

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования «Стиль»  
городского округа город Уфа  
Республики Башкортостан



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ ДО «Стиль» г. Уфы  
А.Г. Гаранина  
Приказ от «08» 08 2020 г. № 91

РАССМОТРЕНА  
Методическим советом  
«18» 08 2020 г.  
Протокол № 1

УТВЕРЖДЕНА  
Педагогическим советом  
«31» 08 2020 г.  
Протокол № 1

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА -  
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Кадровая школа «Достижени-Я»»

Направленность - социально-педагогическая  
Возраст обучающихся – 12-17 лет.  
Срок реализации – 1 год.  
Составитель - Гаранина Анна Геннадьевна,  
педагог дополнительного образования  
высшей квалификационной категории

УФА 2020

## Содержание

1.	ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ – ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цели и задачи программы	5
1.3.	Ожидаемые результаты	5
2.	УЧЕБНЫЙ ПЛАН	7
2.1.	Учебно-тематический план	7
2.2.	Содержание разделов и тем	9
2.3.	Методическое и материально-техническое обеспечение	12
3.	СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	15
3.1.	Нормативно-правовые документы	15
3.2.	Литература для педагога	15
3.3.	Литература для учащихся	16
3.4.	Интернет-ресурсы	17

## 1.1. Пояснительная записка

Образовательная программа «Кадровая школа «Достижени-Я» имеет **социально-педагогическую направленность**, по функциональному назначению является общеобразовательной, общеразвивающей, по форме организации - групповой.

Содержание данной дополнительной общеразвивающей программы разработано с учетом:

- Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;
- «Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей. Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов» СанПин 2.4.4.3172-14;
- «Гигиенических требований к микроклимату производственных помещений» СанПин 2.2.4.548-96;
- «Гигиенических требований к естественному, искусственному и совмещенному освещению жилых и общественных зданий» СанПин 2.2.1/2.1.1.1278-03;
- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;
- Устава Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Стиль» №1201 от 20.07.2018;
- Лицензии МБОУ ДО «Стиль» г. Уфы на образовательную деятельность №2979 от 10 марта 2015.

**Новизна** образовательной программы «Кадровая школа «Достижени-Я» заключается в том, что формирование лидерских качеств у подростков в ней реализуется посредством социально-психологического тренинга. Таким образом, основная часть занятий проходит в форме практикумов и психологических упражнений, что обеспечивает интерактивный характер обучения.

**Актуальность** данной программы обусловлена тем, что современный этап развития общества, с одной стороны, характеризуется значительными преобразованиями в социально - экономической жизни России, с другой – кризисными явлениями в системе воспитания, которые привели к дегуманизации ценностей и норм поведения определенной части молодежи. Одной из причин такого положения дел, безусловно, является сложная социальная ситуация. Однако не менее важной причиной является отсутствие педагогически грамотно организованной работы по поддержке детской инициативы.

Известно, что черты гражданской личности закладываются в детском, подростковом, юношеском возрасте на основе опыта приобретенного в семье, школе, социальной среде и формируют в дальнейшем всю жизнь человека.

Важно осознать, что сегодняшние школьники – завтрашние лидеры общества. Знания и навыки, приобретенные в эти годы, могут быть развиты и отточены в дальнейшем. Качественные программы развития лидерских качеств приносят непосредственную пользу учащимся, поддерживая в каждом желание достичь более высоких результатов. Навыки, полученные в результате занятий в кадровой школе, могут помочь учащимся в самосовершенствовании.

**Педагогическая целесообразность** данной программы заключается в том, что она создана с учетом возрастных особенностей и отвечает потребностям детей подросткового возраста. Именно в этом возрасте целесообразно закладывать основы лидерских и организаторских качеств.

**Принципы реализации программы:**

- преобладание практико-ориентированных форм и методов обучения над теоретическими;
- реализация индивидуального и личностно-ориентированного подходов;
- принцип проблемного обучения через постановку проблемных задач и создание ситуаций, побуждающих обучающихся к самостоятельному поиску наиболее эффективных путей для их решения;
- принцип воспитывающего взаимодействия;
- принцип единства воспитания и самовоспитания в подготовке обучающихся.

