

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДВОРЕЦ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТО  
Решением Педагогического совета  
Протокол № 1  
от «2» 09 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Приказ № 459 от «1» 09 2022 г.  
Директор ГБНОУ ДУМ СПб



Н.В. Судденкова

**Дополнительная общеразвивающая программа  
«Цени жизнь»**

**Срок освоения: 1 год  
Возраст обучающихся: 15-20 лет**

**Разработчик:**  
Романова Ольга Алексеева,  
педагог дополнительного образования

РЕКОМЕНДОВАНО  
Методическим советом  
протокол № 1 от 26.08.22

## Содержание

Пояснительная записка.....	3
Учебный план .....	8
Календарный учебный график .....	10
Рабочая программа.....	11
Оценочные и методические материалы .....	18
Рабочая программа воспитания.....	25

## **Пояснительная записка**

Настоящая дополнительная общеразвивающая программа разработана с учетом следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 (с изменениями, внесенными Федеральным законом от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся», ст.2 п.9; с изменениями, вст. в силу 25.07.2022);
- Паспорта федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утв. на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07.12.2018, протокол № 3);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» с изменениями;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

– Распоряжения Комитета по образованию от 25.08.2022 № 1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга;

– Постановления Главного государственного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Постановления Главного государственного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.36.85-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

– Устава Государственного бюджетного нетипового образовательного учреждения Дворца учащейся молодежи Санкт-Петербурга;

– Лицензии ГБНОУ ДУМ СПб на образовательную деятельность и других локальных актов учреждения;

– Программы воспитания ГБНОУ ДУМ СПб (Рабочая программа воспитания) на период до 2024 года.

Программа имеет **социально-педагогическую (социально-гуманитарную направленность)**.

**Актуальность программы:** сегодня в условиях социальных и экономических перемен назрела острая потребность общества в нравственных, духовно богатых и творческих людях, обладающих высоким уровнем профессиональной и личностной культуры. Семья и школа закладывают основы личностного своеобразия молодого человека и формируют стереотипы его поведения в будущем, но становление личности происходит в период первичной профориентации и профессионализации. Именно поэтому, подростки – это наиболее активная, восприимчивая к воздействию и, ориентируемая на перспективу, часть молодежи.

Исходя из объективной потребности общества в социально – активной личности, образовательная программа «**Цени жизнь**» разработана с целью формирования самосознания подростка и становления качеств на базе первичных знаний и умений по основам психологии, социальной отзывчивости и активной жизненной позиции.

Программа направлена на становление и развитие зрелой личности обучающегося, приобретение умений саморефлексии, навыков самоорганизации при взаимодействии с окружающими людьми и с различными обстоятельствами, а также получение возможности реализации собственных идей и проектов, умение планировать своё время и ценить свою и чужую жизнь на основе полученных знаний.

**Адресат программы:** учащиеся в возрасте от 15 до 20 лет.

**Программа имеет общекультурный уровень.**

**Объем и срок реализации программы:** дополнительная общеразвивающая программа «Цени жизнь» рассчитана на 1 год обучения (216 часов в год, 6 часов в неделю (2 раза по 3 часа).

Организация образовательного процесса данной программы возможна с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

Темы занятий могут быть изменены или скорректированы в соответствии с новыми вызовами времени или новыми технологиями и тенденциями в образовании, а также эпидемиологической обстановкой.

**Цель программы:** сопровождение личностного роста подростка, раскрытие внутреннего потенциала, профилактика негативных явлений в молодёжной среде.

**Задачи программы:**

**Образовательные:**

- создать условия для самопознания и саморефлексии;
- получить знания основ психологии;
- сформировать навык саморегуляции;
- сформировать навык личной и коллективной ответственности.

**Развивающие:**

- развить базисные личные качества и общий кругозор;
- развить ответственность и инициативность;
- развить социальную активность;

**Воспитательные:**

- воспитание ответственности и самостоятельности;
- воспитание мотивации к достижению целей;
- содействие нравственному становлению личности подростка;
- формирование психологической и коммуникативной культур.

**Условия реализации программы:** данная общеразвивающая программа рассчитана на 1 год обучения и предназначена для учащихся в возрасте 15-20 лет. Количество учащихся первого года обучения – не менее 15 человек.

**Условия набора:** набор в группы осуществляется на свободной основе, согласно Уставу учреждения и соответствующим локальным актам. В период формирования группы проводится собеседование для определения начальных навыков и умений.

**Цель собеседования:** выяснить уровень социализации и развития личности; степень личностных и коллективных ориентаций в сфере социальной самореализации.

**Кадровое обеспечение:** обучение по данной программе может осуществлять один педагог.

**Материально-техническое обеспечение:**

1. Учебный класс, в котором есть необходимое пространство для групповой тренинговой работы, возможности сидеть кругом;

1. Учебный класс, в котором есть необходимое пространство для групповой тренинговой работы, возможности сидеть кругом;
2. Столы;
3. Стулья;
4. Персональный компьютер педагога, для проведения дистанционных занятий;
5. Мультимедийная аппаратура для просмотра видео фильмов;
6. Канцтовары (бумага, ручки, папки с файлами, бланки дипломов).

