

ГБУ ДО «МОЛОДЕЖНЫЙ ТВОРЧЕСКИЙ ФОРУМ КИТЕЖ ПЛЮС»

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
ГБУ ДО
«Молодежный творческий Форум
Китеж плюс»
Протокол № 1
От «30» 08 2016 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБУ ДО
«Молодежный творческий Форум Китеж плюс»
Жендыш И.А.
Принят № 835
от «01» 09 2016 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА

«ТОЧКА ОПОРЫ»

Возраст обучающихся – 12-17 лет.
Срок реализации – 3 года.

Авторы-составители:

Педагоги дополнительного образования:
Евлампьева Е.Н.
Байдина К.Г.

Санкт-Петербург
2016

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Образовательная программа «Точка опоры» имеет **социально-педагогическую направленность.**

Актуальность программы

В наше непростое, стремительно изменяющееся время человеку требуется большая внутренняя сила. Ему необходимо найти свое место в новых социально-экономических

условиях, определить смысл своей уникальной жизни среди общей размытости ценностных ориентаций, не дать охватить себя депрессивными тенденциями. Современная жизнь изобилует трудными или критическими ситуациями, с которыми человек не всегда может справиться. Особенно психологически уязвимы подростки.

Подростковый возраст - один из наиболее сложных периодов развития человека. Зачастую, если подросток не может найти выход из сложной ситуации, он пытается уйти от действительности, и как следствие-возникновение различных форм отклоняющегося поведения. Анализ деструктивных тенденций в современной подростковой среде позволяет выделить следующие основные проблемы:

- высокий уровень агрессивности, раздражения, проявляющиеся в немотивированной жестокости;
- жертвенное и провоцирующее поведение;
- нарастание конфликтных ситуаций в системе «учитель - ученик- родитель»;
- недостаточная развитость личностных качеств, не позволяющих противостоять негативным факторам окружающей среды;
- высокая подверженность аддиктивному и суицидальному поведению;
- недостаточная сформированность эмоционально-волевой сферы.

Продуктивно взаимодействовать с социальной средой, решать свои проблемы может только психологически здоровый человек.

Психологическое здоровье является необходимым условием полноценного функционирования и развития человека в процессе его жизнедеятельности. Таким образом, с одной стороны, оно является условием адекватного выполнения человеком своих возрастных, социальных и культурных ролей, с другой стороны, обеспечивает человеку возможность непрерывного развития в течение всей жизни.

Психологически здоровый человек – это, прежде всего, человек творческий, жизнерадостный, веселый, открытый и познающий себя и окружающий мир не только разумом, но и чувствами. Он полностью принимает себя и при этом признает ценность и уникальность окружающих его людей. Такой человек возлагает ответственность за свою жизнь, прежде всего на самого себя и извлекает уроки из неблагоприятных ситуаций. Его жизнь наполнена смыслом, хотя он не всегда формулирует его для себя. Он находится в постоянном развитии. Его жизненный путь может быть тяжелым, но он прекрасно адаптируется к быстро изменяющимся условиям жизни. Такой человек не пытается уйти от действительности, а активно взаимодействует с ней. Он не склонен к отклоняющимся формам поведения.

Выделяют три уровня психологического здоровья. К высшему уровню – креативному - можно отнести людей с устойчивой адаптацией к среде, наличием резерва сил для преодоления стрессовых ситуаций и активным творческим отношением к действительности, наличием созидательной позиции. К среднему уровню – адаптивному – относят людей, в целом адаптированных к социуму, однако имеющих несколько повышенную тревожность. Низший уровень психологического здоровья – дезадаптивный. К нему можно отнести людей с нарушением баланса процессов ассимиляции и аккомодации и использующих для разрешения внутреннего конфликта либо ассимилятивные, либо аккомодативные средства. Ассимилятивный стиль поведения характеризуется, прежде всего, стремлением человека приспособиться к внешним обстоятельствам в ущерб своим желаниям и возможностям. Человек пытается полностью соответствовать ожиданиям окружающих. Человек, избравший аккомодативный стиль поведения, наоборот, использует активно – наступательную позицию, стремится подчинить окружение своим требованиям.

