

муниципальное бюджетное образовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 2
346400, г. Новочеркасск, ул. Александровская, 112-а

Принято
на заседании
педсовета школы
протокол № 1
от 29 августа 2023 г.

Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 2
О.С. Цветкова
Приказ от 29.08.2023 г. № 249



Рабочая программа
для обучающихся «группы риска»
«Я и мой выбор»
на 2023 -2024 учебный год

Количество часов: 18 ч.

Программа разработана на основе программ: «Я принимаю мир»
(Беляевой Г.П.), «Я и закон» (Беляева Г.П., Гейденрих Л.А.), «Секреты
общения» (Протасова Л.Н.), «Я и мой выбор»
(Т.Н. Щербакова, Е.Е. Алимова)

педагог-психолог
МБОУ СОШ № 2
С.А. Шапошникова

г. Новочеркасск
2023

Пояснительная записка

Данная программа разработана для групповой коррекционно-развивающей работы с обучающимися «группы риска», обучающимися со склонностью к деструктивному поведению.

Цели программы:

- повышение личностной и социальной компетентности обучающихся «группы риска»;
- создание условий для сплочения классных коллективов;
- развитие навыков бесконфликтного общения;
- преодоление трудностей в развитии и обучении детей.

Задачи программы:

1. Исследовать социально-психологические особенности подростков
2. Отреагирование негативных эмоций и обучение приемам регулирования своего эмоционального состояния;
3. Обучение способам целенаправленного поведения, внутреннего самоконтроля;
4. Обучение эффективным способам борьбы со стрессом;
5. Формирование умения принимать решения;
6. Выработка навыков сопротивления давлению;
7. Развитие самосознания
8. Развитие у подростков навыка социально-одобряемого поведения, коммуникативные навыки
9. Инициировать формирование ценностей, которые делают значимой для подростков социально-активную жизненную позицию

Тип программы: коррекционно-развивающая; составленная на основе программ: «Я принимаю мир» автора-составителя Беляевой Г.П., «Программы социально-психологического тренинга «Я и закон» (Беляева Г.П., Гейденрих Л.А.), «Секреты общения» (Протасова Л.Н.)

Возраст обучающихся: 11-15 лет

Цикл занятий рассчитан на работу с подростками «группы риска» с проблемами в обучении и поведении, с подростками с деструктивным поведением

Режим работы: занятия проводятся в группе, 1 раз в 2 недели по 40 минут. Так как данная категория детей часто испытывает различные формы дезадаптации, необходимо параллельно с занятием проводить консультации для педагогов и родителей.

Количество занятий планировалось на основе тематических блоков с учетом возрастных и специфических особенностей данной категории детей. В целом программа представлена в виде 18 часов.

Предполагаемые результаты:

- снижение вероятности отклонений в поведении;
- усиление личностных ресурсов, препятствующих социальной дезадаптации;
- расширение репертуара просоциальных поведенческих стратегий в проблемных ситуациях.

Формируемые компетенции: коммуникативные навыки, навыки сопротивления давлению, принятия решения, планирования и целеполагания

Структура занятия:

1. Вводная часть (ритуал приветствия, рефлексия предыдущего занятия, разминочные упражнения).
2. Основная часть (задания, направленные на проработку темы)
3. Завершение занятия (рефлексия полученных навыков, возможности применения их в обычной жизни, анализ межличностного взаимодействия)

Отслеживание результатов тренинга:

- Диагностика в начале и в конце тренинга.
- Самооценка обучающихся по следующим шкалам:
 - дружелюбный – конфликтный;
 - общительный – замкнутый;
 - сильный- слабый;
 - доверчивый – подозрительный;
 - самостоятельный – доверчивый;
 - счастливый – несчастливый.

Экспертная оценка классного руководителя по шкале «проблемный подросток (0%)- «идеальный подросток» (100%)

Классному руководителю предлагается произвольно отразить на шкале свое представление о подростке, руководствуясь собственными критериями «проблемности – идеальности»

Диагностика в процессе тренинга.

Наблюдения ведущего тренинга за изменениями в поведении, словах, способах разрешения трудностей каждого подростка. Возможна произвольная форма наблюдения, так и наблюдение по определенным критериям (умение выслушать, аргументировать свою точку зрения, поддержать и т.п.)

Рефлексия прошедшего занятия:

Что понравилось (не понравилось) на занятии?

Что было интересным, новым для вас?

Что узнал, чему научился во время тренинга?

Что хотелось бы изменить (делать по-другому) после занятия?

Диагностика в конце тренинга.

Отзывы участников тренинга (сочинение на тему «Что дал тебе тренинг?»)

Рисунок на тему («Я до и после тренинга»)

Календарно-тематическое планирование занятий

№ занятия	Дата	Раздел	Тема	Кол-во часов
1 четверть(4 часа)				
1	05.09.23	Диагностика	Диагностика. Знакомство.	1
2	19.09.23		Введение в ситуацию тренинга	1
3	03.10.23		Рольевые установки. Работа по осознанию понятия «Кто я ?»	1
4	17.10.23		Чувства. Выражение чувств. Отделение чувств от поведения	1
2 четверть (4 часа)				
5	07.11.23		Психологическая подготовка к проработке травматических состояний. «Якорение своих ресурсных качеств	1
6	21.11.23		Горе. Потеря. Проработка травматического опыта.	1
7	05.12.23		Чувства. Обида. Поддержка	1
8	19.12.23		Стыд. Вина. Активизация ресурсных состояний	1
3 четверть (6 часов)				
9	09.01.24		Человек – существо социальное. Развитие навыков противостояния негативному влиянию	1
10	23.01.24		Понятие морали и нравственности, смысла жизни и личностных ценностей (профилактика суицидального поведения)	1
11	06.02.24		Я выбираю здоровье	1
12	20.02.24		Защита против жестокого обращения	1
13	05.03.24		С точки зрения других людей	1
14	19.03.24		Что означает быть взрослым	1
4 четверть (4 часа)				
15.	02.04.24	Моделирование будущего	Выбор жизненных целей	1
16.	16.04.24		Ценность времени	1

17.	07.05.23		Работа с будущим	1
18.	17.05.24		Итоговое занятие	1
Всего:				18 часов

Список использованной литературы

- 1 . Выготский Л. С. Развитие личности и мировоззрение ребенка. В хр. Психология личности. Том 2-Самара: "БАХРАХ",1999.
2. Диагностика и коррекция социальной дезадаптации подростков - М.: "Соц. здоровье России",1999
3. Ильин. Е. П. Психология воли. -СПб.: Питер,2002
4. Рычкова Н. А. Дезадаптивное поведение детей: Диагностика, коррекция, психопрофилактика. Учебно-практическое пособие. - М.: "Издательство ГНОМ и Д", 2000.
5. Самоукина Н. В. Игры в школе и дома. Психотехнические упражнения и коррекционные программы. - М.,1995.
6. Сиротюк А. Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения. - М.: ТЦ Сфера, 2003
7. Хухлаева О. В., Кирилина Т. Ю., Федорова О. В. Счастливый подросток. Программа профилактики нарушений психологического здоровья. - М.: Апрель Пресс, Издательство ЭКСМО-Пресс, 2000.