

РАССМОТРЕНО

Заседанием педагогического совета  
ОГБУДО «Центр семьи и детства»  
Протокол № 1 от «15» 08 2022 г.



УТВЕРЖДЕНА

Приказом директора ОГБУДО  
«Центр семьи и детства»  
№ 9/от от «15» 08 2022 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Поколение Z»**

**НАПРАВЛЕННОСТЬ: СОЦИАЛЬНО - ГУМАНИТАРНАЯ**

Уровень программы: базовый  
Возраст обучающихся: 14-17 лет  
Срок реализации: 1 год

Рязань 2022-2023 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана с учётом современных требований и основных законодательных и нормативных актов Российской Федерации:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 ТЧ 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.
2. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. №196.
3. Санитарные правила СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28).

Дополнительная общеразвивающая программа «Поколение Z» (далее – Программа) социально - гуманитарной направленности базового уровня способствует развитию коллективной творческой, организаторской деятельности обучающихся, ведущей к формированию у подростков активной жизненной позиции.

**Новизна Программы** основана на комплексном подходе в подготовке обучающихся к овладению набором знаний, умений и навыков, необходимых для реализации собственной успешности в социуме. Кроме того, в Программу включен раздел, посвященный вопросам развития конфликтной компетенции в подростковом возрасте.

**Педагогическая целесообразность Программы** заключается в том, что при ее реализации создаются благоприятные условия для осознания обучающимися своего лидерского потенциала, путей его развития и реализации в рамках личной и общественно полезной деятельности. В основе программы лежит идея формирования личной успешной истории каждого участника, в которой ребенок выступает субъектом, автором, активно работающим над развитием самого себя, своей личности и сам несущий ответственность за свое развитие. Одна из задач программы – помочь ребенку в раскрытии своего личностного потенциала, в присвоении ему своего собственного опыта, принятии и освоении собственной свободы и ответственности за жизненные выборы. Другой важный аспект заключается в необходимости овладения детьми социальными компетенциями, способностью ориентироваться в окружающем мире, развитии познавательной активности.

**Цель** – создать условия для формирования у обучающихся навыков эффективного взаимодействия в команде, развития коммуникативных и лидерских качеств.

**Задачи:**

1. способствовать осознанию себя, своей личности и пониманию других людей
2. развить коммуникативные навыки
3. способствовать успешному взаимодействию участников программы в различных социальных ситуациях
4. способствовать развитию профессиональной направленности.

**Категория обучающихся**

Обучение по Программе ведется в разновозрастных группах, группы комплектуются из обучающихся 14–17 лет. Количество обучающихся в группе – до 15 человек.

Группы формируются из обучающихся подросткового возраста, это наиболее сложный, критический период. Главная особенность подросткового периода – резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития личности: стремление к общению со сверстниками и появление в поведении признаков, свидетельствующих о желании утвердить свою самостоятельность, независимость, личную автономию. Несмотря на это, этот возраст – самый благоприятный для творческого развития. Он является наиболее интересным в процессе становления и развития личности. Именно в этот период молодой человек входит в противоречивую, часто плохо понимаемую жизнь взрослых, он как бы стоит на ее пороге, и именно от того, какие на данном этапе он приобретет навыки и умения, какими будут его социальные знания, зависят его дальнейшие шаги.

**Сроки реализации**

Программа рассчитана на 1 год обучения. Общее количество часов составляет 315 часа.

**Формы и режим занятий**

Программа реализуется 3 раза в неделю по 3 часа. Программа включает в себя лекционные и практические занятия (деловые и ролевые игры, упражнения на взаимодействия в группе, тренинги, проигрывание ситуаций, дискуссии, проектирование, встречи со специалистами и интересными людьми, экспресс тесты и опросы, коллективно-творческое дело (КТД), беседы).

## Ожидаемые результаты

По итогам реализации Программы, обучающиеся **обладают следующими знаниями, умениями и навыками:**

- владеть навыками словесного действия;
- развивать навыки управления эмоциями, самооценки, взаимодействия;
- преодолевать и разрешать конфликтные ситуации;
- определять цели и стремиться к их достижению
- знает себя и свои возможности, умеет совладать с эмоциями и регулировать свое поведение
- имеет профессионально-образовательный план на ближайшую перспективу