В подростковом периоде все психологические проблемы человека обостряются. У современных подростков все чаще проявляется различные формы дезадаптации. В связи с этим необходимо формирование в условиях дополнительного образования

психологического здоровья, нравственно-волевой устойчивости подростков к совершению правонарушений и виктимизации, навыков безопасного поведения, эффективного общения. Необходима профилактика девиантного поведения. Необходимо помочь подросткам найти психологическую «точку опоры».

Педагогическая целесообразность

В ходе реализации образовательной программы используются как групповые, так и индивидуальные формы работы. Основными формами проведения занятий являются: элементы психологического тренинга, ролевые игры, индивидуальное консультирование подростков. Подростки получают опыт группового взаимодействия, а так же имеют возможность решения своих проблем совместно с педагогом. В работе реализуются четыре направления: аксиологическое, инструментальное, потребностно – мотивационное и развивающее.

Аксиологическое направление предполагает формирование умения принимать самого себя и других людей, при этом адекватно осознавая свои и чужие достоинства и недостатки.

Инструментальное направление требует формирования умения осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы.

Потребностно – мотивационное направление для подростков предполагает, прежде всего, делать выбор, принять ответственность за свой выбор, а также формирование потребности в самоизменении и личностном росте.

Развивающее направление обеспечивает формирование ощущения собственной целостности, активной жизненной силы, осознания собственной ценности и компетентности.

Все это способствует профилактике девиантного поведения, формированию психологического здоровья, здорового образа жизни.

Цель – формирование психологического здоровья подростков.

Задачи

Обучающие:

- сформировать представления об особенностях подросткового возраста;
- повысить уровень психологической культуры подростков;
- повысить уровень правовой культуры подростков;
- сформировать представления о причинах отклоняющегося поведения и способах его коррекции;
- сформировать навыки поведения в деструктивных ситуациях;
- сформировать умение осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков;
- сформировать представления об общечеловеческих ценностях;
- сформировать навыки регуляции эмоционально – волевой сферы.

Развивающие:

- развить навыки взаимодействия в группе и совместной деятельности;
- развить коммуникативные навыки;
- развить лидерские качества;
- развить способность к целеполаганию.

. Воспитательные:

- воспитать чувство товарищества, личной ответственности;

- воспитать нравственные качества по отношению к окружающим (доброжелательность, терпимость, уважение, доверие);
- приобщить подростков к здоровому образу жизни.

Условия реализации

Программа разработана для подростков 12-17 лет. Принимаются все желающие. Группы могут быть как одновозрастные, так и разновозрастные. Допускается дополнительный набор учащихся на второй и третий годы обучения по результатам собеседования.

Сроки реализации

Срок обучения по программе-3 года. Продолжительность образовательного процесса-576 часов.

- 1 год обучения-144 часа
- 2 год обучения-216 часов
- 3 год обучения-216 часов

Режим занятий

- 1 год обучения: 144 часа, 2 раза в неделю по 2 часа
 - 2 год обучения: 216 часов, 3 раза в неделю по 2 часа, либо 2 раза в неделю по 3 часа.
 - 3 год обучения: 216 часов, 2 раза в неделю по 3 часа, либо 2 раза в неделю по 3 часа.
- Продолжительность одного академического часа-45 минут, между часами предусмотрен перерыв на отдых 10 минут.

Наполняемость учебной группы по годам обучения

- 1 год-15 человек
- 2 год-12 человек
- 3 год-10 человек

Формы организации деятельности на занятии

Фронтальная, групповая, подгрупповая, индивидуальная.

Формы занятий

Тренинг, ролевые игры, лекции, индивидуальное консультирование, дискуссии, творческие мастерские, практические занятия.

