**Управление образования администрации**
**Сосновского муниципального округа Нижегородской области**
**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение**
**дополнительного образования**
**«Детско-юношеский центр»**

| Принята решением Педагогического совета МБОУ ДО «ДЮЦ» протокол от № 4 от 31.05.2023г. | Согласована<br>Директор МБОУ Сосновская СШ № 2<br>_____ А.И.Зимина<br>31.05.2023г. | Утверждена<br>Директор МБОУ ДО «ДЮЦ»<br>_____О.М.Зрячева<br>Приказ № 59-р от 31.05.2023г. |
|---|---|---|

Центр дополнительного образования
«Школа полного дня»

**Дополнительная общеобразовательная**

**общеразвивающая программа**

**«Тайны моего Я»**

**Направленность: социально-гуманитарная**

Уровень: стартовый

Возраст учащихся: 12 – 16 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель: Кривдина О.М
педагог дополнительного образования
1 квалификационная категория

Сосновское
2023

**Содержание**

I. Пояснительная записка…….……..…3-7 стр.

II. Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы ……..….....8 стр.

III. Рабочая программа дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы …….……9-10 стр.

IV. Содержание программы ……..…….……11-12 стр.

V. Календарный учебный график…….….….…13 стр.

VI. Рабочая программа воспитания……...14-15 стр.

VII. Календарный план воспитательной работы……16-28 стр.

VIII. Оценочный и методический материал…….…….....29-34 стр.

IX. Список используемой литературы…….……....35-37 стр.

# I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Тайны моего Я» (далее – Программа, ДООП) социально-гуманитарной направленности стартового уровня , реализуется в рамках федерального проекта «Школа полного дня», на базе МБОУ Сосновская СШ № 2 и разработана в соответствии с нормативно-правовыми требованиями развития дополнительного образования детей и в соответствии с:

- Федеральным Законом от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);

- Федеральным законом РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;

- Стратегией развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);

- Концепцией развития дополнительного образования до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 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";

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. «Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);

- Паспортом федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07 декабря 2018 г., протокол № 3);

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Минтруда России от 22.09.2021 № 652н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых";

- Уставом МБОУ ДО «ДЮЦ».

Программа знакомит учащихся 12-16 лет с основными категориями психологии, формирует интерес к собственной психической жизни, навыки ее познания. Программа предполагает через систематическое обучение психологии решение возрастных и личностных проблем учащихся, повышение уровня их психологической культуры, способствует профессиональной ориентации молодежи.

**Актуальность, педагогическая целесообразность.**

В настоящее время мы можем говорить о гуманизации и гуманитаризации общества и образования. Все провозглашаемые в настоящее время нравственные ценности – демократизм, сотрудничество, толерантность, диалогичность и проч. – основаны на психологических законах общения и взаимодействия людей, на психологических особенностях их личности и индивидуальности. Все это предполагает определенный уровень культуры у большинства членов общества. Отсутствие же психологической культуры или искаженные ненаучные ее формы тормозят реализацию гуманистических принципов и прогресс в общественных отношениях. Поэтому необходимость психологического образования со школьных лет вытекает непосредственно из потребностей общественной жизни, отвечает интересам как всего современного общества, так и отдельных граждан.

Реализация Программы позволит детям, имеющим устойчивый интерес в области психологии, получить системные научные знания, развить компетентности в области человекознания, с тем чтобы они могли наилучшим образом проявить себя в конструктивном взаимодействии с окружающим миром и другими людьми.

Программа уникальна как по предлагаемому содержанию, так и по формам и методам реализации. Психология не преподается в школе, поэтому притягательна для детей, занимательна по области освоения и методике реализации.

**Адресат программы:** учащиеся среднего школьного возраста (12-16 лет).

**Цель Программы** – формирование и развитие общепсихологической культуры учащихся, социализация и адаптация их к жизни в обществе.

**Задачи:**

*Обучающие:*

- сформировать знания о психологии как науке;
- дать учащимся знания о «самих себе» и способах получения этих знаний; ознакомить с особенностями организации и механизмами управления собственной психической жизнью (процессы, свойства, характеристики деятельности, отношения);
- расширить пассивный и активный психологический словарь учащихся;
- расширить общий кругозор учащихся для выбора дальнейшего пути получения образования и профессионального самоопределения.

*Развивающие:*

- помочь учащихся овладеть средствами понимания самого себя, самопринятия и саморазвития в контексте гуманистического взаимодействия с окружающими людьми;
- развивать познавательные процессы и умственные способности учащихся;
- развивать психологическую готовность учащегося к полноценному и позитивному взаимодействию с миром людей, его собственным внутренним миром, с миром культуры, миром природы.

*Воспитательные:*

- воспитывать у учащихся нравственно-ценностные ориентиры в процессе овладения знаниями, умениями и навыками, необходимыми для успешной адаптации и социализации в обществе;
- воспитывать у учащихся нравственные качества личности.

**Срок реализации Программы:** рассчитан на 1 год обучения.

**Объём Программы:** общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения Программы, составляет 36 часов.

**Наполняемость группы:** не более 16 человек.

**Режим занятий:** 1 раз в неделю по 1 академическому часу. Продолжительность академического часа – 40 минут.

**Формы организации занятий:**

Теоретические занятия могут проходить с применением дистанционных образовательных технологий, например, посредством программы ( Skype, Zoom и др.). Такая двухсторонняя форма коммуникации позволяет учащимся, не имеющим возможности посещать все занятия в силу различных обстоятельств, получить доступ к изучению Программы.