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов		
		Всего	Теоретических	Практических
1.	Личностное развитие.	174	72	102
1.1	Кто Я. Мои сильные и слабые стороны.	36	12	24
1.2	Границы личности. Мое – чужое. Социометрия.	36	12	24
1.3	Эмоции и чувства.	24	12	12
1.4	Семья. Ролевое распределение.	24	12	12
1.5	Взаимоотношения с противоположным полом. Любовь.	27	12	15
1.6	Повышение уверенности в собственных силах.	27	12	15
2.	Развитие социальных компетенций.	141	69	72
2.1	Развитие коммуникативных навыков. Установление первого контакта.	36	18	18
2.2	Навыки эффективного общения.	30	15	15
2.3	Целеполагание. Мотивы.	30	15	15

	Планирование.			
2.4	Формирование профессиональной направленности. Хочу-могу-надо. Образовательно-профессиональный маршрут.	33	15	18
2.5	Самопрезентация.	12	6	6

### СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Модуль	Наименование темы	Количество часов	Основные формы работы
Личностное развитие	Кто Я. Мои сильные и слабые стороны	36	Лекция, игра, практическое занятие. Рефлексия.
	Границы личности. Мое – чужое. Социометрия.	36	Лекция, опрос, упражнения, тестирование. Рефлексия.
	Эмоции и чувства.	24	Лекция, опрос, упражнения, игра. Рефлексия.
	Семья. Ролевое распределение.	24	Лекция, практическая работа, упражнения, Рефлексия.
	Взаимоотношения с противоположным полом. Любовь	27	Лекция, практическая работа, дискуссия. Рефлексия.
	Повышение уверенности в собственных силах.	27	Лекция, практическая работа, упражнения, игра, дискуссия. Рефлексия.
Развитие социальных компетенций	Развитие коммуникативных навыков. Установление первого контакта.	36	Лекция, практическая работа, упражнения, игра, дискуссия. Рефлексия.
	Навыки эффективного общения.	30	Лекция, практическая работа, упражнения, игра, дискуссия.

			Рефлексия.
	Целеполагание. Мотивы. Планирование	30	Лекция, практическая работа, упражнения, дискуссия. Рефлексия.
	Формирование профессиональной направленности. Хочу-могу-надо. Образовательно-профессиональный маршрут	33	Лекция, практическая работа, упражнения, игра, дискуссия. Рефлексия.
	Самопрезентация.	12	Практическая работа, упражнения, публичное выступление. Рефлексия.
Всего:		315 часов	

### Режим занятий

Количество занятий в неделю	Продолжительность занятий, ч.	Количество недель	Количество модулей	Общее количество часов
3	3	35	2	315

### Методическое обеспечение

#### 1. Формы и методы проведения занятий:

- лекции
- упражнения
- игра
- дискуссия
- тестирование
- опрос
- публичное выступление
- практическая работа
- рефлексия

#### 2. Учебные (дидактические) материалы:

- раздаточный материал для практической работы
- конспекты лекций
- презентации
- метафорические карты

### **3. Аппаратное и техническое обеспечение:**

#### 3.1 Рабочее место обучающегося:

- стол ученический
- стул ученический

#### 3.2. Рабочее место преподавателя:

- ПК или ноутбук – 1 шт.
- Стол преподавателя – 1 шт.
- Стул преподавателя – 1 шт.
- Флипчарт – 1 шт.

### **Список литературы**

1. Анн Л. Ф. Психологический тренинг с подростками. — СПб.: Питер, 2007. — 271 с: ил. — (Серия «Эффективный тренинг»).
2. Грецов А.Г. Лучшие упражнения для обучения саморегуляции. / Учебно-методическое пособие. Под общей редакцией проф. Евсеева С.П. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2006., - 44 с.
3. Грецов А.Г. Лучшие упражнения для сплочения команды. / Учебно-методическое пособие. – СПб., СПбНИИ физической культуры, 2006., - 44 с.
4. И.В.Вачков Основы технологии группового тренинга М: Издательство "Ось-89", 1999
5. Миллер Дж., Ламберт В. М60 Личные границы. Как их устанавливать и отстаивать / Дженни Миллер, Виктория Ламберт ; пер. с англ. Е. Петровой ; [науч. ред. К. Пахорукова]. — М. : Манн, Иванов и Фербер, 2018. — 262 с
6. Рамендик, Д. М. Тренинг личностного роста : учебник и практикум для СПО / Д. М. Рамендик. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2019. — 136 с. — (Серия : Профессиональное образование).
7. Сатир В. Как строить себя и свою семью: Пер. с англ.: улучш. изд — М.: Педагогика-Пресс, 1992. — 192 с: ил.