**Особенности организации образовательного процесса:** программа является дифференцированной. В то же время занятия по программе имеют общую тематическую направленность, что позволяет проводить их одновременно со всеми учащимися в едином коллективе, разновозрастном по составу. Спиральный принцип построения программы предполагает усложнение заданий в соответствии с возрастными особенностями учащихся, степенью освоения ими программного материала, а также сформированности у них практических умений и навыков.

Программа является вариативной, и может корректироваться в процессе работы с учетом возможностей материально-технической базы, возрастных особенностей учащихся, государственных праздников и выходных дней.

**Формы и режим занятий:** основными формами являются: групповые учебные занятия, занятия по индивидуальным планам, педагогический контроль. Занятия могут проходить в форме участия в конкурсах, фестивалях и др., согласно учебному плану работы, плану работы ГБНОУ Дворца учащейся молодежи, мероприятий, организованных Комитетом по образованию Санкт-Петербурга и социальными партнерами учреждения.

**Режим занятий:** занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 часа (6 часов в неделю), 216 часов в год.

Возможно изменение количества часов, в связи с изменением расписания, режима занятий и уровнем интенсивности освоения программы учащимися.

При реализации программы количество часов в году обучения не меняется. Возможно, некоторое изменение пропорций учебного времени, отводимого на освоение тех или иных тем, в зависимости от успеваемости учащихся в объединении, от скорости усвоения программного материала.

**Планируемые результаты, получаемые учащимися в результате освоения программы:**

**Личностные:**

- знание моральных норм, умение выделять нравственный аспект поведения и соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами;
- умение работать на результат;
- готовность отстаивать национальные и общечеловеческие (гуманистические, демократические) ценности, свою

сознательного и активного присвоения нового социального опыта;

**Метапредметные:**

- убежденность в позитивной роли психологии в жизни современного общества, необходимости грамотного отношения к своему здоровью и окружающей среде;
- владение универсальными предпосылками учебной деятельности – умениями работать по правилу и по образцу, слушать педагога и выполнять его инструкции;
- владение средствами общения и способами взаимодействия со взрослыми и сверстниками;

**Предметные:**

- владение необходимыми умениями и навыками по программе в соответствии с поставленными задачами;
- владение навыками по получению нового знания, его преобразованию и применению;

**Ожидаемые результаты и способы их проверки:**

По окончании обучения, учащиеся будут:

***Знать:***

- основы общей психологии;
- основы конфликтологии;
- основы теории общения, самопрезентации.

***Уметь:***

- работать в команде;
- уметь общаться, вступать в диалог;
- оценивать свои возможности;
- преодолевать конфликтные ситуации;
- создавать карту собственного успеха;
- рефлексировать собственную деятельность.

**Способы проверки, контроля результатов:** входной контроль, промежуточный контроль, итоговый контроль, педагогическое наблюдение, диагностика, самоанализ.

**Педагогическая диагностика:**

- педагогическое наблюдение для бесед с последующим воздействием, позволяющие снять имеющиеся комплексы у подростков, неуверенность в своих силах.
- выявление оценки коммуникабельности и организаторских способностей при анализе проделанной работы (наблюдение);
- анкеты по изучению мотивации к предлагаемым видам деятельности.

### Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Инструктаж по технике безопасности. Вводное занятие.	3	3	0	
2.	Знакомство группы, упражнения на командообразование.	3	1	2	Педагогическое наблюдение
3	Первичная диагностика.	6	3	3	Педагогическое наблюдение
4.	Возраст и его особенности.	12	6	6	Педагогическое наблюдение
5.	Психологическое здоровье человека.	12	6	6	Педагогическое наблюдение
<b>Психические процессы</b>					
6.	Восприятие мира.	12	6	6	Педагогическое наблюдение
7.	Адаптация в социуме.	12	6	6	Педагогическое наблюдение
8.	Стресс и пути преодоления.	12	6	6	Педагогическое наблюдение
9.	Управление гневом.	12	6	6	Педагогическое наблюдение
10.	Люди и их мотивы.	12	6	6	Педагогическое наблюдение
<b>Учимся общаться</b>					
11.	Как мы воспринимаем мир.	6	3	3	Устный опрос. Педагогическое наблюдение
	Техники установления контакта.	6	3	3	Устный опрос. Педагогическое наблюдение.
	Искусство убеждения.	6	3	3	Педагогическое наблюдение.
	Трудности общения в разных возрастах.	6	3	3	Педагогическое наблюдение.
	Психология манипуляций.	6	3	3	Устный опрос. Педагогическое наблюдение.
	Выход из конфликта.	6	3	3	Педагогическое наблюдение.
	Психология делового общения.	12	6	6	Педагогическое наблюдение.
	Мир эмоций.	12	6	6	Педагогическое наблюдение.
12.	Чувства других.	6	3	3	Педагогическое наблюдение.
13.	Мой характер.		3	3	Педагогическое



