

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ ПОСЕЛКА ПАРКОВОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ТИХОРЕЦКИЙ РАЙОН**

Рассмотрено и одобрено на заседании

Утверждаю:

педагогического совета МБУ

Директор МБУ ДО

ДО ЦВР п. Паркового

ЦВР п. Паркового

протокол № 1 от 28.08.2018 г.

_____ Н.С. Дробная

«28» августа 2018 г

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Семь Я»

Направленность социально-педагогическая

Уровень базовый

Возраст детей 7 - 17 лет

Срок реализации 5 лет

Ченина Юлия Анатольевна,

педагог дополнительного образования

п. Парковый 2018

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка	3
2. Учебно-тематический план	13
3. Содержание программы	16
4. Организационно-методическое обеспечение программы.....	26
5. Список литературы	27

В женщине, скажи, какой черте
Придаёшь особое значенье?

- Женщина во всём на высоте,
Принимаю всё без исключенья.

Спрашивают: Более всего
Что тебе, скажи, в мужчине нравится?
- Украшает мужество его,
И любовью к женщине он славится.

Расул Гамзатов.

1. Пояснительная записка

Первые пять лет жизни играют определяющую роль в развитии черт мужественности у мальчиков и женственности у девочек. Считается, что мужское поведение отличают такие качества, как сила, смелость, независимость, самостоятельность. А женское поведение отличают, скорее всего, мягкость, чувствительность, заботливость. Некоторые даже думают, что женственно быть зависимой и слабой. Такие представления о типично мужских и женских качествах создавались веками. Они были связаны с подчиненным положением женщины в обществе и семье. Мужчины поощряли в женщинах пассивность, зависимость, слабость, чтобы подчеркнуть своё превосходство и силу.

В XX веке, и особенно в последние десятилетия, все переменилось. Мало осталось чисто женских и чисто мужских профессий. Изменились и представления о том, какой должна быть женщина и каким должен быть мужчина. Например, разве не должна быть решительной женщина-хирург? Разве не должен быть внимательным и терпеливым мужчина-учитель, особенно если он работает с малышами? Перед женщинами открылись невиданные возможности. Они получили равные права с мужчинами, начали заниматься политикой и бизнесом. Появился новый современный стиль молодой женщины: напористый, агрессивный, дерзкий. Девушки-подростки стали заниматься каратэ и самбо. Все это хорошо: мир меняется, меняются люди. Но, к сожалению, наряду с новыми положительными качествами девушки позаимствовали от мужской половины отрицательные явления: пристрастились к сигаретам и алкоголю. Быть женственными для многих стало не престижно. В результате, девочки утратили женскую мягкость и теплоту души, забыли о предназначении женщины в обществе и семье. Катастрофически умножилось число разводов. По статистике, из двух семей одна распадается.

В обществе сейчас как бы сталкиваются две тенденции. Одна – утверждающая равноправие – на первый план выводит общечеловеческие качества и для мужчин, и для женщин. Другая - отстаивает традиционное представление о том, какими должны быть женщины, а какими – мужчины. В

семье дети и осваивают свои половые роли. Наблюдая за активной, властной матерью – главой семьи и пассивным отцом, проводящим жизнь «на диване», ребенок не в состоянии сформировать адекватный тип поведения, свойственный полу. В школе этот процесс усугубляется, так как девочки, опережающие в своем развитии мальчиков в среднем на 2,5 года, не могут видеть в последних своих защитников и демонстрируют по отношению к ним дискриминационный характер отношений, что в свою очередь порождает защитный, самоутверждающий тип поведения мальчиков, ведущий к усугублению межличностных конфликтов. Усвоенный девочкой мужской «силовой» стиль разрешения конфликтов мешает ей в дальнейшем становлении супружеских отношений, что и подтверждается статистикой разводов. Ребенок, не сформировавший адекватные стереотипы поведения, неизбежно столкнется с трудностями общения со сверстниками, как своего, так и противоположного пола. Известно, что психика ребенка, образцы поведения, нравственные и социальные установки - все это формируется в семье. В полной семье ребенок ежедневно вместе со взрослыми переживает эти отношения и четко видит модель поведения (иногда хорошего, иногда плохого). Трудно формировать такие отношения в неполных семьях или при отсутствии семьи.

Актуальность программы:

Данная комплексная программа направлена на формирование моральных и нравственных представлений детей и подростков о своем предназначении в обществе, привитие умений и навыков устройства своей жизни по законам Здоровья, Красоты, Добра. Процесс обучения в объединении призван побуждать в детях веру в себя, приобщить их к здоровому образу жизни, ценить доброе отношение окружающих, воспитать потребность в общении, умение адаптироваться к общественной жизни, где нужно отвечать за свои поступки, принимать самостоятельные решения, что актуально в условиях современного общества.

Новизна программы. Программа «Семь Я», разработана для обучающихся, оставшихся без попечения родителей, из социально дезадаптированных неблагополучных семей для социальной адаптации в обществе.

Программа называется «Семь Я» неслучайно. Программный материал разбит на семь разделов: «Я и здоровье», «Я и красота», «Я и общение», «Я и дом», «Я и досуг», «Я и физкультура», «Я и мир профессий».

Как появилось слово «семья»?

Когда-то о нем не слыхала земля.

Но Еве сказал перед свадьбой Адам:

- Сейчас я тебе семь вопросов задам:

Кто деток рожает мне, богиня моя?

И Ева тихонько ответила: «Я».

- Кто платье сорвет, постирает белье,

Меня приголубит, украсит жилье?

Ответь на вопрос, подруга моя?

«Я, я, я, - Ева молвила, – я».
 Сказала она знаменитых семь «Я»,
 И так на земле появилась семья.

Поскольку мы живем на Кубани, где издавна в казачьих семьях мужские и женские роли были четко определены, то в образовательном процессе не обойтись без народной культуры, этнопедагогики— одного из источников духовного становления человека, мощного воспитательного средства для процесса превращения мальчика в настоящего мужчину, способного самостоятельно принимать важные решения и отвечать за их последствия, а девочки - в женщину-хранительницу домашнего очага.

Цели программы:

- создание условий для социального, культурного и профессионального самоопределения воспитанников, находящихся в трудной жизненной ситуации, оставшихся без попечения родителей;
- развитие творческих и интеллектуальных способностей;
- формирование эстетического вкуса, чувства прекрасного;
- обогащение духовного мира.
- помощь в профессиональном самоопределении;

Задачи:

I. Обучающие:

- обучение умению планировать и контролировать свою деятельность;
- обучение умению работать с психологическими тестами;
- обогащение знаний об этике, эстетике внешнего вида, о взаимоотношениях со сверстниками и взрослыми, о значении семьи, материнства;
- знакомство с группами профессий для профессионального самоопределения.

