

Индивидуальный предприниматель  
Камалов Рустам Рашидович

Утверждаю /Камалов Р.Р./  
приказ № 1 от 05.11.2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная программа –  
дополнительная общеразвивающая программа  
«Любовные треугольники»**

г. Челябинск,  
2024 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....	3
1.1. Направленность программы .....	3
1.2. Уровень программы .....	3
1.3. Нормативная база .....	3
1.4. Актуальность программы .....	3
1.5. Отличительные особенности программы .....	4
1.6. Новизна программы .....	4
1.7. Педагогическая целесообразность программы .....	4
1.8. Адресат программы .....	4
1.9. Объём и срок освоения программы .....	4
1.10. Форма обучения .....	4
1.11. Режим занятий .....	4
1.12. Формы аттестации .....	5
1.13. Особенности организации образовательного процесса.....	5
2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ .....	6
2.1. Цель.....	6
2.2. Задачи .....	6
3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	7
3.1. Учебный план .....	7
3.2. Учебно-тематический план .....	7
3.3. Рабочие программы модулей .....	9
3.4. Календарный учебный график .....	12
4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ .....	13
4.1. Планируемые результаты освоения программы .....	13
4.2. Оценка качества освоения программы .....	14
4.3. Формы аттестации, оценочные материалы и иные компоненты .....	14
5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ .....	17
5.1. Материально-техническое обеспечение.....	17
5.2. Кадровое обеспечение.....	18
5.3. Методические материалы .....	19
6. СПИСОК МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	21

## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Программа регламентирует цели, ожидаемые результаты, содержание, условия и технологии реализации образовательного процесса, оценку качества подготовки по данному направлению подготовки и профилю и включает в себя: учебный план; рабочие программы учебных дисциплин и другие материалы, обеспечивающие качество подготовки обучающихся, а также календарный учебный график и методические и оценочные материалы, обеспечивающие реализацию соответствующей образовательной технологии.

### **1.1. Направленность программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Любовные треугольники» (далее – Программа) имеет социально-гуманитарную направленность, и ориентирована на формирование знаний и индивидуальных навыков, необходимых для формирования гармоничных личных отношений.

### **1.2. Уровень программы**

Уровень программы: базовый.

### **1.3. Нормативная база**

Программа разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона РФ от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

### **1.4. Актуальность программы**

Программа дает возможность обучающимся познакомиться с концепцией психологического треугольника Карпмана. Классический треугольник Карпмана в психологии – это модель взаимодействия между людьми, разделяющими между собой три основные роли: Жертвы, Преследователя, Спасателя. Он наиболее характерен для созависимых отношений, но также встречается между коллегами на работе и даже между субличностями внутри одного человека. Разобраться с ролями, найти выход из треугольника Карпмана, построить гармоничные отношения поможет данная программа.

Личное счастье – неотъемлемая часть нашей жизни, и как важно, чтобы в отношениях была гармония и взаимопонимание. Все мечтают о таких отношениях, но зачастую непонимание, незнание законов общения, эгоцентризм, равнодушие делают отношения очень сложными и часто приводят к краху.

Вся история человечества свидетельствует о том, что без отношений и в дальнейшем брака жизнь невозможна. К, сожалению, по статистике в данный период система построения отношений между мужчиной и женщиной находится в глубоком кризисе. Женщины испытывают одиночество, не могут найти свою вторую половинку, но и создав семью, не могут ее сохранить. Стремление к

лидерству и постоянная борьба за власть в отношениях приводят к постоянным конфликтам между партнерами или супругами.

### **1.5. Отличительные особенности программы**

Программа базируется на системно-деятельностном подходе к обучению, который обеспечивает активную учебно-познавательную позицию обучающихся. У них формируются не только базовые знания в сфере психологии личных отношений, но также необходимые умения, компетенции, личные характеристики и установки.

### **1.6. Новизна программы**

Программа базируется на положении о том, что ключом к счастливой личной жизни является формирование позитивного подхода к самому себе, своим близким и любому событию в личных отношениях.

