

МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОМ ПИОНЕРОВ И ШКОЛЬНИКОВ»
Р.П. РОМАНОВКА РОМАНОВСКОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Принята
на заседании педагогического совета
Протокол № 4 от «06» 06 2023.



**Адаптированная дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Искусство общения»**

Направленность: социально-гуманитарная

Срок реализации: 1 год

Возраст учащихся— 7 - 14 лет

Автор-разработчик:
Камышанская Ирина Евгеньевна,
педагог дополнительного образования

Романовка - 2023 г.

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы

1.1. Пояснительная записка

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Искусство общения» **социально-гуманитарной направленности** предназначена для повышения уровня коммуникативной компетентности у детей 7-14 лет с ограниченными возможностями здоровья.

Программа «Искусство общения» предусматривает создание полноценной среды для детей с нарушением интеллектуального развития, создание условий, при которых такие дети смогут самостоятельно осваивать творческую деятельность, налаживать систему отношений с окружающими и с самим собой.

Основой благополучия, социальной активности и успешности личности является эффективное общение, умение представить себя, установить необходимые контакты. С помощью общения человек познает окружающий мир и самого себя через оценку другими людьми. Общение со взрослыми и сверстниками даёт возможность ребёнку усваивать эталоны социальных норм поведения. В определённых жизненных ситуациях он сталкивается с необходимостью подчинить своё поведение моральным нормам и требованиям. Поэтому важным моментом в нравственном развитии детей становится знание норм общения и понимания их ценности и необходимости.

Уровень программы: стартовый.

Актуальность программы определяется государственным заказом на дополнительное образование детей с ОВЗ.

Педагогическая целесообразность программы состоит в том, что включая ребенка в качественное общение, возможно оказать положительное воздействие на развитие ребенка в целом, в том числе на его социальное развитие. Реализация программы позволит повысить уровень коммуникативной компетентности детей, развить социальные контакты и способности к совместным действиям, оценивать ситуацию, учитывать намерения и способы коммуникации собеседника (партнеров), выбирать адекватные стратегии коммуникации, быть готовым к осмысленному изменению собственного речевого поведения.

В рамках реализации программы сохраняется психологическое здоровье детей, происходит их успешная адаптация и социализация: приобретаются чувства уверенности в себе, формируется стремление созидать и узнавать новое; приобретаются навыки успешного взаимодействия с ровесниками и взрослыми. В результате ребенок будет познавать не только внешний мир, но и самого себя. И в этой гармонии его жизненный путь будет более успешным и радостным.

Отличительные особенности программы:

- Дополнительная общеобразовательная программа «Искусство общения» адаптирована для обучения детей с нарушением интеллектуального развития.

- В образовательный процесс введены развивающие занятия, направленные на развитие личностно-мотивационных, интеллектуальных сфер ребенка, памяти, внимания, пространственного воображения и других важных психических функций.

- Используются задания и упражнения игровой формы, наиболее доступной и характерной для детей соответствующего возраста и психофизиологического

развития, что дает возможность коррекции познавательной, эмоциональной и коммуникативной сфер личности обучающихся с ОВЗ.

- Программа ориентирована на групповую форму работы.

Адресат программы. Дети с нарушениями интеллекта в возрасте от 7-ми до 14-ти лет.

Возрастные психолого-педагогические особенности адресата.

Развитие детей с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), хотя и происходит на дефектной основе и характеризуется замедленностью, наличием отклонений от нормального развития, тем не менее, представляет собой поступательный процесс, приносящий качественные изменения в познавательную деятельность детей и их личностную сферу, что дает основания для оптимистического прогноза.

Дети младшего и среднего школьного возраста (7-14 лет) с интеллектуальными нарушениями испытывают трудности самоконтроля поведения, нуждаются в постоянном внимании со стороны взрослого, направленного на регуляцию поведения. Контакт с нормативно развивающимися сверстниками вызывает затруднения, или, как, правило, у ребенка нет (недостаточный) опыта общения со здоровыми детьми. Имеются индивидуальные особенности эмоционально-волевой сферы, требующие учета при обучении (своеобразие реакции на ситуацию успеха и неуспеха в собственной и чужой деятельности, поведения при утомлении, недомогании, переживании, реакции на новизну и т.п.).

Следует помнить, что с этого времени активизируются процессы взросления, начинает понемногу возрастать агрессивность. Учащиеся будут стремиться доказать окружающим их людей свою взрослость, иногда социально неприемлемыми способами. Может появиться негативный лидер. Имеется в виду, что кто-то из учеников будет стремиться возглавить остальных в их борьбе против требований взрослых.

Программа «Искусство общения» направлена на решение данных проблем в развитии ребёнка. В частности, на занятиях рассматриваются жизненные ситуации, возникающие в детских коллективах в игровой форме, представлены способы выявления негативных процессов в группе и «нейтрализации» агрессивного лидера.

Форма обучения: очная.

Объём и срок освоения программы

Срок реализации программы – 1 год.

Программа рассчитана на 72 часа.

Режим занятий: 1 раза в неделю по 2 учебных часа с 10 минутным перерывом.

Наполняемость учебной группы 6-8 человек.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы – Содействие личностному развитию детей с нарушением интеллекта и их социально-психологической адаптации через организацию межличностного общения и включения в коллективную деятельность.

