

Рассмотрено на заседании
методического совета
Протокол №1
от «28» августа 2025г.
Руководитель методического совета
Е.А. Щукина

Утверждено:
Директор
ГКОУ «Вышневолоцкая
школа–интерната №2»
Т.В. Шутилова
Приказ № 72/2
от «29» августа 2025г.

ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЛЯ ДЕТЕЙ – СИРОТ И ДЕТЕЙ, ОСТАВШИХСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ
«ВЫШНЕВОЛОЦКАЯ ШКОЛА – ИНТЕРНАТ №2»

Адаптированная дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа

«Этика и психология подростка»

возраст обучающихся: 14-16 лет (обучающиеся с ЗПР)

на 2025 – 2026 учебный год
(срок реализации программы)

Педагог –психолог: Сергиенко Елена Юрьевна

г. Вышний Волочек
2025 год

Пояснительная записка.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Этика и психология подростка» для обучающихся с задержкой психического развития (далее с ЗПР), составлена на основе ФАОП ООО для обучающихся с ЗПР и требований к результатам освоения программы, представленных в ФГОС ООО обучающихся с ЗПР, а также ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в рабочей программе воспитания

Цель и задачи программы.

Цель: – развитие и коррекция познавательной, личностной, эмоциональной, коммуникативной, регуляторной сфер обучающегося, направленные на преодоление или ослабление трудностей в развитии, гармонизацию личности и межличностных отношений.

Задачи:

формирование учебной мотивации, стимуляция развития познавательных процессов;

коррекция недостатков осознанной саморегуляции познавательной деятельности, эмоций и поведения, формирование навыков самоконтроля;

гармонизация психоэмоционального состояния, формирование позитивного отношения к своему «Я», повышение уверенности в себе, формирование адекватной самооценки;

становление личностного и профессионального самоопределения, формирование целостного «образа Я»;

развитие различных коммуникативных умений, приемов конструктивного общения и навыков сотрудничества;

стимулирование интереса к себе и социальному окружению;

развитие продуктивных видов взаимоотношений с окружающими сверстниками и взрослыми;

предупреждение школьной и социальной дезадаптации;

становление и расширение сферы жизненной компетенции

Характеристика психологических предпосылок программы дополнительного образования «Этика и психология подростка»

Одной из задач школьных психологов является организация профилактики преодоления учащимися школьной и в дальнейшем социальной дезадаптации. Однако план работы школьного психолога не позволяет уделить дополнительное внимание некоторым аспектам, и поэтому мы предполагаем, что эту работу можно осуществлять в условиях дополнительного образования.

В обычной жизни у человека, не понимающего себя, не знающего сильных и слабых сторон своего характера, а тем более не умеющего общаться с другими людьми, могут возникать весьма серьезные проблемы. Изменившиеся условия жизни заставляют его отказываться от многих привычек, ломают сформированные ранее стереотипы, которые еще совсем недавно помогали успешно справляться с различными затруднениями. Неподготовленному человеку очень трудно в этой ситуации решать возникающие проблемы без «потерь», нервных срывов и даже заболеваний.

Программа «Этика и психология подростка» предназначена для подростков 14-16 лет. Особенности переходного возраста, а также сложные условия, в которых происходит взросление современной молодежи: нестабильность семейного института, размытость моральных ценностей, которые уже не являются твердой опорой для выстраивания собственной личности, диктуют необходимость использования специальных мер для развития и усиления «Я» подростка, формирования жизнеспособной личности, обладающей достаточными внутренними ресурсами для успешного взаимодействия в социуме.

Данная программа относится к коррекционно-развивающим психолого-педагогическим программам, ее теоретико-методологическую основу исследования составляет теоретическая модель групповой работы, которая включает три основных компонента: аксиологический (связанный с сознанием), инструментально-технологический и потребностно-мотивационный.

Аксиологический компонент содержательно представлен ценностями «Я»: собственного «Я» человека, его связи с «Я» других людей и с природными объектами. Он предполагает осознание ребенком ценности, уникальности себя и окружающих, идентификацию как с живыми, так и неживыми объектами, осознание единства с миром во всей его полноте.

Инструментальный компонент предполагает овладение рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими.

Потребностно-мотивационный компонент обеспечивает появление у ребёнка потребности в саморазвитии, самоизменении, побуждает к последующей самореализации.