II. Развивающие:

- обеспечение целостности процесса психического и физического, умственного и духовного развития личности ребенка;
- развитие волевых качеств личности, формирование умений самоконтроля;
- создание ситуации успеха для каждого ребенка;
- развитие уверенности в своих силах и возможностях;
- раскрытие способностей и возможностей воспитанников;
- обучение контролю и оценке своих привычек, поведения, настроения, осознанию причин возникающих трудностей в общении со сверстниками и взрослыми.

III. Воспитывающие:

- воспитание творческой активности и инициативы, потребности в самосовершенствовании и самовыражении, настойчивости, организованности;
- воспитание чувства гордости за народные традиции Кубанской семьи;
- создание условий для ощущения полноправным участником общего

дела, развитие активности в общении со сверстниками, младшими и старшими;

- воспитание эстетического восприятия природы и человека, эстетики поведения.

Программа поможет обучающимся проявлять сильные стороны характера, а также понимать себя и других, сочувствовать, сопереживать, исподволь формируя ценностные ориентации и, главное, умение сопротивляться негативному влиянию и при необходимости говорить «нет».

Организационно-педагогические основы обучения

Формирование у обучающихся социальной субкультуры, основанной на идее жизнетворчества – одна из основных задач педагога. Благодаря вариативности программы дети в любой год прохождения программного материала и в любом возрасте могут поступить в объединение, так как цикл повторяется только через 3 года. Данная учебная программа составлена на основе программы работы клуба «Зеркало», автор - Степаненко Н.Н. (педагог дополнительного образования станицы Ленинградской), утвержденной ГУДОД.

Возраст обучающихся: 7-17 лет

Режим работы: 1 год обучения-2 занятия в неделю по 2 часа– 144 часа в год;

2 год и последующие-3 занятия в неделю по 2 часа– 216 часов в год.

Форма обучения: групповая

Вид группы: профильный

Формы проведения занятий: беседы, лекции, творческие задания, тестирование, анкетирование, тренинги, проблемные игры, участие в конкурсах различного уровня, выставках творческих работ.

Правила группы:

1. Правило принятия - что бы ни делал один из участников группы, он должен подвергаться оценке и критике.

2. Правило общей работы - любое задание касается всех.

3. Правило «стоп» - каждый может отказаться от выполнения какого-либо задания, не объясняя причин.

4. Правило закрытости группы и безопасности участников - все, что происходит в группе, может обсуждаться только в процессе работы группы.

5. Правило Я - высказывания - говорить от своего имени, высказывать свое личное мнение, рассказывать о своих чувствах и состояниях.

6. Правило «здесь и сейчас» - обсуждать то, что происходит именно в группе, здесь и сейчас, а не то, что происходило в прошлом или будет происходить потом.

Способы контроля и отслеживания результатов:

Большое воспитательное значение имеет подведение итогов работы в группе, анализ и оценка эффективности ее деятельности, поэтому каждое занятие должно заканчиваться рефлексией.

С помощью диагностических карт, тестов, анкет, опросников, карты настроения и пожеланий педагог сможет проследить результаты своей работы.

Условия эффективной реализации программы:

Очень важна компетентность педагога. Он должен обладать необходимыми знаниями по социальной педагогике, психологии, валеологии, иметь богатую фантазию и воображение, творчески относиться к работе. Кроме того, педагог должен следить за своим имиджем, быть примером для воспитанников.

Важным условием является постоянное посещение обучающимися занятий, иначе они получат лишь разрозненные знания из отдельных областей.

Прогнозируемые результаты

За 1 год обучения обучающиеся должны

Знать:

- основы гигиенических знаний;
- основы личностной психологии;
- основы закаливания, рационального питания;
- значение лекарственных растений для организма человека;
- типы кожи; виды масок для лица, лосьоны, компрессы; особенности ухода за волосами;
- основы стилистики, стили поведения;
- основы конструктивного общения, язык телодвижения;
- основы эстетики быта, современного интерьера;
- виды комнатных цветов и правила ухода за ними;
- правила сервировки стола к завтраку, основы этикета за столом;
- типы и виды профессий, требования, предъявляемые профессией к личности кандидата;
- основы двигательной активности, значение подвижных игр для здоровья человека;
- особенности аэробики, шейпинга, хатха-йоги, противостressовой гимнастики;
- виды коллекционирования, особенности организации досуга.

Уметь:

- рационально организовывать свой режим дня и режим питания;
- взаимодействовать в группе сверстников;
- работать с тестовым материалом;
- ухаживать за кожей в соответствии с ее типом;
- выполнять маникюр, макияж;
- подбирать прически в соответствии с формой лица;
- работать на компьютере в различных программах;
- вести домашнее хозяйство, рационально распределять семейный бюджет;
- ухаживать за комнатными растениями и изготавливать цветочные горшки своими руками;
- проводить уборку квартиры;

- готовить завтраки по простым рецептам;
- организовывать праздники с застольем и развлечениями;
- выполнять модели школьной одежды и модели окна для различных комнат;
- ориентироваться в мире профессий;
- выполнять физические упражнения для различных групп мышц, проводить гимнастику;
- организовывать подвижные игры и спортивные соревнования;
- проводить презентацию своих увлечений;
- подбирать литературу для семейного чтения;
- организовывать туристический поход.

2 год обучения воспитанники должны знать:

- основы гигиенических знаний; психологические основы личности;
- основы массажа; основы рационального питания;
- значение лекарственных растений для организма человека;
- профилактику простудных заболеваний;
- основы молодежной моды, понятие «аксессуары», виды тканей, предметы женского и мужского казачьего костюма;
- основы конструктивного общения, правила поведения в коллективе;
- основы безопасности быта, виды комнатных цветов и правила ухода за ними, основы икебаны;
- правила сервировки стола к обеду, этикет за столом;
- безопасные приемы работы с бытовой химией;
- типы и виды профессий, требования, которые предъявляют профессии к личности кандидата;
- основы двигательной активности;
- значение подвижных игр для здоровья человека, особенности аэробики, шейпинга, хатха-йоги, противостressовой гимнастики;
- виды коллекционирования, особенности организации досуга.

