*Разработано руководителем МО педагогов-психологов,*

*Педагогом-психологом МКОУ «ЦДиК»*

*Зеленчук О.И. по запросу МКУ «УО НР»*

**Психолого-педагогическое сопровождение дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы социально-педагогической направленности «Юнармейцы»**

Психолого-педагогическое сопровождение – это система профессиональной деятельности специалистов (педагог-психолог, социальный педагог, педагоги), направленная на создание социально-психологических условий для успешного обучения и психологического развития ребенка в ситуациях школьного взаимодействия.

Сопровождения детских общественных объединений – это поддержка групп детей и каждого ребенка в отдельности в построении ими своих социальных отношений, в преодолении организационных трудностей и максимальное использование этих объединений для решения задач социального воспитания, в данной программе задач военно-патриотического воспитания подростков.

Подросток – уже не ребенок, но еще не взрослый. Он активно включается во взрослую жизнь, формирует свою идентичность, осваивает различные социальные роли. Его глобальная жизненная ориентация зависит от того, как он будет относиться к миру в целом, к себе и другим в этом мире.

Знания природы, готовности молодежи к военной службе, защите своего Отечества, а также условий ее формирования в процессе военно-патриотического воспитания, как комплекса личностных качеств и как цель военно-патриотического воспитания имеют неоспоримо важное значение для создания системы военно-патриотического воспитания на всех уровнях с целью подготовки несовершеннолетних граждан к служению Отечеству на военном поприще.

Наиболее приемлемым будет рассмотрение роста личности подростка-юнармейца через явление саморазвития как непрерывного процесса, в рамках которого человек приобретает способность управлять текущими событиями, формировать хорошие и открытые отношения с другими людьми, мужественно и последовательно защищать свои взгляды и быть терпимыми к взглядам других.

Позиция терпимости и доверия – это основа для осуществления выбора будущих поколений в пользу мира, а не войны, мирного сосуществования человечества, а не конфликтов.

Укоренение у подростка духа толерантности, формирование отношения к ней как к важнейшей ценности общества – значимый вклад дополнительного образования в развитие культуры мира на Земле.

В научной литературе толерантность рассматривается, прежде всего, как уважение и признание равенства, отказ от доминирования и насилия, признание многомерности и многообразия человеческой культуры, норм, верований и отказ от сведения этого многообразия к единообразию или к преобладанию какой-то одной точки зрения. Толерантность не должна сводиться к индифферентности, конформизму, ущемлению собственных интересов. В первую очередь она предполагает взаимность и активную позицию всех заинтересованных сторон. Толерантность является важным компонентом жизненной позиции зрелой личности, имеющей свои ценности и интересы и готовой, если потребуется, их защищать, но одновременно с уважением относящийся к позициям и ценностям других людей.

Подростки-юнармейцы должны осознать, что позитивное отношение к себе, адекватное понимание себя, формирование жизненных планов и корректировка ценностных ориентаций, развитие эмоциональной устойчивости в сложных жизненных ситуациях и умений преодолевать жизненные трудности является важнейшим элементом толерантности в целом, сосуществует с положительным отношением к окружающим и доброжелательным отношением к миру.

***Цель*** психолого-педагогического сопровождения заключается в сохранении психологического здоровья всех участников учебно-воспитательного процесса; создании социально-психологической ситуации для самораскрытия и самореализации личности в условиях дополнительного образования; формировании психологической культуры обучающихся, родителей, и педагога.

Исходя из цели, были определены основные ***задачи*** психологического сопровождения:

* формирование способностей к взаимопониманию;
* развитие навыков конструктивного общения;
* формирование чувства ответственности и самостоятельности;
* стимулирование познавательной активности;
* тренировка навыков саморегуляции;
* формирование чувства уверенности в себе;
* формирование системы представлений и знаний о себе и своих возможностях;
* развитие инициативности;
* формирование активной жизненной позиции;
* повышение самооценки;
* социализация подростков.

**Виды деятельности**

***Психодиагностическая деятельность:***

психологическая диагностика подростков, входящих в состав детское объединение «Юнармия» с целью определения: особенностей психофизического развития и эмоционально-волевой сферы.

***Профилактическая деятельность:***

1. Создание и соблюдение в образовательном учреждении психологических условий, для самораскрытия и самореализации личности подростка.
2. Сохранение физического и психического здоровья подростка, привитие активной жизненной позиции и ответственности.

***Консультативная деятельность:***

1. Оказание психологической поддержки подросткам, их родителям, педагогам.
2. Проведение консультаций с подростками, их родителями и педагогами (по запросу).