Задачи программы:

обучающие:

- дать представление о человеческих взаимоотношениях, нормах и правилах поведения при взаимодействии с родителями, сверстниками, педагогами, социальным окружением;

- научить использовать голос, мимику, жесты, экспрессивные движения в построении адекватного межличностного общения;

- учить понимать другого человека, в том числе ориентируясь на невербальные средства общения, и принимать его позицию;

развивающие:

- развивать способность к решению жизненных задач и преодолению трудностей ориентирования в новой ситуации;

- повышать уровень абстрактно-логического мышления;

- развивать коммуникативные навыки;

воспитательные:

- вырабатывать у детей положительные черты характера, способствующие лучшему взаимопониманию в процессе общения (сострадание, сочувствие, бескорыстие и т.д.);

- формировать эмоционально-мотивационные установки в общении.

Планируемые результаты освоения программы

Предметные результаты:

в результате освоения программы учащиеся будут **знать/ понимать:**

- свои качества и повышать самооценку,
- свое эмоциональное состояние, адекватно выражать свои эмоции,
- ответственность человека за свои чувства и мысли,
- свои возрастные изменения,
- различия между агрессией и агрессивностью,
- роль конфликтов в жизни человека,
- как конструктивно разрешать конфликтные ситуации,
- собственные жизненные ценности

Метапредметные результаты:

- учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе,
- умение устанавливать и поддерживать контакты, сотрудничать и решать конфликтные ситуации, находить компромиссные решения,
- осознавать свои личные качества, способности и возможности,
- осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции,
- учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации,
- учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других.

Личностные результаты:

- умение общаться, несмотря на разницу желаний и возможностей,
- умение формулировать поздравление, пожелание,
- учиться контролировать свои эмоции, быть эмоционально благополучным,
- учить делать нравственный выбор и давать нравственную оценку.

1.3. Содержание программы

Учебный план

№	Разделы программы	Количество часов			Форма контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Знакомство и самопрезентация.	1	1	2	Обсуждение, рефлексия
2	Я – это Я.	1	7	8	Наблюдения, обсуждения
3	Я имею право чувствовать и выражать свои чувства.	1	7	8	Наблюдения, обсуждения
4.	Я и мой внутренний мир.	1	5	6	Наблюдения, обсуждения, тестирование
5	Кто в ответе за мой внутренний мир.	1	3	4	Наблюдения, обсуждения
6	Я и ты.	1	5	6	Наблюдения, обсуждения
7	Мы начинаем взрослеть.	1	7	8	Наблюдения, рефлексия, тестирование
8	Агрессия и ее роль в развитии человека.	1	7	8	Наблюдения, обсуждения
9	Уверенность в себе и её роль в развитии человека.	1	5	6	Наблюдения, рефлексия
10	Мир моего общения.	1	5	6	Наблюдения, рефлексия
11	Ценности и их роль в жизни человека.	1	7	8	Наблюдения, обсуждения
12	Заключительное занятие.		2	2	Наблюдения, рефлексия
	Итого	11	61	72	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Знакомство и самопрезентация.

Теория. Введение ритуалов, правил. Знакомство с участниками группы, их предпочтениями и хобби. Моё уникальное имя.

Практика. Игры на знакомство.

Раздел 2. Я – это Я

Теория. Кто я, какой я? Отличительные качества людей. Как научиться находить положительные качества у себя? Как правильно оценить себя? Индивидуальность – что это? Разница в общении мальчиков и девочек. Какие качества нужны для дружбы? Язык мимики, жестов, телодвижений. Чувство симпатии, сопереживания.

Практика. Игры, упражнения и этюды, направленные на изучение себя (своего лица, одежды, движений, пола) и сравнения со сверстниками. Составление рассказа о себе. Создание собственного портрета и образа (игры, импровизации, рисование). Упражнения-тренинги на темы «Учимся подражать герою, проговаривать и

изображать привлекательные характеристики», «Учимся говорить о своих желаниях и настроении», «Учимся доверять своим органам чувств, говорить о воспринятом».

Раздел 3. Я имею право чувствовать и выражать свои чувства.

Теория. Мой любимый герой. Кто он? Почему я хотел бы на него походить, и какие качества меня в нём привлекают? Какие привычки можно назвать полезными, а какие вредными? Как избавиться от плохих привычек, которые мне мешают? Добро и зло. Всегда ли добро побеждает зло? Что значит «делать добро»? Что такое хорошо и что такое плохо? Конфликт. Как он возникает? Моё поведение в трудных ситуациях.

Практика. Ролевая игра. Тренинг эмоций. Упражнения с голосом. Мозговой штурм «Как развеселить другого и себя». Игры, упражнения и этюды по теме занятия.

Раздел 4. Я и мой внутренний мир

Теория. Радость, печаль, удивление, страх, гнев, интерес. Различение эмоций у другого человека, чувствительность к эмоциональным состояниям другого. Беседа «Всегда ли я одинаковый?». Мой внутренний мир и моё поведение. Мои привычки. Могу ли я меняться? Множество способов и слов выразить свои мысли и желания. Понятие индивидуальности, уникальности, похожести.

Практика. Учимся управлять своими эмоциями и адекватно представлять себя в общении. Психологические упражнения. Экспресс-диагностика. Сказкотерапевтическая беседа. Рисование эмоций. Рефлексия эмоциональных состояний. Элементы тренинга сплоченности. Упражнения на взаимодействие.

Раздел 5. Кто в ответе за мой внутренний мир.