Умение видеть положительные стороны даже в недостатках, помогает прощать, учит принимать мужчину и события такими, какие они есть, что дает силу и энергию для решения непростых личных проблем. Знание особенностей психологического треугольника Карпмана, умение ставить границы помогают правильно выстраивать отношения с противоположным полом.

### **1.7. Педагогическая целесообразность программы**

Реализация программы способствует формированию и развитию личности социально-развитого, критически мыслящего, конкурентоспособного человека, обладающего рациональным образом мышления, способного взять на себя ответственность за свое будущее и за будущее своих близких.

### **1.8. Адресат программы**

Программа рассчитана на женщин в возрасте старше 18 лет.

Обучение проводится только на основе добровольности и при явной заинтересованности к теме программы.

### **1.9. Объём и срок освоения программы**

Объём программы – 10 академических часов, в том числе:

- аудиторные (теоретические) занятия – 2 академических часа,
- внеаудиторные (самостоятельные) занятия – 8 академических часов.

Срок освоения программы – 1 неделя, 4 дня в неделю, по 1-4 академических часа в день.

1 академический час = 45 минут.

### **1.10. Форма обучения**

Программа реализуется в заочной форме с применением исключительно электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

### **1.11. Режим занятий**

Программа проходит 4 дня в неделю по 1-4 академических часа в день.

### **1.12. Формы аттестации**

Текущий контроль результатов обучающихся происходит в форме наблюдения за учебным прогрессом и по итогам выполнения обучающимися практических заданий после прохождения занятий в письменной или устной форме.

Промежуточная оценка результатов – зачет в форме теста.

Итоговая аттестация не предусмотрена.

### **1.13. Особенности организации образовательного процесса**

Изучение материала осуществляется дистанционно с использованием личного кабинета на платформе GetCourse по адресу <https://edu.alfa-samka.com/>. Теоретические занятия включают изучение лекционного видео- и текстового материала, размещенного в СДО. Практические занятия обучающегося заключаются в выполнении заданий, размещенных в СДО в разделе «задание» на странице урока в личном кабинете обучающегося. Консультации проводятся через комментарии к урокам за счет часов аудиторной и самостоятельной работы.

## **2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

### **2.1. Цель**

Целью программы является формирование знаний и индивидуальных навыков, необходимых для формирования гармоничных личных отношений.

### **2.2. Задачи**

Для достижения цели в программе ставятся следующие задачи:

#### **Образовательные:**

Сформировать представления о:

- о созависимых отношениях,
- родительских сценариях и паттернах,
- о гордыне,
- о классическом треугольнике Кармпа и ролях внутри него,
- о причинах конфликтов между мужчиной и женщиной,
- идентификации личности в отношениях.

#### **Развивающие:**

Способствовать развитию:

- позитивного отношения к себе,
- умению разрешать конфликтные ситуации,
- умению ставить границы,
- умению любить себя, уважительно относиться к партнеру.

#### **Воспитательные:**

Способствовать воспитанию:

- ответственности и заботы,
- уважения к себе и любимому мужчине,
- доброжелательного и терпимого отношения к партнеру.

### 3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### 3.1. Учебный план

Содержание	Кол-во ак. часов	Аудиторные (теоретические) занятия		Внеаудиторные (самостоятельные) занятия			Формы аттестации/ контроля
		Л <sup>1</sup>	ВЛ <sup>2</sup>	ПЗ <sup>3</sup>	СР <sup>4</sup>	ЭТ <sup>5</sup>	
Модуль 1. Отношения	4	-	0,5	3,5	-	-	Текущий контроль в форме выполнения практического задания
Модуль 2. Гордыня	1	0,8	0,2	-	-	-	Текущий контроль в форме наблюдения
Модуль 3. Треугольник Карпмана	3	-	0,5	2,5	-	-	Текущий контроль в форме выполнения практического задания
Промежуточная аттестация	2	-	-	-	-	2	Промежуточная аттестация – зачет в виде тестирования
<b>ВСЕГО</b>	<b>10</b>	<b>0,8</b>	<b>1,2</b>	<b>6</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	