**Планируемые результаты:**

К концу обучения по Программе учащиеся **будут знать:**

- особенности психологии как науки, специфику ее предмета и области исследования, ее практическую значимость;
- основные термины психологии, описывающие психическую реальность личности и поведение ее в социуме;
- научные представления о психических процессах, свойствах и явлениях, их сущности, природе, основных характеристиках и видах;
- собственные личностные характеристики, характер протекания познавательных процессов, сильные и слабые стороны своей психики, проявляющиеся в учебной и иной деятельности;

К концу обучения по Программе учащиеся **будут уметь:**

- узнавать психологическое содержание в жизненных ситуациях, использовать научные знания для их обоснования и интерпретации;
- работать с психологической литературой, уметь подобрать справочные, консультативные материалы по интересующему вопросу;
- использовать знания и навыки, полученные на занятиях, для саморегуляции, проектирования собственной деятельности и поведения;
- проводить психологическое исследование (в форме наблюдения, беседы, теста) и интерпретировать его результаты.

**Форма контроля**

**Текущий контроль –** образовательного модуля (раздела). Форма текущего контроля: анкетирование, тестирование. Система оценки текущего контроля успеваемости учащихся проводится по 3 уровням: высокий уровень (В)– от 80% до 100% освоения программного материала; средний уровень (С)– 79-50% освоения

программного материала; низкий уровень (Н)– учащийся овладел менее 50% освоения программного материала.

**Промежуточный контроль (аттестация)** - проводится в конце учебного года после завершения обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

Промежуточная аттестация учащихся включает в себя проверку теоретических знаний и практических умений и навыков. Форма промежуточной аттестации – зачет. Результаты промежуточной аттестации заносятся в журнал учета работы педагога дополнительного образования. Система оценки промежуточной аттестации проводится по 3 уровням: высокий уровень – от 80% до 100% освоения программного материала; средний уровень – 79-50% освоения программного материала; низкий уровень – учащийся овладел менее 50% освоения программного материала.

## II. Учебный план
## дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
## «Тайны моего Я»

| № п/п | Название модулей | Всего часов | В том числе | | Формы проведения текущего контроля успеваемости/промежуточной аттестации |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | Теория | Практика | |
| Модуль 1. Психические процессы | | 5 | 3 | 2 | Тестирование |
| Модуль 2. Способности | | 3 | 1,5 | 1,5 | Тестирование |
| Модуль 3. Темперамент и характер | | 2 | 1 | 1 | Тестирование |
| Модуль 4. Психология общения; человек в группе и коллективе | | 9 | 4,5 | 4,5 | Тестирование |
| Модуль 5. Психология деятельности | | 5 | 2,5 | 2,5 | Анкетирование |
| Модуль 6. Психология личности | | 4 | 2 | 2 | Анкетирование |
| Модуль 7. Психология самоопределения | | 6 | 1,5 | 4,5 | Анкетирование |
| Модуль 8. Психология повседневной жизни | | 2 | 0,5 | 1,5 | Тестирование |
| Промежуточная аттестация (май) | | | | | Зачет |
| Итого | | 36ч. | 16,5ч. | 19,5ч. | |

## III. Рабочая программа

**Рабочая программа дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы «Тайны моего Я»**

**Модуль «Психические процессы»**

| № п/п | Наименование модулей, тем | Теория | Практика | Всего часов |
|---|---|---|---|---|
| **Модуль 1.** | **Психические процессы** | **3** | **2** | **5** |
| 1.1 | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 1.2 | Что изучает психология | 1 | - | 1 |
| 1.3 | Ощущения, восприятие | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 1.4 | Память, воображение | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 1.5 | Эмоции, мышление Тестирование | 0,5 | 0,5 | 1 |

**Рабочая программа дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы «Тайны моего Я»**

**Модуль «Способности»**

| № п/п | Наименование модулей, тем | Теория | Практика | Всего часов |
|---|---|---|---|---|
| **Модуль 2.** | **Способности.** | **1,5** | **1,5** | **3** |
| 2.1 | Общие способности. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 2.2 | Специальные способности | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 2.3 | Способности, талант и гениальность. Тестирование | 0,5 | 0,5 | 1 |

**Рабочая программа дополнительной общеразвивающей общеобразовательнойпрограммы «Тайны моего Я»**

**Модуль «Темперамент и характер»**

| № п/п | Наименование модулей, тем | Теория | Практика | Всего часов |
|---|---|---|---|---|
| **Модуль 3.** | **Темперамент и характер** | **1** | **1** | **2** |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 3.1 | Темперамент . | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 3.2 | Характер. Тестирование | 0,5 | 0,5 | 1 |

**Рабочая программа дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы «Тайны моего Я»**

**Модуль «Психология общения. Человек в группе и в коллективе»**

| № п/п | Наименование модулей, тем | Теория | Практика | Всего часов |
|---|---|---|---|---|
| **Модуль 4.** | **Психология общения. Человек в группе и в коллективе.** | **4,5** | **4,5** | **9** |
| 4.1 | Психология общения. Внешний вид и лицо человека | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 4.2 | Как люди воспринимают друг друга | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 4.3 | Виды общения. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 4.4 | Понятие межличностных отношений. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 4.5 | Конфликты и их разрешения | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 4.6 | Психологические особенности человека в общении | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 4.7 | Человек в группе людей | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 4.8 | Я живу среди людей | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 4.9 | Малая группа. Большая группа Тестирование | 0,5 | 0,5 | 1 |

**Рабочая программа дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы «Тайны моего Я»**

**Модуль «Психология деятельности»**

| № п/п | Наименование модулей, тем | Теория | Практика | Всего часов |
|---|---|---|---|---|
| **Модуль** | **Психология деятельности** | **2,5** | **2,5** | **5** |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **5.** | | | | |
| 5.1 | Успех и неуспех в деятельности | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 5.2 | Структура деятельности | 1 | - | 1 |
| 5.3 | Психология различных видов деятельности. Психология игры. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 5.4 | Учебная деятельность. Трудовая деятельность. | - | 1 | 1 |
| 5.5 | Психология профессиональной деятельности Анкетирование | 0,5 | 0,5 | 1 |