		6			наблюдение.
<b>Преодоление трудностей</b>					
14.	Набор семейных трудностей.	12	6	6	Педагогическое наблюдение.
<b>Страх</b>					
15.	Страх и его свойства.	6	3	3	Педагогическое наблюдение.
<b>Маршрут успеха</b>					
16.	Как научиться достигать цели.	12	6	6	Педагогическое наблюдение.
<b>Организация досуга</b>					
17.	Дела по интересам.	12	6	6	Педагогическое наблюдение.
18.	Диагностика	3	0	3	Анализ результатов деятельности.
19.	<b>Итоговое занятие.</b>	3	0	3	Анализ результатов деятельности.
<b>Итого:</b>		<b>216</b>	<b>106</b>	<b>110</b>	

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДВОРЕЦ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТО  
Решением Педагогического совета  
Протокол № 1  
от «2» 09 2022г.



УТВЕРЖДЕНО  
Приказ № 459/п от «2» 09 2022г.  
Директор ГБОУ ДУМ СПб  
Н.В. Судденкова

**Рабочая программа  
«Цени жизнь»**

**Срок освоения: 1 год  
Возраст обучающихся: 15-20 лет**

**Разработчик:**  
Романова Ольга Алексеева,  
педагог дополнительного образования

РЕКОМЕНДОВАНО  
Методическим советом  
протокол № 1 от 26, 09, 22

**Особенности организации образовательного процесса 1 года обучения:** программа является дифференцированной. В то же время занятия по программе имеют общую тематическую направленность, что позволяет проводить их одновременно со всеми учащимися в едином коллективе, разновозрастном по составу. Спиральный принцип построения программы предполагает усложнение заданий в соответствии с возрастными особенностями учащихся, степенью освоения ими программного материала, а также сформированности у них практических умений и навыков. Программа является вариативной, и может корректироваться в процессе работы с учетом возможностей материально-технической базы, возрастных особенностей учащихся, государственных праздников и выходных дней

#### **Задачи программы 1 года обучения:**

##### **Образовательные:**

- создать условия для самопознания и саморефлексии;
- получить знания основ психологии;
- сформировать навык саморегуляции;
- сформировать навык личной и коллективной ответственности.

##### **Развивающие:**

- развить базисные личные качества и общий кругозор;
- развить ответственность и инициативность;
- развить социальную активность;

##### **Воспитательные:**

- воспитание ответственности и самостоятельности;
- воспитание мотивации к достижению целей;
- содействие нравственному становлению личности подростка;
- формирование психологической и коммуникативной культур.

#### **Содержание базовых тем программы 1 года обучения**

##### **1. «Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности»**

Инструктаж по технике безопасности. Вводное занятие. Ознакомление с программой, целями, задачами. Правила поведения в группе. Первое знакомство.

##### **2. Знакомство группы, упражнения на командообразование»**

- **Задачи:**
- Знакомство обучающихся.
- Формирование благоприятного психологического климата в группе.
- Сплочение группы.

В занятие включены упражнения такие как: «Пожалуйста», «Имя», «Назови имя соседа», «Слово о себе», «Атомы и молекулы», «Чудное приветствие», «Мы с тобой похожи тем, что...», «Поезд», «Опустить предмет», «Говорим только хорошее: Мне нравится в тебе...», «Переправа» и т.д.

##### **3. «Первичная диагностика»**

**Задачи:** диагностика эмоционального состояния на начальном этапе.

Проводится первичная диагностика группы. Методики и тесты для проведения диагностики: Интегративный тест тревожности, тест описания поведения Томаса, проективные методики «Дом, дерево, человек».

#### **4. «Возраст и его особенности»**

**Задачи:** информирование обучающихся об особенностях разных возрастов. Беседа «Особенности гендерной психологии». В беседе рассматриваются вопросы о разных возрастах, родительско-детских отношениях, взаимоотношениях с людьми преклонного возраста и с ровесниками. Далее проводится обратная связь «Вопрос - ответ», где группа задает вопросы психологу. Дискуссия.

#### **5. «Психологическое здоровье человека»**

**Задачи:** информирование о психологическом здоровье человека. Что такое психические процессы. Подготовка обучающихся к следующему занятию. «Психологическое здоровье», на занятии рассматриваются вопросы о критериях психологического здоровья в контексте разных возрастов, о возможных изменениях или нарушении процессов, о поддержании психического и социального здоровья человека. Дискуссия.

#### **6. «Психические процессы. Восприятие мира»**

**Задачи:** информирование обучающихся о психических процессах человека. Ознакомить о методах коррекции и диагностики памяти, внимания, мышления. Дается определение психическим процессам человека, проводятся игры на восприятие, тренировку памяти, внимания, мышления (ассоциации). Обсуждение.

#### **7. «Адаптация в социуме»**

**Задачи:** сформировать у обучающихся эффективные способы адаптации в жизненных ситуациях.

«Адаптация». Понятие адаптационного процесса; психологические механизмы адаптации; факторы, определяющие эффективность адаптации; профилактика состояний дезадаптации; Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда (ДПА); обсуждение.