Ожидаемый результат

К концу первого года обучения:

- у подростков будут сформированы представления об особенностях подросткового возраста и особенностях подростковых групп;
- повысится уровень психологической культуры;
- будет сформировано умение осознавать свои чувства;
- будет сформировано умение анализировать причины и последствия своих поступков;
- начнут формироваться навыки взаимодействия в группе и совместной деятельности.

К концу второго года обучения:

- повысится уровень правовой культуры подростков;
- будут сформированы представления о причинах агрессивного, противоправного поведения и способах их коррекции;

- будут сформированы представления о нормах нравственности, морали, права как общечеловеческих ценностях;
- будут сформированы стратегии поведения в конфликтных ситуациях, навыки эффективного общения и взаимодействия;
- будут сформированы навыки поведения в деструктивных ситуациях;
- будут сформированы навыки взаимодействия в группе и совместной деятельности.

К концу третьего года обучения:

- будут сформированы представления о причинах аддиктивного и суицидального поведения и способах их коррекции;
- будут сформированы навыки регуляции эмоционально – волевой сферы;
- разовьются лидерские качества;
- разовьется способность к целеполаганию;
- будет сформировано чувство товарищества, личной ответственности;
- будут сформированы нравственные качества по отношению к окружающим (доброжелательность, терпимость, уважение, доверие);
- подростки приобщатся к здоровому образу жизни.

Формы и способы проверки ожидаемого результата

Наблюдения педагога, психологическое тестирование, опрос устный и письменный, анализ продуктов деятельности, тестирование на выявление уровня знаний.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы

Программа предполагает входную, промежуточную и итоговую аттестацию обучающихся. Входной контроль осуществляется в сентябре месяце и направлен на диагностику начального уровня обучающихся.

Промежуточный контроль осуществляется в течение года и позволяет выявлять уровень освоения разделов и тем образовательной программы.

Итоговый контроль осуществляется в мае и направлен на выявление уровня освоения программы за год или за весь срок обучения.

Итоговый контроль в конце 3 года обучения- защита портфолио.

Способы фиксации результата образовательной программы

Портфолио обучающегося, которое включает в себя: результаты тестирования и анкетирования, творческие работы, подборку материалов по темам образовательной программы, выполненную обучающимся самостоятельно, дневник самонаблюдений.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ Раздел, тема	Количество часов		
	Всего	Теория	Практика
<i>1 год обучения</i>			
1.Набор детей	10	0	10
2. Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.	2	2	0
3. Особенности подросткового возраста и подростковой психологии.	126	42	84
3.1 Каков я на самом деле.	44	22	22
3.2 Я и сверстники.	36	16	20
3.3 Психологический тренинг с подростками.	46	4	42

4 Закрепляющие занятия.	6	0	6
4.1 Звездная карта моей жизни.	2	0	2
4.2 Перед дальней дорогой	2	0	2
4.3 Прощай	2	0	2
Итого за 1 год обучения	144	44	100
<i>2 год обучения</i>			
5. Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.	2	2	0
6. Жертва и агрессор	104	40	64
6.1 Виктимизация подростков	20	10	10
6.2 Агрессивное поведение подростков	44	16	28
6.3 Противоправное поведение подростков	40	14	26
7. Мои права и права других людей	104	40	64
7.1 Нормы нравственности, морали, права как общечеловеческие ценности	20	10	10
7.2 Конфликты в сфере ученик-педагог-родитель	40	14	26
7.3 Навыки эффективного общения	44	16	28
8. Закрепляющие занятия	6	0	6
8.1 Закрепление и повторение материала	4	0	4
8.2 Подведение итогов года	2	0	2
Итого за 2 год обучения	216	82	134
<i>3 год обучения</i>			
9. Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.	2	2	0
10. Бегство от реальности	78	30	48
10.1 Аддиктивное поведение	30	9	21
10.2 Опасность попадания в религиозные секты	18	6	12
10.3 Неформальные подростковые объединения	18	9	9
10.4 Компьютерная зависимость, информационная безопасность	12	6	6
11. Скажи «нет» отчаянию	75	30	45
11.1 Проблема подросткового одиночества	21	9	12
11.2 Несчастливая любовь	18	6	12
11.3 Отсутствие взаимопонимания с родителями	18	9	9
11.4 Профилактика суицидального поведения	18	6	12
12. Личностные ресурсы	54	0	54
12.1 Элементы психологического тренинга, направленного на формирование навыков конструктивного поведения, взаимодействия и социальной адаптации.	51	0	51
12.2 Мои личностные ресурсы	3	0	3
13. Закрепляющие занятия.	7	1	6
13.1 Закрепление материала	3	0	3
13.2 Подведение итогов	4	1	3
Итого за 3 год обучения	216	63	153
Итого часов	576	189	387