**Рабочая программа дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы «Тайны моего Я»**

**Модуль «Психология личности»**

| № п/п | Наименование модулей, тем | Теория | Практика | Всего часов |
|---|---|---|---|---|
| **Модуль 6.** | **Психология личности** | **1,5** | **2,5** | **4** |
| 6.1 | Характеристика человека как личности | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 6.2 | Поведение и поступок | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 6.3 | Больная и преступная личность | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 6.4 | Тренинг ассертивного поведения Анкетирование | - | 1 | 1 |

**Рабочая программа дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы «Тайны моего Я»**

**Модуль «Психология самоопределения»**

| № п/п | Наименование модулей, тем | Теория | Практика | Всего часов |
|---|---|---|---|---|
| **Модуль 7.** | **Психология самоопределения** | **1,5** | **4,5** | **6** |
| 7.1 | Психология личности. | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 7.2 | Общественные и межличностные отношения | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 7.3 | Социальное самоопределение | - | 1 | 1 |
| 7.4 | Личностное самоопределение | - | 1 | 1 |
| 7.5 | Профессиональное самоопределение | - | 1 | 1 |
| 7.6 | Понятие психологической культуры | 0,5 | 0,5 | 1 |

**Рабочая программа дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы «Тайны моего Я»**

**Модуль «Психология повседневной жизни»**

| № п/п | Наименование модулей, тем | Теория | Практика | Всего часов |
|---|---|---|---|---|
| **Модуль 8.** | **Психология повседневной жизни** | **0,5** | **1,5** | **2** |
| 8.1 | Практическая психология | 0,5 | 0,5 | 1 |
| 8.2 | Самоанализ личностных изменений. Итоговое анкетирование. Зачёт. | - | 1 | 1 |

## VI . Содержание дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы «Тайны моего Я»

**1.Психические процессы.**

***Теория.***

Вводное занятие. Цели и задачи работы в объединении. Инструктаж по охране труда и противопожарной безопасности. Постановка учебных задач. Обсуждение и принятие групповых правил. Что изучает наука психология и зачем ее нужно знать. Как человек узнает об окружающем мире и самом себе. Что такое ощущение. Ошибки и иллюзии восприятия. Виды памяти. Законы памяти. Эмоции, эмоциональные состояния и здоровье человека.

***Практика.***

Инструктаж по технике безопасности. Правила работы в группе при обучении психологии. Планирование работы объединения. (деловая игра). Тестирование.

**2. Способности.**

***Теория.***

Что такое способности. Как развиваются способности, задатки и способности, компенсация. Одаренность. Уровни способностей. Восприятие как общая способность. Творческое отношение к действительности как общая способность. Способности и успешность человека. Способности и школьноеобучение.

***Практика.***

Диагностика, самодиагностика, наблюдения, тестирование.

**3. Темперамент и характер.**

***Теория.***

Что такое характер. Черты характера как индивидуальная привычная форма его поведения и отношения в жизненных ситуациях. Что такое темперамент. Связь темперамента с особенностями поведения. Виды темперамента.

***Практика.***

Диагностика, самодиагностика, наблюдения, тестирование.

**4. Психология общения; человек в группе и коллективе.**

***Теория.***

Как мы воспринимаем друг друга. О чем говорят жесты и осанка человека. Восприятие людей разного возраста, пола, профессии. Влияние психотипов и темперамента на общение. Непосредственное общение; неречевые средства общения. Самопрезентация как умение подать себя в общении. Понимание чувств другого человека. Что такое социальная группа. Понятие и природа конфликта, причины их возникновения. Способы разрешения конфликтов.

***Практика.***

Диагностика, самодиагностика, наблюдения, тестирование.

5. **Психология деятельности**

***Теория.***

Потребность как источник деятельности. Оценка и самооценка деятельности. Роль игры в обществе и индивидуальном развитии. Структура деятельности и значение каждого из ее компонентов для успешности обучения. Профессиональные способности и профессионально важные качества.

***Практика.***

Диагностика, самодиагностика, наблюдения, анкетирование.

**6. Психология личности**

***Теория.***

Человек как индивид и как личность. Мотивационная сфера личности. Понятие отклоняющегося поведения. Виды и причины отклонений. Проблема сохранения своей личности и организации своего поведения в социуме. Социальная установка. Этапы изучения социальных установок. Виды эмоциональных состояний. Понятие культуры, взаимосвязь ее с образованием.

***Практика.***

Диагностика, самодиагностика, наблюдения, анкетирование.

**7. Психология повседневной жизни**

***Теория.***

Система психологической помощи. Понятие психологического консультирования, психотерапии, психокоррекции и психопрофилактики.

***Практика.***

Диагностика, самодиагностика, наблюдения, анкетирование.

Итоговая диагностика. Анкетирование. Зачёт.

## V.Календарный учебный график
## к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

## «Тайны моего Я» на 2023-2024 учебный год

| Дата начала обучения по программе | Дата окончания обучения по программе | Всего учебных недель | Кол-во учебных часов | Каникулярный период | Режим занятий |
|---|---|---|---|---|---|
| 01.09.2023 | 31.05.2024 | 36 | 36 | В период школьных зимних и летних каникул (в соотв. с календарным учебным графиком работы МБОУ ДО «ДЮЦ») | 1 раз в неделю, по 1 академическому часу. Продолжительность академического часа – 40 минут. |

## VI. Рабочая программа воспитания

### 1. Особенности, организуемого в МБОУ ДО «Детско-юношеский центр» воспитательного процесса

Воспитание - это социально-педагогический процесс, поддерживающий развитие человека, общества и государства.