#### **8. «Стресс и пути преодоления»**

**Задачи:** формирование у обучающихся эффективных способов борьбы со стрессом.

«Стресс и пути преодоления». Понятие стресс; механизмы запуска; реакция организма на стресс; как справиться со стрессом; приемы релаксации; метод релаксации по Джекобсону. Обсуждение.

#### **9. «Управление гневом»**

**Задачи:** формирование у обучающихся способность анализировать и адекватно оценивать свое состояние, способность выражать негативное настроение социально приемлемыми способами.

«Управление гневом». Сценарий гнева; агрессия; виды агрессии; агрессия и гнев; враждебность. В занятия включены упражнения на способы управления гневом: «Письмо гнева», «Почему я злюсь», «Я злюсь, когда...» и т.д.

Вопросник для выявления выраженности самоконтроля в эмоциональной сфере, деятельности и поведении (социальный самоконтроль).

#### **10. «Люди и их мотивы»**

«Мотив. Мотивация. Пирамида Маслоу». Определение мотива; виды мотивации; иерархия потребностей Маслоу; как развить мотивацию; шкала оценки потребности в достижении.

#### **11. «Учимся общаться»**

Блок «Учимся общаться». В данном блоке рассматриваются вопросы общения, умения презентовать себя, быть услышанным, уметь вступать в контакт с окружающими. Проигрываются ситуации, с которыми подросток может столкнуться в жизни: как вести себя в конфликтной ситуации, как распознать что тобой манипулируют. Используются упражнения для закрепления материала.

Возрастные и половые особенности эмоциональной сферы личности. Используется методика «Эмоциональная эмпатия» В. В. Бойко, Самооценочный тест «Характеристики эмоциональности» Ильин. Упражнение «Зато».

#### **12. «Чувства других»**

«Чувства». Общее представление о чувствах. Соотношение понятий «Чувство» и «Эмоции». Классификация чувств. Характеристика чувств (симпатия, привязанность, дружба, любовь и т.д.). Упражнения: «История», «Замороженные».

#### **13. «Мой характер»**

Блок предусматривает следующие направления: определение Личность, индивид, индивидуальность. Я-реальное, Я-идеальное. Личностные и характерологические особенности. Самооценка, уровень притязаний. Темперамент. Индивид. Тесты на определение характера, темперамента Айзенка, исследование самооценки по Дембо-Рубинштейна.

#### **14. «Преодоление трудностей»**

«Набор семейных трудностей». Изучается с целью формирования стремления к самопознанию, расширению представлений о жизненных проблемах и способах их преодоления. Отработка навыков конструктивного поведения в ситуации сложного выбора. Упражнения: тест «семь Я человека», «Притча о трудностях», «Через три года», сказка «Охотник и его сыновья», «Путешествие в горы». Проективная методика «Моя семья».

#### **15. «Страх»**

«Чего мы боимся. Как преодолеть страх». Цель: профилактика страхов, аутодеструктивного поведения, содействие самоанализу и снятию тревожащих факторов, формированию навыков саморегуляции. Чувство страха. Что такое страх? Что такое фобии? Тест – оценка на выявление страхов и фобий. Как научиться преодолевать страхи и можно ли самостоятельно бороться с фобиями?

#### **16. «Маршрут успеха»**

«Как научиться достигать цели». Цель: формирование позитивного

отношения к себе. Научиться правильно ставить цели и задачи. Расстановка приоритетов. Научиться составлять план действий для достижения цели. Методика диагностики лени, методика для оценки своего упорства (Ильин).

### **17.«Организация досуга»**

**Задачи:** расширение кругозора обучающихся, стремление делать что-то своими руками, созидать, профилактика негативных явлений в молодёжной среде.

«Дела по интересам». Как организовать свой досуг молодежи? Что для этого нужно?

### **18.«Диагностика»**

Проводится беседа с обучающимися по пройденному материалу. Что удалось, что не получилось. Обучающиеся составляют таблицу полученных знаний. Каждый из участников группы благодарит участников за работу в группе, озвучивает положительные и трудные моменты совместной работы.

### **19. Итоговое занятие.**

Выполняется коллективная работа под названием «За что я ценю Жизнь». Проводится подведение итогов, прощание с группой. Пожелания всем участникам группы. Благодарности и аплодисменты.