#### 3.2. Учебно-тематический план

Содержание	Кол-во ак. часов	Аудиторные (теоретические) занятия		Внеаудиторные (самостоятельные) занятия		
		Л	ВЛ	ПЗ	СР	ЭТ
<b>Модуль 1. Отношения</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>0,5</b>	<b>3,5</b>	<b>-</b>	<b>-</b>
Урок 1. Почему мы идем в созависимые отношения?	2	-	0,3	1,7	-	-
Урок 2. «Все идет из детства». Родительские сценарии и паттерны.	2	-	0,2	1,8	-	-
<b>Модуль 2. Гордыня</b>	<b>1</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>
Урок 3. Гордыня, как она мешает нам в отношениях и жизни	1	0,8	0,2	-	-	-
<b>Модуль 3. Треугольник Карпмана</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	<b>0,5</b>	<b>2,5</b>	<b>-</b>	<b>-</b>
Урок 4. Треугольник Карпмана: жертва - тиран - спасатель	2,6	-	0,1	2,5	-	-
Урок 5. Жертва в треугольнике Карпмана	0,1	-	0,1	-	-	-
Урок 6. Тиран в треугольнике Карпмана	0,1	-	0,1	-	-	-
Урок 7. Спасатель в треугольнике Карпмана	0,1	-	0,1	-	-	-

<sup>1</sup> Л – текстовая лекция;

<sup>2</sup> ВЛ – видеолекция;

<sup>3</sup> ПЗ – практическое задание (задание);

<sup>4</sup> СР – самостоятельная работа;

<sup>5</sup> ЭТ – электронное тестирование.

Содержание	Кол-во ак. часов	Аудиторные (теоретические) занятия		Внеаудиторные (самостоятельные) занятия		
		Л	ВЛ	ПЗ	СР	ЭТ
Урок 8. Классический треугольник Карпмана и установки	0,1	-	0,1	-	-	-
<b>Промежуточная аттестация</b>	<b>2</b>	-	-	-	-	<b>2</b>
<b>ВСЕГО</b>	<b>10</b>	<b>0,8</b>	<b>1,2</b>	<b>6</b>	-	<b>2</b>

### **3.3. Рабочие программы модулей**

#### **МОДУЛЬ 1. ОТНОШЕНИЯ**

##### **Урок 1. Почему мы идем в созависимые отношения?**

###### Аудиторное (теоретическое) занятие

Видеолекция «Почему мы идем в созависимые отношения?». Родовые сценарии (у девушек и у мужчин). Модели поведения из установок из детства. Первопричины «заселения зернышек» будущего тирана или жертвы в детстве.

###### Внеаудиторное (самостоятельное) занятие

Практическое задание.

1. Создайте две колонки:

Негативные установки из детства: в эту колонку запишите основные ограничивающие убеждения, которые вы усвоили в детстве (от родителей, учителей, окружения) и которые до сих пор влияют на вашу жизнь.

Позитивные установки: в эту колонку запишите перефразированные установки из первой колонки в позитивном ключе.

2. После выполнения необходимо отправить в чат текст либо фото с тетради, где вы прописали сценарии.

##### **Урок 2. «Все идет из детства». Родительские сценарии и паттерны.**

###### Аудиторное (теоретическое) занятие

Видеолекция «Все идет из детства. Родительские сценарии и паттерны». Почему важно то в какой среде мы растем? Отец и мать и их роль в нашей жизни. Формирование личности и влияние родителей. Родительские сценарии: мать - всеохватность (любовь, смысл, забота), отец - единство и опора семьи. Неправильные родительские сценарии. Наши партнеры в будущем похожи на наших родителей.

###### Внеаудиторное (самостоятельное) занятие

Практическое задание.

1. Вспомните ключевые события и роли, которые часто повторялись в вашей семье:

– Подумайте о типичных ситуациях, которые повторялись в вашей семье.