Программа имеет своей целью помочь воспитанникам лучше узнать себя, понять свои сильные и слабые стороны, сформировать у них чувство собственного достоинства, научить преодолевать неуверенность в своих силах, страх перед обстоятельствами, тревогу в различных жизненных ситуациях, наиболее успешно и полно реализовывать себя в любой деятельности, отстаивать свои права, при этом не нарушая прав и интересов окружающих. Программа предназначена для того, чтобы вооружить подростков необходимыми средствами, позволяющими ему успешно строить свою жизнь в социуме, решать встающие перед ним задачи современной реальности.

Данная программа относится к психопрофилактических и психокоррекционных занятий, ее теоретико-методологическую основу исследования составляют философские, психолого-педагогические, социологические и культурологические концепции, раскрывающие сущность процесса профилактики рискованного поведения подростков. Наиболее важными являются труды общеметодологического характера известных ученых, изучающих проблему человека и его здоровья: К.А. Абдулханова-Славская, Р.И. Айзман, СВ. Алексеев, И.А. Аршевский, И.П. Березин, Н.Т. Веселов, В.В. Гинецинский, В.В. Гогоадзе, Н.П. Дубинин, А.С. Залманов, А.А. Зитлер, В.П. Кашенко, А.И. Киколов, В.П. Петленко и др.

Особое значение для нашего исследования имели методические разработки, занимающихся организацией профилактики аддиктивного поведения подростков в социальной сфере: Е.И. Григорьевой, Е.В. Великановой, Т.Г. Киселевой, В.А. Овчаренко, А.А. Сукало, Н.В. Подхватилина, М.И. Рожкова, В.Н. Чернышовой, Н.Н. Ярошенко и др.

Место в структуре учебного плана.

Согласно учебному плану ГКОУ «Вышневолоцкая школа-интерн №2 программа рассчитана на 34 учебных часа (1 час в неделю).

Подходы к содержанию обучения по программе.

Коррекция трудностей психологического развития и социальной адаптации осуществляется с учетом особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР на основе специальных подходов, методов и способов, учитывающих особенности подросткового возраста. При выборе форм и приемов работы необходимо опираться на ведущую деятельность подросткового возраста – общение. В ходе коррекционно-развивающего занятия педагогу-психологу важно учитывать принцип активного включения обучающегося в совместную со сверстниками и взрослым деятельность, предполагающий обязательное участие подростка в процессе обсуждения, беседы,

диалога. Также в процессе работы необходимо сохранять руководящий контроль со стороны взрослого, обеспечивать положительную обратную связь, делать акцент на развитии навыков саморегуляции.

Содержание занятий направлено на развитие и расширение жизненных компетенций обучающегося с ЗПР.

Педагог-психолог выстраивает коррекционно-развивающее занятие в соответствии с особыми образовательными потребностями обучающегося с ЗПР. Учитывая сниженную общую работоспособность, повышенную утомляемость, низкий темп переработки информации, снижение эмоциональной саморегуляции у такого обучающегося, педагог-психолог придерживается строгой этапности при проведении занятия. Каждое отдельное занятие по своей структуре делится на вводную, основную и заключительную части и проводится с использованием игровых упражнений и работы с бланковыми материалами, а также предусматривает включение в занятия динамических и релаксационных пауз. Вводная часть занятия включает в себя ритуал приветствия, который позволяет обучающимся ощутить атмосферу группового доверия и принятия, и разминку, которая активизирует продуктивную групповую деятельность и способствует эмоциональной стабильности участников группового занятия. Основная часть предполагает последовательное выполнение различных упражнений, направленных на развитие определенных сфер личности обучающегося с ЗПР в соответствии с общим содержанием конкретного модуля. Заключительная часть занятия включает в себя рефлекссию проведенной работы, обмен мнениями и эмоциональными впечатлениями и ритуал прощания, укрепляющий чувство групповой сплоченности.

При изучении большинства тем широко задействованы активные формы работы с обучающимися: подвижные игры и упражнения, работа с психологическими сказками, элементы арт-терапии, тренинговых занятий и деловых игр.

Коррекция трудностей психологического развития и социальной адаптации осуществляется с учетом особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР на основе специальных подходов, методов и способов, учитывающих особенности подросткового возраста. При выборе форм и приемов работы необходимо опираться на ведущую деятельность подросткового возраста – общение. В ходе коррекционно-развивающего занятия педагогу-психологу важно учитывать принцип активного включения обучающегося в совместную со сверстниками и взрослым деятельность, предполагающий обязательное участие подростка в процессе обсуждения, беседы, диалога. Также в процессе работы необходимо сохранять руководящий контроль со стороны взрослого, обеспечивать положительную обратную связь, делать акцент на развитии навыков саморегуляции.