## Оценочные и методические материалы.

1. Учебные и методические пособия			
1.1	Информационно-справочные материал	<p>1. Инструкции:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• должностная инструкция педагога д/о;</li> <li>• инструкция для обучающихся;</li> <li>• инструкция по ТБ;</li> <li>• инструкция для преподавателей по проведению инструктажа по охране труда</li> </ul> <p>инструкция по обеспечению безопасности образовательного процесса обучающимися в ГБУДО ДУ</p>	
1.2	Научная, специальная, методическая литература	<p>1.Беличева С.А. Основы превентивной психологии. М. 2003.</p> <p>2.Бурменская Г.В. Возрастно-психологическое консультирование. М., 2011.</p> <p>3.Еремин В.А. Улица-подросток-воспитатель. М., 2011.</p> <p>4.Кондратенко В.Т., Чернявская А.Г. По лабиринтам души подростка. Минск., 2011.</p> <p>5.Кулагина И. Ю. Возрастная психология. Развитие ребенка от рождения до 17 лет. М., 2011.</p> <p>6.Махов Ф.С. Подросток и свободное время. Л., 2012</p> <p>7.Мудрик А.В. Социализация и воспитание подрастающего поколения.</p> <p>8.Аверин В.А Психология детей и подростков: Учѐб. пособие. - 2-е изд., перераб. -СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 1998. – 379</p> <p>9.Платонова Н.М. Основы социальной педагогики. СПб., 2007.</p> <p>10.Титов Б. А. Социализация детей, подростков и юношества в сфере досуга. СПб, 2007.</p> <p>11. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. — М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж:</p>	<p>1.Добротворский И.Л. Технологии успеха. 1001 совет школьнику. – М.: ВЛАДОС, 2013</p> <p>2.Жуганов А.В. Творческая активность личности: содержание, пути формирования и реализации. Л., 2011.</p> <p>3.Стрельцов Ю.А. Общение в сфере свободного времени. М., 2011.</p>

		<p>Издательство НПО «МОДЭК», 2000. — 304 с. (Серия «Библиотека педагога-практика»).</p> <p>12. Трегубов Б.А. Свободное время молодежи: сущность, управление. СПб., 2011.</p> <p>13. Холостова Е. И. Социальная работа с детьми. Учебное пособие. М., 2008.</p> <p>14. Казанская В. «Подросток. Трудности взросления. /2-е издание, дополненное.»: Питер; СПб.; 2008 ISBN 978-5-388-00089-7</p>	
--	--	--	--



1.3	Тематические, методические пособия, разработки	<p>1. Антонов В.В. Изучаем права человека. - М.: Вита-Пресс, 1996.</p> <p>2. Бабушкин А.В. Как подростку защитить свои права? - М.: Сам себе адвокат, 2000.</p> <p>3. Иванов И.П. Энциклопедия коллективных творческих дел. - М., 1989.</p> <p>4. Кон И.С. Психология ранней юности: Книга для учителя. - М.: Просвещение, 2003.</p> <p>5. Конвенция о правах ребенка. - М.: ТЦ Сфера, 2005.</p> <p>6. Лизинский В.М. Практическое воспитание в школе: В 2 ч. - М., 2002.</p> <p>7. Михайлова Н.И., Юсфин С.М. Педагогика поддержки. - М., 2002.</p> <p>8. Ораторское искусство и деловое общение: учебное пособие. 2-е изд., исправл. - М.: Новое знание, 2001.</p> <p>9. Пругченков А.С. Школа жизни. - М., 2000.</p> <p>10. Сарган Г.Н. Тренинг самостоятельности у детей. - М., 2005.</p> <p>11. Селевко Г.К., Назарова И.Г., Левина О.Г. Утверждай себя. - М.: Народное образование, 2001.</p> <p>12. Селевко Г.К., Селевка А.Г., Левина О.Г. Реализуй себя. - М.: Народное образование, 2001.</p> <p>13. Фопель К. Создание команды. Психологические игры и тренинги/перевод с нем. - М.: Генезис, 2003.</p>	<p>1. Дерябо С., Ясвин В. Гроссмейстер общения. Иллюстрированный самоучитель психологического мастерства. - М., 2005.</p> <p>2. Вачков И.В. Приключения во внутреннем мире. - М., 2005.</p> <p>3. Кинчер Дж. Книга о твоих знакомых. - СПб.: Владос, 2003.</p> <p>4. Кинчер Дж. Книга о тебе. - СПб.: Владос, 2006.</p> <p>5. Снайдер Д. Курс выживания для подростков. - М., 2005.</p> <p>6. Профильное образование, Элективный курс. Прикладная этика. - Волгоград: Учитель, 2007.</p> <p>7. Маркуша А. Мозаика для делового человека. - М., 2007.</p> <p>8. Селевко Г.К. Управляй собой. - М., 2003.</p> <p>9. Селевко Г.К. Познай себя. - М., 2003.</p> <p>10. Селевко Г.К. Руководство по организации самовоспитания школьников. - М.: Народное образование, 2005.</p> <p>11. Селевко Г.К. Научи себя учиться. - М., 2007.</p> <p>12. Селевко Г.К. Найди себя. - М., 2003.</p>
-----	--	--	---

			<p>13.Селевко Г.К. Сделай себя сам. - М., 2004.</p> <p>14.Михайлов В.Т.Моя профессиональная карьера. - М., 2007.</p> <p>15.Фролов В.Т. Перспективы человека. - М.,2007.</p> <p>16.Коломенский О.Р. Гражданином быть обязан. - М., 2006.</p> <p>17.Тубельский А.Н. Школа самоопределения. - М., 2005.</p>
<b>2. Материалы по индивидуальному сопровождению учащихся</b>			
2.1	Тесты	Интегративный тест тревожности, <b>тест</b> описания поведения Томаса. Самооценочный тест «Характеристики эмоциональности». Тесты на определение характера, темперамента Айзенка, исследование самооценки по Дембо-Рубинштейн. Тест «Оценка на выявление страхов и фобий». Самооценочный тест «Характеристики эмоциональности».	
2.2	Анкеты	Выявление уровня самооценки учащихся	
2.3	Диагностические карты	<p>1. Индивидуальная карта учета результатов обучения и личностного развития, обучающегося по образовательной программе</p> <p>2. Общий диагностический лист</p>	
2.4	Методики	Методика оценки, проективные методики «Дом, дерево, человек», «рисунок себя». Методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда (ДПА)	
<b>3. Материалы по работе с детским коллективом</b>			