**Отличительной особенностью** программы «Кадровая школа «Достижени-Я» является то, что в ней занимаются подростки из разных образовательных учреждений, что позволяет им обмениваться опытом, быть в курсе новейших разработок, а также совершенствовать свои методы работы, непосредственно участвуя в организации районных акций и конкурсов, в реализации волонтерских проектов.

**Возраст обучающихся** – 12-17 лет (учащиеся 6-11 классов). По программе занимается 1 группа.

**Сроки реализации** данной образовательной программы – 1 год.

При обучении в рамках данной программы используются различные **формы и методы работы**: социально-психологический тренинг, анкетирование, беседа, наблюдение, социометрия, тестирование, проективные методики.

Занятия составлены с учетом особенностей подросткового возраста и включают множество психологических игр и упражнений. Каждое занятие выстроено по следующей схеме:

- вводная часть (упражнения на знакомство, на создание положительной мотивации, положительного эмоционального климата в коллективе и т.п.);
- основная часть (упражнения, направленные на формирование и развитие лидерских качеств, развитие творческих и интеллектуальных способностей, обучение совместной деятельности и др.);
- заключительная часть (упражнения, связанные с подведением итогов, анализом того, что происходит с группой по ходу реализации программы – анкетирования, тестирования, проективные методики и т.д.).

## **1.2. Цели и задачи программы**

**Цель программы** – формирование кадрового резерва Районной ассоциации детских объединений «Созвездие» Орджоникидзевского района городского округа город Уфа Республики Башкортостан путем развития лидерских качеств подростков и создания условий для их социализации.

### **Задачи программы:**

- формирование и развитие лидерских качеств;
- развитие творческих и интеллектуальных способностей;
- развитие уверенности в себе;
- формирование способности к самостоятельному выбору и готовности брать ответственность на себя;
- получение опыта лидерства, руководства;
- развитие чувства коллективизма в общем деловом функционировании, осознания принадлежности к группе; обучение совместной деятельности.

## **1.3. Ожидаемые результаты**

В результате реализации данной программы подростки приобретают ключевые навыки и умения:

- аналитические (умение мыслить критически, анализировать и оценивать идеи, информацию, суждения, отбирать наиболее продуктивные из них, делать собственные выводы и заключения);
- проектировочные (умение планировать деятельность: собственную, коллективную; осуществлять выбор целей и механизмов их достижения);
- коммуникативные (умение работать в команде, организовывать деловое и эмоциональное взаимодействие, решать коммуникативные проблемы);
- рефлексивные (умение осуществлять «самонаблюдение», выстраивать процессы самокоррекции, саморазвития);
- исследовательские (умение видеть проблему, пути и механизмы ее решения, генерировать идеи и др.).

При подведении итогов реализации программы используются следующие **формы контроля**: наблюдение, тестирование, анкетирование, собеседование, социометрия.

Выявление промежуточного и итогового уровня теоретических знаний, практических умений и навыков, их соответствия прогнозируемым результатам программы осуществляется в соответствии с «Положением о формах итоговой аттестации».

Текущий контроль успеваемости осуществляется педагогом на каждом занятии методом наблюдения. Оценка достижения планируемых результатов освоения программы осуществляется по 3 уровням: высокий (80-100%), средний (51-79%), низкий (до 50%). К формам контроля и промежуточной аттестации можно отнести также тестирование, анкетирование, собеседование, конкурсы, открытые мероприятия.

### **Периодичность и формы контроля успеваемости по программе «Кадровая школа «Достижени-Я»»**

<b>Виды контроля, сроки</b>	<b>Цель</b>	<b>Содержание и форма</b>	<b>Критерии</b>
Начальный контроль (сентябрь)	Определение уровня знаний	Решение тестовых заданий	Высокий Средний Низкий
Текущий контроль (в течение учебного года)	Определение уровня сформированности умений	Монологические и диалогические высказывания, решение контрольных заданий	Высокий Средний Низкий
Промежуточный контроль (декабрь)	Определение уровня навыков практической деятельности	Выполнение практических работ	Высокий Средний Низкий
Итоговый контроль (май)	Определение уровня роста навыков	Итоговая аттестация	Зачет/ незачет

По окончании курса программы обучающимся выдается Свидетельство установленного образца, подтверждающее прохождение образовательной программы «Кадровая школа «Достижени-Я».

