

Министерство социальной политики Нижегородской области  
государственное бюджетное учреждение «Социально-реабилитационный центр для  
несовершеннолетних «Ласточка» Шатковского  
муниципального округа»

УТВЕРЖДЕНА  
приказом директора  
№ 111 от 29.12.2025 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Страна Психология»**

Возраст обучающихся: от 9 лет

Срок реализации: 1 месяц

Количество часов: 9

Составитель:  
Камышанова Наталья Юрьевна,  
педагог-психолог

с.п. Светлогорск  
2025 г.

## **Содержание**

1. Раздел «Пояснительная записка» .....	3
2. Раздел «Учебно – тематический план» .....	7
3. Раздел «Рабочая программа» .....	8
4. Раздел «Методическое обеспечение программы» .....	12
5. Раздел «Список использованной литературы» .....	15
6. Раздел «Приложение» .....	16

## 1. Пояснительная записка

«Игра не пустая забава.  
Она необходима для счастья детей,  
для их здоровья и правильного развития...»  
Д. В. Менджерицкая

### Направленность дополнительной общеобразовательной (общеразвивающая) программы

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Страна Психология» имеет социально-гуманитарную направленность.

### Актуальность программы

Социализация воспитанников в социально-реабилитационном центре – важная составляющая реабилитации. Проблема социализации освещалась в трудах Выготского Л.С., Пиаже Ж., Леонтьева А.П. Трудности, связанные с социализацией, остро встают в период подросткового возраста, что обусловлено рядом физических и психических изменений, в особенности, во взаимоотношениях с социумом. Процесс социализации значим в условиях Центра, где в основном находятся подростки «группы риска», то есть дети из неблагополучных семей, замкнутые дети, состоящие на учете в комиссии по делам несовершеннолетних, дети-сироты, педагогически запущенные дети.

Процесс социализации подростков «группы риска» достаточно сложен, поэтому важно, чтобы он носил деятельностный, творческий характер, строился на современных педагогических технологиях. Поэтому в дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе «Страна Психология» мы решили применить такие эффективные технологии, как психологическая квест-игра, занятия с элементами тренинга.

Квест – это форма психологической деятельности, базирующаяся на симбиозе (слиянии) проектной и игровой технологий.

Психологическая квест-игра и занятия с элементами тренинга располагают детей на снятие эмоционального напряжения, стресса, негативных эмоций, на снижение уровня тревожности, агрессивности, помогает повысить коммуникативные навыки, научить работать в команде, сплотить детей и социализировать в общество.

Содержание данной программы насыщенно, интересно, эмоционально значимо для несовершеннолетних, разнообразно по видам деятельности.

**Новизна** программы заключается в использовании эффективных технологий – психологической квест-игры, занятий с элементами тренинга. Эти технологии дают педагогу-психологу возможность создать условия для успешной социализации несовершеннолетних. Форма проведения квест-игры нестандартна, интересна и увлекательна для детей.

Данная программа опирается на возрастные особенности детей, особенности формирования их эмоциональной, личностной и познавательной сфер.

**Педагогическая целесообразность.** Чем больше ребенок общается со сверстниками и с взрослыми, тем быстрее он социализируется в обществе. Психологическая квест-игра и тренинг помогают завлечь детей, поддерживать их интерес, именно в этом заключается педагогическая целесообразность.

**Отличительной особенностью** программы является то, что в системе работы используются психологическая квест-игра и занятия с элементами тренинга. Квест-игра и тренинг доставляет детям множество положительных эмоций, раскрывает их сильные стороны характера.

Данная программа нацелена на компенсацию последствий длительного воздействия травматических ситуаций – гармонизацию эмоциональной сферы, развитие способности к самопознанию и самовыражению подростков.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Страна Психология» разработана специально для воспитанников (обучающихся) ГБУ «СРЦН «Ласточка» Шатковского муниципального округа», с учетом сроков пребывания детей в учреждении и уровня их развития.

Срок реализации программы – 1 месяц (9 часов).

Возраст учащихся от 9 лет. Наполняемость группы от 2 человек.

Занятия по программе осуществляются на русском языке. Очная форма обучения. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 40 минут.

Программа предусматривает возможность корректировки ее модулей, практический материал может варьироваться с учетом ее использования.