– Кто бывает «жертвой», кто «преследователем», кто «спасателем»?

– Какие фразы и действия часто повторялись?

2. Опишите эти сценарии:

Сформулируйте их как краткие фразы, например: «Мама всегда жертвует собой ради нас», «Папа требует от нас идеальности», «В семье никогда не было места для чувств».

3. Переведите сценарии в позитив:

Представьте, как вы хотите, чтобы эти сценарии выглядели, если бы они были позитивными.

Перепишите каждый негативный сценарий в позитивном ключе.

4. После выполнения необходимо отправить в чат текст либо фото с тетради, где вы прописали сценарии.

## **МОДУЛЬ 2. ГОРДЫНЯ**

### **Урок 3. Гордыня, как она мешает нам в отношениях и жизни**

#### Аудиторное (теоретическое) занятие

Видеолекция «Гордыня, как она мешает нам в отношениях и жизни». Гордыня – это всегда жажда компенсаций. Гордыня – это всего лишь информация о взгляде человека на его собственную самооценку. Гордыня – это всегда демонстрация безуспешных попыток собственными силами избавиться от собственной нетерпимости.

Лекция «Признаки зарождения и проявления гордыни». Признаки зарождения и проявления гордыни. Как трансформировать признаки гордыни в 12 положительных качеств.

## **МОДУЛЬ 3. ТРЕУГОЛЬНИК КАРПМАНА**

### **Урок 4. Треугольник Карпмана: жертва - тиран - спасатель**

#### Аудиторное (теоретическое) занятие

Видеолекция «Треугольник Карпмана: жертва - тиран - спасатель». Тиран: Тот, кто кричит, угрожает, управляет и давит на других. Жертва: Тот, кто жалуется, чувствует себя бессильным и ждет спасения. Спасатель: Тот, кто помогает жертве, но при этом сам становится заложником преследователя.

#### Внеаудиторное (самостоятельное) занятие

Практические задания.

После выполнения 1 и 2 заданий ответы отправляем в чат.

Задание 1: Ролевая модель в треугольнике и какие игры вы используете.

Создайте треугольник.

Нарисуйте треугольник на листе бумаги. В каждой вершине треугольника напишите имя человека, который для вас является ролевой моделью (можно выбрать до трёх человек).

Задание 2: Первичные и вторичные выгоды от ролей в треугольнике Карпмана.

1. Изучите треугольник Карпмана, состоящий из трех ролей:

- Жертва;
- Спасатель;
- Преследователь.

2. Для каждой роли выполните следующее:

- Выпишите первичные выгоды (что вы получаете непосредственно от выполнения этой роли).
  - Выпишите вторичные выгоды (дополнительные преимущества, которые вы получаете от этой роли).
3. Формат выполнения задания:
- Напишите ваши ответы в виде таблицы или списка.
  - Используйте четкие и краткие формулировки.

### **Урок 5. Жертва в треугольнике Карпмана**

#### Аудиторное (теоретическое) занятие

Видеолекция «Жертва в треугольнике Карпмана». Что отличает жертву. Как распознать жертву.

### **Урок 6. Тиран в треугольнике Карпмана**

#### Аудиторное (теоретическое) занятие

Видеолекция «Тиран в треугольнике Карпмана». Кто это? Каковы его действия? Почему это происходит? Что он получает?

### **Урок 7. Спасатель в треугольнике Карпмана**

#### Аудиторное (теоретическое) занятие

Видеолекция «Спасатель в треугольнике Карпмана». Роль Спасателя в треугольнике Карпмана. Потребность в помощи. Избегание собственных проблем. Создание зависимости. Конфликты. Выход из роли.

### **Урок 8. Классический треугольник Карпмана и установки**

#### Аудиторное (теоретическое) занятие

Видеолекция «Классический треугольник Карпмана и установки».

## **ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ**

#### Внеаудиторное (самостоятельное) занятие

Электронное тестирование.

Контрольно-измерительные материалы для промежуточной аттестации размещены в п. 4.3.