## 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

### 2.1. Учебно-тематический план (108 часов)

#### 1 год обучения

Даты занятий КШД-1(СБ)	№ п/п	Раздел, тема	Количество часов		
			Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
05.12.09	1.	<b>Организационные мероприятия.</b>	6		6
19.09	2.	<b>Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.</b>	3		3
	3.	<b>Командные тренинги «Из пункта Я в пункт МЫ»</b>	15		15
26.09	3.1.	И снова здравствуйте!..	3		3
03.10	3.2.	Есть контакт!	3		3
10.10	3.3.	Шаг навстречу	3		3
17.10	3.4.	Не бойся, что не знаешь – бойся, что не учишься	3		3
24.10	3.5	Я это ты, ты это я	3		3
	4.	<b>Тренинги по самоорганизации «Я и мои навыки»</b>	42		42
31.10	4.1.	Я в восприятии окружающих	3		3
07.11	4.2.	Ярлыки и маски	3		3
14.11	4.3.	Как сердцу высказать себя?	3		3
21.11	4.4.	В мире эмоций и чувств	3		3
28.11	4.5.	Властелин своих эмоций	3		3
05.12	4.6.	Что такое позитивное мышление: реальность и мифы	3		3
12.12	4.7.	Неприятность эту мы переживем	3		3
19.12	4.8.	Синтоны и конфликты	3		3
26.12	4.9.	Стресс-менеджмент или искусство управления стрессом	3		3
02.09 – выходные 16.01	4.10.	Тайм-менеджмент или искусство успевать	3		3
23.01	4.11.	Как перестать бояться и начать действовать или навыки самомотивации	3		3
30.01	4.12.	Экзамены: как подготовиться и сдать ЕГЭ спокойно	3		3
06.02	4.13.	Наши планы и желания: как правильно мечтать	3		3
13.02	4.14.	Магия благодарности в повседневной жизни	3		3
	5.	<b>Тренинги по взаимодействию с окружающим миром «Я и мои ценности»</b>	42		42
20.02	5.1.	Я – это... Кто?	3		3
27.02	5.2.	Дом моей души	3		3

06.03	5.3.	Красное и черное.	3		3
13.03	5.4.	Что такое наша дружба	3		3
20.03	5.5.	Мои роли в дружбе	3		3
27.03	5.6.	Не умеешь отвязываться – не привязывайся	3		3
03.04	5.7.	Все начинается с любви	3		3
10.04	5.8.	«Одиночество – сволочь...»?	3		3
17.04	5.9.	Давайте восклицать, друг другом восхищаться...	3		3
24.04	5.10.	Родительский дом - начало начал...	3		3
01.05 – праздничный день 08.05	5.11.	Воздушный шар.	3		3
15.05	5.12.	Необитаемый остров.	3		3
22.05	5.13.	Кем быть? Каким быть?	3		3
29.05	5.14	Выпускной вечер в кадровой школе	3		3
<b>Итого:</b>			<b>108</b>		<b>108</b>
Примечание: В случае освоения программы до окончания учебного года, рекомендуется посвятить дополнительные занятия экскурсионным и выездным мероприятиям.					