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения

Тема 2. Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.

Теория

Цель и задачи программы. Основные требования к обучающимся. Режим организации занятий. Техника безопасности.

Раздел 3. Особенности подросткового возраста и подростковой психологии.

Тема 3.1 Каков я на самом деле.

Теория

Что такое психология? Кто такой психолог? Психологическая культура личности. Психологическое здоровье личности. Подростковый возраст. Особенности психического развития подростков. Кризис подросткового возраста. Проблема самопринятия и принятия собственного тела. Проблема формирования физического образа – Я. Эмоциональные проблемы подростков, типы реагирования. Основные теории взросления. Теория эго – идентичности Э.Эриксона. Какой я и чем я отличаюсь от остальных. Темперамент. Характер. Акцентуация характера. Внутренний мир человека. Психологическая защита. Виды психологической защиты.

Практика

Тест на самоопределение. Методика «Принятие себя». Методика «Неоконченные предложения». Методика « Чужие проблемы». Методика «Чужие письма». Методика «Раннее воспоминание». Методика «Выявление уровня тревожности у подростков». Тест школьной тревожности Филлипса. Методика исследования самооценки. Методика «Личностный дифференциал». Тест Айзенка. Тест Леонгарда. Анализ притч и легенд. Индивидуальное консультирование. Работа с раздаточным материалом. Рисование за данную тему. Заполнение дневника самонаблюдения. Формирование портфолио.

Тема 3.2 Я и сверстники

Теория

Что такое группа? Виды групп. Функции групп. Подростковые группы. Особенности взаимодействия внутри подростковой группы. Дружба. Что мешает дружить. Как сохранить дружбу. Общение с однополыми сверстниками. Общение со сверстниками противоположного пола.

Практика

Анализ притч и легенд. Ролевые игры. Игра «Карусель». Игра «Передвижения». Игра «Вместе – лучше?» Игра «Горячий стул». Игра «Чувства». Игра «Искусствоведы». Игра «Гости». Игра «Просьба». Игра «Я прошу у вас прощения». Игра «Мой враг – мой друг». Игра «Глаза товарищей». Рисование на заданную тему. Индивидуальное консультирование. Работа с раздаточным материалом. Заполнение дневника самонаблюдения. Формирование портфолио.

Тема 3.3 Психологический тренинг с подростками.

Теория

Что такое тренинг? Что тренируется на тренинге? Умение общаться и быть самим собой в любых ситуациях. Основные правила тренинга.

Практика

Психологический тренинг с подростками. Занятия: «Куда ж нам плыть», «Точка опоры», «Чувство собственного достоинства», «Уверенное и неуверенное поведение», «Мои права и права других людей», «Просьба», «Я в своих глазах и в глазах других людей», «Эмоции и чувства», «Обида», «Как справиться с раздражением, плохим настроением», «Мои слабости», «Мои проблемы», «Мотивы наших поступков», «Люди, значимые для меня»,

«Эффективные приемы общения», «Я тебя понимаю», «Помощь друг другу», «Творческая личность», «Как достичь цели», «Полюбить себя», «Самопринятие. Самоуважение. Самоодобрение.» , «Будь собой, но в лучшем виде», «Жизнь по собственному выбору». Заполнение дневника самонаблюдения. Формирование портфолио.