3.1	Анкеты	Анкета «Что важнее?» (на определение ценностно-ориентационного единства коллектива)
3.2	Опросники	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Опросник для оценки своей настойчивости.</li> <li>• Опросник для самооценки терпеливости.</li> <li>• Методика для оценки своего упорства.</li> <li>• Методика диагностики лени,</li> <li>• Методика «Эмоциональная эмпатия» В. В. Бойко.</li> </ul>
3.3	Игры	Подборка игр: «Пожалуйста», «Ассоциации», «Имя», «Назови имя соседа», « Слово о себе», «Атомы и молекулы», «Чудное приветствие», «Мы с тобой похожи тем, что...», «Поезд», «Опустить предмет», «Говорим только хорошее: Мне нравится в тебе....», «Переправа», «Поводырь» и др.
3.4	Тренинги	Тренинг на командообразование, Тренинг «Эффективного слушания»
<b>4. Материалы из опыта работы педагог</b>		
4.1	Методические разработки и презентации к урокам	Презентация к занятию: «Стресс и пути его преодоления». Презентация к занятию: «конфликты, пути преодоления» Методическая разработка, тренинг: «Давайте познакомимся»

## Методическое обеспечение образовательной программы

№ п/п	Название темы (базовые разделы)	Форма проведения занятий	Методы и приемы проведения занятий	Дидактические материалы, техническая оснащенность программы	Форма подведения итогов
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	Групповая	Наглядные, словесные.	Таблицы, наглядные материалы	Самостоятельная работа
2	Тренинг «Давайте познакомимся»	Групповая	Наглядные: показ, наблюдение. Практические: тренинг, упражнения, игры.		Тренинг
3	Первичная диагностика	Групповая	Объяснение, наблюдение.	Тесты	Тестирование
4	Возраст и его особенности	Групповая	Беседа, устное изложение нового материала, диалог.	Презентация	Обратная связь
5	Психические процессы	Групповая	Наглядные: показ, наблюдение. Словесные: беседы; устное изложение нового материала, диалог.	Презентация	Обратная связь
6	Учимся общаться	Групповая, малые группы	Наглядные: показ, наблюдение. Практические: тренинг, упражнения, игры Словесные: беседы; устное изложение нового материала, диалог. Объяснительно – иллюстративны	Тесты, презентации,	Тренинг, выполнение творческих заданий, обратная связь.

			е: показ, объяснение.		
7	Преодоление трудностей	Групповая	Наглядные: показ, наблюдение. Практические: тренинг, упражнения, игры, рисунки. Словесные: беседы; устное изложение нового материала, диалог. Объяснительно – иллюстративны е: показ, объяснение. Репродуктивны е: выступление	Листы бумаги, фломастеры	Обратная связь
8	Страх	Групповая, малые группы.	Наглядные: показ, наблюдение. Практические: тренинг, упражнения, игры, рисунки. Словесные: беседы; устное изложение нового материала, диалог. Объяснительно – иллюстративны е: показ, объяснение. Репродуктивны е: выступление	Фотографии	Обратная связь
9	Маршрут успеха	Индивидуальн о-групповая	Практические методы	Карточки, таблицы, видео материалы, фотографии	Занятие «Карта достижений» Деловая игра «Мой проект»
10	Организация досуга	Групповая	Беседы, объяснение.		
11	Подведение итогов	Групповая, индивидуальна я	Обратная связь		

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДВОРЕЦ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТО  
решением Педагогического совета  
Протокол № 1  
от «2» 09 20 22 г.



УТВЕРЖДЕНО  
Приказ № 153/22 от «2» 09 20 22 г.  
Директор ГБНОУ ДУМ СПб  
Н.В. Судденкова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ  
«Цени жизнь»**

на 2022/2023 учебный год

**Возраст обучающихся: 15-20 лет**

**Разработчик:**  
Романова Ольга Алексеева,  
педагог дополнительного образования

## **Введение**

Рабочая программа воспитания объединения является составляющей частью Программы воспитания ГБНОУ Дворца учащейся молодежи Санкт-Петербурга (Рабочей программы воспитания) на период до 2024 года, утвержденной Приказом от 04.06.2021 № 340-п «Об утверждении Программы воспитания ГБНОУ ДУМ СПб на период до 2024 года» (далее – Программа воспитания).

Практическая реализация цели и задач воспитания осуществляется в рамках следующих направлений воспитательной работы Дворца учащейся молодежи Санкт-Петербурга:

- в процессе реализации дополнительных общеобразовательных программ в соответствии с тематическим наполнением рабочих программ;
- в рамках реализации культурно-просветительских и образовательных проектов.