На занятиях используются следующие методы работы: наглядный (иллюстрации, дидактический материал, видео-ролики и т.д.); словесный (беседа, пояснение, объяснение); практический.

Во время реализации программы используются следующие педагогические технологии:

1. Технология группового обучения
2. Технология педагогической поддержки.
3. Технология «создания ситуации успеха».

Программа основывается на следующих принципах:

- доступности (соответствие возрастным и индивидуальным особенностям);
- наглядности (иллюстративность, наличие дидактических материалов);
- демократичности и гуманизма (взаимодействие педагога и учащегося в социуме).

Занятия по квест-игре проводятся на территории Центра (в теплое время года, при хороших погодных условиях), а также в здании Центра (в холодное время года, при плохих погодных условиях). Во время занятий дети ходят по станциям: по кабинетам или специально отведенным местам.

Занятия с элементами тренинга проводятся в просторной комнате, стулья (по количеству участников и ведущего), которые размещены в центре комнаты в форме круга.

Формы организации детей на занятии:

- групповая

Групповая работа строится с использованием дифференцированного подхода, т.е. более подготовленным детям задание может быть усложнено, а менее подготовленным – работа упрощается. При этом обучающий и развивающий смысл работы сохраняется. Это дает возможность предостеречь ребенка от страха перед трудностями.

Структура занятия состоит из теоретической и практической частей.

Теоретическая часть включает в себя беседы и пояснения по ходу выполнения работы. Практическая работа составляет основную часть времени каждой темы.

Материалы и оборудование могут меняться в зависимости от предпочтений организаторов.

## **Цель и задачи программы**

**Цель данной программы:** развитие личностной и эмоциональной сфер несовершеннолетних для дальнейшей успешной социализации их в обществе.

### **Задачи:**

#### **Обучающие:**

- 1) расширить знания детей о чувствах, эмоциях и способах их выражения, обогатить словарь детей за счет слов, обозначающих различные эмоции, чувства, настроения;
- 2) обучить воспитанников выражать свои чувства в вербальной форме, тем самым снижая вероятность их неадекватного проявления в поведении.

#### **Развивающие:**

- 1) развивать образное и пространственное мышление, фантазию ребенка, его познавательную активность;
- 2) развивать и совершенствовать умение детей распознавать собственные эмоциональные состояния.

#### **Воспитательные:**

- 1) воспитывать стремления использовать полученные знания в повседневной жизни;
- 2) совершенствовать коммуникативные навыки детей при работе в паре, коллективе.

## 2. Учебный (тематический) план

№	Раздел, тема	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие. Правила техники безопасности. Занятие с элементами тренинга «О тебе, для тебя»	0,2	0,8	1	
2	Квест-игра «Головоломка эмоций»	0,2	0,8	1	
3	Занятие с элементами тренинга «Позитивное в нежелательных событиях»	0,2	0,8	1	
4	Квест-игра «Следуй за мной»	0,2	0,8	1	
5	Занятие с элементами тренинга «Помни, жизнь есть дар»	0,2	0,8	1	
6	Квест-игра «Интеллектуальный мозговой штурм»	0,2	0,8	1	
7	Занятие с элементами тренинга «Наша жизнь хороша»	0,2	0,8	1	
8	Квест-игра «Что такое доброта?»	0,2	0,8	1	
9	Промежуточная аттестация. Занятие с элементами тренинга «Саморегуляция»	0,2	0,8	1	устная проверка, наблюдение

## Календарный учебный график

1 месяц				
1нед	2нед	3нед	4нед	5нед
1-2	3-4	5-6	7-8	9

### 3. Рабочая программа

№ п/п	Тематик а занятий	Содержание	Формы занятия	Приемы и методы	Дидактический материал/ техническое оснащение	Формы оценки знаний. Подведен ия итогов
1	Вводное занятие. Правила техники безопасности. Занятие с элементами тренинга «О тебе, для тебя»	Правила поведения на занятиях. Инструктаж по ТБ для воспитанников по мерам безопасности при занятиях на открытых спортивных площадках. Инструктаж по ТБ для обучающихся по мерам безопасности при занятиях подвижными играми. Упражнение на знакомство «Необычное знакомство». Упражнение «Приветствие». Упражнение «Наши правила». Упражнение «Незаконченные предложения». Упражнение «Мои ожидания». Упражнение «Без оценок». Упражнение «Умение радоваться комплиментам». Релаксационное упражнение «Полное дыхание». Упражнение «Подарок». Рефлексия «Здесь и сейчас».	Беседа, рассказ, инструктаж, практическая работа	словесные, наглядные,	Бумажные кораблики	степень участия детей в занятии
2	Квест-игра «Головоломка эмоций»	Проведение квест-игры по эмоциям.	Беседа, наблюдение, рассказ, практичес	наглядные, словесные, практичес	Музыкальное сопровождение: Иллюстрации героев (кукол) из мультфильма	степень участия детей в квест-игре