Уметь:

- rationально корректировать свой режим дня, взаимодействовать в группе сверстников,
- работать с тестовым материалом, работать на компьютере в разных программах;
- выполнять массаж для улучшения самочувствия;
- приготавливать витаминные салаты, выполнять мероприятия по профилактике простудных заболеваний;
- проводить тренинговые занятия;
- выполнять ремонт одежды;
- делать маски для лица, выполнять макияж и демакияж; выполнять уход за руками;
- вести личный дневник, составлять программу самовоспитания;
- вести домашнее хозяйство, ухаживать за комнатными растениями, проводить уборку квартиры;

- готовить оригинальные и простые блюда;
- организовывать праздники с застольем и развлечениями;
- выполнять чистку ковров и мебели; выводить пятна с одежды народными средствами;
- изготавливать этикетки для комнатных цветов; изготавливать зимний букет и домашние мелочи из лоскутов;
- rationально распределять семейный бюджет;
- ориентироваться в мире профессий;
- выполнять физические упражнения для различных групп мышц; проводить гимнастику;
- организовывать подвижные игры и спортивные соревнования;
- проводить презентацию своих увлечений; подбирать литературу для семейного чтения; организовывать туристический поход.

3 год обучения. Должны знать:

- основы народной медицины и роль пряностей для здоровья человека;
- виды ядовитых растений, правила сохранения зрения;
- психологические основы личности, причины суицидального поведения подростков, правила снятия стрессов;
- понятие «материнство»;
- основы безопасности быта;
- основы имиджа, моды и вкуса;
- произведения изобразительного искусства и поэзии, воспевающие красоту женщины, природы;
- понятие «обаяние»;
- косметические заболевания кожи и лекарственные растения, помогающие вылечить их;
- правила хранения и использования декоративной косметики; правила ухода за руками и ногами;
- понятия «мужские и женские роли», особенности речевого общения;
- телефонный этикет, правила делового общения;
- виды конфликтов, понятие «нравственность»;
- роль юмора в общении;
- виды комнатных цветов и правила ухода за ними;
- правила сервировки стола к ужину, этикет за столом;
- способы обновления мебели;
- типы и виды профессий; требования, которые предъявляют профессии к личности кандидата;
- основы двигательной активности; значение подвижных игр для здоровья человека;
- особенности аэробики, шейпинга, хатха-йоги, противостressовой гимнастики;
- основы ландшафтного дизайна.

Уметь:

- отслеживать состояние своего физического здоровья, применять народные средства при бытовых травмах;
- выполнять упражнения для глаз и точечный массаж; создавать дневной, вечерний и карнавальный макияжи; приготавливать косметические средства по народным рецептам; выполнять маникюр и педикюр, а также санитарную обработку маникюрных инструментов;
- строить бесконфликтные отношения с окружающими;
- вести домашнее хозяйство с использованием экологических знаний; ухаживать за комнатными растениями, вносить в них удобрения; проводить мытье окон; готовить оригинальные и простые блюда; организовывать праздники с застольем и развлечениями; выполнять чехлы для стульев;
- ориентироваться в мире профессий;
- выполнять физические упражнения для различных групп мышц; проводить гимнастику; организовывать подвижные игры и спортивные соревнования; строить детскую площадку из подручных материалов;
- организовывать вечера отдыха с развивающими играми, головоломками и кроссвордами; подбирать литературу для семейного чтения;
- организовывать туристический поход и посещение историко-краеведческого музея.

4 год обучения. Должны знать

- основы народной медицины и роль пряностей для здоровья человека;
- виды ядовитых растений;
- правила сохранения зрения;
- психологические основы личности;
- причины суициального поведения подростков;
- правила снятия стрессов;
- понятие «материнство»;
- основы безопасности быта;
- основы имиджа, моды и вкуса;
- произведения изобразительного искусства и поэзии, воспевающие красоту женщины, природы;
- понятие «обаяние»;
- косметические заболевания кожи и лекарственные растения, помогающие вылечить их;
- правила хранения и использования декоративной косметики;
- правила ухода за руками и ногами;
- понятия «мужские и женские роли»;
- особенности речевого общения;
- телефонный этикет; правила делового общения;
- виды конфликтов; понятие «нравственность»;
- роль юмора в общении;
- виды комнатных цветов и правила ухода за ними;
- правила сервировки стола к ужину, этикет за столом;
- способы обновления мебели;

- типы и виды профессий;
- требования, которые предъявляют профессии к личности кандидата;
- основы двигательной активности;
- значение подвижных игр для здоровья человека; особенности аэробики, шейпинга, хатха-йоги, противостressовой гимнастики;
- основы ландшафтного дизайна.

Уметь:

- отслеживать состояние физического здоровья; применять народные средства при бытовых травмах;
- выполнять упражнения для глаз и точечный массаж; создавать дневной, вечерний и карнавальный макияжи; приготавливать косметические средства по народным рецептам; выполнять маникюр и педикюр, а также санитарную обработку маникюрных инструментов;
- строить бесконфликтные отношения с окружающими;
- вести домашнее хозяйство с использованием экологических знаний; ухаживать за комнатными растениями, вносить в них удобрения; проводить мытье окон; готовить оригинальные и простые блюда; организовывать праздники с застольем и развлечениями; выполнять чехлы для стульев;
- ориентироваться в мире профессий;
- выполнять физические упражнения для различных групп мышц; проводить гимнастику; организовывать подвижные игры и спортивные соревнования; строить детскую площадку из подручных материалов;
- организовывать вечера отдыха с развивающими играми, головоломками и кроссвордами; подбирать литературу для семейного чтения;
- организовывать туристический поход и посещение историко-краеведческого музея.

5 год обучения. Должны знать:

- основы народной медицины и роль пряностей для здоровья человека;
- виды ядовитых растений;
- правила сохранения зрения;
- психологические основы личности;
- причины суициdalного поведения подростков;
- правила снятия стрессов, понятие «материнство»
- основы безопасности быта;
- основы имиджа, моды и вкуса;
- произведения изобразительного искусства и поэзии, воспевающие красоту женщины, природы;
- понятие «обаяние»; косметические заболевания кожи и лекарственные растения, помогающие вылечить их;
- правила хранения и использования декоративной косметики; правила ухода за руками и ногами;
- понятия «мужские и женские роли»;
- особенности речевого общения; телефонный этикет; правила делового общения;

