

РОСТОВСКАЯ ОБЛАСТЬ г. КРАСНЫЙ СУЛИН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ОТКРЫТАЯ (СМЕННАЯ) ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

Согласовано:

«Утверждаю»

Протокол заседания
ОСОШ

методического объединения
МБОУ ОСОШ

_____/Труфманова Г.В./
Н.Н./

Протокол №1 от 28.08.2020г.
№ _____

Согласовано:

Зам.директора по УВР

Директор МБОУ

_____/Шустова Л.И./  /Шапвалова

п/с №1 от 28.08.2020г.

Приказ от



**Дополнительная общеобразовательная
программа социально-педагогической
направленности
«Доверие»**

УЧИТЕЛЬ Руденко Алла Сергеевна

2020 – 2021г.

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе программы для подростков «На стороне подростка» С.Ф.Савченко.

Подростковый возраст – это пора достижений, стремительного пополнения знаний, умений, становления нравственности, развития самосознания и открытия своего "Я", обретения новой социальной позиции. Подростковый возраст – это так называемый «переходный период», как бы основной путь от детства к взрослости и является особенным периодом в жизни каждого человека. И без того, чтобы пройти этот путь, не может сформироваться, стать самостоятельной личностью ни один человек. Отсюда очень важный вывод: подростковый кризис нельзя миновать или обойти стороной.

Чтобы сделать менее острыми те трудности, которые испытывает подросток, необходимо обучить его социальным навыкам, т.к. комплексу поведенческих навыков, которые должны формироваться у подростка в процессе его социализации.

Данная программа направлена на работу с подростками, имеющими проблемы в поведении и трудности во взаимоотношениях как со сверстниками, так и со взрослыми.

Цели и задачи данного курса

1. формирование и развитие у подростков социально значимого комплекса жизненно важных навыков, способствующих успешной адаптации в обществе,
2. развитие у подростков навыков общения, осознания и выражения своих чувств, понимания и принятия чувств окружающих людей, активация механизмов самопознания и самовыражения;
3. формирование адекватной самооценки, повышение ответственности подростков за свои поступки, выработка позитивных жизненных целей и развитие мотивации к их достижению;
4. формирование бережного отношения к своему физическому и психическому здоровью, следствием чего становится избегание вредных привычек.

Основные направления работы: просвещение; профилактика; коррекция.

Формы и методы работы: беседа; проблемная лекция; групповая дискуссия; ролевые игры; игровые и тренинговые упражнения; тестирование; рефлексия.

По своей структуре занятия состоят из следующих частей:

вводная часть, актуализирующая имеющийся опыт и житейские знания (в этой части применяется такое психологическое упражнение как «мозговой штурм», а также фрагменты литературных произведений или притчи); начинается вводная часть с ритуала приветствия и специальных разогревающих упражнений;

основная часть, направленная на формирование новых представлений (осуществляется с использованием ролевых игр и упражнений);

заключительная часть, включающая отработку личной стратегии поведения («аукцион идей», а также другие способы решения проблемных ситуаций) и осмысление полученного опыта, рефлексия («продолжи фразу...» и т.д.).

Технология и продолжительность работы

Программа курса «Доверие» рассчитана на 34 часа, т.е. рассмотрение одной темы рассчитан на 1 академический час. Занятия проводятся 1 раз в неделю с группой учащихся 9 классов (15 человек).

Требования к уровню подготовки учащихся

Изучение данной программы направлено на овладение учащимися следующими навыками:

Навык позитивного и конструктивного отношения к собственной личности – способность познавать свой характер, свои достоинства, недостатки и желания. Эти навыки дают возможность адекватно оценивать себя, свои способности и возможности.

Навык позитивного общения – способность взаимодействовать с окружающими. Эти навыки помогают устанавливать и поддерживать дружеские взаимоотношения, добрые отношения в семье.