Процесс воспитания в муниципальном бюджетном образовательном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеский центр»(далее - МБОУ ДО «ДЮЦ») основывается на следующих принципах взаимодействия педагогов и учащихся:

-неукоснительное соблюдение законности и прав семьи и ребенка, соблюдения конфиденциальности информации о ребенке и семье, приоритета безопасности ребенка при нахождении в учреждении;

-ориентир на создание в МБОУ ДО «ДЮЦ» психологически комфортной среды для каждого ребенка и взрослого, без которой невозможно конструктивное взаимодействие учащихся и педагогов;

-реализация процесса воспитания главным образом через создание в организации детско-взрослых общностей, которые бы объединяли детей и педагогов яркими и содержательными событиями, общими позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу;

-организация основных совместных дел учащихся и педагогов как предмета совместной заботы и взрослых, и детей;

-системность, целесообразность и не шаблонность воспитания как условия его эффективности.

Основными традициями воспитания в МБОУ ДО «ДЮЦ» являются следующие:

-стержнем годового цикла воспитательной работы организации являются ключевые массовые дела, через которые осуществляется интеграция воспитательных усилий педагогов;

-важной чертой каждого ключевого дела и большинства используемых для воспитания других совместных дел педагогов и учащихся является коллективная разработка, коллективное планирование, коллективное проведение и коллективный

анализ их результатов;

- в МБОУ ДО «ДЮЦ» создаются такие условия, при которых по мере взросления ребёнка увеличивается и его роль в совместных делах (от пассивного наблюдателя до организатора);
- в проведении массовых мероприятий отсутствует соревновательность между объединениями, поощряется конструктивное и межвозрастное взаимодействие учащихся, а также их социальная активность;
- педагоги учреждения ориентированы на формирование коллективов в рамках детских объединений, на установление в них доброжелательных и товарищеских взаимоотношений;
- ключевой фигурой воспитания в МБОУ ДО «ДЮЦ» является педагог, реализующий по отношению к детям защитную, личностно-развивающую, организационную, посредническую (в разрешении конфликтов) функции.

## 2. Цель и задачи воспитания

Современный национальный идеал личности, воспитанной в новой российской образовательной среде – это высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающей ответственность за настоящее и будущее своей страны, укорененный в духовных и культурных традициях российского народа.

Исходя из этого воспитательного идеала, а также основываясь на базовых для нашего общества ценностях (таких как семья, труд, отечество, природа, мир, знания, культура, здоровье, человек) формулируется общая цель воспитания в общеобразовательной организации – личностное развитие учащихся, проявляющееся:

1) в усвоении ими знаний основных норм, которые общество выработало на основе этих ценностей (то есть, в усвоении ими социально значимых знаний);

2) в развитии их позитивных отношений к этим общественным ценностям (то есть в развитии их социально значимых отношений);

3) в приобретении ими соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике (то есть в приобретении ими опыта осуществления социально значимых дел).

Данная цель ориентирует педагогов не на обеспечение соответствия личности ребенка единому уровню воспитанности, а на обеспечение позитивной динамики развития его личности. В связи с этим важно сочетание усилий педагога по развитию личности ребенка и усилий самого ребенка по своему саморазвитию. Их сотрудничество, партнерские отношения являются важным фактором успеха в достижении цели.

Конкретизация общей цели воспитания применительно к возрастным особенностям школьников позволяет выделить в ней следующие целевые приоритеты, которым необходимо уделять чуть большее внимание на разных уровнях общего образования:

**1.** В воспитании детей дошкольного и младшего школьного возраста, в том числе детей с ОВЗ и детей инвалидов, таким целевым приоритетом является создание благоприятных условий для усвоения учащимися социально значимых знаний – знаний основных норм и традиций того общества, в котором они живут. К наиболее важным из них относятся следующие:

- быть любящим, послушным и отзывчивым сыном (дочерью), братом (сестрой), внуком (внучкой); уважать старших и заботиться о младших членах семьи; выполнять посильную для ребёнка домашнюю работу, помогая старшим;
- быть трудолюбивым, следуя принципу «делу — время, потехе — час» как в учебных занятиях, так и в домашних делах, доводить начатое дело до конца;
- знать и любить свою Родину – свой родной дом, двор, улицу, город, село, свою страну;
- беречь и охранять природу (ухаживать за комнатными растениями в группе, классе или дома, заботиться о своих домашних питомцах и, по возможности, о бездомных животных в своем дворе; подкармливать птиц в морозные зимы; не засорять бытовым мусором улицы, леса, водоёмы);
- проявлять миролюбие — не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
- стремиться узнавать что-то новое, проявлять любознательность, ценить знания;
- быть вежливым и опрятным, скромным и приветливым;
- соблюдать правила личной гигиены, режим дня, вести здоровый образ жизни;

- уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим в беду; стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми; уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся в этом людям; уважительно относиться к людям иной национальной или религиозной принадлежности, иного имущественного положения, людям с ограниченными возможностями здоровья;

- быть уверенным в себе, открытым и общительным, не стесняться быть в чём-то непохожим на других ребят; уметь ставить перед собой цели и проявлять инициативу, отстаивать своё мнение и действовать самостоятельно, без помощи старших.

Знание дошкольником и младшим школьником данных социальных норм и традиций, понимание важности следования им имеет особое значение для ребенка этого возраста, поскольку облегчает его вхождение в широкий социальный мир, в открывающуюся ему систему общественных отношений.