- виды конфликтов; понятие «нравственность»; роль юмора в общении;
 - виды комнатных цветов и правила ухода за ними;
 - правила сервировки стола к ужину; этикет за столом;
 - способы обновления мебели;
 - типы и виды профессий; требования, которые предъявляют профессии к личности кандидата;
 - основы двигательной активности; значение подвижных игр для здоровья человека; особенности аэробики, шейпинга, хатха-йоги, противостressовой гимнастики;
 - основы ландшафтного дизайна.
- Уметь:**
- отслеживать состояние физического здоровья; применять народные средства при бытовых травмах; выполнять упражнения для глаз и точечный массаж;
 - создавать дневной, вечерний и карнавальный макияжи; приготавливать косметические средства по народным рецептам; выполнять маникюр и педикюр, а также санитарную обработку маникюрных инструментов;
 - строить бесконфликтные отношения с окружающими;
 - вести домашнее хозяйство с использованием экологических знаний; ухаживать за комнатными растениями, вносить в них удобрения; проводить мытье окон; готовить оригинальные и простые блюда; организовывать праздники с застольем и развлечениями; выполнять чехлы для стульев;
 - ориентироваться в мире профессий;
 - выполнять физические упражнения для различных групп мышц; проводить гимнастику; организовывать подвижные игры и спортивные соревнования; строить детскую площадку из подручных материалов;
 - организовывать вечера отдыха с развивающими играми, головоломками и кроссвордами; подбирать литературу для семейного чтения;
 - организовывать туристический поход и посещение историко-краеведческого музея.

2. Учебно-тематический план

1 год обучения

№ п\п	Наименование разделов	Количество часов			
		всего	теории	практики	выездных
1	Водное занятие	2	1	1	-
2	Я и здоровье	20	11	9	-
3	Я и красота	20	10	10	-
4	Я и общение	20	10	10	-
5	Я и дом	20	10	10	-
6	Я и мир профессий	20	9	11	-
7	Я и физкультура	20	2	18	-
8	Я и досуг	20	4	4	12
9	Заключительное занятие	2	1	1	-
Итого:		144	58	74	12

2 год обучения

№ п\п	Наименование разделов	Количество часов			
		всего	теории	практики	выездных
1	Водное занятие	3	1	2	-
2	Я и здоровье	30	11	19	-
3	Я и красота	30	10	20	-
4	Я и общение	30	10	20	-
5	Я и дом	30	10	20	-
6	Я и мир профессий	30	10	20	-
7	Я и физкультура	30	7	23	-
8	Я и досуг	30	2	16	12
9	Заключительное занятие	3	1	2	-
Итого:		216	62	142	12

3 год обучения

№ п\п	Наименование разделов	Количество часов			
		всего	теории	практики	выездных
1	Водное занятие	3	1	2	-
2	Я и здоровье	30	11	19	-
3	Я и красота	30	10	20	-
4	Я и общение	30	10	20	-
5	Я и дом	30	10	20	-
6	Я и мир профессий	30	10	20	-
7	Я и физкультура	30	7	23	-
8	Я и досуг	30	2	16	12
9	Заключительное занятие	3	1	2	-
	Итого:	216	62	142	12

4 год обучения

№ п\п	Наименование разделов	Количество часов			
		всего	теории	практики	выездных
1	Водное занятие	3	1	2	-
2	Я и здоровье	30	11	19	-
3	Я и красота	30	10	20	-
4	Я и общение	30	10	20	-
5	Я и дом	30	10	20	-
6	Я и мир профессий	30	10	20	-
7	Я и физкультура	30	7	23	-
8	Я и досуг	30	2	16	12
9	Заключительное занятие	3	1	2	-
	Итого:	216	62	142	12

5 год обучения

№ п\п	Наименование разделов	Количество часов			
		всего	теории	практики	выездных
1	Водное занятие	3	1	2	-
2	Я и здоровье	30	11	19	-
3	Я и красота	30	10	20	-
4	Я и общение	30	10	20	-
5	Я и дом	30	10	20	-
6	Я и мир профессий	30	10	20	-
7	Я и физкультура	30	7	23	-
8	Я и досуг	30	2	16	12
9	Заключительное занятие	3	1	2	-
	Итого:	216	62	142	12

3.Содержание программы 1 год обучения

1.Вводное занятие

Знакомство с детьми. Задачи и план работы на учебный год. Техника безопасности и правила поведения в учебной комнате. Выборы старосты. Распределение дежурства. Практикум: тест «Кто вы?», игры для знакомства.

2. Я и здоровье

Основы гигиенических знаний для мальчиков и девочек, как важнейшие показатели здоровья. Организация режима дня для рационального использования времени труда и отдыха, а также - сохранения здоровья.

Психологические основы личности: Что такое личность? Открытие своего «Я», психологическая самозащита личности. Профилактика вредных привычек. О пользе закаливания и его основах. Силуэт тела и режим питания, все о диетах. Кое-что о лекарственных растениях. Фиточай. О значении цвета для здоровья человека.

Практикум: тест «Сова», «Жаворонок», «Голубь». Тест - «Образ жизни - здоровье». Личностный опросник Г.Ю. Айзенка. Тесты «Предрасположены ли вы к употреблению наркотиков?», «Устойчивы ли вы к стрессу?», «Организованы ли вы?», «Цвет-зеркало души», «Как вы проводите свободное время?». Анкетирование о курении и отношении к спиртным напиткам.

3. Я и красота

Уход за кожей в соответствии с ее типом. Маски, лосьоны, компрессы. Особенности ухода за волосами и их окраска. Прически. Макияж. Обзор современных косметических средств. Лесная косметика. Основы совершенства стиля. Школьная мода.

Практикум: Упражнения на развитие умений делать макияж, маникюр, подбирать прически. Работа на компьютере в программе «Салон красоты». Создание моделей школьной формы. Тесты «Вы можете быть красивее», «Как вы смеетесь?», «Довольны ли вы собой?», «Обаятельны ли вы?», «Самая красивая, самая желанная...».

4. Я и общение

Как преодолеть недостатка своего характера и преумножить свои достоинства? Как лучше ладить с окружающими? Как добиться в жизни ощутимого успеха? Как произвести хорошее впечатление? Психология взаимоотношений. Как сказать «Нет» и отстоять свое мнение? Язык телодвижения.

Практикум: тесты «Ваш стиль общения», «Добры ли вы?», «Умеете ли вы контролировать себя?», «Хороший ли вы друг?», «Коммуникабельны ли вы?», «Характер - это судьба, или сами ли вы руководите своим поведением?», «Сильный ли у вас характер?», «Трудно ли вывести вас из равновесия?», «Уживчивы ли вы с людьми?», «Сто рублей или сто друзей?», «Мужской или женский стиль: сколько в вас от женщины, сколько от мужчины?».

5. Я и дом

Организация и ведение домашнего хозяйства. Семейный бюджет. Эстетика быта. Секреты домашнего уюта. Современный интерьер. Комнатное цветоводство. Рациональная уборка квартиры. Гостеприимство и культура застолья. Семейные праздники – организация и проведение. Сервировка стола к завтраку. Этикет за столом. Оригинальные и простые рецепты.