Педагог-психолог выстраивает коррекционно-развивающее занятие в соответствии с особыми образовательными потребностями обучающегося с ЗПР. Учитывая сниженную общую работоспособность, повышенную утомляемость, низкий темп переработки информации, снижение эмоциональной саморегуляции у такого обучающегося, педагог-психолог придерживается строгой этапности при проведении занятия. Каждое отдельное занятие по своей структуре делится на вводную, основную и заключительную части и проводится с использованием игровых упражнений и работы с бланковыми материалами, а также предусматривает включение в занятия динамических и релаксационных пауз. Вводная часть занятия включает в себя ритуал приветствия, который позволяет обучающимся ощутить атмосферу группового доверия и принятия, и разминку, которая активизирует продуктивную групповую деятельность и способствует эмоциональной стабильности участников группового занятия. Основная часть предполагает последовательное выполнение различных упражнений, направленных на развитие определенных сфер личности обучающегося с ЗПР в соответствии с общим содержанием конкретного модуля. Заключительная часть занятия включает в себя рефлекссию проведенной работы, обмен мнениями и эмоциональными впечатлениями и ритуал прощания, укрепляющий чувство групповой сплоченности.

Цели и задачи данной программы будут реализовываться через тренинговые занятия. Как показывает практика, наиболее успешно обучение осуществляется через игру, через проигрывание и переживание ситуации.

Социально-психологический тренинг – это форма специально организованного общения, психологическое воздействие которого основано на активных методах групповой работы. В ходе тренинга значительно эффективнее решаются вопросы развития личности, успешно формируются коммуникативные навыки. Тренинг позволяет участникам сознательно пересмотреть сформированные ранее стереотипы и решать свои личностные проблемы.

Курс имеет социально-педагогическую направленность. По форме организации и процесса педагогической деятельности программа модульная, представляющая собой самостоятельные учебные блоки. Отличительной особенностью программы является ее объем: занятия проводятся один раз в неделю по 1 учебному часу. Темы дублируются.

Оптимальное количество участников группы – 10 человек. При большей численности группы теряется эффект личностного участия, некоторые члены группы могут остаться без внимания. При меньшей численности нагрузка на детей возрастает, а диапазон мнений и игр будет меньше, что также снижает эффективность работы.

Проведение опроса, тестирования, бесед с учащимися, позволят увидеть изменения в уровне самосознания и коммуникативной культуры участников в их социальной позиции.

Содержание программы.

Данная программа имеет модульную структуру:

Модуль 1. «Перекресток»(10 ч)

Модуль 2. «Выбираем дорогу»(8 ч)

Модуль 3 «Попутчики»(9 ч)

Модуль 4 «Опасный путь»(5 ч)

Итоговое (2ч)

Модули могут быть использованы как самостоятельные программы, их можно переставлять местами в зависимости от уровня учеников, запроса классных руководителей и учителей.

Основаниями для отказа или прекращения участия в программе являются:

- несоответствие запроса получателя психологической помощи видам психологической помощи, предоставляемой в рамках данной программы;

- несоблюдение участником программы правил приема, установленных специалистом, реализующим данную программу;

- психические расстройства и расстройства поведения, выявленные при обращении или в процессе реализации программы.

диагностики, соответствующее взаимодействие со специалистами других профессий для оказания психологической помощи.

Планируемые результаты освоения программы.

Личностные результаты

формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию

формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.

формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

Метапредметные результаты

осознавать свои личные качества, способности и возможности

осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции

овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями

научиться контролировать собственное агрессивное поведение

осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки.

учиться прогнозировать последствия собственных поступков.

учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе

планировать свою учебную деятельность с учетом индивидуального стиля учебной деятельности

адекватно воспринимать оценки учителей

уметь распознавать чувства других людей

обогатить представления о собственных ценностях и их роли в жизни

уметь формулировать собственные проблемы

учиться строить взаимоотношения с окружающими

учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации

учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других

учиться самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями

формулировать свое собственное мнение и позицию

учиться толерантному отношению к другому человеку

Предметные результаты

осознавать собственную полезность и ценность, основные способы психологического взаимодействия между людьми, приемы

повышения собственной самооценки, свое место в мире и обществе;
уметь работать в группе, в коллективе, получать удовольствие от процесса познания, преодолевать возникающие в школе трудности, психологически справляться с неудачами, осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние, взаимодействовать с учителем и сверстниками, адекватно анализировать собственные проблемы;
применять полученные знания для адекватного осознания причин возникающих у ребенка проблем и путей их решения, полученный опыт для самореализации и самовыражения в разных видах деятельности.