			ическая работа	кие	«Головоломка». За шифрованное послание. Ключ к посланию. Пиктограмма страха. Картишка с шарами и вопросительными знаками. Записки-загадки про эмоции, чувства. Две корзины, одна с разноцветными шариками, мячиками. Конверт – с заданием.	
3	Занятие с элемента ми тренинга «Позитив ное в нежелате льных событиях »	Упражнение «Проба красок». Упражнение «Хорошее в плохом». Упражнение «Улыбнитесь». Упражнение «Поиск наилучшей альтернативы». Игра – разминка «Выйди из круга». Упражнение «Вулкан». Упражнение «Кто самый спокойный?» Упражнение для быстрого снятия напряжения. Упражнение «Выпустить пар». Упражнение «Очищение». Упражнение «Символ спокойствия». Рефлексия: «Здесь и сейчас».	Беседа, рассказ, практич еское занятие, наблюде ние,	наглядны е, словесны е, практичес кие	Краски, кисти,	степень участия детей в квест-игре
4	Квест- игра «Следуй за мной»	Проведение квест- игры «Следуй за мной».	Беседа, рассказ, наблюде ние, практич еское занятие	словесны е, практичес кие, наглядны е	листы бумаги формата А4 (на одну команду – 3 листа), ручки (10- 15 шт.), карточка-памятка с вопросами, образец	степень участия детей в квест-игре

					заполнения заявления должностному лицу, распечатанные листы с заданиями, «Тетрис».	
5	Занятие с элементами тренинга «Помни, жизнь есть дар»	Мини-лекция «Эмоциональный интеллект» Игра «Здесь сидит Таня...» Упражнение «Тропа эмоций» Мини-лекция «Как справиться со своими эмоциями» Упражнение «Я злюсь, когда...» Упражнение «Я в диком лесу» Игра «Я сегодня вот такой...» Упражнение «Встретились два существа» Упражнение «Игры со стыдом» Упражнение «Какого цвета музыка?» Рефлексия: «Здесь и сейчас»	Беседа, рассказ, наблюдение, практическое занятие	словесные, практические, наглядные	Листы А4, карандаши	степень участия детей в квест-игре, анализ знаний воспитанников
6	Квест-игра «Интеллектуальный мозговой штурм»	Проведение квест-игры «Интеллектуальный мозговой штурм».	Беседа, рассказ, наблюдение, практическое занятие	словесные, практические, наглядные	Зашифрованные письма, спички, карточки с заданиями, карточки с ребусами.	степень участия детей в квест-игре
7	Занятие с элементами тренинга «Наша жизнь хороша»	Упражнение «Похвались соседом» Упражнение «Мои самые близкие» Упражнение «Кролик и койот» Упражнение «Разговор с любимым» Упражнение «Рисуем кошку» Упражнение «Хорошее	беседа, рассказ, наблюдение, практическое занятие	словесные, практические, наглядные	Листы А4, карандаши	степень участия детей в квест-игре

		в плохом» Упражнение «Цветное дыхание» Рефлексия: «Здесь и сейчас»				
8	Квест-игра «Что такое доброта?»	Проведение квест-игры «Что такое доброта?»	беседа, рассказ, наблюдение, практическое занятие	словесные, практические, наглядные	Буквы из слова доброта, карточка с лабиринтом, карточка с заданием.	степень участия детей в квест-игре
9	Промежуточная аттестация. Занятие с элементами тренинга «Саморегуляция»	Мини-лекция «Методы саморегуляции» Упражнение «Рисунок по кругу» Игра – разминка «Тактильное письмо» Упражнение «Запомни 12 слов» Упражнение «Термометр» Упражнение «Круг совершенства» Упражнение «Место покоя» Рефлексия: «Здесь и сейчас»	беседа, рассказ, наблюдение, практическое занятие	словесные, практические, наглядные	Листы А4, карандаши, фломастеры.	степень участия детей в квест-игре, анализ знаний воспитанников

### Ожидаемые результаты

В результате обучения по данной программе дети:

- расширят знания о чувствах, эмоциях и способах их выражения;
- будут более спокойными;
- научатся распознавать собственные эмоциональные состояния;
- научатся выражать свои чувства в вербальной форме;
- научатся находить решение в конфликтных ситуациях.