Практикум: Тесты «Свет мой, шкафчик, расскажи...», «Насколько вы рассеяны?», «Умеете ли вы развлекаться?», «Умеете ли вы обращаться с деньгами?». Упражнения по сервировке стола. Изготовление оригинальных цветочных горшков своими руками. Организация семейного праздника с застольем и развлечениями. Моделирование интерьера, макетирование окна.

6. Я и мир профессий

Ориентация обучающихся в мире профессий. Выявление у обучающихся интересов, способностей, возможностей, ценностных установок и профессиональных намерений. Знакомство с требованиями, которые предъявляют профессии к личности кандидата. Нацеливание обучающихся к правильному выбору будущей профессии, что является началом пути к успеху, к самореализации, к психологическому и материальному благополучию в будущем. Помощь обучающимся в определении жизненных планов и в соответствии с ними выстраивание алгоритма действий.

Практикум: игры: «Молекулы», «Круг», «Имитация», упражнения «Выбор», «Веер», «Лучшее качество соседа слева», «Поддержка», «Иван Сусанин», тесты «Кто вы - генерал, капитан или рядовой?», «Карта интересов», «Профессиональный тип личности», «Личность», опросник Е.А. Климова, деловая игра «Кадровый вопрос».

7. Я и физическая культура

Двигательная активность как фактор здоровья и долголетия. Физическое здоровье для плодотворной умственной деятельности. Физическое развитие детей через подвижные игры (спортивные и народные).

Практикум: Упражнения для предупреждения сутулости спины, для брюшного пресса, для корректирующие грудную клетку. Аэробика, шейпинг, хатха-йога, противосрессовая гимнастика, спортивные и народные подвижные игры и соревнования.

8. Я и досуг

О коллекционировании. О досуге в разных странах. Твой досуг.

Практикум: Тесты «Достаточно ли вы активны?», «Есть ли у вас фантазия?», «Ваш творческий потенциал», «Правополушарник» или «левополушарник?». Презентация своих увлечений. Семейное чтение. Посещение историко-краеведческого музея. Туристический поход.

9. Заключительное занятие

Подведение итогов. Анализ программы. Пожелания на лето. Практикум: Тест «Живете ли вы в согласии с собой?».

2 год обучения

1.Вводное занятие

Обсуждение изменений, произошедших с обучающимися за лето. Задачи и план работы на учебный год. Техника безопасности и правила поведения в учебной комнате. Выборы старосты. Распределение дежурства. Практикум: игры «Мое любимое занятие», «Расскажи о себе».

2.Я и здоровье

Основы гигиенических знаний для мальчиков и девочек, как важнейшие показатели здоровья.

Коррекция режима дня для рационального использования времени труда и отдыха, а также – сохранения здоровья. Психологические основы личности: качества личности, необходимые для самозащиты. Профилактика вредных привычек. Правильное питание - регулятор здоровья.

Кое-что о лекарственных растениях. Витаминные салаты. Целебная сила песен в бионерготерапии. О вреде крика в спину. О пользе массажа. Профилактика простудных заболеваний. Первая помощь при простуде.

Практикум:

Анкетирование о курении и отношении к спиртным напиткам. Упражнение «Слушаем голос природы». Приготовление витаминных салатов. Упражнения в массаже. Приготовления горячего питья при простуде.

3.Я и красота

Проблемы личного вкуса, моды, стиля. Молодёжная мода. Одежда и аксессуары. Духи и модные запахи. Украшения. Фруктовая косметика и диета. Некоторые сведения о тканях. «Второе дыхание» старых вещей. Одежда казачки и казака. Дурные привычки и красота. О веснушках и угрях.

Практикум: Упражнения на развитие умений делать маски для лица. Реконструкция старой одежды в соответствии с новыми веяниями моды. Упражнение в макияже и демакияже. Упражнения для красоты рук. Тесты «Умеешь ли ты заботиться о внешности», «Страдаю ли я нарушениями пищевого поведения?». «Я хочу так выглядеть», «Проверка реальности», «Код красоты», «Вам можно позавидовать», «Дружеская услуга».

4.Я и общение

Кодекс воспитанности. Сам себе воспитатель. Как стать интересным. О любви. Об идеалах, на которые мы равняемся. Как выбрать себе героя. Девиз жизни. Ребёнок, взрослый, родитель в вашем «Я». Поведение: от самооценки к поступку. Правила поведения К.Д. Ушинского. Выработка характера. Человек и обстоятельства. Воспитание воли. Заведите друга-дневник. Организация дневниковых записей.

Практикум: Упражнение-тест «Светочи России». Анкета «Какой характер будешь сеять?». Упражнения «Я в рисунке», «Самооценка», «Самооценка своих личностных качеств», «Картина из достоинств», «Комplимент», «Колодец желаний», «Знай своих», «Театр ролей», «Добро и

зло», «Выпустите пар», «Рычите», «Объясните». Ситуации-пробы «В классе новенький», «И человек исправился», «Неизвестный великий человек», «Разговор с вашим героем», «В самолёте», «Соблазн», «Кладезь мудрости», «Вы разбили дорогую вазу», «Вы волшебник», «Плачущий незнакомец», «Осталась одна», «Вас ругают родители». «Правила поведения». Программа самовоспитания.

5. Я и дом

Организация и ведение домашнего хозяйства: вредители в доме. Соль - помощница. Комнатное цветоводство. Рациональная уборка квартиры. Семейные праздники -организация и проведение. Сервировка стола к обеду. Этикет за столом. Оригинальные и простые рецепты. Зимний букет. Большая стирка. Бытовая химия. Экономным хозяйствам: лоскуток к лоскутку. О ненужных покупках. Практикум: Выведение пятен народными средствами. Изготовление этикеток для комнатных цветов. Организация семейного праздника с застольем и развлечениями.

Чистка ковров и мебели. Изготовление зимнего букета. Выполнение домашних мелочей из лоскутов. Тесты «Границы вашей решительности», «Как организована ваша жизнь?».

Список необходимых покупок. Отбеливание тканей различными способами.

6. Я и мир профессий

Ценностные ориентации личности. Групповая оценка воображения. Отношение к окружающим людям. Конструктивное взаимодействие. Темперамент. Характер. Характеристика человека. Потребности человека. Интеллект. Эмоции и мимика. Практикум: Тесты «Стили взаимодействия с окружающими», «Трансактный анализ общения», «Изучение темперамента», «Объективность», «Понимаете ли вы язык мимики?». Упражнения «Брачное объявление», «Ассоциации», «Животный мир»,

«Карнавал», «Характер», «Не от своего лица», «Любовное послание», «Монета». Игры «Место в маршрутке», «Сломанный телефон», «Молекулы»,

7. Я и физическая культура

Утренняя гимнастика, как лучшее начало дня. Гимнастика и начало познания самого себя. Санитарные требования к помещению для гимнастики.