### 3.4. Календарный учебный график

Наименование модуля	Объем учебной нагрузки (ак. час)	Учебные недели/дни			
		1			
		1	2	3	4
Модуль 1. Отношения	4	4			
Модуль 2. Гордыня	1		1		
Модуль 3. Треугольник Карпмана	3			3	
Промежуточная аттестация	2				2
ВСЕГО	10	4	1	3	2

## **4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

### **4.1. Планируемые результаты освоения программы**

Требования к результатам освоения программы определяются ключевыми задачами программы, которые отражают индивидуальные, общественные потребности и включают в себя предметные, личностные и метапредметные результаты освоения программы.

#### **Предметные результаты**

- совершенствование знаний о психологии отношений;
- возможность самоанализа и анализа своих отношений;
- получение знаний о чувствах и эмоциях человека.

#### **Личностные результаты**

- возможность построения гармоничных отношений;
- возможность решить свои внутренние конфликты и познать себя с новой стороны;
- выявление своих сильных и слабых сторон;
- более открытое отношение к миру и к отношениям;
- возможность расширение кругозора за счет получения новых знаний.

#### **Метапредметные результаты**

Метапредметными результатами изучения программы является формирование универсальных учебных действий (УУД):

##### **Познавательные УУД:**

- способность описывать свои сценарии и роли;
- способность понимать некоторые свои действия в прошлом с точки зрения психологии;
- возможность оценивать себя объективно.

##### **Регулятивные УУД:**

- возможность дальнейшего развития в области отношений.

##### **Коммуникативные УУД:**

- возможность общения с новым кругом лиц;
- улучшение коммуникативных навыков ввиду повышения самооценки после приобретения новых знаний.

По окончании программы обучающийся будет

##### **ЗНАТЬ:**

- о созависимых отношениях,
- о родительских сценариях и паттернах,
- о гордыне,

- о классическом треугольнике Кармпмана и ролях внутри него,
- о причинах конфликтов между мужчиной и женщиной,
- идентификации личности в отношениях.

#### **УМЕТЬ:**

- конструктивно общаться,
- строить гармоничные отношения;
- решать конфликтные ситуации;
- отслеживать прогресс.

### **4.2. Оценка качества освоения программы**

Оценка качества освоения образовательной программы обучающимися включает текущий контроль, промежуточную аттестацию обучающихся.

### **4.3. Формы аттестации, оценочные материалы и иные компоненты**

Процедура оценки уровня и качества освоения обучающимися образовательной программы, а также соответствие их планируемым результатам проводится в форме практических заданий, теста.

Программой предусмотрены такие виды аттестации, как текущий контроль, промежуточная аттестация.

Текущий контроль – это оперативная оценка уровня знаний, умений, навыков обучающихся по итогам прошедших занятий, проводится в течение всего образовательного процесса.

Текущий контроль знаний проводится в форме проверки педагогом дополнительного образования выполненных обучающимся на образовательной платформе практических заданий, наблюдения за учебным прогрессом. Образовательной платформой предусмотрен функционал для связи с педагогом дополнительного образования по любым возникающим у обучающегося вопросам (возможность направления текстового сообщения).

Промежуточная аттестация – это оценка уровня и качества освоения обучающимися содержания образовательной программы по итогам освоения тем программы. Промежуточная аттестация осуществляется в форме зачета в виде тестирования.

Текущий контроль знаний, промежуточная аттестация проводятся в соответствии с оценочными материалами, содержащими контрольно-измерительные материалы и критерии оценивания освоения программы.

Критерии оценки результатов освоения программы в процессе текущего контроля, промежуточной аттестации представлены в таблице:

Текущий контроль (по итогам выполнения задания)	<p>Высокий уровень – на все вопросы задания даны ответы с пояснениями (при необходимости). Ответы соответствуют теме вопроса.</p> <p>Средний уровень – в задании есть один вопрос без ответа или ответ не соответствует теме вопроса, на остальные вопросы задания даны ответы с пояснениями (при необходимости), соответствующие теме вопроса.</p> <p>Низкий уровень – более одного вопроса в задании оставлено</p>
---	--

без ответа или ответ не соответствует теме вопроса.
---

Задания для контроля (аттестации) размещены в системе дистанционного образования по адресу <https://edu.alfa-samka.com/>, на странице соответствующего занятия (урока) курса, они доступны авторизованному пользователю платформы, зачисленному в качестве обучающегося.