Навык самооценки и понимания других – способность адекватно оценивать себя и воспринимать других, осознанная возможность принять людей такими, какие они есть. Эти навыки позволяют правильно вести себя в ситуациях общения и взаимодействия с различными людьми.

Навык управления собственными эмоциями и эмоциональными состояниями – осознание качества эмоций в нас самих и других, знание того, как эмоции влияют на поведение. Способность адекватно реагировать на собственные эмоции и эмоции других людей.

Навык адекватного поведения в стрессовых ситуациях – способность адекватно вести себя в стрессовых ситуациях, знание об источниках стресса в нашей жизни, о его влиянии на нас.

Навык самостоятельного принятия решений – способность принимать конструктивные, взвешенные решения. Человек, обладающий этим навыком, умеет учитывать различные мнения и прогнозировать то, как его решения могут влиять на конкретных людей и ситуацию в целом.

Навык решения проблемных ситуаций – помогает справиться с проблемами. Владение этим навыком дает человеку возможность грамотно и уверенно вести себя в сложных ситуациях, последовательно и разумно подходить к решению как сложных жизненных проблем, так и нестандартных ситуаций.

Методическое обеспечение

Для проведения занятий необходим кабинет, мебель: столы, стулья в количестве 15 штук, мультимедиа-проектор, ноутбук или компьютер.

Средства, необходимые для данной программы:

разработки по темам занятий;

распечатки с притчами;

цветные карандаши,

материалы для изготовления коллажа (бумага формата А5, клей, ножницы, маркеры, вырезки из газет и журналов).

Ожидаемые результаты.

У подростков сформируется адекватная самооценка, снизится потребность в самоутверждении посредством демонстративного отклоняющегося поведения.

Сформируется способность к планированию своего поведения и прогнозу разрешения конфликтных ситуаций.

Выработаются позитивные жизненные цели и мотивация к их достижению.

Повысится правовая грамотность и ответственность за свое поведение.

Содержание тем курса (34 ч)

«Как тебя зовут?» (1ч)

Формирование благоприятной и доверительной атмосферы.

Принятие правил групповой работы, выработка ритуала начала и окончания занятий.

Упражнения «Представление по имени», «Презентация индивидуальности», «Цветик-семицветик».

«В человеке все должно быть прекрасно» (1ч)

Формирование стремления развивать эстетический вкус, представления о комфорте как единстве здоровья, душевной чистоты и эстетики.

Упражнения «Ассоциация», «Зеркало».

«Что такое мое «Я»? Знаю ли я себя?» (1ч)

Формирование представления о себе, своем внутреннем мире для того, чтобы обрести уверенность, реализовать свои способности, достичь своих целей в жизни.

Упражнения «Моя карточка», «Кто Я?».

«Люди существуют друг для друга» (ч)

Формирование представлений о правилах общения.

Обсуждение понятия «общение». Обобщение, что без умения жить в согласии с другими людьми не обойтись, а для этого необходимо учиться общению.

Проведение методики «Оцените свою общительность».

Упражнения «Ступени общения», «Люблю – не люблю».

«Каким ты выглядишь в глазах других?» (1ч)

Формирование стремления понимать индивидуальные различия окружающих, привычки искать способы сотрудничества с людьми в различных ситуациях.

Проведение методики «Каким ты выглядишь в глазах других?»

Упражнения «Печатная машинка», «Я реальный, я глазами других, я идеальный».

«С точки зрения других» (1ч)

Формирование умения видеть ситуацию глазами другого человека и навыка взаимодействия в таких ситуациях.

Упражнения «Печатная машинка», «Посидите так, как сидит ...»

«О пользе критики» (1ч)

Показать различия между критикой и оскорблением. Формирование умения извлекать пользу из критических замечаний в свой адрес и корректно критиковать других.

Формирование представления о критическом отношении к себе, показать пользу критического мышления.

Проведение методики «Насколько вы уверены в себе?».