По окончании участия в программе участники должны:

Уметь критично относиться к своему мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения и корректировать. Понимая позицию другого, различать его в речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты;

Предвидеть (прогнозировать) последствия своих решений.

Понимать, в чём состоит суть общения; использовать различные виды общения; уметь ориентироваться в ситуации общения, определять коммуникативное намерение (свое и партнёра), оценивать степень его реализации в общении.

Уметь взглянуть на ситуацию с иной позиции и договариваться с людьми иных позиций.

Учебно-методическое и информационное обеспечение программы.

Микляева А.АВ. Я-подросток. Я среди людей. Программа уроков психологии(9 класс).-СПб,: Издательство «Речь»,2003.

Микляева А.АВ. Я-подросток. Встречи с самим собой. Программа уроков психологии(8 класс).-СПб,: Издательство «Речь»,2003
Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе 7-8 класс.-3-е изд.-М.:Генезис,2010

Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий.СПб.,2003

Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие.м.,1998

КИМ:

Диагностика внутри предмета включается в структуру урока и позволяет быстро проиллюстрировать теоретический материал. От конкретной методики можно оттолкнуться во введении к теме, использовать ее как прием в проблемном обучении, а также показать, каким образом психологическое знание реально работает на практике. Для диагностики внутри предмета наиболее подходят популярные методики, которые достаточно просты в использовании и обработке: опросники, методики незаконченных предложений, анкеты, некоторые рисуночные методики.

Диагностика усвоения знаний предполагает использование методик, позволяющих выявить объем и структуру усвоенных знаний. Здесь могут быть рекомендованы вербальная ассоциативная методика «Пятиминутка» и методика «Диагностика усвоения знаний» (Попова М.В. Психология как учебный предмет в школе: учебно-метод.пособие. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 288 с.), сочинения на психологическую тему и другие контрольные задания. Критерием оценки успешного продвижения служит сформированность соответствующих отношений, и эта оценка может быть выражена в характеристиках: хорошо владеет знаниями, правильно применяет их на практике, анализирует ситуацию, может управлять своим поведением. Весьма существенную информацию об эффективности усвоения знаний дают методы, используемые для диагностики развития. Это связано с тем, что если усвоение действительно происходит, то его влияние обязательно найдет свое отражение в поведении и особенностях психологического развития подростка.

Диагностика развития предполагает использование более сложных психодиагностических методик. В виде итоговой аттестации используются творческие работы, дневники достижений, выступления с докладами, сообщениями.

Материально-техническое обеспечение реализации программы.

Аудио-, видеозаписи.

Методики изучения различных видов памяти, внимания, мышления.

Набор открыток сюжетного содержания.

Набор таблиц для изучения видов и свойств внимания.

Набор тематических таблиц.

Набор фотографий видов природы, портретов людей.

Психологические тесты.

Репродукции картин, рисунки детей для определения эмоционального состояния человека

Календарно-тематическое планирование

№ занятия		Тема занятия	Основные виды деятельности	Дата
В году	В теме			
1 Модуль Перекресток(10 часов)				
1	1	Вводное	Входная диагностика Определение основных целей занятий Установление групповых норм и правил	
2	2	Что значит подросток?	Определение общих закономерностей развития в период взросления	
3	3	Внутренние и внешние линии взросления	Рассмотрение особенностей периода взросление: физиологических и психологических изменений в период взросления	
4	4	Наедине с собой	Создание условий для самоанализа учащимися собственного « Я-Образа»	
5	5	Я в глазах других	Создание условий для самоанализа подростков на основе значимой обратной связи	