### **Основные цели и задачи Рабочей программы воспитания:**

- воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций;
- создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства;
- формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среды.

Для достижения поставленных целей будут решаться следующие задачи:

### **Гражданско-патриотическое воспитание:**

- сформировать патриотические чувства и сознание учащихся на основе исторических ценностей и роли России в судьбах мира;
- способствовать процессу сохранения и развития чувства гордости за свою страну, город, образовательное учреждение, семью;
- способствовать процессу воспитания личности гражданина – патриота Родины, способного встать на защиту государственных интересов;
- воспитать любовь к родному городу, Родине, её истории, культуре, традициям;
- способствовать изучению истории своей семьи, образовательного учреждения, района, города, культуры народов мира, своей страны;
- способствовать развитию чувства ответственности и гордости за

достижения страны;

- сформировать толерантность, чувство уважения к другим народам, их традициям.

#### **Нравственное и духовное воспитание:**

- сформировать у учащихся нравственную культуру миропонимания;
- способствовать формированию у учащихся осознанного отношения к нравственному опыту прошлого и будущего, своей роли в нем;
- воспитать доброе отношение к родителям, к окружающим людям, сверстникам;
- воспитать добросовестное отношение к своим обязанностям, к самому себе, к порученному делу.
- сформировать у учащихся представления об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства.

#### **Воспитательная среда:**

- определить круг реальных учебных возможностей учащегося и зону его ближайшего развития;
- создать условия для продвижения учащихся в интеллектуальном развитии;
- сформировать интеллектуальную культуру учащихся, развивать их кругозор и любознательность.
- сформировать у учащихся культуру сохранения и совершенствования собственного здоровья, неприятия вредных и опасных для здоровья привычек;
- ознакомить учащихся с опытом и традициями предыдущих поколений по сохранению физического и психического здоровья;
- способствовать формированию навыков грамотного поведения в условиях мегаполиса, соблюдения правил дорожного движения;
- сформировать у учащихся общеобразовательных учреждений представления о таких понятиях как «толерантность», «миролюбие», «гражданское согласие», «социальное партнерство»;
- способствовать развитию опыта противостояния таким явлениям, как «социальная агрессия», «межнациональная рознь», «экстремизм», «терроризм», «фанатизм» (например, на этнической, религиозной, спортивной, культурной или идейной почве).

#### **Профилактика правонарушений, социально-опасных явлений:**

- сформировать у учащихся правовую культуру, представления об основных правах и обязанностях, о принципах демократии, об уважении к правам человека и свободе личности, формировать электоральную культуру.
- сформировать у учащихся ценностные представления об институте семьи, о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни.

#### **Экологическое воспитание:**



- расширить знания по экологии, географии, истории;
- способствовать интеллектуальному и духовно-нравственному развитию учащихся;
- расширить знания об окружающем мире;
- развить творческую, познавательную и созидательную активность;
- укрепить здоровье, воспитать физическую культуру в единстве с интеллектуальным и духовным развитием;
- воспитать патриотизм посредством занятий по краеведению;
- воспитать потребность в здоровом образе жизни.

#### **Планируемые результаты:**

- у учащихся сформируется представление о понятиях основ гражданственности (патриотизма) как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, готовности к активному проявлению профессионально значимых качеств и умений в различных сферах жизни общества;
- у учащихся сформируется понимание смысла человеческого существования, ценности своего существования и ценности существования других людей;
- у учащихся сформируется представление об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства;
- учащиеся научатся мыслить рационально, эффективно проявлять свои интеллектуальные умения в окружающей жизни;
- сформируется представление о значимости физического и психического здоровья человека, понимания важности здоровья для будущего самоутверждения; о правилах безопасного поведения учащихся на улице и дорогах.
- у учащихся сформируется представление о таких понятиях как «толерантность», «миролюбие», «гражданское согласие», «социальное партнерство», развитие опыта противостояния таким явлениям как «социальная агрессия», «межнациональная рознь», «экстремизм», «терроризм», «фанатизм»;
- создадутся условия для проявления учащимися в объединениях инициативы и самостоятельности, искренности и открытости в реальных жизненных ситуациях, развитие интереса к внеурочной деятельности;
- у учащихся сформируются представления о правовой культуре, представления об основных правах и обязанностях, о принципах демократии, об уважении к правам человека и свободе личности, формирование электоральной культуры;
- у учащихся сформируются представления о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни.
- у учащихся сформируются дополнительные навыки коммуникации, включая межличностную коммуникацию, межкультурную

коммуникацию.

### **Особенности организации воспитательной деятельности в объединении**

Воспитательная деятельность в объединении планируется и организуется в соответствии с модулями Программы воспитания и в соответствии с Календарным планом воспитательной работы ГБНОУ ДУМ СПб на учебный год.

#### **Модули Рабочей программы воспитания:**

- духовно-нравственное воспитание;
- гражданско-патриотическое воспитание;
- воспитательный потенциал занятия;
- профессиональное самоопределение;
- добровольческая деятельность;
- экологическое воспитание;
- воспитательная среда;
- профилактика правонарушений, социально-опасных явлений;
- работа с родителями.