## 2.2. Содержание разделов и тем (108 часов)

### 1 год обучения

№ п/п	Темы	Кол-во часов	Содержание
1.	<b>Организационные мероприятия.</b>	<b>6</b>	<b>Работа с методической литературой, разработка образовательной программы, участие в Днях открытых дверей, формирование учебных групп.</b>
2.	<b>Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.</b>	<b>3</b>	<b>Вводный инструктаж по технике безопасности по инструкциям № 1, 2, 3, 4, 5, 6.</b>
3.	<b>Командные тренинги «Из пункта Я в пункт МЫ»</b>	<b>15</b>	<b>Данный цикл тренинговых занятий направлен на знакомство обучающихся, формирование готовности к совместной работе и решению общих задач.</b>
3.1.	И снова здравствуйте!..	3	Упражнения на знакомство «Квадрат», «Алфавит», «Никто не подозревает, что...», «Башни». Формулирование и обсуждение правил работы в группе.
3.2.	Есть контакт!	3	Упражнения «Десять секунд», «Карусель», «Психологический КВН» и т.д.
3.3.	Шаг навстречу	3	Упражнения «Я чувствую себя ВОТ!», «Крест, кулак, ладонь», «Мои острова», «Запрещающие знаки» и т.д.
3.4.	Не бойся, что не знаешь – бойся, что не учишься	3	Упражнения «Броуновское движение», «Детство, юность, зрелость, старость», «Упражнение Джеффа», визуализация «Встреча с самим собой» и т.д.
3.5	Я это ты, ты это я	3	Притча «Пророк и длинные ложки», упражнения «Объединение», «Рекламный ролик», «Ромео и Джульетта», «100 ответов» и т.д.
4.	<b>Тренинги по самоорганизации «Я и мои навыки»</b>	<b>42</b>	<b>Данный цикл тренинговых занятий направлен на формирование практических умений и навыков, позволяющих использовать в повседневной жизни приемы и принципы, позволяющие управлять собой, своими эмоциями и поведением.</b>
4.1.	Я в восприятии окружающих	3	Упражнения «Рукопожатие или поклон», «Поздоровайся локтями», «Кто родился в марте», «Что такое ответственность» и т.д.
4.2.	Ярлыки и маски	3	Упражнения «Надпись на футболке», «Река с крокодилами», «Маска, а я тебя знаю!», «Горячий стул» и т.д.
4.3.	Как сердцу высказать себя?	3	Упражнения «Рулетка», «Четыре выбора», «Кельтский круг», «Горячий стул» и т.д.
4.4.	В мире эмоций и чувств	3	Упражнения «Объяснение в любви», «Планета эмоций», «Мое тело говорит» и т.д.
4.5.	Властелин своих эмоций	3	Упражнения «Радуга чувств», «Две

			стороны медали», релаксация «Полет к звезде» и т.д.
4.6.	Наша безОбидная жизнь	3	Упражнения «Контакт», «Портрет моей обиды», «11 фраз», визуализация «Рюкзак с обидами» и т.д.
4.7.	Неприятность эту мы переживем	3	Упражнения «Общее», «Я люблю себя», «Пончик», «Декларация о принятии реальности», «Все хорошо, прекрасная маркиза...» и т.д.
4.8.	Синтоны и конфликты	3	Упражнения «6 или 9», «Рисунок вдвоем», «Четыре квадрата», «Письмо к себе» и т.д.
4.9.	Стресс-менеджмент или искусство управления стрессом	3	Упражнения «Настроение», «Снежки», «Стресс: что за странный зверь и как его приручить?», «Мои стрессоры», «Два на два, или Новый Юлий Цезарь» и т.д.
4.10.	Тайм-менеджмент или искусство успевать	3	Упражнения «Переход в ресурсное состояние», «Борьба с ленью», «Мое ежедневник», «Операция оптимизация» и т.д.
4.11.	Как перестать бояться и начать действовать или навыки самомотивации	3	Упражнения «Грамофон», «Одной левой», «Карнавал жизни» и т.д.
4.12.	Экзамены: как подготовиться и сдать ЕГЭ спокойно	3	Упражнения «А что, если...», «Упражнение Джеффа», «Дорогой длиною», «Нарисуй свою судьбу» и т.д.
4.13.	Наши планы и желания: как правильно мечтать	3	Упражнения «Хвалилки», тест «Дерево с человечками», «Мое лучшее Я», «Эксперимент», «Как загадывать, чтобы сбывалось», «Тайный друг» и т.д.
4.14.	Магия благодарности в повседневной жизни	3	Упражнения «10 благодарений дню, неделе, моей жизни», «За что тут благодарить?» и т.д.
<b>5.</b>	<b>Тренинги по взаимодействию с окружающим миром «Я и мои ценности»</b>	<b>42</b>	<b>Данный цикл тренинговых занятий направлен на выработку умений и навыков межличностных коммуникаций.</b>
5.1.	Я – это... Кто?	3	Упражнения «Интервью», «Мясорубка» или «Золотой/черный стул» визуализация «Судно, на котором я плыву» и т.д.
5.2.	Дом моей души	3	Упражнения «Атомы и молекулы», «Мульт-прототип», «Листок за спиной», визуализация «Дом моей души» и т.д.
5.3.	Красное и черное.	3	Упражнения «Крокодил», «Круг с карандашами», релаксация «Деревья в лесу», «Ручеек», игра «Красное и черное» и т.д.
5.4.	Что такое наша дружба	3	Упражнения «Парное катание», «Ищу друга», «Что такое наша дружба», «Кого я хочу видеть своим другом» и т.д.
5.5.	Мои роли в дружбе	3	Упражнения «Упрямая сороконожка», «Упражнение Джеффа», «Мои роли в

