова М.Р. Беглова Т.В. «Учимся решать проблемы. Программа развития проектного мышления у младших подростков. Рабочая тетрадь школьника» М.: Генезис

Приложение 1.
Перечень диагностических методик по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Твой путь».

№	Наименование диагностического материала	
1	Диагностическая карта результатов личностного развития	Все учащихся
2	Текст опросника к методике «Определение уровня общительности» (В.Ф. Ряховский)	Выборочно
3	«Ведущий или ведомый»	По желанию
4	«Диагностика коммуникативного контроля» (М. Шнайдер)	Выборочно
5	Диагностика эмоционального интеллекта (Л. Холл)	Все учащихся
6	Диагностика темперамента	По желанию
7	Методика «Определения индивидуальных копинг-стратегий (Э.Хайм)	Все учащихся
8	Методика диагностики социально-психологической адаптации (К. Роджерс, Р. Даймонд)	Все учащихся
9	«Мотивы выбора профессии» (Р.В. Овчарова)	По желанию
10	Шкала "Техника общения" (Н.Д.Творогов)	Выборочно
11	Опросник «Определение профессиональных склонностей» (методика Л. Йовайши в модификации Г. Резапкиной)	По желанию
12	Методика диагностики уровня школьной тревожности (Филлипс)	Выборочно
13	«Экспресс-диагностика уровня самооценки /Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов/	Все учащихся
14	КОС 2 (Коммуникативные и организаторские склонности) /Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов/	Выборочно

Приложение 2

Диагностика результатов личностного развития обучающихся по дополнительной образовательной программе

Диагностируемая характеристика	**Критерии по степени выраженности оцениваемого качества**	**метод**	**Теоретико-методологическая основа**
1. Познавательная активность	**Низкий уровень (Н) –** Обучающийся самостоятельно не включается в работу (творческий процесс), не отвечает на вопросы педагога по собственному желанию **Средний уровень (С)** Обучающийся обладает устойчивой познавательной активностью. Обучающийся проявляет избирательное отношение к отдельным темам, демонстрирует активность при побуждающих действиях педагога, предпочитает поисковый, реже- репродуктивный вид учебной деятельности. **Высокий (В)** Ему свойственны увлеченность, сосредоточенность, интеллектуальная активность, положительные эмоции в процессе учебной деятельности.	Наблюдение	Педагогические исследованияусловий формирования познавательной активности (В.В. Зайко, Е.Э: Кригер, М.И.Лисина, М.И. Матюшкин, Т.А. Серебрякова)
2. Коммуникативные навыки	**Низкий уровень (Н)** Обучающийся малоактивен и малоразговорчив в общении с детьми и педагогами, невнимателен, редко пользуется формами речевого этикета, не умеет последовательно излагать свои мысли, точно передавать их содержание. **средний уровень (С)** Обучающийся слушает и понимает речь, участвует в общении, чаще по инициативе других, неустойчивое умение пользоваться формами речевого этикета. **высокий уровень (В)** Обучающийся активен в общении, умеет слушать и понимать речь, строит общение с учетом ситуации, легко входит в контакт с детьми и взрослыми, ясно и последовательно выражает свои мысли, пользуется формами речевого этикета.	Наблюдение	Определение содержания коммуникативных компетенций и организаторских способностей (В.И. Байденко,М.В. Винокурова, И.А. Зимняя, Барташев А.В.)
Эмоционально-волевые качества			

3. Терпение	**низкий уровень (Н)** Терпения хватает меньше. чем на ½ занятия; **средний уровень (С)** Терпения хватает больше. чем на ½ занятия **высокий уровень (В)** Терпения хватает на всё занятие	наблюдение	Теоретическо-экспериментальное наследие учёных (М.Я. Басов, К.Н. Корнилов, С.Л. Рубинштейн, И.П. Павлов, Л.С. Выготский,И.М. Сеченов, А.В. Веденов, В.И. Селиванов, К.М. Гуревич, Е.П. Ильин, и другие) взаимодействие волевых и эмоциональных процессов указывали психологи О.В. Дашкевич, В.К. Калин, Л.С. Рубинштейн,В.И. Селиванов, А.И. Щербаков.
4. Воля	**низкий уровень (Н)** Волевые усилия обучающихся побуждаются извне **средний уровень (С)** Иногда - сам побуждает себя к практическим действиям **высокий уровень (В)** Способность активно побуждать себя к практическим действиям	наблюдение	
5. Самоконтроль	**низкий уровень (Н)** Слабо контролирует мгновенные импульсы и желания. постоянно находится под воздействиемконтроля извне. **средний уровень (С)** Иногда сам успешно контролирует мгновенные импульсы и желания. **высокий уровень (В)** Способность обеспечить господство высших мотивов над низшими и контролировать импульсы ижелания	наблюдение	
Свойства личности			
6.Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениямзаниженная самооценка (Н) адекватная уровень (С) завышенная уровень (В	тестирование	Экспресс-диагностика уровня самооценки Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М.

7. Конфликтность	**высокий уровень (В)** желание участвовать (активно) в конфликте (провоцировать конфликт), преобладаниеагрессивного эмоционального фона **средний уровень (С)** не является инициатором конфликта, но в нем активно участвует **низкий уровень (Н)** Умеет контролировать себя в любой конфликтной ситуации, может найти компромисс, которыйустроит все стороны	наблюдение	Методологическую основу конфликтологии составляет комплекс философских, политологических и социологических идей, аккумулируемых в теории конфликта. (И.Кант, Г. Гегель, В. Вундт, З Фрейд и т.д.)