Теория. Способность поставить себя на место другого помогает лучше понять друг друга. В каждом человеке есть «тёмные» и «светлые» качества. Самое важное качество. Кто такой сердечный человек. Кто такой доброжелательный человек. Трудно ли быть доброжелательным человеком?

Практика. Беседа с элементами тренинга. Игры, упражнения и этюды по теме занятия.

Раздел 6. Я и ты.

Теория. Каким должен быть настоящий друг. Умею ли я дружить и можно ли этому научиться? Кто такой невнимательный человек, беспамятный, глупый и т.д.

Способы управления настроением – музыка, физические упражнения, друзья, еда и т.д. сказки, пословицы, поговорки о настроении

Практика. Социальные и межличностные роли – самоисследование и рефлексия. Рисование своего положения в мире. Тренинговые упражнения «Нарисуй». Игры и упражнения на развитие познавательной сферы. Создание рекомендаций «Как повлиять на настроение».

Раздел 7. Мы начинаем взрослеть.

Теория. Учителя и ученики. Что делает учитель? Что делает ученик? Межличностное и деловое общение. Разные ситуации, разные роли – разное общение. О чём поговорить? Я и мои одноклассники. Мы такие разные, но вместе мы – коллектив! Что такое лень и откуда она берётся? Какие чувства вызывают у учеников школьные занятия? Когда ученики любят учителя? Когда ученики боятся учителя? Школа на планете «Наоборот». Что произойдёт, если мы будем учиться в такой школе? Как можно победить лень и справиться с «Немогучками?»

Практика. Учимся вежливо обращаться к людям в разных жизненных ситуациях. Учимся знакомиться и поддерживать знакомство. Учимся правилам хорошего тона в различных ситуациях. Игры, упражнения и этюды по теме занятий. Проект «Нарисуй».

Раздел 8. Агрессия и ее роль в развитии человека.

Теория. Как выглядит агрессивный человек? Как звучит агрессия? Агрессия во взаимоотношениях между родителями и детьми. Почему друзья иногда ссорятся и даже дерутся? Какие у меня есть «колючки» и как избавиться от «колючек» в моём характере? Иногда мы ссоримся, почему? (беседа). Что делать? Что такое одиночество? Как не стать одиноким среди своих сверстников? Уверенность, неуверенность, застенчивость, наглость.

Практика. Анализ ситуаций общения на примере сказочных и мультипликационных героев (установки, позиции, цели общения). Игры-развлечения и игры-манипуляции: найди разницу. Развитие навыков вербального общения. Общение без слов – возможно ли? Практикум неречевого общения. «По одежке встречают...». Внешность и речевое поведение.

Раздел 9. Уверенность в себе и её роль в развитии человека.

Теория. Что такое «этикет»? Для чего нужно соблюдать правила общения? Правила общения, которые вырабатывались людьми в течение многих веков, необходимо соблюдать, чтобы не обидеть собеседника и самому не попасть в неловкую ситуацию. Всегда важно помнить, что есть граница между тем, что хочется, и тем, что можно.

Практика. Способы управления настроением – музыка, физические упражнения, друзья, еда и т.д. сказки, пословицы, поговорки о настроении. Создание рекомендаций «Как повлиять на настроение». Волшебные слова: приветствие, благодарность. Как правильно начать, поддержать и вести разговор. Упражнения и игры по теме занятий. Правила хорошего тона. Как вести себя в различных ситуациях: в школе, в театре, дома, на улице, в магазине. Как эти правила помогают в общении.

Раздел 10. Мир моего общения

Теория. Привести к осознанию своих уникальных особенностей и достоинств окружающих. Кто такой друг. Мы с другом легко понимаем друг друга и всегда можем договориться. Презентация. Какие бывают жесты, их применение в обычной жизни. Мимика – что означает выражение нашего лица. Проявление наших чувств, эмоций, желаний в мимике. Пластический театр. Что такое ссора, конфликт? Из-за чего они происходят? Наши чувства во время ссоры. Разные способы поведения в конфликте и к чему приведет каждый. Как правильно мириться.

Практика. Игры на развитие групповой динамики. Игры на взаимодействие и сплоченность. Разноплановые задания и упражнения, которые дадут возможность проявиться всем членам группы. Рефлексивный отчет-беседа. Психологические этюды. Игры на понимание значений жестов и поз. Разработка «отрядного» языка жестов, «тайного» приветствия. Тренинговые упражнения. Сказко-терапевтическая сессия. Упражнения и игры на преодоление конфликтного поведения.

День рекордов: заранее объявляется День рекордов, но никто не знает, какие рекорды нужно будет ставить. И вот в этот день можно объявить рекорд 1) на самые длинные волосы; 2) на самые большие карманы; 3) самое большое количество пуговиц на

одежде и т.д. Следует придумать побольше названий рекордов, чтобы никого не обидеть. Сделать фотографии и подготовить лист для фотоколлажа.

Раздел 11. Ценности и их роль в жизни человека.

Теория. Что такое ценности? Ценности и жизненный путь человека. Мои ценности. В чём мы похожи? Учимся общаться с близкими людьми в различных ситуациях. Нежные слова и жесты. Выстраиваем контакты. Какие чувства я испытываю по отношению к своим родителям? Правила поведения и общения со взрослыми. Почему нужно относиться к старшим с уважением? «Урок мудрости». Почему родители наказывают детей? Я понимаю, что родители, как и все люди, могут ошибаться, могут уставать и не всегда поступают правильно.