Расход энергии при физической активности. Ваш двигательный режим.

Требования к физической нагрузке по К.Куперу. Стройная и грациозная фигура. Практикум: упражнения для утренней гимнастики. Выпрямляющие упражнения, укрепляющие мышцы живота, развивающие мышцы рук, развивающие мышцы ног, корректирующие грудную клетку. Спортивные и народные подвижные игры и соревнования.

8. Я и досуг

Мир моих увлечений (самопрезентация).

Практикум: Изготовление сувениров из бросового материала. Проект «Клумба». Семейное чтение. Посещение историко-краеведческого музея. Туристический поход.

9. Заключительное занятие

Подведение итогов. Анализ программы. Пожелания на лето. Практикум: Чаепитие, игры, развлечения.

3 год обучения

1.Вводное занятие

Обсуждение изменений, произошедших с обучающимися за лето. Задачи и план работы на учебный год. Техника безопасности и правила поведения в учебной комнате. Выборы старосты. Распределение дежурства. Практикум: игры «Что произошло за лето?»

2.Я и здоровье

Ваше здоровье в ваших руках. Народная медицина. Пряности - для здоровья. Профилактика вредных привычек. Ядовитые растения. Берегите зрение (питание, упражнения). Жизнеутверждающий мажор. Злой - значит больной. Школа хорошего настроения. Школа безопасности. Профилактика суицидов. Стресс - болезнь цивилизации. Счастье материнства. Практикум:

Заполнение плана - схемы для отслеживания состояния своего физического здоровья. Упражнения «Я - забота о здоровье», «Дневник настроения». Ситуации - пробы «Знаю ли я о здоровье своего друга?», «Гнев учителя». Народные средства при бытовых травмах (ожоги, занозы, мозоли). Тесты «Умеете ли вы владеть собой?», «Кто больше подвержен стрессу?». Упражнения для глаз. Выполнение точечного массажа.

3.Я и красота

Создание своего имиджа. Моды и вкусы (носите - не носите). Красота в изобразительном искусстве. Красота в поэзии. Как стать обаятельной девушки. Как стать обаятельным юношей. Косметические заболевания кожи. Фитотерапия в лечении некоторых косметических заболеваний. Декоративная косметика. Уход за руками и ногами.

Практикум: Упражнения «Лицо», «Я в моем имидже», «Девичья красота», «Я обаятельная». Создание дневного, вечернего, карнавального макияжа. Конкурсы «Рассмешить Несмеяну», «Мисс обаяние». Ситуация - проба «Комplимент подруге». Рыцарский турнир. Тест «Встречают по одёжке, провожают по уму».

Народные рецепты красоты. Выполнение педикюра и маникюра. Санитарная обработка инструментов для маникюра и педикюра.

4.Я и общение

Мужские и женские роли. Ваше место в обществе. Особенности речевого общения. Телефонный этикет. Лидерство. Правила делового общения. Виды конфликтов. Конфликтное поведение. О нравственности. Юмор открывает двери.

Практикум: Тесты «Мужские и женские качества», «Лучшая подруга», «Знаете ли вы девчонок?», «Лидер ли я?», «Насколько вы соответствуете идеалу делового человека?», «Хранительница домашнего очага или предприниматель?», «Как у вас с чувством юмора?». Упражнения: «Бессловесное общение», «Цветок человеколюбия». Тренинги: «Инструментальных умений общения», «Самоуважения», «Самодиагностика

нравственных позиций». Ситуации – пробы: «В гостях», «Ложная солидарность», «Новое и старое», «В лесу», «На месте моих родителей», «Уличная мораль». Упражнение – тест: «Умеете ли вы говорить по телефону?». Упражнение «Сила слова». Упражнение – тест: «Устойчивость к конфликтам».

5. Я и дом

Экология в доме. Комнатное цветоводство. Рациональная уборка квартиры. Семейные праздники - организация и проведение. Сервировка стола к ужину. Этикет за столом. Оригинальные и простые рецепты. Обновление мебели.

Практикум: Удобрение комнатных растений. Мытье окон. Организация семейного праздника с застольем и развлечениями. Пошив чехлов для стульев.

6. Я и мир профессий

Диагностика профессиональной направленности личности.

Практикум: Тесты «Профессиональный тип личности», «Карта интересов», «Склонности», "Матрицы Равена», «Тест Люшера». Упражнение «Выбор». Опросник К. Леорганда. Методики «Ранговая позиция», «Отождествление». Презентация будущей профессии.

7. Я и физическая культура

Двигательная активность как фактор здоровья и долголетия. Физическое здоровье для плодотворной умственной деятельности. Физическое развитие детей через подвижные игры (спортивные и народные). Практикум: Упражнения для предупреждения сутулости спины, для брюшного пресса, для ног, корректирующие грудную клетку. Аэробика, шейпинг, хатха-йога, противосрессовая гимнастика, спортивные и народные подвижные игры и соревнования.

8. Я и досуг

Ландшафтный дизайн. Развивающие игры. Головоломки. Кроссвордомания. Практикум: Проект «Детская площадка». Организация вечера игр. Семейное чтение. Посещение историко-краеведческого музея. Туристический поход.

9. Заключительное занятие

Итоги работы в группе.

Практикум: Часпитие, игры, развлечения.

4год обучения

1. Вводное занятие

Обсуждение изменений, произошедших с обучающимися за лето. Задачи и план работы на учебный год. Техника безопасности и правила поведения в учебной комнате. Выборы старосты. Распределение дежурства. Практикум: игры «Что произошло за лето?»

2. Я и здоровье

Ваше здоровье в ваших руках. Народная медицина. Пряности - для здоровья. Профилактика вредных привычек. Ядовитые растения. Берегите

зрение (питание, упражнения). Жизнеутверждающий мажор. Злой - значит больной. Школа хорошего настроения. Школа безопасности. Профилактика суицидов. Стress - болезнь цивилизации. Счастье материинства. Практикум:

Заполнение плана - схемы для отслеживания состояния своего физического здоровья. Упражнения «Я - забота о здоровье», «Дневник настроения». Ситуации - пробы «Знаю ли я о здоровье своего друга?», «Гнев учителя». Народные средства при бытовых травмах (ожоги, занозы, мозоли). Тесты «Умеете ли вы владеть собой?», «Кто больше подвержен стрессу?». Упражнения для глаз. Выполнение точечного массажа.