Обучающийся после освоения материалов занятия выполняет задание в любое удобное ему время.

Условием успешного прохождения промежуточной аттестации является получение оценки «зачтено» при двухбалльной шкале оценивания. При оценивании результатов обучения в ходе промежуточной аттестации используются следующие критерии и шкала оценки теста:

Оценка	Критерии оценки
зачтено	даны правильные ответы не менее чем на 60% вопросов теста
не зачтено	даны правильные ответы менее чем на 60% вопросов теста

Обучающимся, выполнившим все задания программы выдается сертификат об обучении. Обучающимся, не выполнившим все задания, выдается справка об обучении.

**Контрольно-измерительные материалы**, представляющие собой тестовые задания промежуточной аттестации:

К каждому вопросу представлены варианты ответа, один или несколько из которых правильные. Жирным шрифтом выделены правильные ответы.

1. К какой роли в треугольнике Карпмана относится данная характеристика: «кричит, угрожает, управляет и давит на других»?

- а) Тиран;
- б) Жертва;
- в) Спасатель.

2. К какой роли в треугольнике Карпмана относится данная характеристика: «жалуется, чувствует себя бессильным и ждет спасения»?

- а) Тиран;
- б) Жертва;**
- в) Спасатель.

3. К какой роли в треугольнике Карпмана относится данная характеристика: «помогает жертве, но при этом сам становится заложником преследователя»?

- а) Тиран;
- б) Жертва;
- в) Спасатель.**

4. К какой роли в треугольнике Карпмана относятся данные отличительные черты: пассивность, зависимость, склонность к виктимизации, чрезмерная жалостливость?

- а) Тиран;
- б) Жертва;**

в) Спасатель.

5. С чем может быть связана потребность Спасателя помогать другим?

- а) с высокой самооценкой;
- б) с низкой самооценкой;**
- в) с нормальной самооценкой.

6. Безмерное превознесение собственной личности и своих достижений, отрицающее нравственность – это

- а) гордыня;**
- б) страх;
- в) неуверенность в себе.

7. Теория, описывающая неблагополучные отношения, в которых один из партнеров своим поведением способствует саморазрушительному поведению другого человека

- а) созависимость;**
- б) абьюз;
- в) зависимость.

8. Набор паттернов поведения, которые дети перенимают в семье и потом воспроизводят в самостоятельной жизни

- а) родительский сценарий;**
- б) детский сценарий;
- в) сценарий жизни.

9. Модель взаимодействия между людьми, разделяющими между собой три основные роли: Жертвы, Преследователя, Защитника.

- а) Треугольник Карпмана;**
- б) Модель Эрика Берна;
- в) Модель Роберта Витча.

10. Как выйти из роли Спасателя?

- а) осознать свои мотивы и научиться устанавливать границы;**
- б) не поддерживать других;
- в) думать только о себе.

## **5. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

### **5.1. Материально-техническое обеспечение**

Программа реализуется исключительно с применением электронного обучения и дистанционных технологий на платформе по адресу: <https://edu.alfasamka.com/>.

Аудиторные теоретические и практические занятия проводятся в заочной форме. В проведении лекционных и практических занятий используется материально-техническое обеспечение. Для обучения по программе используется современное оборудование – компьютер или ноутбук, подключенным к сети Интернет, звуковое и световое оборудование.

Для успешного обучения с использованием электронного обучения и дистанционных технологий обучающимся рекомендуется соблюдать определенные требования к программному обеспечению персонального компьютера:

- подключение к сети Интернет со скоростью минимально 3 Мбит/с, доступ к сети по протоколам HTTP.
- на компьютере также должен быть установлен комплект соответствующего программного обеспечения (ОС не ниже Windows 7).