			дружбе», цепочка «Выбор близости» и т.д.
5.6.	Не умеешь отвязываться – не привязывайся	3	Упражнения «Прилипалы», «Сказка по царевича», «Упражнение Джеффа» и т.д.
5.7.	Все начинается с любви	3	Упражнения «Кувшин», «Ищем “солнышек”», «Влюбленность и любовь», «А если бы я тебя любил(а)...» и т.д.
5.8.	«Одиночество – сволочь....»?	3	Упражнения «Цена любви», «Легенды об одиночестве», релаксация «Мой огонек» и т.д.
5.9.	Давайте восклицать, друг другом восхищаться...	3	Упражнения «Автомойка», «Как мне повезло!», «Калоши счастья», «Каруселька комплиментов» и т.д.
5.10.	Родительский дом - начало начал...	3	Упражнения «Мое сердце», «Семейная мудрость», визуализация «Мой будущий ребенок» и т.д.
5.11.	Воздушный шар.	3	Упражнение «Поздоровайся локтями», сюжетно-ролевая игра «Катастрофа на воздушном шаре»
5.12.	Необитаемый остров.	3	Сюжетно-ролевая игра «Необитаемый остров»
5.13.	Кем быть? Каким быть?	3	Упражнения «Дом – работа», «Самая-самая», «Поступь профессионала», «Ветеран и бездельник», «Новый город» и т.д.
5.14	Выпускной вечер в кадровой школе	3	Упражнения «Двухминутный монолог», «Как мы похожи!», «Адвокаты и прокуроры», письмо-рефлексия «Кадровая школа в моей жизни» и т.д.

## **Методическое и материально-техническое обеспечение программы**

Самостоятельное конструирование ведущим социально-психологического тренинга является важным элементом работы и показателем развития его профессионального мастерства. Ему необходимо точно знать, с кем он работает, какие изменения он собирается произвести, какими средствами он владеет и насколько они подходят для сложившейся ситуации, как он собирается оценивать результативность своей работы и многое другое.

До начала планирования программы тренинга и составления плана занятий необходимо определиться с формой организации тренинговых занятий.

Выделяется три основные формы организации тренинговых занятий: интенсивный курс, регулярные занятия и эпизодические встречи. Эти формы отличаются прежде всего объемом и плотностью работы. В данной программе используется форма регулярных занятий, которые обычно проводятся 1-2 раза в неделю по 3-4 часа в день. Они позволяют более систематически и последовательно производить изменения. При этом важно, чтобы ведущий выстраивал занятия на принципах преемственности и последовательности. Необходимо в начале занятия уделять время на вспоминание и краткое обсуждение того, что происходило на прошлой встрече. Порой приходится утилизировать и события, происшедшие с участниками в промежутке между занятиями.

Структура построения тренинговой программы во многом зависит от модели тренинга и особенностей решаемых задач. Однако существует ряд общих принципов, которые необходимо учитывать при планировании программы. Среди них выделяются принцип преемственности тренинговых действий и занятий и принцип поэтапности развития группы.