Раздел 4 Закрепляющие занятия

Тема 4.1 Звездная карта моей жизни

Практика

Упражнения: «Ты меня уважаешь?», «Моя вселенная», «Какой я человек?», «Каков я на самом деле?», «Именно сегодня», «Стратегия жизни», «Дом моей души». Заполнение дневника самонаблюдения. Формирование портфолио.

Тема 4.2 Перед дальней дорогой

Практика

Упражнения: «Заколдованные», «Что же у нас получилось», «Чемодан», «Необитаемый остров», «Автобиография». Заполнение дневника самонаблюдения. Формирование портфолио.

Тема 4.3 Прощай

Практика

Игры: «Карусели», «Я к вам пишу...», «Весь мир – сцена» «Прощай», «Я – это Я», «Подарки». Заполнение дневника самонаблюдения. Формирование портфолио. Подведение итогов года. Планы на следующий учебный год.

2 год обучения

Тема 5 Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.

Цель и задачи второго года обучения. Режим организации занятий. Техника безопасности.

Раздел 6. Жертва и агрессор

Тема 6.1 Виктимизация подростков

Теория

Что такое виктимология? Что такое виктимизация? Факторы, способствующие виктимизации подростков. Как не стать жертвой.

Практика

Рольевые игры. Анализ жизненных ситуаций. Индивидуальное консультирование. Работа с раздаточным материалом. Рисование на заданную тему. Разработка памятки для подростков. Анкетирование. Заполнение дневника самонаблюдения. Формирование портфолио.

Тема 6.2 Агрессивное поведение подростков

Теория

Агрессия. Агрессивность. Виды агрессии. Факторы, влияющие на формирование агрессивного поведения. Особенности подростковой агрессии. Возможности коррекции агрессивного поведения. Как справиться с чужой агрессией.

Практика

Рольевые игры. Анализ жизненных ситуаций. Индивидуальное консультирование. Методика «Баса-Дарки». «Hand- test». Методика «Несуществующее животное». Работа с раздаточным материалом. Рисование на заданную тему. Разработка памятки для подростков. Анкетирование. Заполнение дневника самонаблюдения. Формирование портфолио.

Тема 6.3 Противоправное поведение подростков.

Теория

Делинквентное поведение. Криминальное поведение. Факторы, влияющие на формирование противоправного поведения. Мотивация правонарушений у несовершеннолетних. Правовая ответственность подростков. Возможности профилактики и коррекции правонарушений у подростков.

Практика

Ролевые игры. Анализ жизненных ситуаций. Дискуссия «Ужесточение наказания подростков за правонарушения» Индивидуальное консультирование. Работа с раздаточным материалом. Рисование на заданную тему. Изготовление коллажа. Разработка памятки для подростков. Анкетирование. Заполнение дневника самонаблюдения. Формирование портфолио.

Раздел 7. Мои права и права других людей

Тема 7.1 Нормы нравственности, морали, права как общечеловеческие ценности

Теория

Ценности. Нормы. Нормы морали. Нормы нравственности. Нормы права. Ценностно-нормативная структура личности. Обычаи. Традиции. Ритуалы. Табу. Аномия.

Практика

Методика «Ценностные ориентации». Ролевые игры. Анализ жизненных ситуаций. Индивидуальное консультирование. Работа с раздаточным материалом. Анкетирование. Заполнение дневника самонаблюдения. Формирование портфолио.

Тема 7.2 Конфликты в сфере ученик-педагог-родитель

Теория

Конфликт. Виды конфликтов. Причины конфликтов. Стратегии поведения в конфликтной ситуации. Конфликты в школе, дома, на улице. Конфликты между подростками и взрослыми. Умение понять другого человека, встать на его место как условие предупреждения конфликтов. Умение прощать друг друга.