Практика. Диагностика «Рисунок семьи». Терапевтические сказки о семейных отношениях. Игры-имитации, ролевые игры.

Раздел 12. Заключительное занятие

Практика. Рефлексия всего периода работы. Выводы о важности, правилах, ошибках общения. Фотомастерская: по заданиям сфотографировать самого веселого человека, самого счастливого, одетого/причесанного определенным образом и т.д. Веселые подвижные игры с психологическим смыслом. Рефлексия собственной работы по программе и своих открытий. Игры-благодарение друг друга.

1.4. Формы аттестации / контроля планируемых результатов

В процессе реализации программы применяются следующие виды контроля:

1. Входной контроль (в начале освоения программы)
2. Текущий контроль (в процессе занятий)
3. Итоговый контроль (по окончании изучения программы)

При изучении программы применяются различные формы текущего контроля: ответы на вопросы, тестовые задания, задания на самоконтроль и самооценивание, ответы на проблемные вопросы, творческие работы, самостоятельные работы по общим разделам программы, качество выполнения психологических методик и упражнений.

Формой подведения итогов обучения по программе является коллективное обсуждение результатов и рефлексия.

1.5. Календарный учебный график

Календарный учебный график (Приложение № 1) является составной частью рабочей программы.

Количество учебных недель – 36.

Количество учебных дней – 72.

Время реализации программы – сентябрь-май.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Методическое обеспечение программы

№ п/п	Название раздела, темы	Формы занятий	Методы и приемы	Формы проведения итогов
-------	------------------------	---------------	-----------------	-------------------------

1.	Знакомство и самопрезентация.	групповая	Наглядно-практический. Развивающие игры, импровизации, тематическое рисование.	Обсуждение, рефлексия
2.	Я – это Я	Групповая, индивидуальная	Поисковый, импровизации, моделирование и анализ заданных ситуаций, рассматривание рисунков и фотографий, мини-конкурсы и игры-соревнования.	Наблюдения, обсуждения
3.	Я имею право чувствовать и выражать свои чувства.	Групповая, индивидуальная	Наглядно-практический. Развивающие игры, импровизации, тематическое рисование.	Наблюдения, обсуждения, тестирование
4.	Я и мой внутренний мир	Групповая, индивидуальная	Поисковый, импровизации, моделирование и анализ заданных ситуаций, рассматривание рисунков и фотографий, мини-конкурсы и игры-соревнования.	Наблюдения, обсуждения, тестирование.
5.	Кто в ответе за мой внутренний мир.	групповая	Наглядно-практический, дискуссионный, развивающие игры, моделирование и анализ заданных ситуаций, мини-конкурсы и игры-соревнования.	Наблюдения, обсуждения
6.	Я и ты.	групповая	Поисковый, импровизации, моделирование и анализ заданных ситуаций, рассматривание рисунков и фотографий, мини-конкурсы и игры-соревнования.	Наблюдения, обсуждения
7.	Мы начинаем взрослеть.	групповая	Наглядно-практический. Развивающие игры, импровизации, тематическое рисование.	Наблюдения, обсуждения, тестирование
8.	Агрессия и ее роль в развитии человека.	групповая	Наглядно-практический, дискуссионный, развивающие игры, моделирование и анализ заданных ситуаций, мини-конкурсы и игры-соревнования.	Наблюдения, обсуждения
9.	Уверенность в себе и её роль в развитии человека.	групповая	Поисковый, импровизации, моделирование и анализ заданных ситуаций,	Наблюдения, обсуждения

			рассматривание рисунков и фотографий, мини-конкурсы и игры-соревнования.	
10.	Мир моего общения	Групповая, индивидуальная	Наглядно-практический, дискуссионный, развивающие игры, моделирование и анализ заданных ситуаций, мини-конкурсы и игры-соревнования.	Наблюдения, рефлексия, тестирование
11.	Ценности и их роль в жизни человека.	групповая	Поисковый, импровизации, моделирование и анализ заданных ситуаций, рассматривание рисунков и фотографий, мини-конкурсы и игры-соревнования.	Наблюдения, рефлексия
12.	Заключительное занятие.	групповая	Наглядно-практический, дискуссионный, развивающие игры, моделирование и анализ заданных ситуаций, мини-конкурсы и игры-соревнования.	Наблюдения, рефлексия, тестирование

Формы организации занятий: групповая, фронтальная (коллективная)

Формы проведения занятий: беседы, игры (игра – конкурс, ролевые игры, дидактические игры, познавательные игры, развивающие игры, настольные игры, тренинговые занятия, творческие мастерские.

Технологии инклюзивного образования.

На занятиях применяются педагогические технологии, которые успешно использованы в инклюзивной практике: технологии дифференцированного обучения, технологии индивидуализации образовательного процесса, технологии, направленные на формирование социальных компетенций, в том числе принятия, толерантности, формирования «безбарьерной» психологической среды в детско-подростковом сообществе.

Широкие возможности для индивидуализации обучения представляет самостоятельная работа, которая проходит в индивидуальном темпе. Технология функциональной дифференциации представляет собой организацию работы в группах с распределением функций, т.е. когда каждый ребенок вносит свой вклад в общий результат, выполняя свое задание. Одним из основных результатов инклюзивного образования является формирование социальных компетенций (навыков взаимодействия, взаимопомощи, продуктивной деятельности и т.д.).