Принцип преемственности подразумевает, что каждое действие и занятие должно содержательно стыковаться с предыдущим и являться обеспечивающим для следующего. В процессе тренинга в случае содержательного разрыва выполняемого действия и планируемого далее ведущему следует провести дополнительную работу, направленную на формирование содержательного контекста и обеспечивающую возможность выполнения следующего упражнения, или изменить план работы.

Принцип поэтапности развития группы подразумевает необходимость учета закономерностей групповой динамики при составлении программы тренинга, а также планирование работы, направленной на развитие группы. Известно, что вновь организованная группа проходит определенные стадии своего формирования и развития. Каждая стадия предъявляет определенные требования к процедурам и упражнениям. Поэтому неадекватное включение упражнений оказывается неэффективным, а может приводить и к повышению групповой напряженности. Обычно на первых этапах планируются процедуры, направленные на знакомство участников, их ориентацию в специфике тренинга, проводится работа с ожиданиями

участников. Далее ведущий организует работу, направленную на: формирование норм и правил работы группы; развитие мотивации; формирование работоспособности участников; сплочение группы и др.

При планировании программы ведущему следует учитывать, что любой групповой психологический тренинг состоит как минимум из трех слоев: содержательного, личностного и группового.

- содержательный слой включает в себя программу тренинга в соответствии с основными целями и в совокупности используемых в нем процедур;

- личностный слой состоит из реальных личностных ситуаций каждого участника группы, которые заранее могут быть не известны;

- групповой слой проявляется в социально-психологической атмосфере в группе, степени ее развитости и протекающих в ней межличностных процессах.

Все события содержательного слоя разворачиваются на фоне личностного и группового слоев. Поэтому эффективность использования в тренинге процедур во многом зависит от адекватного включения их в личностный, групповой и содержательный контексты группы. Выполнение одного и того же упражнения в разных группах проходит по-разному, и сложно предусмотреть все детали до начала тренинга. Иногда по окончании первого занятия приходится изменять последующий план работы, подстраивая его под индивидуальные особенности участников, уровень развития группы и ее содержательное продвижение. В случае программного ведения нужно спланировать и определить время, отводимое на разные виды работы. Но и в этом случае ведущий должен быть профессионально гибким и иметь в запасе достаточный выбор процедур (упражнений, игр и метафор) на различные случаи развития ситуации.

Для проведения занятий желательно выбрать такое помещение, которое может обеспечить и аудиторную работу (т.е. работу за партами), и работу в «кругу» и двигательные упражнения. Можно использовать актовЫй зал, проводить занятия во дворе.

Для успешной реализации программы необходимо методическое и материальное обеспечение:

#### 1. Оборудование

- Помещение для занятий или зал
- Канцтовары
- Аудио-видеоаппаратура
- Компьютер, проектор
- Столы, стулья
- Магнитно-маркерная доска

#### 2. Методическое обеспечение

- Вспомогательная литература
- Папка с разработками теоретических материалов по темам программы
- Анкеты

- Тестовые методики
- Банк интерактивных упражнений и тренингов, направленных на знакомство, на выявление лидеров, на взаимодействие, на развитие креативности и т.д.
- Раздаточный материал (рекомендации, памятки, советы)

### 3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

#### 3.1. Нормативно-правовые документы

1. Федеральный закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в РФ»;
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;
3. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы» СанПин 2.4.4.3172-14;
4. «Гигиенические требования к микроклимату производственных помещений» СанПин 2.2.4.548-96;
5. «Гигиенические требования к естественному, искусственному и совмещенному освещению жилых и общественных зданий» СанПин 2.2.1/2.1.1.1278-03;
6. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ».