Практика

Ролевые игры. Методика «Стратегии поведения в конфликтной ситуации». Анализ жизненных ситуаций. Индивидуальное консультирование. Рисование на заданную тему. Разработка памятки для подростков. Работа с раздаточным материалом. Анкетирование. Заполнение дневника самонаблюдения. Формирование портфолио.

Тема 7.3 Навыки эффективного общения.

Теория

Общение. Функции общения. Три стороны общения. Средства общения. Коммуникативные барьеры.

Практика

Тест коммуникативной толерантности. Ролевые игры. Тренинг коммуникативных навыков. Анализ жизненных ситуаций. Индивидуальное консультирование. Анкетирование. Рисование на заданную тему. Заполнение дневника самонаблюдения. Формирование портфолио.

Раздел 8. Закрепляющие занятия

Тема 8.1 Закрепление и повторение материала

Практика

Повторение материала. Диагностика уровня знаний.

Тема 8.2 Подведение итогов года

Практика

Подведение итогов года. Анализ дневников самонаблюдения и портфолио. Планы на следующий учебный год.

3 год обучения

Тема 9 Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.

Теория

Цель и задачи третьего года обучения. Режим организации занятий. Техника безопасности.

Раздел 10. Бегство от реальности

Тема 10.1 Аддиктивное поведение

Теория

Аддиктивное поведение. Факторы риска аддиктивного поведения. Химическая аддикция. Нехимические аддикции. Профилактика и коррекция аддиктивного поведения. Здоровый образ жизни.

Практика

Рольевые игры. Анализ жизненных ситуаций. Анкета для раннего выявления химической зависимости у подростков. Опросник для выявления ранних признаков алкоголизма (К.К.Яхин, В.Д.Менделевич). Тест «Склонность к зависимому поведению» (В.Д.Менделевич). Рисование на заданную тему. Изготовление коллажа. Индивидуальное консультирование. Заполнение дневника самонаблюдения. Формирование портфолио.

Тема 10.2 Опасность попадания в религиозные секты

Теория

Вера. Религия. Основные религиозные конфессии. Психология веры. Религиозные секты. Признаки религиозных сект.

Практика

Рольевые игры. Анализ жизненных ситуаций. Рисование на заданную тему. Дискуссия «Место религии в современном обществе». Индивидуальное консультирование. Заполнение дневника самонаблюдения. Формирование портфолио

Тема 10.3 Неформальные подростковые объединения

Теория

Подростковая субкультура. Неформальные группы. Неформальные подростковые объединения.

Практика

Работа с раздаточным материалом. Анализ жизненных ситуаций. Доклады на тему «Неформальные молодежные объединения». Индивидуальное консультирование. Заполнение дневника самонаблюдения. Формирование портфолио

Тема 10.4 Компьютерная зависимость, информационная безопасность

Теория

Компьютерная зависимость. Интернет-зависимость. Симптомы Интернет зависимости. Профилактика Интернет-зависимости. Информационная безопасность.

Практика

Тест на Интернет-аддикцию. Работа с раздаточным материалом. Дискуссия «Интернет-польза или вред». Индивидуальное консультирование. Заполнение дневника самонаблюдения. Формирование портфолио

Раздел 11 Скажи «нет» отчаянию

Тема 11.1 Проблема подросткового одиночества

Теория

Одиночество. Проблема одиночества на разных возрастных этапах. Подростковое одиночество.

Практика

Анкетирование. Ролевые игры. Анализ жизненных ситуаций. Рисование на заданную тему. Доклады на тему «Проблема одиночества в мировой литературе и кинематографе.». Индивидуальное консультирование. Заполнение дневника самонаблюдения. Формирование портфолио.

Тема 11.2 Несчастливая любовь

Теория

Дружба. Любовь. Типологии любви. Эмоциональные особенности юношеской любви. Несчастливая любовь.