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

1. Учебный класс, оборудованный столами, стульями, шкафами, мягкой мебелью, игровым уголком.
2. Мультимедийная установка.
3. Канцелярские принадлежности: ручки, карандаши, маркеры, корректоры; бумага разных видов и формата (А1, А2, А3, А4, ватман, ксероксная); клей, ножницы, степлеры; файлы, папки и др. для проведения экономических игр и занятий.
4. Фотоаппарат.
5. Видеокамера.
6. Сувенирная продукция для поощрения участников игр, тренингов.
7. Материалы для творчества детей: акварель, гуашь, пастель, белая и цветная бумага и картон для рисования и конструирования, клей и др.

Информационное обеспечение:

Электронные образовательные ресурсы: <https://nsportal.ru/>, <https://uchitelya.com/>, <https://www.prodlenka.org/>, <https://booksee.org/s/?q=этикет+для+д+етей&t=0>, <https://www.uchportal.ru/>, <https://pedsovet.su/> (аудио, видео), презентации.

2.3. Оценочные материалы (Приложение 2, 3, 4, 5, 6)

Подведение итогов программы производится в форме коллективного обсуждения результатов и рефлексии собственной работы по программе.

Список литературы

Для педагога:

1. Амбросьева Н.Н. Классный час с психологом: сказкотерапия для школьников. Глобус, 2007
2. Анн Л. Психологический тренинг с подростками.—Спб.: Питер, 2007
3. Бобкова, Е.Г. Играем в сказку: Технология погружения в игровую модель «Сказка...» (из опыта работы педагогического коллектива ДОЛ «Электрон»): Методическое пособие / Е.Г. Бобкова, Н.М. Рябуха, Т.В. Сильнягина, Е.В. Киселева; Науч. ред. Н.Н. Киселев. – Новосибирск: ГПНТБ СО РАН, 2008. – 80 с.
4. Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы: Пер. с англ. / Э.Берн. - М.: Современный литератор, 2006.
5. Девяткина Д.С., Челнокова О.С. Рабочая программа «Познай себя» © Материал из Справочной системы «Образование»: <http://vip.1obraz.ru/#/document/189/467277/73e31ab077/?of=copy-5481121a60>
6. Буйлова Л.Н., Кленова Н.В., Постников А.С. Методические рекомендации по подготовке авторских программ дополнительного образования детей [Электронный ресурс] / Дворец творчества детей и молодежи. В помощь педагогу. – Режим доступа: <http://doto.ucoz.ru/metod/>.
6. Игровые модели досуга и оздоровления детей: Разработки занятий, развивающие программы, проекты, тематические смены / Авт.-сост. Е.А. Радюк. – Волгоград: Учитель, 2008. – 207 с.

Для детей и родителей:

1. Андреева А.Д. Младший школьник: развитие познавательных способностей/ Андреева А.Д., Данилова Е.Е., Дубровина И.В. – М.: Просвещение, 2003.
2. Волина В.В. Учимся играя. – М.: 1994.
3. Все наоборот. Небылицы и нелепицы в стихах. / Сост. Г. Кружков. – М.: 1993.
3. Гуреева И.В. Психология. Упражнения, игры, тренинги: подготовительная группа. – Издательско- торговый дом «Корифей», 2001.
4. Давай познакомимся! Тренинговое развитие и коррекция эмоционального мира дошкольников/ Автор-составитель И.А.Пазухина. – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2004.
5. Давай поиграем! Автор- составитель И.А.Пазухина. – СПб.: «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2005. 21
6. Ключев Е. Сказки на всякий случай. - М.: Слово, 2003.
7. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению: характер, коммуникативность. – Ярославль: 1997.
8. Лютова-Робертс Е.К., Моница Г.Б. Коммуникативный тренинг: Педагоги, психологи, родители. – М.: Речь, 2007.
9. Тренинг жизненных навыков/под ред. А.Ф. Шадуры. – СПб.: Речь, 2005.
10. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5 – 6 классы).– 5-е изд., перераб. – М.: Генезис, 2017.

Приложение 1.

Календарный учебный график
Адаптированной дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы
«Искусство общения»

№	Сроки проведения	Кол-во часов	Форма занятия	Тема	Форма контроля
1.	1 неделя	2	Беседа, инструктаж, игры	Вводное занятие. Знакомство.	наблюдение
2.	2 неделя	2	Творческая мастерская	Я – это Я	наблюдение
3.	3 неделя	2	Ролевая игра	Я – это Я	наблюдение
4.	4 неделя	2	Обсуждение, игра, элементы тренинга	Я – это Я	наблюдение
5.	1 неделя	2	Мини-тестирование. Игры на понимание значений	Я – это Я	наблюдение
6.	2 неделя	2	Развлекательно-познавательная деятельность.	Я имею право чувствовать и выражать свои чувства.	наблюдение