Также необходимо наличие динамиков (наушников).

Для просмотра электронных образовательных ресурсов необходимо входить в личный кабинет на портале через:

- Компьютер, необходима версия браузера: Internet Explorer 9 или выше; Mozilla Firefox 45 или выше; Google Chrome 48 или выше; Microsoft Edge.
- Телефон, версия: iOS 9. x или выше (для iPad и iPhone); Android 4.4 или выше.

Для реализации программы с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя:

- электронные информационные ресурсы,
- электронные образовательные ресурсы,
- совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств.

Данная среда способствует освоению обучающимися программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Электронная информационно-образовательная среда обеспечивает возможность осуществлять следующие виды деятельности:

- планирование образовательного процесса,
- размещение и сохранение материалов образовательного процесса,
- фиксацию хода образовательного процесса и результатов освоения программы,
- контролируемый доступ участников образовательного процесса к информационным образовательным ресурсам в сети Интернет,
- проведение мониторинга успеваемости обучающихся.

При реализации Программы с применением дистанционных технологий, обучающийся организует свое рабочее место самостоятельно.

Программа содержит все необходимые материалы в электронном виде, в том числе ссылки на дополнительные материалы в сети интернет, размещенные как на образовательной платформе в личном кабинете обучающегося, так и на других сайтах в открытом доступе.

Для выполнения заданий обучающемуся бесплатно предоставляется аккаунт на образовательной платформе на всё время доступа к материалам.

В проведении лекционных и практических занятий могут использоваться следующие онлайн-источники:

– GETCOURSE <https://getcourse.ru/> – автоматизированная система проведения обучения в интерактивном режиме (электронная информационно-образовательная среда).

– Яндекс.Телемост <https://telemost.yandex.ru/> – платформа для создания и проведения видеоконференций, вебинаров, интерактивных досок, курсов, тестов и опросов.

## **5.2. Кадровое обеспечение**

Реализация программы обеспечивается квалифицированными кадрами, имеющими педагогическое образование или прошедшими обучение по дополнительной образовательной программе профессиональной переподготовки в области педагогики и имеющими опыт работы и/или прошедшими обучение по дополнительной образовательной программе профессиональной переподготовки в профессиональной области, соответствующей направленности образовательной программы, что соответствует требованиям Приказа Минтруда России от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» и приказа Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26.08.2010 № 761н «Единый квалификационный справочник должностей руководителей, специалистов и служащих. Раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».

Образовательный процесс осуществляется на основании учебного плана и регламентируется расписанием занятий.

Для реализации программы задействован следующий кадровый потенциал:

Преподаватели: педагоги дополнительного образования. Обеспечивается необходимый уровень компетенции преподавательского состава, включающий высшее или среднее профессиональное образование, дополнительное профессиональное образование.

Административный персонал: обеспечивает условия для эффективной работы педагогического коллектива, осуществляет контроль, настройку технического обеспечения и текущую организационную работу.

### 5.3. Методические материалы

Программа содержит все необходимые материалы в электронном виде, в том числе ссылки на дополнительные материалы в сети интернет. Программа обеспечена учебно-методической литературой и материалами.

Изучать программу рекомендуется в соответствии с той последовательностью, которая обозначена в ее содержании.

На лекциях (теоретических занятиях) педагог озвучивает тему, знакомит с перечнем литературы по теме, обосновывает место и роль этой темы в данном модуле, раскрывает ее практическое значение.

Практические занятия по своему содержанию связаны с тематикой лекционных занятий. Начинать подготовку к занятию целесообразно с конспекта лекций. Задание на практическое занятие сообщается обучающимся до его проведения, преподаватель организует обсуждение темы, выступая в качестве организатора, консультанта и эксперта учебно-познавательной деятельности обучающегося.

Изучение программы включает самостоятельную работу обучающегося.