**2**. В воспитании детей подросткового возраста, в том числе детей с ОВЗ и детей инвалидов, таким приоритетом является создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений учащихся, и, прежде всего, ценностных отношений:

- к семье как главной опоре в жизни человека и источнику его счастья;

- к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогу его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне;

- к своему Отечеству, своей малой и большой Родине как месту, в котором человек вырос и познал первые радости и неудачи, которая завещана ему предками и которую нужно оберегать;

- к природе как источнику жизни на Земле, основе самого ее существования, нуждающейся в защите и постоянном внимании со стороны человека;

- к миру как главному принципу человеческого общежития, условию крепкой дружбы, налаживания отношений с коллегами по работе в будущем и создания благоприятного микроклимата в своей собственной семье;

- к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека,

как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда;

- к культуре как духовному богатству общества и важному условию ощущения человеком полноты проживаемой жизни, которое дают ему чтение, музыка, искусство, театр, творческое самовыражение;
- к здоровью как залогу долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир;
- к окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимоподдерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избегать чувства одиночества;
- к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.

Данный ценностный аспект человеческой жизни чрезвычайно важен для личностного развития учащегося, так как именно ценности во многом определяют его жизненные цели, его поступки, его повседневную жизнь. Выделение данного приоритета в воспитании учащихся связано с особенностями детей подросткового возраста: с их стремлением утвердить себя как личность в системе отношений, свойственных взрослому миру. В этом возрасте особую значимость для детей приобретает становление их собственной жизненной позиции, собственных ценностных ориентаций. Подростковый возраст – наиболее удачный возраст для развития социально значимых отношений учащихся.

**3.** В воспитании детей юношеского возраста, в том числе детей с ОВЗ и детей инвалидов, таким приоритетом является создание благоприятных условий для приобретения учащимися опыта осуществления социально значимых дел.

Выделение данного приоритета связано с особенностями учащихся юношеского возраста: с их потребностью в жизненном самоопределении, в выборе дальнейшего жизненного пути, который открывается перед ними на пороге самостоятельной взрослой жизни. Сделать правильный выбор учащимся поможет имеющийся у них реальный практический опыт, который они могут приобрести в том числе и в нашем учреждении. Важно, чтобы опыт оказался социально значимым, так как именно он поможет гармоничному вхождению учащихся юношеского возраста во

взрослую жизнь окружающего их общества. Это:

- опыт дел, направленных на заботу о своей семье, родных и близких;
- трудовой опыт, опыт участия в производственной практике;
- опыт дел, направленных на пользу своему родному городу или селу, стране в целом, опыт деятельного выражения собственной гражданской позиции;
- опыт природоохранных дел;
- опыт разрешения возникающих конфликтных ситуаций в школе, дома или на улице;
- опыт самостоятельного приобретения новых знаний, проведения научных исследований, опыт проектной деятельности;
- опыт изучения, защиты и восстановления культурного наследия человечества, опыт создания собственных произведений культуры, опыт творческого самовыражения;
- опыт ведения здорового образа жизни и заботы о здоровье других людей;
- опыт оказания помощи окружающим, заботы о малышах или пожилых людях, волонтерский опыт;
- опыт самопознания и самоанализа, опыт социально приемлемого самовыражения и самореализации.

Выделение в общей цели воспитания целевых приоритетов, связанных с возрастными особенностями учащихся, не означает игнорирования других составляющих общей цели воспитания. Приоритет — это то, чему педагогам, работающим с учащимися конкретной возрастной категории, предстоит уделять большее, но не единственное внимание.

Добросовестная работа педагогов, направленная на достижение поставленной цели, позволит ребенку получить необходимые социальные навыки, которые помогут ему лучше ориентироваться в сложном мире человеческих взаимоотношений, эффективнее налаживать коммуникацию с окружающими, увереннее себя чувствовать во взаимодействии с ними, продуктивнее сотрудничать с людьми разных возрастов и разного социального положения, смелее искать и находить выходы из трудных жизненных ситуаций, осмысленнее выбирать свой жизненный путь в сложных поисках счастья для себя и окружающих его людей.

Достижению поставленной цели воспитания учащихся будет способствовать решение ***следующих основных задач воспитания в МБОУ ДО «ДЮЦ»***:

1. Реализовывать воспитательные возможности массовых ключевых дел, поддерживать традиции их коллективного планирования, организации, проведения и анализа в сообществе учащихся МБОУ ДО «ДЮЦ»;
2. Реализовывать потенциал педагогов в воспитании учащихся, поддерживать активное участие детских объединений в жизни учреждения;
3. Вовлекать большее количество детей в объединения, работающие по дополнительным общеразвивающим программам дополнительного образования различной направленности, реализовывать их воспитательные возможности;
4. Использовать в воспитании детей возможности учебного занятия, поддерживать использование на занятиях интерактивных форм с учащимися;
5. Инициировать и поддерживать самоуправление – как на уровне учреждения, так и на уровне детских объединений;
6. Организовывать для учащихся экскурсии, походы и реализовывать их воспитательный потенциал;
7. Организовывать профориентационную работу с учащимися;
8. Организовать работу с семьями учащихся, их родителями или законными представителями, направленную на совместное решение проблем личностного развития детей;
9. Обеспечить условия для развития личности, органически сочетающей в себе стремление к самореализации и уважение к правам и интересам других людей, высокую инициативу и ответственность, гражданские и нравственные качества, способность к достижению личностного и общественного благополучия.
10. Привлекать в детские объединения несовершеннолетних, находящихся в социально – опасном положении, имеющих проблемы в обучении, отклонения в поведении, в социальной адаптации и организация работы с детьми «группы риска».
11. Проводить мониторинг воспитательного процесса и использовать его результаты в полном объеме при анализе воспитательной работы, планировании на новый учебный год, ее коррекции.

12. Формировать экологическую культуру, культуру здорового и безопасного образа жизни.
13. Формировать у учащихся социальные компетенции, необходимые для конструктивного, успешного и ответственного поведения в обществе.
14. Определить возможности, условия и основные направления совершенствования совместной деятельности по формированию комфортной, безопасной среды для участников образовательных отношений.