#### 3.2. Литература для педагога

1. Александровская Э.М. Психологическое сопровождение школьников. – М.: Изд. центр "Академия", 2012. – 208с.
2. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. – СПб: Питер, 2005. – 271 с.
3. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники. – М.: Ось-89, 2005. – 256 с.
4. Волков В.Б. Тренинг социальной активности. – СПб: Речь, 2005. – 184 с.
5. Волохов А.В. Кочергин В.Н., Лубова Т.А., Фришман И.И. Учебно-образовательная программа СПО-ФДО «Достижени-Я». – М: НПЦ СПО-ФДО, 2006. – 28 с.
6. Гоулман Д. Эмоциональное лидерство: Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта. М.: Альпина, 2012. – 301с.
7. Искусство вести за собой. Тренинги и занятия по формированию у юношества социальной инициативности и лидерских качеств. / Под ред. С.В. Тетерского. – М.: АРКТИ, 2014.- 96с.
8. Кипнис М.Ш. Актерский тренинг. Драма. Импровизация. Дилемма. – СПб: Лань. 2017. – 320 с.
9. Кипнис М.Ш. Большая книга игр и упражнений для любого тренинга. – М.: АСТ, 2017. – 637 с.
10. Кипнис М.Ш. Тренируем умение вести за собой, быть лидером, «мотором» и вдохновителем. 68 лучших игр и упражнений для развития управленческих способностей. – М.: АСТ, 2009.
11. Кипнис М.Ш. Энциклопедия игр и упражнений для любого тренинга.

- М.: АСТ, 2018. – 621 с.
12. Кон И.С. Психология подростка. – М.: Просвещение, 2014. – 178с.
  13. Куприянов Б.В. Организация и методика проведения игр с подростками. Взрослые игры для детей. – М., 2004.
  14. Лидерс А.Г. Групповой психологический тренинг со старшеклассниками и студентами. – М.: Этерна, 2009. – 416 с.
  15. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками. – М.: Академия, 2001. – 256 с.
  16. Прутченков А. С. Социально-психологический тренинг в школе. – М.: Эксмо-пресс, 2001. – 640 с.
  17. Психогимнастические упражнения для школьников: разминки, энергизаторы, активаторы /авт.-сост. М.А. Павлова. – Волгоград: Учитель, 2016. – 87 с.
  18. Тренинги с подростками: программы, конспекты занятий / авт.-сост. Ю.А. Голубева и др. – Волгоград: Учитель, 2016. – 196 с.
  19. Рудестам К. Групповая психотерапия. – СПб.: Питер, 2001. – 384 с.
  20. Сидоренко Е.В. Тренинг влияния и противостояния влиянию. – М.: АСТ. 2017. – 382 с.
  21. Стишенок И.В. Тренинг уверенности в себе: развитие и реализация новых возможностей. – СПб, М.: Речь, 2017. – 230 с.
  22. Тетерский С.В. Время создателя: 100+ упражнений воспитания кадров современной России: рабочая тетрадь. – М., Екатеринбург: Банк культурной информации, 2017.
  23. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. / Пер. с нем. – М.: Генезис, 2011. – 160с.
  24. Черникова Т.В. ПрофорIENTATIONная поддержка самоопределения старшеклассников. – М.: Планета, 2011. – 304 с.

### **3.3. Литература для учащихся**

1. Будем работать вместе! Программы деятельности детских и подростковых организаций. – М.: НПЦ СПО-ФДО, 1996.
2. Игровые профорIENTATIONные упражнения. – М.: Институт практической психологии, 1997.
3. Козлов Н. И. Лучшие психологические игры и упражнения. – Екатеринбург: АРТ ЛТД, 1998.
4. Куприянов Б.В. Организация и методика проведения игр с подростками. Взрослые игры для детей. – М., 2004.
5. Маралов В.Г. Основы самопознания и саморазвития. – М., 2002.
6. Самоукина Н. В. Игры в школе и дома: Психотехнические упражнения и коррекционные программы. – М.: Новая школа, 1995.
7. Самоукина Н. В. «Игры, в которые играют...». Психологический практикум. – Дубна: Феникс +, 2000.



8. Таран Ю. Н. Социально-педагогические ориентиры лета: опыт профильных смен. Научно-методическое пособие. – Липецк, 2002.
9. Хочу быть лидером!: Учебно-методические материалы, рекомендации, игры, тренинги, упражнения для вожатых. – Нижний Новгород, 2003.
10. Щебетенко А.И. Психологические тесты для лидера. – М., 2005.

#### **3.4. Интернет-ресурсы**

1. <https://www.b17.ru>
2. <https://nsportal.ru>
3. <https://psyliner.ru>
4. <https://urok.1sept.ru>