## **4. Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы**

### **Материально-техническое обеспечение:**

- альбом для рисования;
- набор гуашевых красок;
- набор акварельных красок;
- набор восковых мелков;
- набор карандашей;
- набор фломастеров;
- спички;
- игра «тетрис»;
- ручки;
- пиктограмма эмоций;
- цветные шарики;
- листы А4.

**Оборудование:** ноутбук, мультимедиа плейер, магнитная доска, столы и стулья.

### **Формы аттестации**

Программа предусматривает различные формы подведения итогов:

- текущий контроль (проводится на каждом занятии);
- промежуточная аттестация (проводится в конце реализации программы)

Для каждого ребенка конкретным показателем его успехов является:

- обучаемость;
- работоспособность;
- мотивация деятельности;
- производительность деятельности;
- креативность.

Результативность каждого занятия отслеживается по трем критериям с помощью метода педагогического наблюдения.

По итогам занятия по наблюдению педагога выставляется уровень знаний и умений по пройденным темам и ставится оценка «зачет» или «не зачет». Оценка «зачет» ставится при положительных результатах не менее чем по двум критериям.

### **Оценочные материалы**

Результат освоения учащимися программного материала оценивается в баллах по следующей шкале:

- 1 балл – низкий уровень;
- 2 балла – средний уровень;
- 3 балла – высокий уровень.

## Критерии оценивания

Не зачет	Зачет
1. Испытывает трудности при выполнении работы	1. Научился самостоятельно выполнять творческие задания
2. Испытывает трудности при последовательном выполнении действия	2. Последовательно распределяет действия
3. Нет творческого подхода при выполнении работы	3. Способен внести в работу личную задумку

Программа основывается на следующих принципах:

- доступности (соответствие возрастным и индивидуальным особенностям);
- наглядности (иллюстративность, наличие дидактических материалов);
- демократичности и гуманизма (взаимодействие педагога и учащегося в социуме, реализация собственных творческих потребностей).

Формы организации детей на занятии:

- групповая

Групповая работа строится с использованием дифференцированного подхода, т.е. более подготовленным детям задание может быть усложнено, а менее подготовленным – работа упрощается. При этом обучающий и развивающий смысл работы сохраняется. Это дает возможность предостеречь ребенка от страха перед трудностями.

Структура занятия состоит из теоретической и практической частей.

Теоретическая часть включает в себя беседы и пояснения по ходу выполнения работы.

Практическая работа составляет основную часть времени каждой темы.

**Программа составлена в соответствии с требованиями следующих нормативных документов:**

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р.
- Приказ Министерства просвещения России от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобразования и науки России от 11.12.2006 г. №

06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

- Постановление Главного государственного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

- Устав Государственного бюджетного учреждения «Социально-реабилитационный центр «Ласточка» для несовершеннолетних Шатковского муниципального округа».

## **5. Список использованной литературы**

1. Костина, М. С. Создаем приключение с чистого листа: методические рекомендации по организации квестов в учреждениях культуры / М. С. Костина, О. В. Гребенкина, Н. Ю. Анищенко, Т. Н. Терещенко. – Новосибирск: ГБУК НСО НОЮБ, 2019. – URL:<http://infomania.ru/map/wp-content/uploads/2019/04/Sozdaem-prikyuchenie-s-chistogo-lista.pdf>
2. Реныш, М. А. Психологический тренинг: учебно-методическое пособие / М. А. Реныш, Е. Г. Лопес. – Екатеринбург: изд-во Рос. гос. проф.- пед. ун-та, 2022. – URL:<https://elar.rsvpu.ru/bitstream/123456789/21888/1/978-5-8050-0597-9.pdf>