**3. Виды, формы и содержание деятельности**

Практическая реализация цели и задач воспитания осуществляется в рамках следующих направлений воспитательной работы МБОУ ДО «ДЮЦ». Каждое из них представлено в соответствующих модулях воспитания и реализуется через план воспитательных мероприятий, утвержденный на текущий учебный год.

Инвариантными модули:

- «Учебное занятие»
- «Работа с родителями»;
- «Самоуправление»;
- «Профориентация».

Вариативными модулями:

- «Ключевые дела»,
- «ДЮЦ» – территория здоровья»»;
- «Моя Родина»;
- «Организация предметно-эстетической среды»;
- «Тропинками природы».

## VII. Календарный план воспитательной работы на 2023 - 2024 учебный год

| Модуль | Мероприятие |
|---|---|
| **СЕНТЯБРЬ** | |
| Работа с родителями | Проведение организационных родительских собраний в детских объединениях. Выбор родительских комитетов. |
| Моя Родина | Квест-игра «Моя Родина» |
| ДЮЦ – территория здоровья | «Здоровье-это жизнь» |
| Ключевые дела | «Игровое путешествие в День знаний» |
| | Неделя здоровья |
| | Неделя безопасности |
| **ОКТЯБРЬ** | |
| ДЮЦ – территория здоровья | «Часы общения и дружбы» |
| Моя Родина | Занятия посвященные Дню гражданской обороны РФ |
| Ключевые дела | Фестиваль творчества и талантов «Созвездие успеха» |
| **НОЯБРЬ** | |
| Моя Родина | Занятия, посвященные Дню народного единства |
| Ключевые дела | Международный день толерантности. |
| | Час общения «Мир вокруг нас» |
| **ДЕКАБРЬ** | |
| ДЮЦ – территория здоровья | «Часы общения и дружбы» |
| Моя Родина | Урок мужества посвященный Дню героев Отечества |
| | День Конституции Российской Федерации. Игровая программа |
| | День неизвестного солдата. Урок памяти |
| Ключевые дела | Дискуссия «Дорога к миру» |
| **ЯНВАРЬ** | |

| | |
|---|---|
| ДЮЦ – территория здоровья | «Часы общения и дружбы» |
| Ключевые дела | Беседа «Все начинается с семьи» |
| | Мероприятие, посвященное международному Дню «Спасибо» |
| **ФЕВРАЛЬ** | |
| Ключевые дела | Акция памяти «Блокадный хлеб» |
| | Игра «Седьмое чувство» |
| **МАРТ** | |
| ДЮЦ – территория здоровья | «Часы общения и дружбы» |
| Профориентация | Экскурсии на предприятия посёлка |
| Моя Родина | Участие в акциях, мероприятиях, посвященных Дню Победы |
| Тропинками природы | День Земли |
| Ключевые дела | Игра – викторина «Весенняя карусель» |
| | Беседа «Общаемся без конфликтов» |
| **АПРЕЛЬ** | |
| Профориентация | Экскурсии на предприятия посёлка |
| ДЮЦ – территория здоровья | «Часы общения и дружбы» |
| Моя Родина | Участие в акциях, мероприятиях посвященных Дню Победы |
| Ключевые дела | «Путешествие в страну волшебных слов» |
| | Выставка стенгазет «Смех-лучшее лекарство» |
| | Развлекательная викторина «Удивительный мир космоса» |
| **МАЙ** | |
| ДЮЦ – территория здоровья | Конкурсная программа «Умники и умницы» |
| Профориентация | Встреча с выпускниками МБОУ ДО «ДЮЦ», для |

| | |
|---|---|
| | которых детское увлечение явилось целью для выбора профессии |
| Моя Родина | Уроки мужества |
| Ключевые дела | Участие в акциях, посвященных празднованию Великой Победы |
| | Праздничное мероприятие, посвященное окончанию учебного года «Шоу талантов» |
| **В ТЕЧЕНИЕ ГОДА** | |
| Работа с родителями | Индивидуальная работа с родителями |
| | Проведение открытых занятий, «мастер-классов» для учащихся и их родителей |
| | Участие родительской общественности в проведении мероприятий МБОУ ДО «ДЮЦ» (тематические концерты, выставки, конкурсы) |
| Самоуправление | Работа постоянно действующего детского актива, инициирующего и организующего проведение ключевых массовых дел для учащихся (соревнований, конкурсов, фестивалей, викторин, акций и т.п.); |
| | Деятельность творческого совета дела, отвечающего за проведение тех или иных конкретных ключевых мероприятий, праздников, акций и т.п. |
| | Вовлечение учащихся в планирование, организацию, проведение и анализ ключевых массовых дел МБОУ ДО «ДЮЦ» и мероприятий внутри детских объединений |
| | Реализация учащимися, взявшими на себя соответствующую роль, функции по контролю за порядком и чистотой в кабинете, уходом за учебный кабинетом, растениями и т.п. |

| | |
|---|---|
| Профориентация | Информационные беседы с учащимися по данной тематике |
| | Встреча с выпускниками МБОУ ДО «ДЮЦ», для которых детское увлечение явилось целью для выбора профессии |
| ДЮЦ – территория здоровья | Проведение инструктажей по охране труда и технике безопасности с учащимися в учебное время и во время проведения массовых мероприятий |
| | Организация работы по профилактике вредных привычек |
| | Профилактические мероприятия, проводимые в объединениях в соответствии с направлением деятельности (физ. минутки, своевременная смена деятельности и т.д.) |
| Организация предметно-эстетической среды | Тематическое оформление интерьера учебных кабинетов (фойе, коридоров, актового зала к памятным и календарным датам |
| | Тематические выставки рисунков и поделок |
| Тропинками природы | Участие в районных мероприятиях данного направления и днях защиты от экологической опасности |
| | Экологические игры, конкурсы, викторины, квесты |
| Учебное занятие | Согласно индивидуальному плану работы |