6	6	Достоинства и недостатки	Создание условий для развитие навыка самоанализа., на основе полученной в ходе занятий информации	
7	7	Как превратить свои недостатки в свои достоинства	Создание условий для развитие навыка трансформации.	
8	8	Чувства, живущие в моем сердце	Создание условий для развития навыка распознавания эмоциональных переживаний	
9	9	Чувства позитивные и негативные	Создание условий для развития навыка распознавания эмоциональных переживаний	
10	10	Способы выражения чувств	Создание условий для развития навыка распознавания эмоциональных переживаний, построения адекватных взаимоотношающих отношений	
2 модуль Выбираем дорогу (8 часов _)				
11	1	Интерес	Создание условий для анализа познавательных потребностей в характеристике личности подростка	
12	2	Способности	Создание условий для анализа познавательных потребностей в характеристике личности подростка	
13	3	Профессиональный выбор	Выбор профессии как этап взросления Анализ влияния индивидуально-личностных особенностей на выбор профессии	
14	4	Что нужно знать устраиваясь на работу.	Правила и этикет	
15	5	Самоорганизация как условие успеха	Создание условий для развития волевых качеств ,формирования навыка планирования,	
16	6	Общение как взаимодействие	Создание условий для понимания подростками значение и роли общения	
17	7	Конфликт	Формулирование понятия конфликта. Создание условий для понимания смысла конфликта	
18	8	Бесконфликтное общение с «	Актуализация опыта общения в ситуации наличия	

		трудными людьми»	барьеров	
3 Модуль Попутчики (9 часов)				
19	1	Роль установок в восприятии других людей	Развитие социального интеллекта	
20	2	Социальные роли	Рассмотрение спектра ролей личности	
21	3	Мужчина и женщина.	Анализ особенностей полоролевого поведения	
22	4	Любовь и дружба	Анализ различий и сходства понятий , отношений	
23	5	Семья на современном этапе развития общества- реальность или устаревший институт	Создание условий для обращения подростков к общечеловеческим ценностям	
24	6	Семья для меня и я в семье	Актуализация у подростков опыта семейного взаимодействия	
25	7	Ценности моей жизни	Актуализация у подростков собственной ценностно-смысловой сфере	
26	8	Человек, дающий и человек берущий.	Актуализация у подростков собственной ценностно-смысловой сфере	
27	9	Отношение к окружающему нас миру. Оптимизм и пессимизм	Рассмотрение взаимосвязи собственного эмоционального отношения и различных вариантов развития жизненных ситуаций	
Модуль Опасный путь(6 часов)				
28	1	Короткое настоящее и долгое будущее.	Создание условий для понимания причинно следственных связей применительно к жизненным ситуациям.	
29	2	Опасный путь: наркотики и алкоголь а/ алкоголь и курение твои враги б/наркомания-путь в никуда в/ СПИД ВИЧ-болезни века г/компьютер-друг или враг?	Анализ причин и последствий употребления рассмотрение вариантов поведения в трудных ситуациях.	
30	3			
31	4			
32	5			

33	6	Уверенность в себе	Создание условий для анализа подростками собственной уверенности в себе Формулирование правил и отработка элементов уверенного поведения	
Итоговое				
34	2	Итоговое занятие	Обобщение информации полученной в ходе занятий Повторная диагностика	

Критерии оценивания.

Система организации внутреннего контроля за реализацией программы

Внутренний контроль качества реализации данной Программы направлен на оценку того, в какой степени эта работа обеспечивает выполнение задач по своевременному предупреждению возможных отклонений в психике, становлении и развитии личности участников Программы, по содействию в формировании у них потребности в психологических знаниях и желания использовать их для работы над собой и своими проблемами, в повышении стрессоустойчивости, созданию условий для полноценного психического развития личности и далее, в соответствии с поставленными задачами.

Данные аспекты выступают в качестве критериальной базы внутреннего контроля качества. Виды внутреннего контроля – предварительный, текущий и итоговый мониторинг, включающий анкетирование, метод экспертных оценок независимых специалистов, беседы с родителями и педагогами, экспресс-диагностика. Примерное содержание данных материалов отражено в Приложении.

Критерии оценки достижения планируемых результатов:

Качественные критерии оценки эффективности программы применительно к целевой группе:

а) особенности участия в программе: стабильность высокое число участников программы, интерес участников, отношение к программе, к психологу.

б) медико – социальная динамика у участников программы: снижение количества проблем с правоохранительными органами, снижение количества проблем и конфликтов в образовательном учреждении, повышение активности в образовательной деятельности;

в) психологическая динамика: снижение количества деструктивных конфликтов, повышение стрессоустойчивости, развитие децентрации как способности выйти за пределы ситуации в решении задач, развитие эмпатии, чувства юмора, рефлексии, развитие саморегламентации, изменение жизненного тонуса (повышение настроения, самочувствия, повышение активности);