3. Я и красота

Создание своего имиджа. Моды и вкусы (носите - не носите). Красота в изобразительном искусстве. Красота в поэзии. Как стать обаятельной девушкой. Как стать обаятельным юношем. Косметические заболевания кожи. Фитотерапия в лечении некоторых косметических заболеваний. Декоративная косметика. Уход за руками и ногами.

Практикум: Упражнения «Лицо», «Я в моем имидже», «Девичья красота», «Я -обаятельная». Создание дневного, вечернего, карнавального макияжа. Конкурсы «Рассмешить Несмеяну», «Мисс обаяние». Ситуация - проба «Комplимент подруге». Рыцарский турнир. Тест «Встречают по одёжке, провожают по уму».

Народные рецепты красоты. Выполнение педикюра и маникюра. Санитарная обработка инструментов для маникюра и педикюра.

4. Я и общение

Мужские и женские роли. Ваше место в обществе. Особенности речевого общения. Телефонный этикет. Лидерство. Правила делового общения. Виды конфликтов. Конфликтное поведение. О нравственности. Юмор открывает двери.

Практикум: Тесты «Мужские и женские качества», «Лучшая подруга», «Знаете ли вы девчонок?», «Лидер ли я?», «Насколько вы соответствуете идеалу делового человека?», «Хранительница домашнего очага или предприниматель?», «Как у вас с чувством юмора?». Упражнения: «Бессловесное общение», «Цветок человеколюбия». Тренинги: «Инструментальных умений общения», «Самоуважения», «Самодиагностика нравственных позиций». Ситуации – пробы: «В гостях», «Ложная солидарность», «Новое и старое», «В лесу», «На месте моих родителей», «Уличная мораль». Упражнение -тест «Умеете ли вы говорить по телефону?». Упражнение «Сила слова». Упражнение -тест «Устойчивость к конфликтам».

5. Я и дом

Экология в доме. Комнатное цветоводство. Рациональная уборка квартиры. Семейные праздники - организация и проведение. Сервировка стола к ужину. Этикет за столом. Оригинальные и простые рецепты. Обновление мебели.

Практикум: Удобрение комнатных растений. Мытье окон. Организация семейного праздника с застольем и развлечениями. Пошив чехлов для стульев.

6. Я и мир профессий

Диагностика профессиональной направленности личности.

Практикум. Тесты: «Профессиональный тип личности», «Карта интересов», «Склонности», "Матрицы Равена», «Тест Люшера». Упражнение «Выбор». Опросник

К. Леоргана. Методики: «Ранговая позиция», «Отождествление». Презентация будущей профессии.

7. Я и физическая культура

Двигательная активность как фактор здоровья и долголетия. Физическое здоровье для плодотворной умственной деятельности. Физическое развитие детей через подвижные игры, спортивные и народные. Практикум: упражнения для предупреждения сутулости спины, для брюшного пресса, для ног, корректирующие грудную клетку. Аэробика, шейпинг, хатха- йога, противосрессовая гимнастика, спортивные и народные подвижные игры и соревнования.

8. Я и досуг

Ландшафтный дизайн. Развивающие игры. Головоломки. Кроссвордомания. Практикум: Проект «Детская площадка». Организация вечера игр. Семейное чтение. Посещение историко-краеведческого музея. Туристический поход.

9. Заключительное занятие

Итоги работы в группе.

Практикум: Чаепитие, игры, развлечения.

5 год обучения

1. Вводное занятие

Обсуждение изменений, произошедших с обучающимися за лето. Задачи и план работы на учебный год. Техника безопасности и правила поведения в учебной комнате. Выборы старосты. Распределение дежурства. Практикум: игры «Что произошло за лето?»

2. Я и здоровье

Ваше здоровье в ваших руках. Народная медицина. Пряности - для здоровья. Профилактика вредных привычек. Ядовитые растения. Берегите зрение (питание, упражнения). Жизнеутверждающий мажор. Злой - значит больной. Школа хорошего настроения. Школа безопасности. Профилактика суицидов. Стресс - болезнь цивилизации. Счастье материнства.

Практикум: Заполнение плана - схемы для отслеживания состояния своего физического здоровья. Упражнения: «Я - забота о здоровье», «Дневник настроения». Ситуации – пробы: «Знаю ли я о здоровье своего друга?», «Гнев учителя». Народные средства при бытовых травмах: ожоги, занозы, мозоли. Тесты: «Умеете ли вы владеть собой?», «Кто больше подвержен стрессу?». Упражнения для глаз. Выполнение точечного массажа.

3. Я и красота

Создание своего имиджа. Моды и вкусы (носите - не носите). Красота в изобразительном искусстве. Красота в поэзии. Как стать обаятельной

девушкой. Как стать обаятельным юношем. Косметические заболевания кожи. Фитотерапия в лечении некоторых косметических заболеваний. Декоративная косметика. Уход за руками и ногами.

Практикум. Упражнения: «Лицо», «Я в моем имидже», «Девичья красота», «Я обаятельная». Создание дневного, вечернего, карнавального макияжа. Конкурсы: «Рассмешить Несмеяну», «Мисс обаяние». Ситуация - проба «Комplимент подруге». Рыцарский турнир. Тест «Встречают по одёжке, провожают по уму».

Народные рецепты красоты. Выполнение педикюра и маникюра. Санитарная обработка инструментов для маникюра и педикюра.

4. Я и общение

Мужские и женские роли. Ваше место в обществе. Особенности речевого общения. Телефонный этикет. Лидерство. Правила делового общения. Виды конфликтов. Конфликтное поведение. О нравственности. Юмор открывает двери.

Практикум: Тесты «Мужские и женские качества», «Лучшая подруга», «Знаете ли вы девчонок?», «Лидер ли я?», «Насколько вы соответствуете идеалу делового человека?», «Хранительница домашнего очага или предприниматель?», «Как у вас с чувством юмора?». Упражнения «Бессловесное общение», «Цветок человечолюбия». Тренинги «Инструментальных умений общения», «Самоуважения», «Самодиагностика нравственных позиций». Ситуации – пробы: «В гостях», «Ложная солидарность», «Новое и старое», «В лесу», «На месте моих родителей», «Уличная мораль». Упражнение -тест «Умеете ли вы говорить по телефону?». Упражнение «Сила слова». Упражнение -тест «Устойчивость к конфликтам».