## VIII. Оценочные и методические материалы дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Тайны моего Я»

В процессе реализации программы используются разнообразные формы и методы занятий: беседа, рассказ, сопровождаемый показом видеоматериалов, тренинг, наблюдение, само- и взаимодиагностика, проигрывание ситуаций, проработка научно-популярных текстов. В пределах одного занятия виды деятельности могут несколько раз меняться. Это способствует удержанию внимания учащихся, позволяет избежать переутомления, повышает эффективность усвоения материала и содействует формированию необходимых навыков.

| № п/п | Раздел | Формы занятий | Методы | Диагностический материал | Форма подведения итогов |
|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Модуль 1. Психические процессы | Семинар, практическая работа, лекция. | Наблюдение, самодиагностика | Литература по теме, ПК, диагностические методики | Тестирование |
| 2 | Модуль 2. Способности | Занятие – игра, анализы заданных ситуаций | Проигрывание ситуаций наблюдение, самодиагностика, взаимодиагностика, взаимообучение, игра, мини-лекция, | ПК, диагностические методики | Тестирование |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 3 | Модуль 3. Темперамент и характер | Конференция, круглый стол | Тренинг, мини-лекция. | Диагностические методики, ПК, медиапроектор | Тестирование |
| 4 | Модуль 4. Психология общения; человек в группе и коллективе | Занятие – игра, Моделирование и анализ ситуаций, практическая работа | Наблюдение, Самодиагностика, Беседа, Обсуждение , Анализ видеоматериалов. | Литература по теме, ПК, диагностические методики | Тестирование |
| 5 | Модуль 5. Психология деятельности | Занятие – игра, конференция, лекция | Тренинг, взаимообучение, чтение научно-популярных текстов. | ПК, диагностические методики | Анкетирование |
| 6 | Модуль 6. Психология личности | Занятие – игра, конференция, семинар | Наблюдение, самодиагностика, исследование | Литература по теме, ПК, диагностические методики | Анкетирование |
| 7 | Модуль 7. Психология самоопределения | Дискуссия, конференция, круглый стол. | Проигрывание ситуаций наблюдение, самодиагностика, взаимодиагност | Литература по теме, ПК, диагностические методики | Анкетирование |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | ика, взаимообучение. | | |

**Промежуточная аттестация учащихся общеобразовательной общеразвивающей программы дополнительного образования «Тайны моего Я»**

ФИ_____

Какой у тебя характер?

Ответь «да» или «нет» на следующие вопросы:

1. Уважаешь ли ты дружбу?

2. Привлекает ли тебя что-то новое?

3. Предпочитаешь ли ты старую одежду новой?

4. Притворяешься ли ты довольным без всякой на то причины?

5. Менял ли в детстве более трех раз профессию, которую собирался выбрать?

6. Теряешь ли уверенность в себе, когда тебе предстоит решить трудную задачу?

7. Коллекционируешь ли ты что-нибудь?

8. Часто ли ты меняешь свои планы в последний момент?

Запиши себе по 1 очку, если ты ответил «да» на вопросы 1, 3 и 7, и столько же за ответ «нет» на вопросы 2,4, 5, 6 и 8. Затем подсчитай набранные очки.

*Свыше 6 очков*. Ты уравновешенный человек, одноклассникам и друзьям грех жаловаться на тебя, характер у тебя легкий, хороший.

*От 3 до 6 очков.* Твой характер не назовешь легким, твое настроение весьма легко может превратиться в плохое. А это не может не отразиться на работе, семейной жизни, дружеских отношениях. Не забывай, что, только проявляя настойчивость, ты будешь преуспевать в жизни.

*Менее 3 очков.* Почему ты не веришь в свои силы? Нужно больше доверять людям и поискать себе друзей среди тех, кто тебя окружает.

**Самооценка психических состояний**

**(по Айзенку)**

**Инструкция**: Предлагаем вам описание различных психических состояний. Если вам это состояние часто присуще, ставятся 2 балла, если это состояние бывает, но изредка, то ставится 1 балл, если совсем не подходит - 0 баллов.

I

1. Не чувствую в себе уверенности
2. Часто из-за пустяков краснею
3. Мой сон беспокоен
4. Легко впадаю в уныние
5. Беспокоюсь о только воображаемых еще неприятностях
6. Меня пугают трудности
7. Люблю копаться в своих недостатках
8. Меня легко убедить
9. Я мнительный
10. Я с трудом переношу время ожидания

II

11. Нередко мне кажутся безвыходными положения, из которых все-таки можно найти выход
12. Неприятности меня сильно расстраивают, я падаю духом
13. При больших неприятностях я склонен без достаточных оснований винить себя.
14. Несчастья и неудачи ничему меня не учат.
15. Я часто отказываюсь от борьбы, считая ее бесплодной.
16. Я нередко чувствую себя беззащитным.
17. Иногда у меня бывает состояние отчаяния.
18. Я чувствую растерянность перед трудностями.

19. В трудные минуты жизни иногда веду себя по-детски, хочу, чтобы пожалели.
20. Считаю недостатки своего характера неисправимыми.

III

21. Оставляю за собой последнее слово.
22. Нередко в разговоре перебиваю собеседника.
23. Меня легко рассердить.
24. Люблю делать замечания другим.
25. Хочу быть авторитетом для других.
26. Не довольствуюсь малым, хочу наибольшего.
27. Когда разгневаюсь, плохо себя сдерживаю.
28. Предпочитаю лучше руководить, чем подчиняться.
29. У меня резкая, грубоватая жестикуляция.
30. Я мстителен.