При реализации рабочей программы воспитания объединения используются различные формы и технологии организации воспитательных мероприятий (в том числе дистанционные технологии); организуются и проводятся массовые мероприятия, обеспечивающие условия для совместной деятельности учащихся и родителей (законных представителей).

С целью оценки результативности выполнения поставленных задач и выявления основных проблем воспитания проводится самоанализ воспитательной работы объединения (не реже одного раза в полугодие) и предоставляется отчет по форме.

#### **Календарный план воспитательной работы объединения «ЦЕНИ ЖИЗНЬ» на 2022-2023 учебный год**

<b>п/п</b>	<b>Название мероприятия, форма проведения</b>	<b>Сроки проведения</b>	<b>Место проведения, педагог</b>	<b>Участник и (учащиеся, родители, педагоги)</b>
1.	Участие в мероприятии, посвященном Дню Знаний	сентябрь 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
2.	Беседа с учащимися об истории ГБНОУ ДУМ СПб	сентябрь 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
3.	Беседы о ПДД, безопасном маршруте в ГБНОУ ДУМ СПб	сентябрь 2022, январь 2023, апрель 2023	ГБНОУ ДУМ СПб	
4.	Беседы по правовым вопросам государственного устройства РФ	сентябрь 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
5.	Беседы о правах человека	сентябрь 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	

6.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню Учителя	Сентябрь 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
7.	Участие в мероприятиях российско-германского проекта «ЭКО-видение» - Экологические мастерские - Мастерские по кинематографии и анимации - Фестиваль экологических видеороликов «ЭКО-видение»	сентябрь 2022-декабрь 2023	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
8.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню пожилого человека	октябрь 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
9.	Игры, тренинги по формированию навыков работы в команде	октябрь 2022, январь 2023, апрель 2023	ГБНОУ ДУМ СПб	
10.	Беседы по профилактике терроризма, фанатизма, межнациональной розни и других негативных социальных явлениях	октябрь 2022, март 2023	ГБНОУ ДУМ СПб	
11.	Беседы о толерантности, миролюбии, социальном партнерстве.	октябрь 2022, январь 2023, апрель 2023	ГБНОУ ДУМ СПб	
12.	Беседы об искусстве	октябрь 2022, январь 2023, апрель 2023	ГБНОУ ДУМ СПб	
13.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню народного единства	ноябрь 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
14.	Беседы по мерам профилактики ОРВИ, COVID-19	декабрь 2022 апрель 2023	ГБНОУ ДУМ СПб	
15.	Участие в мероприятиях, посвященных празднованию Нового года и Рождества	декабрь 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
16.	Городская акция, посвященная празднованию Дня добровольца	Декабрь 2022	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
17.	Городская новогодняя добровольческая акция «Солнышко в ладошке»	декабрь 2022-декабрь 2022	ГБНОУ ДУМ СПб	
18.	Беседы с учащимися о безопасном поведении в общественных местах города.	январь 2023, апрель 2023	ГБНОУ ДУМ СПб	
19.	Беседы с учащимися о здоровом образе жизни, здоровом питании	январь 2023	ГБНОУ ДУМ СПб	

20.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню снятия Блокады Ленинграда	январь 2023	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
21.	Участие в мероприятии «День Воинской Славы. Сталинградская битва»	Февраль 2023	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
22.	Участие в мероприятиях, посвященных дню памяти А.С. Пушкина	Февраль 2023	ГБНОУ ДУМ СПб	
23.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню Защитника Отечества	февраль 2023	ГБНОУ ДУМ СПб	
24.	Участие в мероприятиях, посвященных Международному женскому Дню	март 2023	ГБНОУ ДУМ СПб	
25.	Беседы о безопасном поведении на льду	ноябрь 2022, март 2023	ГБНОУ ДУМ СПб	
26.	День единения народов Белоруссии и России	Апрель 2023	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
27.	Участие в мероприятиях, посвященных Всемирному дню здоровья	Апрель 2023	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
28.	Участие в мероприятиях, посвященных Международному дню Культуры	Апрель 2023	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
29.	Участие в мероприятиях, посвященных дню Космонавтики	Апрель 2023	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
30.	Участие в мероприятии Дня солидарности молодежи	Апрель 2023	ГБНОУ ДУМ СПб	
31.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню Победы	май 2023	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	

32.	Церемония возложения цветов, посвященная празднованию Дня Победы советского народа в Великой Отечественной войне	май.2023		
33.	Городская добровольческая акция «Нам не все равно», посвященная Всемирному дню памяти людей, умерших от СПИДа	Май 2023	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
34.	Беседа с учащимися о творческом и жизненном пути Ольги Берггольц, приуроченная ко Дню рождения поэтессы.	Май 2023	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
35.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню города	май 2023	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	
36.	Участие в фестивалях, концертах, конкурсах, соревнованиях	2022-2023	ГБНОУ ДУМ СПб/ площадки социальных партнеров	