7.	3 неделя	2	Обсуждение, игра, элементы тренинга	Я имею право чувствовать и выражать свои чувства.	наблюдение
8.	4 неделя	2	Мини-тестирование. Игры на понимание значений	Я имею право чувствовать и выражать свои чувства.	наблюдение
9.	1 неделя	2	Творческая мастерская	Я имею право чувствовать и выражать свои чувства.	наблюдение
10.	2 неделя	2	Ролевые игры	Я и мой внутренний мир	наблюдение
11.	3 неделя	2	Тренинговые упражнения.	Я и мой внутренний мир	наблюдение
12.	4 неделя	2	Развлекательно-познавательная деятельность.	Я и мой внутренний мир.	наблюдение
13.	1 неделя	2	Обсуждение, игра, элементы тренинга.	Кто в ответе за мой внутренний мир.	наблюдение
14.	2 неделя	2	Обсуждение, игра, элементы тренинга.	Кто в ответе за мой внутренний мир.	наблюдение
15.	3 неделя	2	Мини-тестирование. Игры на понимание значений жестов.	Я и ты.	наблюдение
16.	4 неделя	2	Творческая мастерская	Я и ты.	наблюдение
17.	1 неделя	2	Тренинговые упражнения.	Я и ты.	наблюдение
18.	2 неделя	2	Развлекательно-познавательная деятельность.	Мы начинаем взрослеть.	наблюдение
19.	3 неделя	2	Мини-тестирование. Игры на понимание значений.	Мы начинаем взрослеть.	наблюдение
20.	4 неделя	2	Обсуждение, игра, элементы тренинга	Мы начинаем взрослеть.	наблюдение
21.	1 неделя	2	Творческая мастерская	Мы начинаем взрослеть.	наблюдение
22.	2 неделя	2	Тренинговые упражнения.	Агрессия и ее роль в развитии человека.	наблюдение
23.	3 неделя	2	Развлекательно-познавательная деятельность.	Агрессия и ее роль в развитии человека.	наблюдение
24.	4 неделя	2	Мини-тестирование.	Агрессия и ее роль в развитии человека.	наблюдение

			Игры на понимание значений		
25.	1 неделя	2	Рольевые игры	Агрессия и ее роль в развитии человека.	наблюдение
26.	2 неделя	2	Обсуждение, игра, элементы тренинга	Уверенность в себе и её роль в развитии человека.	наблюдение
27.	3 неделя	2	Развлекательно-познавательная деятельность.	Уверенность в себе и её роль в развитии человека.	наблюдение
28.	4 неделя	2	Мини-тестирование. Игры на понимание значений	Уверенность в себе и её роль в развитии человека.	наблюдение
29.	1 неделя	2	Рольевые игры	Мир моего общения	наблюдение
30.	2 неделя	2	Тренинговые упражнения.	Мир моего общения	наблюдение
31.	3 неделя	2	Творческая мастерская.	Мир моего общения.	наблюдение
32.	4 неделя	2	Обсуждение, игра, элементы тренинга	Ценности и их роль в жизни человека.	наблюдение
33.	1 неделя	2	Развлекательно-познавательная деятельность.	Ценности и их роль в жизни человека.	наблюдение
34.	2 неделя	2	Тренинговые упражнения.	Ценности и их роль в жизни человека.	наблюдение
35.	3 неделя	2	Творческая мастерская	Ценности и их роль в жизни человека.	наблюдение
36.	4 неделя	2	День рекордов, подвижные игры, обсуждение.	Заключительное занятие.	Обсуждение собственной работы по программе. Рефлексия.
	ИТОГО	72			

Приложение 2.

Приемы рефлексии, используемые на занятиях.

«Мои ожидания»:

- - Возьмитесь за руки, улыбнитесь друг другу.
- - Что вы ожидаете от сегодняшнего занятия? Я надеюсь, что ваши ожидания исполнятся, а насколько - посмотрим в конце нашего занятия (получить новые знания, справиться со всеми заданиями, помочь своему товарищу и т.д.).

«Корзина идей»

Обучающиеся записывают на листочках свое мнение о занятии, все листочки кладутся в корзину (коробку, мешок), затем выборочно педагогом зачитываются мнения и обсуждаются ответы. Дети мнение на листочках высказывают анонимно.

«Дело в шляпе»

Обучающиеся передают шляпу друг другу, когда заканчивается музыка или считалка, тот, у кого в руках осталась шляпа, анализирует свою работу на занятии.

«Огонёк общения».

Кружочки разного цвета подарить самому вежливому, приятному в общении и т.п.

1) Дети встают в круг, обняв друг друга за плечи, и каждый говорит, что, по его мнению, было сегодня самым интересным.

2) Дети садятся в круг и передают по кругу сердечко. Тот, у кого в руках сердечко, говорит:

-Сегодня меня порадовало...

-Сегодня меня огорчило...

3) На столе у каждого ребёнка лежат три кружочка разных цветов. Педагог объясняет детям:

-Голубой кружочек вы дарите самому вежливому в общении (кому хочется сказать сегодня спасибо); зелёный – самому уступчивому, покладистому; жёлтый – самому скромному, самому приятному в общении, с вашей точки зрения.

-Посмотрим, у кого сегодня больше всего кружков. Как вы думаете, почему?

«А напоследок я скажу»

Обучающимся предлагается последовательно ответить на три вопроса:

- Насколько оправдались ваши ожидания и кому за это спасибо (исключая педагога)?

- Что не оправдалось и почему?

- Мои и наши перспективы?

Приложение 3.