5. Я и дом

Экология в доме. Комнатное цветоводство. Рациональная уборка квартиры. Семейные праздники - организация и проведение. Сервировка стола к ужину. Этикет за столом. Оригинальные и простые рецепты. Обновление мебели.

Практикум: Удобрение комнатных растений. Мытье окон. Организация семейного праздника с застольем и развлечениями. Пошив чехлов для стульев.

6. Я и мир профессий

Диагностика профессиональной направленности личности.

Практикум. Тесты: «Профессиональный тип личности», «Карта интересов», «Склонности», «Матрицы Равена», «ТестЛюшера». Упражнение «Выбор». Опросник К. Леорганда. Методики «Ранговая позиция», «Отождествление». Презентация будущей профессии.

7. Я и физическая культура

Двигательная активность как фактор здоровья и долголетия. Физическое здоровье для плодотворной умственной деятельности. Физическое развитие детей через подвижные игры, спортивные и народные. Практикум: упражнения для предупреждения сутулости спины, для брюшного пресса, для ног, корректирующие грудную клетку. Аэробика, шейпинг, хатха- йога,

противостressовая гимнастика, спортивные и народные подвижные игры и соревнования.

8. Я и досуг

Ландшафтный дизайн. Развивающие игры. Головоломки. Кроссвордомания. Практикум: Проект «Детская площадка». Организация вечера игр. Семейное чтение. Посещение историко-краеведческого музея. Туристический поход.

9. Заключительное занятие

Итоги работы в группе.

Практикум: Часепитие, игры, развлечения.

4. Организационно-методическое обеспечение программы

Для выполнения программы необходимы:

- учебная программа;
- учебная комната, оборудованная необходимой мебелью и отвечающая санитарно-гигиеническим нормам;
- наличие учебных пособий для педагога - книги, журналы, тестовые материалы;
- компьютер.

Оборудование, материалы и инструменты, необходимые для занятий:

- магнитофон, для обеспечения игровых ситуаций, физкультминуток, тренингов;
- игровые атрибуты;
- ножницы, клей, цветная бумага, бумага писчая, картон, карандаши простые и цветные, фломастеры, пластилин, краски, тетради для работ.

Для организации работы объединения в группе выбирают старосту, который является помощником педагога.

Дежурные приходят на занятия за 15 минут до начала.

Для организации учебно-методической работы необходимо:

- разработать план занятий по темам;
- подготовить дидактический материал к учебным занятиям по темам;
- пополнить методическую литературу, копилку тестов, развивающих игр.

Программа основывается на технологии самоопределения жизненной позиции подростков. Самоопределение личности есть совокупность переживаний, намерений, предметных действий в современном социуме; умение жить в условиях социально-культурных перемен, искать и находить ответы на вопросы, которые ставит жизнь. Жизненное самоопределение – это нахождение самобытного образа «я» в учебе, общении, досуге, будущей профессии.

В данной технологии приоритет отдается диалогическим приемам и методам. Ролевые игры, упражнения, психологические тесты и тренинги

вплетаются в нить беседы. Для формирования эстетического восприятия окружающего мира, развития интеллектуального потенциала, рационального мышления, гибкости ума и умения переносить и обобщать знания из различных областей знаний, в программе используются межпредметные связи: здесь органически сплавлены и могут быть использованы математические знания, экологические понятия, творчество художников и поэтов, знание истории, географии, знания по биологии, валеологии, психологии и т. д.

Поскольку в объединение приходят дети разного возраста и пола, разного социального положения возникает необходимость разделить группу обучающихся на подгруппы, с численным составом 3-4 человека, а иногда – на девочек и мальчиков, для проведения специальных бесед. Это одно из условий дифференцированного обучения.

5. Список литературы

- 1.Бондарева Н.А. Воспитание девочки и мальчика средствами этнопедагогики. Армавир. 2016г.
- 2.Бергер Александра. Научись любить себя. Харьков. «Клуб семейного досуга», 2015г.
- 3.Ван дер Неер. Всё о комнатных растениях. Санкт-Петербург. 2017г.
- 4.Гурин В.Е. и др. Педагогика здоровья учащихся. Краснодар. 2016г.
- 5.Дембицкая О.Ю. Психология суицида и его профилактика. Москва. «Альфа». 2016г.
- 6.Ермакова В.И. Основы кулинарии. Москва. «Просвещение». 2017г.
- 7.Ерзенкова Н.В. Свой дом украшу я сама. Минск. «Полымя».2016г.
- 8.Иванченко Е. Головоломки. Харьков. «Клуб семейного досуга». 2015г.
- 9.Кулакова В.И. О вашем здоровье, женщины. Москва. «Медицина». 2016г.
- 10.Кузнецов И.Н. Современный язык жестов. Москва. «АСТ». 2017г.
- 11.Ласица Анна. Уроки красоты. Книга для подростков. Минск. «Человек и экономика». 2015г.
- 12.М. Максимова, М. Кузьмина. Лоскутки. «Эксмо-Пресс». 2016г.
- 13.Минский Е.М. Игры и развлечения в группе продленного дня. Москва. «Просвещение». 2016г.
- 14.Мусская И.А. Домоводство. Ижевск. «ДОК, Урал - Би - Си». 2015г.
- 15.Маннер Карнелия. Макияж. Москва. «Кристина - новый век». 2016г.
- 16.Панкеев И. Русские народные игры. Москва. «Язу». 2016г.
- 17.Пастушенков Л.В. Лекарственные растения: использование в народной медицине и быту. Ленинград. «Лениздат». 2015г.
- 18.Селевко Г.К. Руководство по организации самовоспитания школьников. Москва. «Народное воспитание». 2016г.
- 19.Савченко М.Ю. Профориентация. Личностное развитие. Москва. «ВАКО». 2015г.
- 20.Степанов С.С. Что вы знаете и не знаете о себе и других. Психологические наблюдения и тесты. Дубна. «Феникс». 2016г.

- 21.Супрун А. Почему мы так одеты. Москва. «Молодая Гвардия». 2018г.
- 22.Чудакова Н. Энциклопедия праздников. Москва. «АСТ-ЛТД». 2017г.
- 23.Чистякова С.Н. Технология профессионального успеха. Москва.«Просвещение». 2016г.
- 24.Шемшурин А.И. Этические диалоги с учениками. Москва. «Школа-Пресс». 2016г.
- 25.Щебетенко А.И. Тесты для делового человека и для всех. Пермь. «Алгос-Пресс». 2017г.
- 26.Щуркова Н.Е. Классное руководство: рабочие диагностики. Москва.«Педагогическое общество России». 2016г.
- 27.Хрипакова А.Г. Гигиена и здоровье. Москва. «Просвещение». 2015г.