***Просветительская деятельность***

1. Формирование у педагогов и родителей потребностей в психологических знаниях, желания использовать эти знания в своей работе с детьми.
2. Создание условий, в рамках которых подростки-юнармейцы и педагоги могли бы получить психологические знания, и умения строить взаимоотношения с окружающими.

***Психокоррекционная и развивающая деятельность***

1. Организация психологического сопровождения деятельности детского объединения «Юнармия».
2. Реализация психологических занятий.

**Программа сопровождения выстроена в четырех направлениях**

***1. Аксиологическое направление***

Аксиологический компонент содержательно представлен ценностями собственного «Я» человека и ценностями «Я» других людей. Ему соответствует как абсолютное принятие (при достаточно полном знании) самого себя, так и принятие других людей вне зависимости от пола, возраста, культурных особенностей и т.п. безусловной предпосылкой этого является личностная целостность.

***2. Инструментальное направление***

Инструментальный компонент предполагает, что человек владеет рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать свое сознание на себе, своем внутреннем мире и своем месте во взаимоотношениях с другими.

***3. Потребностно-мотивационное направление***

Потребностно-мотивационный компонент определяет наличие у человека потребности в саморазвитии. Это означает, что человек становится субъектом своей жизнедеятельности, имеет внутренний источник активности, выступающий двигателем его развития. Он полностью принимает ответственность за свое развитие и становится автором собственной биографии.

***4. Развивающее направление***

Интеграция различных частей «Я» в целостный образ «Я», формирование умения видеть целостный образ других.

**Структура занятия**

Каждое занятие состоит из трех частей:

***Разминка.*** Включает в себя упражнения, способствующие активизации участников группы, созданию непринужденной, доброжелательной атмосферы, повышению сплоченности.

***Основное содержание занятия.*** Эта часть включает в себя информационное сообщение, игры, упражнения, задания, просмотр кинофильмов, обсуждение притч, сказок и басен, помогающие понять и усвоить главную тему занятия.

***Рефлексия занятия.*** В конце каждого занятия следует оставлять время, чтобы участники могли поделиться своими чувствами, впечатлениями, мнениями, поговорить о своем настроении.

**Методы и приемы работы**

а) методы организации и осуществления чувственного восприятия объектов (наглядные): демонстрация видеоматериалов, презентаций;

б) методы организации и осуществления мыслительной деятельности детей (словесные): лекции, беседы, дискуссии, диспуты, метод «мозгового штурма», метод анализа конкретных ситуаций, коммуникативные упражнения и т.д.;

в) методы организации и управления практической деятельностью детей (практические): тренинги, игровые методы – деловые, ролевые, проблемно-ориентированные игры и упражнения, методы и приемы саморегуляции – регуляция дыхания, нервно-мышечная релаксация, визуализация, медитация, управлением вниманием и т.д.

**Ожидаемые конечные результаты в ходе проведения занятий:**

* актуализация процесса личностного самоопределения;
* повышение самооценки;
* коррекция эмоционального состояния;
* совершенствование навыков самопрезентации и уверенного поведения, которые помогут в успешной социальной адаптации;
* формирование толерантного поведения, развитие способности к эмпатии, сопереживанию и сочувствию.

Распределение часовой нагрузки по направлениям сопровождения

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Деятельность | Количество часов | Периодичность |
| Диагностическая | 7 часов | Ежегодно |
| Консультативная | 18 часов | Ежегодно |
| Коррекционная | 36 часов | За период реализации программы |
| Профилактическая | - | В ходе реализации ООП |

**Диагностический модуль**

|  |  |
| --- | --- |
| Направление | Возможные для использования методики |
| Выявление типа темперамента | Личностный опросник Айзенка |
| Диагностика агрессивности | Тест Басса-Дарки |
| Диагностика мотивации | Тест мотивации достижения |
| Определение уровня тревожности | Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности (Спилберг, Ханин) |
| Определение уровня самооценки |  |
| Диагностика личностных качеств (исполнительности, волевого самоконтроля, самостоятельности, коммуникативной активности и др.) | Личностный опросник Кеттелла |
| Диагностика толерантости | Вопросник для измерения толерантности (В.С.Магун, М.С.Жамкочьян, М.М.Магура) |
| Выявление уровня интеллектуального развития | Методика Амтхауэра |
| Определения типа нервной системы | Теппинг-тест |
| Диагностика объёма внимания, памяти | Тест Тулуз-Пьерона |
| Методики профессиональных предпочтений, интересов и склонностей | Опросник «Голланда»,  Методика изучения профессиональной направленности ((ДДО) Климова),  Опросник профессиональной готовности (Л.Н. Кабардова) и др. |
| Методика определения интернальности/ экстернальности личности | Уровень субъективного контроля (УСК) |