Индивидуальный профиль социального развития ребенка

Фамилия, имя ребенка _____ Возраст _____

Утверждение	-2	-1	0	1	2	Утверждение
Легко идет на контакт со взрослыми						Избегает контакта со взрослыми
Откликается на просьбы взрослых						Не реагирует на просьбы взрослых
С удовольствием действует со взрослыми сообща						Не любит действовать со взрослыми сообща

Успешно действует под руководством взрослого						Не умеет действовать под руководством взрослого
Легко принимает помощь взрослого						Не принимает помощь взрослого
Часто взаимодействует со сверстниками						Избегает взаимодействия со сверстниками
Легко устанавливает дружеские отношения со сверстниками						С трудом устанавливает дружеские отношения со сверстниками
Успешно участвует в коллективной игре						Не участвует в коллективной игре
Проявляет качества лидера						Предпочитает подчиняться другим
Хорошо себя чувствует в большой группе людей						Не любит большие группы детей
Спокойно наблюдает за действиями других детей						Прерывает, мешает действиям других детей
Умеет занимать других детей						Не умеет занимать других детей
Успешно участвует в делах и играх, предложенных другими детьми						Не участвует в играх, предложенных другими детьми
Успешно разрешает конфликты со сверстниками						Затрудняется разрешать конфликты со сверстниками
Хорошо действует самостоятельно						Не может действовать самостоятельно
Умеет сдерживать себя, контролировать свое поведение						Не умеет сдерживать себя, контролировать свое поведение
Способен жертвовать своими интересами ради других						Ориентирован только на свои непосредственные интересы
Не причиняет вреда растениям, животным, книгам, игрушкам						Часто причиняет вред растениям, животным, книгам, игрушкам
Признает правила, предложенные взрослыми						Не признает правила, предложенные взрослыми

После заполнения анкеты-таблицы, отмеченные точки соединяются линиями. В результате можно наглядно представить, в сторону каких оценок (положительных

или отрицательных) сдвинут профиль. Вопросы-утверждения в анкете характеризуют развитие социальной сферы при взаимодействии со взрослым, сверстником, а также усвоение норм и требований ближайшего окружения. Полученный профиль покажет, в какой области социализация ребенка осуществляется успешно, а в какой возникли затруднения.

Приложение 4

Диагностический блок Программы

- ☐ Цветовой тест Люшера предназначен для исследования особенностей эмоционального состояния. Суть процедуры тестирования представляет собой ранжирование цветов испытуемым по степени их субъективной приятности (симпатичности);
- ☐ Методика «Рисунок несуществующего животного» Цель: Выявить особенности эмоциональной сферы, наличие тревожности, негативных эмоциональных проявления, скрытых страхов;
- ☐ Методика «Лесенка» (автор Щур В.Г.) Цель: определить особенности самооценки ребенка (как общего отношения к себе) и представлений ребенка о том, как его оценивают другие люди.

Приложение 5

Тест «Что такое тактичность?»

1. При общении с незнакомым человеком нужно учитывать:

разницу в возрасте;
общественное положение;
место разговора;
наличие или отсутствие посторонних;
все перечисленное;
ничего из перечисленного.

2. Как долго можно задерживать взгляд на постороннем человеке?

Не более 5 секунд; 2—3 минуты;
час;
все время.

3. Что нужно сделать, если вы ненарочно обидели человека?

Извиниться;
переключиться на другую тему; забыть;
не обратить на это внимания.

4. Как нужно себя повести, если вы слышали чужой разговор?

Рассказать всем об этом;
промолчать;
поделиться с друзьями этими «новостями»;
все перечисленное;
ничего из перечисленного.

5. Как вести себя, когда при вас разговаривают по телефону ваш друг?

Стараться не слушать разговор;
обязательно вслушиваться в тему разговора;
задавать по ходу другу вопросы;

все перечисленное;
ничего из перечисленного.

Тест «Дети и взрослые»

1. Какие отношения не должны быть у родителей и детей?

Доверительные;
дружеские;
враждебные;
искренние.

2. Как нужно относиться к взрослым людям?

С уважением;
с недоверием;
с презрением;
с любопытством.

3. Как объяснить родителям, что детям уже можно доверять?

Совершать самостоятельные поступки;
выполнять все свои обещания;
быть ответственным;
все перечисленное;
ничего из перечисленного.

4. Когда родители и дети должны проводить время вместе?

Всегда;
только по праздникам;
за столом; все перечисленное;
ничего из перечисленного.

5. У кого нужно спрашивать совет в первую очередь?

У друзей;
у родителей;
у знакомых;
у незнакомых людей.

6. Как поступить, если родителям не нравятся ваши увлечения?

Убедить их, что это нравится вам;
показать, на что вы способны;
рассказать о плюсах вашего увлечения;
все перечисленное;
ничего из перечисленного.

9. Как нужно разговаривать со взрослыми?

Вежливо;
грубо;
хамски;
подлизываясь.

Приложение 6

Упражнения на развитие внимания детей

(младший школьный возраст)

1. Упражнение «Мой любимый фрукт». Упражнение позволяет ведущему создать рабочий настрой в группе, также происходит развитие памяти, развитие способности к длительной концентрации внимания. Участники группы представляются по кругу. Назвав себя по имени, каждый участник называет свой любимый фрукт; второй – имя предыдущего и его любимый фрукт, свое имя и свой любимый фрукт; третий – имена двух предыдущих и названия их любимых фруктов, а затем свое имя и свой любимый фрукт и т.д. Последний, таким образом, должен назвать имена и названия любимых фруктов всех членов группы.

2. Упражнение «Не собьюсь». Упражнение на развитие концентрации, распределения внимания. Предлагаются следующие задания: считать вслух от 1 до 31, но испытуемый не должен называть числа, включающие тройку или кратные трем. Вместо этих чисел он должен говорить: «Не собьюсь». К примеру: «Один, два, не собьюсь, четыре, пять, не собьюсь...» Образец правильного счета: 1, 2, -, 4, 5, -, 7, 8, -, 10, 11, -, -, 14, -, 16, 17, -, 19, 20, -, 22, -, -, 25, 26, -, 28, 29, -, - _черта замещает числа, которые нельзя произносить).