Основными видами самостоятельной работы обучающихся с участием преподавателей являются:

- текущие консультации;
- прием и разбор домашних заданий (в часы практических занятий).

Основными видами самостоятельной работы обучающихся без участия преподавателей являются:

- формирование и усвоение содержания конспекта лекций на базе рекомендованной лектором учебной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (электронные учебники, электронные библиотеки и др.);
- самостоятельное изучение отдельных тем или вопросов по учебникам или учебным пособиям;
- выполнение домашних заданий в виде решения отдельных задач, проведения типовых расчетов, расчетно-компьютерных и индивидуальных работ по отдельным разделам содержания программы.

Образовательная программа обеспечена учебно-методическими материалами посредством:

- учебно-методических разработок в электронной форме, размещенных в личных кабинетах обучающихся на платформе <https://edu.alfa-samka.com/>, в том числе видео-лекции, контрольно-измерительные материалы;
- платформы системы дистанционного обучения (СДО) по адресу <https://edu.alfa-samka.com/>;
- наличием обратной связи с преподавателем через функционал для связи с педагогом дополнительного образования по любым возникающим у обучающегося вопросам (возможность направления текстового сообщения) и через комментарии на странице каждого урока на платформе СДО.

Обучающиеся по образовательной программе могут использовать дополнительные Интернет-ресурсы, такие как:

**рекомендованные Интернет-ресурсы:**

- Российское образование. Федеральный портал- <http://www.edu.ru>;

- Федеральный институт педагогических измерений <http://www.fipi.ru>;
- Справочно-правовая система «Гарант» <https://www.garant.ru/>.

**электронные библиотеки:**

- Научная электронная библиотека eLIBRARY <https://elibrary.ru>.

Для использования Интернет-ресурсов информационно-библиотечного комплекса необходима предварительная регистрация обучающегося. Рекомендованная образовательной программой литература доступна к изучению в свободном доступе после регистрации на сайте электронной библиотеки. Ссылки для доступа в электронные библиотеки размещаются в личном кабинете обучающегося в СДО в разделе «Электронная библиотека».

Список литературы, доступной в электронных библиотеках размещен в пункте 6 программы.

## 6. СПИСОК МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аль-Гелани, В. Т. Модель «треугольника Карпмана» в отношениях персонажей романа У. Стайрона «Выбор Софи» / В. Т. Аль-Гелани // Научный старт-2024 : Сборник статей аспирантов и магистрантов. – Москва : ООО "Языки народов мира", 2024. – С. 587-590. – EDN FAVEWQ. - <https://elibrary.ru/item.asp?id=67320841>.
2. Белова, А. М. Влияние родительских установок на межличностные взаимоотношения мужчины и женщины / А. М. Белова, Ю. В. Кобазова // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. – 2023. – Т. 12, № 10-1. – С. 300-308. – DOI 10.34670/AR.2023.62.85.032. – EDN DSGGYX. - <https://elibrary.ru/item.asp?id=60382337>.
3. Козаченко, Е. Д. Теоретический анализ проблемы ролевых ожиданий и представлений о супруге / Е. Д. Козаченко // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. – 2022. – № 4. – С. 54-60. – EDN WKIFPF. - <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=50014237>.
4. Орлова, А. В. Узлы, на которых держатся отношения / А. В. Орлова // Научный альманах Центрального Черноземья. – 2022. – № 3-3. – С. 293-297. – EDN OXHOZ. - <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=53761166>.
5. Эзри, Г. К. Психологическая травля, треугольник Карпмана и самореализация / Г. К. Эзри // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2024. – № 8-2(95). – С. 118-121. – DOI 10.24412/2500-1000-2024-8-2-118-121. – EDN DAGOFS. - <https://elibrary.ru/item.asp?id=69190815>.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ИП КАМАЛОВ РУСТАМ РАШИДОВИЧ, КАМАЛОВ РУСТАМ РАШИДОВИЧ

11.11.24 17:07 (MSK)

Сертификат 029D62B800D1B0538845F5679B32B6A416