IV

31. Мне трудно менять привычки.
32. Нелегко переключать внимание.
33. Очень настороженно отношусь ко всему новому.
34. Меня трудно переубедить.
35. Нередко у меня не выходит из головы мысль, от которой следовало бы освободиться.
36. Нелегко сближаюсь с людьми.
37. Меня расстраивают даже незначительные нарушения плана.
38. Нередко я проявляю упрямство.
39. Неохотно иду на риск.
40. Резко переживаю отклонения от принятого мною режима дня.

**Обработка результатов**

Подсчитайте сумму баллов за каждую группу вопросов:

1...10 вопрос - тревожность;

11...20 вопрос - фрустрация;

21...29 вопрос - агрессивность;

31...40 вопрос - ригидность.

**Оценка и интерпретация баллов**

**I. Тревожность:**

0-7 баллов - не тревожны;

8-14 баллов - тревожность средняя, допустимого уровня;

15-20 баллов - очень тревожный.

**II. Фрустрация:**

0-7 баллов - не имеете высокой самооценки, устойчивы к неудачам, не боитесь трудностей;

8-14 баллов - средний уровень, фрустрация имеет место;

15-20 баллов - у вас низкая самооценка, вы избегаете трудностей, боитесь неудач, фрустрированы.

**III. Агрессивность:**

0-7 баллов - вы спокойны, выдержаны;

8-14 баллов - средний уровень агрессивности;

15-20 баллов - вы агрессивны, не выдержаны, есть трудности при общении и работе с людьми.

**IV. Ригидность:**

0-7 баллов – ригидности нет, легкая переключаемость,

8-14 баллов - средний уровень;

15-20 баллов - сильно выраженная ригидность, неизменность поведения, убеждений, взглядов, даже если они расходятся, не соответствуют реальной обстановке, жизни. Вам противопоказаны смена работы, перемены в личной жизни.

## IX.Список используемой литературы


1. Андреева А.Д. Психология: Учебное пособие для учащихся V класса /Андреева А.Д., Данилова Е.Е., Дубровина И.В. /Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: МПСИ, МОДЭК, 2001.
2. Андреева А.Д. Психология: Учебное пособие для учащихся VI класса /Андреева А.Д., Данилова Е.Е., Дубровина И.В. /Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: МПСИ, МОДЭК, 2001.
3. А.Д. Психология: Учебное пособие для учащихся VII класса / Андреева А.Д Данилова Е.Е., Дубровина И.В. /Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: МПСИ, МОДЭК, 2002.
4. Андреева А.Д. Психология: Учебное пособие для учащихся VIII класса / Андреева А.Д., Данилова Е.Е., Дубровина И.В. /Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: МПСИ, МОДЭК, 2003.
5. Андреева А.Д. Психология: Учебное пособие для учащихся IX класса /Андреева А.Д., Данилова Е.Е., Дубровина И.В. /Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: МПСИ, МОДЭК, 2007.
6. Андреева А.Д. Психология: Учебное пособие для учащихся X класса /Андреева А.Д., Данилова Е.Е., Дубровина И.В. /Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: МПСИ, МОДЭК, 2004.
7. Андреева А.Д. Психология: Учебное пособие для учащихся XI класса /Андреева А.Д., Данилова Е.Е., Дубровина И.В. /Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: МПСИ, МОДЭК, 2006.
8. Андреева Г.М. Социальная психология. – М.: 2001.
9. Большаков В.Ю. Психотренинг: социодинамика, упражнения, игры. –СПб: 1996.
10. Брайсон Т.П. Дисциплина без драм. Как помочь ребенку воспитатьхарактер. / Тина Пэйн Брайсон, Дэниел Сигал. – М.: Альпина нон- фикшн, 2016. – 328 с.
11. Гин А.А. Приемы педагогической техники: Свобода выбора.

Открытость. Деятельность. Обратная связь. Идеальность: Пособие для учителей. - Гомель: ИПП «СОЖ», 1999 – 88с.

**12.** Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. – М.: 1996.

**13.** Гришина Н.В. Психология конфликта. – СПб: 2000.

**14.** Дубровина И.В. Школьная психологическая служба. – М.: 1991.

**15.** Климов Е.А. Основы психологии: Учебник для ВУЗов. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2003.

**16.** Маклаков А.Г. Общая психология: Психология в структуре современных наук. – СПб: Питер, 2008.

**17.** Метод проектов как технология формирования ключевых компетентностей обучающегося в системе дополнительного образования детей. Разработчики Меняева И.И, Ильинская Т.М., Виноградова Л.А. Самара. СИПКРО. 2006

**18.** Микляева А.В. Я подросток: Программа уроков психологии (ч.1, 2, 3).

– М.: Речь, 2003.

**19.** Мэтьюз Э. Прорвемся! Как справиться с проблемами. / Эндрю Мэтьюз

– М.: Эксмо, 2011. – 176с. – (Психология. Счастье по Мэтьюзу).

**20.** Петровский А.В. Психология. – М.: 2001.

**21.** Преподавание психологии в школе: 3-11-й классы. Учебно-метод. пособие/ Под ред. Дубровиной И.В. – М.: Издательство НПО «МОДЭК», 2007.

**22.** Прокофьева И.В. Развивающее занятие по направлению «Формирование конструктивных межличностных отношений» на тему «Дружба. Формирование навыков дружеских отношений. / Открытый урок: методики, сценарии и примеры. № 4, апрель 2009, с 52-55

**23.** Психогимнастика в тренинге/ Под ред. Н. Ю. Хрящевой. –СПб: Ювента, 1999.

**24.** Ратковски Н. Разреши себе творить. Артбуки, эскизные блокноты

и путевые дневники /Натали Ратковски. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. – 336с.

**25.** Руководство практического психолога: психологические программы

развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / Подред. И.В. Дубровиной. – М.: 1997.