3. Упражнение «Наблюдательность». Упражнение на развитие зрительного внимания. В этой игре выявляются связи внимания и зрительной памяти. Детям предлагается по памяти подробно описать школьный двор, путь из дома в школу - то, что они видели сотни раз. Такие описания школьники делают устно, а их одноклассники дополняют пропущенные детали.

4. Упражнение «Муха 1». Упражнение на развитие концентрации внимания Для этого упражнения требуется доска с расчерченным на ней девятиклеточным игровым полем 3X3 и небольшая присоска (или кусочек пластилина). Присоска выполняет роль "дрессированной мухи". Доска ставится вертикально и ведущий объясняет участникам, что перемещение "мухи" с одной клетки на другую происходит посредством подачи ей команд, которые она послушно выполняет. По одной из четырех возможных команд ("вверх", "вниз", "вправо" и "влево" Муха перемещается соответственно команде на соседнюю клетку. Исходное положение "мухи" - центральная клетка игрового поля. Команды подаются участниками по очереди. Играющие должны, неотступно следя за перемещениями "мухи" не допустить ее выхода за пределы игрового поля. После всех этих разъяснений начинается сама игра. Она проводится на воображаемом поле, которое каждый из участников представляет перед собой. Если кто-то теряет нить игры, или "видит", что "муха" покинула поле, он дает команду "Стоп" и, вернув "муху" на центральную клетку начинает игру сначала. "Муха" требует от играющих постоянной сосредоточенности.

5. Упражнение «Селектор». Упражнение на развитие концентрации, устойчивости внимания. Для упражнения выбирается один из участников игры - "приемник". Остальная группа - "передатчики" - заняты тем, что каждый считает вслух от разных чисел и в разных направлениях. "Приемник" держит в руке жезл и молча слушает. Он должен поочередно настроиться на каждый "передатчик". Если ему сложно услышать тот или иной "передатчик", он может повелительным жестом заставить его говорить

громче. Если ему слишком легко, он может убавить звук. После того как "приемник" достаточно поработает, он передает жезл своему соседу, а сам становится "передатчиком". В ходе игры жезл совершает полный круг.

6. Упражнение «Летает – не летает». Упражнение на развитие переключения внимания, произвольности выполнения движений. Дети садятся или становятся полукругом. Ведущий называет предметы. Если предмет летает - дети поднимают руки. Если не летает - руки у детей опущены. Ведущий может сознательно ошибаться, у многих ребят руки непроизвольно, в силу подражания будут подниматься. Необходимо своевременно удерживаться и не поднимать рук, когда назван нелетающий предмет.

7. Упражнение «Мой день рождения». Упражнение развить память, способность к длительной концентрации внимания. Участники группы, как и в предыдущем варианте, по очереди называют свои имена, но к своему имени каждый участник добавляет еще дату своего дня рождения. Второй – имя предыдущего и дату его дня рождения, свое имя и дату своего дня рождения, третий – имена и дни рождения двух предыдущих, свое имя и дату своего дня рождения и т.д. Последний, таким образом, должен назвать имена и даты дней рождения всех членов группы.

8. Упражнение «Ладони». Упражнение на развитие устойчивости внимания. Участники садятся в круг и кладут ладони на колени соседей: правую ладонь на левое колено соседа справа, а левую ладонь на правое колено соседа слева. Смысл игры заключается в том, чтобы ладони поднимались поочередно, т.е. пробегала "волна" из поднимающихся ладошек. После предварительной тренировки ладони, поднятые не вовремя или не поднятые в нужный момент выбывают из игры.

9. Упражнение «Съедобное – несъедобное». Упражнение на развитие переключения внимания. Ведущий по очереди кидает участникам мячик и при этом называет предметы (съедобные и несъедобные). Если предмет съедобный, мячик ловится, если нет - отбрасывается.

10. Упражнение «Муха». Упражнение на развитие концентрации, переключения внимания. Упражнение проводится точно так же, как и предыдущий вариант, только в усложненном варианте: увеличено количество мух (их две). Команды "мухам" подаются отдельно.

11. Упражнение «Самый внимательный». Упражнение на развитие зрительного внимания, памяти. Участники должны встать полукругом и определить водящего. Водящий в течение нескольких секунд старается запомнить порядок расположения игроков. Затем по команде он отворачивается и называет порядок, в котором стоят товарищи. На месте водящего должны побывать все игроки по очереди. Стоит наградить тех, кто не ошибется аплодисментами.

12. Упражнение «Телефон». Упражнение на развитие слухового внимания, слуховой памяти. Словесное сообщение передается шепотом по кругу, пока оно не вернется к первому игроку. Сказка «Пузырь, соломинка и лапоть» Жили-были пузырь,

соломинка и лапоть. Пошли они в лес дрова рубить; дошли до реки и не знают, как через нее перейти. Лапоть говорит пузырю: «Пузырь, давай на тебе переплывем?» – «Нет, - говорит пузырь, - пусть лучше соломинка перетянется с берега на берег, а мы перейдем по ней!» Соломинка перетянулась; лапоть пошел по ней, она и переломилась. Лапоть упал в воду, а пузырь стал хохотать - хохотал, хохотал, да и лопнул!