Упражнение «15 слов».

«Хорошо, что мы такие разные» (1ч)

Обсуждение понятий «толерантность», «инаковость», лежащих в основе многих правовых актов. Как мы судим о людях, что является главным в их оценке, как мы относимся к непривычной внешности, непонятным для нас взглядам, к другой традиции, культуре и т.п.

Упражнение «Диалектика», «...быть хорошо (плохо), потому что...»

«Дружба – это...» (1ч)

Формирование представлений о дружбе как важнейшей нравственной ценности.

Выяснение представлений ребят о дружбе. Дать определение понятию «дружба».

Упражнение «Скажи мне ласковое слово».

«Я и мои друзья» (1ч)

Формирование стремления к совместной деятельности, представления о правилах конструктивного взаимодействия с членами группы.

Проведение методики «Ваша уличная компания».

Упражнение «Закончи предложение».

«Мои одноклассники и одноклассницы» (1ч)

Формирование стремления оказывать помощь и быть готовым ее принимать, терпимо относиться к различиям в поведении людей.

Формирование доброжелательного отношения друг к другу, умения найти положительные качества в окружающих и высказать их.

Упражнение «Кто тормоз».

«Я и моя семья» (1ч)

Укрепление привязанности к членам своей семьи, обучение испытывать гордость за их достижения, быть терпимыми к их недостаткам.

Формирование представления о важности семьи в жизни человека.

Упражнения «Я и взрослые», «Я хочу попросить ...»

«Неразлучные друзья взрослые и дети» (1ч)

Обсуждение понятий «семья», «родительский дом – место, где нас ждут, помнят, простят».

Оформление памяток.

Конкурс «Генеалогическое дерево моей семьи».

«Мир эмоций. Мои эмоции» (1ч)

Формирование представлений о позах и жестах, как выразительных средствах, несущих важную информацию.

Упражнения «Чувства без слов», «Проявление эмоций», «Картина эмоций».

«Как справиться с плохим настроением» (1ч)

Формирование представления о том, что настроение человека – не только результат внешних обстоятельств, но и его собственных усилий.

Формирование привычки справляться с раздражением и плохим настроением.

Оформление памяток.

«Спокойствие, только спокойствие!» (1ч)

Оптимизация своего отношения к экстремальным ситуациям как преодолеваемым, при наличии не только физической, но и психологической готовности.

Оформление памяток.

«Стресс в жизни человека» (1ч)

Формирование убеждения о способности человека к адаптации в сложных жизненных ситуациях.

Формирование представления о воздействии стресса на организм; обучение эффективно противостоять стрессу.

Игра-активатор «Море волнуется».

«Способы борьбы со стрессом» (1ч)

Продолжение обучению способам борьбы со стрессом.

Закрепление представлений о состоянии стресса и способах совладения с ним, закрепление навыка конструктивного поведения в ситуации переживания стресса.

Проведение методики «Умеете ли вы справляться со стрессом?»

Дискуссия «Как справиться со стрессом?»

Оформление памяток.

«Как помочь человеку справиться с горем» (1ч)

Формирование убеждения, что активная практическая деятельность помогает пережить ситуацию печали и горевания; выработка навыка оказания помощи человеку в ситуации печали и горя.

Оформление памяток.

«Конфликты и компромиссы» (1ч)

Показать неизбежность возникновения конфликтов в жизни людей.

Формирование способности предвидеть приближение конфликта; выработка навыка решения конфликтных ситуаций путем принятия коллективного решения.

Упражнение «Испорченный телефон».

Ролевая игра «Конфликт».

«Учимся предотвращать и разрешать конфликты» (1ч)

Изучение и обсуждение правил выхода из конфликтных ситуаций. Оформление памятки «Учимся жить без конфликтов».

Групповая дискуссия «Ответственность за исход конфликта».

Упражнение «Выход из конфликта».