**Коррекционно-развивающий модуль**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Тема занятия | Количество часов |
|  | Самопознание  Кто Я? Что я знаю о своих возможностях | 2 |
|  | Как достичь цели | 2 |
|  | Чувства и эмоции. Способы выражение чувств и эмоций | 2 |
|  | Защитные механизмы и сопротивление | 2 |
|  | Черты характера | 2 |
|  | Система личных ценностей м самооценка | 2 |
|  | Самопринятие. Самоодобрение. Позитивное мышление | 3 |
|  | Базовые навыки общения с людьми | 4 |
|  | Конфликтные ситуации | 3 |
|  | Основные стратегии преодоления стрессовых ситуаций | 3 |
|  | Ассертивное поведение или развитие уверенности в себе | 2 |
|  | Тренировка навыков самоконтроля | 3 |
|  | Имейте смелость быть собой. Развитие навыков критики и похвалы | 1 |
|  | Это сложное слово – толерантность | 1 |
|  | Развитие эмпатии | 1 |
|  | Нетерпимости – нет! | 1 |
|  | Мы такие разные, но все-таки мы вместе | 2 |
|  | Итого | 36 |

Место коррекционно-развивающего модуля, периодичность занятий (1 раз в неделю или 1 раз в 2 недели), определяются образовательной организацией самостоятельно. Содержание занятий определяется потребностями конкретной группы юнармейцев, с учетом результатов диагностического блока.

**Литература для педагога-психолога**

1. Вачков И.В. Психология тренинговой работы. – М.: 2006.
2. Воробьева О.Я. Педагогические технологии воспитания толерантности учащихся. – М., 2007.
3. Гурченкова И.А. Тренинг для подростков "Будь толерантным!" –https://urok.1sept.ru/articles/638907
4. Как развить уверенность в себе: 5 простых и мощных упражнений. – <http://krilatiy.ru/files/Konstruktor/uverennost.pdf>
5. Клепцова Е.Ю. Психология и педагогика толерантности: Учебное пособие. – М.: Академический Проект, 2004.
6. Макова Л.Л. Воспитание толерантности в учебно-воспитательном процессе школы как путь к преодолению межличностных конфликтов подростков.
7. Ромек В.Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. – СПб.: Речь, 2002.
8. Семина Л.И. Учимся диалогу. Толерантность: объединения и усилия. // «Семья и школа».
9. Стишек И.В. Тренинг уверенности в себе: развитие и реализация новых возможностей. – С-ПБ: Речь, 2008.
10. Тренинг уверенности в себе «Победи своего дракона. – <https://pandia.ru/text/78/085/31592.php>

**Литература для подростков**

Пять книг для подростков, чтобы набраться уверенности в себе https://regnum.ru/news/cultura/2484751.html

1. Лариса Романовская. **«**Удалить эту запись?**»**
2. Ульф Старк. «Умеешь ли ты свистеть, Йоханна?»
3. Николай Назаркин. «Изумрудная рыбка. Мандариновые острова»
4. Фрида Нильсон. **«**Джаггер, Джаггер**»**
5. Александра и Даниэль Мизелиньские. «Есть патент? История дерзких изобретений»

Лучшие книги для подростков по саморазвитию. - <https://creator-arseny.site/books-movies/knigi-dlya-podrostkov-po-samorazvitiyu>

* 1. Беверли Бэтчел. «Чего ты по-настоящему хочешь?»
  2. Бодо Шефер. «Азбука денег»
  3. Дэн Вальдшмидт. «Будь лучшей версией себя»
  4. Роберт Кийосаки. «Богатый папа, бедный папа»
  5. Лоуренс Стейнберг. «Переходный возраст»
  6. Дейл Карнеги. «Как завоевывать друзей и оказывать влияние на людей»
  7. Оскар Хартман. «Просто делай! Делай просто!»
  8. Ларю Николь. «Пиши здесь, пиши сейчас»
  9. Тина Силиг. «Почему никто не рассказал мне это в 20»
  10. Барбара Шер. «Мечтать не вредно»
  11. Улаф Шеве. «Суперстудент»
  12. Эндрю Мэтьюз. «Прорвемся»
  13. Эндрю Мэтьюз. «Как остановить травлю?»
  14. Шон Кови. «7 навыков высокоэффективных тинэйджеров»
  15. Мария Суркова. «От 14 и старше: советы и лайфхаки»