«Способы решения конфликтов с родителями» (1ч)

Показать возможность преодоления большинства повседневных конфликтов с родителями, формирование навыка поведения в конфликте, формирование возможности договариваться в ситуации конфликта.

Упражнение «Прости меня».

Ролевая игра «Конфликт с родителями».

Оформление памятки.

«Право быть ребенком» (1ч)

Выяснение знаний подростков о правах ребенка. Обсуждение текста Конвенции.

Групповая дискуссия «На что я имею право».

Упражнение «Я хочу – я могу».

«Что такое ответственность?» (1ч)

Формирование представления об ответственности за свои поступки; формирование убеждения, что умеющий нести ответственность за свои поступки, достоин уважения; развитие умения прогнозировать последствия своих поступков, умения анализировать.

Групповая дискуссия «Может ли несовершеннолетний привлекаться к правовой ответственности».

Упражнение «Три криминалиста».

«Путешествие в страну «Законою» (1ч)

Обсуждение текста Конституции Российской Федерации. Работа в группах, игровые ситуации.

Игра «Поругай Золушку».

Оформление памяток по правам ребенка, обязанностям и ответственности несовершеннолетних.

«Умение принимать решение» (1ч)

Показать, что принятие оптимального решения возможно лишь после критического осмысления ситуации; особенности принятия персонального и коллективного решения; формирование представления о том, как отстаивать свою точку зрения при принятии коллективного решения.

Игра «Воздушный шар».

Упражнения «Мои поступки», «Мой выбор», «Кино».

«Защита против жестокого обращения» (1ч)

Формирование стремления избегать ситуаций, связанных с риском стать жертвой насилия; формирование сочувствия к жертвам насилия.

Дать четкие представления о многообразии проявлений насилия. Выработка защитных навыков, которые делают подростков менее уязвимыми в опасных ситуациях, умения обращаться за помощью в случаях насилия.

Упражнение «Телефон доверия».

«Можно ли рисковать «по-умному»?» (1ч)

Формирование позитивного отношения к человеку, избегающему неоправданного риска как не трусливому, а разумному.

Воспитание негативного отношения к неоправданному риску. Привитие способности при решении жизненных ситуаций избегать путь, связанный с минимальным риском.

Тест «Склонность к риску».

«Полезно или полезные привычки?» (1ч)

Обсуждение понятия «привычка». Обращение к объяснению понятия в толковом словаре.

Упражнения «Сорняки и розы», «Вам барышня прислала сто рублей».

«Умеешь ли ты сказать «Нет»?» (1ч)

Формирование представления о силе группового давления на личность, способности делать самостоятельный выбор и умения поступать в соответствии с собственными решениями.

Упражнение «Попробуй отказаться».

Оформление памяток по отказу от вредных привычек и здоровому образу жизни.

«Курить или жить?» (1ч)

Информирование об опасности курения. Обмен мнениями о пагубном влиянии курения на организм подростка.

Тренинговое упражнение «Убеди друга».

«Говоря наркотикам «нет», ты говоришь своему здоровью «да» (1ч)

Формирование убеждения, что отказ от ПАВ является признаком зрелого поведения, представления о механизмах возникновения зависимости от ПАВ и возможности противостоять этому, стойкого навыка отказа от ПАВ.

Групповая дискуссия «Употребление ПАВ – дело личное».

Упражнение: «Мой щит».

«Я выбираю здоровье» (1ч)

Развитие знаний учащихся о здоровье и здоровом образе жизни, умения самостоятельно принимать решение за сохранение своего здоровья.

Упражнения «Пословицы, поговорки», «Мифы», «Зубы дареного коня».

Итоговое занятие «Вокзал мечты» (1ч)

Обобщение сформированных навыков, адекватной оценки своих возможностей и умения на основе этого делать рациональный выбор.

Упражнение «Чемоданчик пожеланий».

Рефлексия «Что изменилось во мне».