Практика

Анкетирование. Ролевые игры. Анализ жизненных ситуаций. Рисование на заданную тему. Дискуссия «Есть ли в современном мире место любви?». Индивидуальное консультирование. Заполнение дневника самонаблюдения. Формирование портфолио.

Тема 11.3 Отсутствие взаимопонимания с родителями

Теория

Подросток и семья. Роль родителей в жизни подростка. Потребность во взаимном общении. Притязание подростка на признание взрослого. Проблемы с родителями, у которых есть проблемы. Дисгармония семейных отношений и подросток.

Практика

Анкетирование. Ролевые игры. Анализ жизненных ситуаций. Методика «Кинетический рисунок семьи». Индивидуальное консультирование. Заполнение дневника самонаблюдения. Формирование портфолио.

Тема 11.4 Профилактика суицидального поведения.

Теория

Суицид. Суицидальное поведение в современном мире. Мотивы, причины, поводы суицидального поведения. Особенности проявления суицидального поведения в детском и подростковом возрасте. Профилактика и коррекция.

Практика

Ролевые игры. Анализ жизненных ситуаций. Методика «Диагностика суицидального поведения». Методика «16 вопросов для оценки суицидальности». Методика «Оценка факторов риска суицида». Методика «Шкала мотивов парасуицида». Работа с раздаточным материалом. Индивидуальное консультирование. Разработка памятки для подростков. Заполнение дневника самонаблюдения. Формирование портфолио.

Раздел 12 Личностные ресурсы

Тема 12.1 Элементы психологического тренинга, направленного на формирование навыков конструктивного поведения, взаимодействия и социальной адаптации.

Практика

Тренинг. Упражнения: «Болото и родник», «Комплимент», «Глаза в глаза», «Только руки», «Зеркало», «Говорящий и слушатель», «Теплое место», «Компромисс», «Хочу высказаться», «Аплодисменты», «Кто он?», «Три хозяйки», «Путанка», «Взглянем вместе», «Преодолей препятствие», «Эмоциональное состояние», «Цвет и эмоции», «Ты и Я», «Тропинка на скале», «Перевоплощение», «Аукцион», «Солнечная система», «Победи своего дракона», «Только вместе», «Я тебе нравлюсь»

Тема 12.2 Мои личностные ресурсы

Практика

Выполнение творческой работы «Моя «точка опоры»».

Раздел 13 Закрепляющие занятия.

Тема 13.1 Закрепление материала

Практика

Диагностика уровня освоения программы.

Тема 13.2 Подведение итогов

Теория

Требования к защите портфолио

Практика

Защита портфолио. Подведение итогов.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

№	Раздел или тема	Формы занятий	Приемы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал	Формы подведения итогов
<i>1 год обучения</i>					
	1. Набор детей	-	-	-	-
	2. Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.	Лекция	Словесный	Инструкция по технике безопасности	Заполнение журнала
	3. Особенности подросткового возраста и подростковой психологии.				
	3.1 Каков я на самом деле.	Лекции Комбинированные занятия Практические занятия	Словесный: лекция, беседа, работа с текстом Практический: ролевые игры, выполнение тестовых методик, рисование на заданную тему, Работа с раздаточным материалом	Бланки тестовых методик Раздаточный материал.	Анкетирование Тестирование Дневник самонаблюдения. Портфолио
	3.2 Я и сверстники.	Комбинированные занятия Практические занятия	Словесный: лекция, беседа, работа с текстом, анализ притч Практический: ролевые игры, рисование на заданную тему, работа с раздаточным материалом	Раздаточный материал	Анкетирование Дневник самонаблюдения. Портфолио
	3.3 Психологический тренинг с подростками.	Комбинированные занятия Практические занятия	Словесный: лекция Практический: тренинг	Бланки тестовых методик и анкет	Анкетирование Тестирование Дневник самонаблюдения. Портфолио

	4 Закрепляющие занятия.				
	4.1 Звездная карта моей жизни.	Практическое занятие	Практический: ролевые игры		Дневник самонаблюдения. Портфолио
	4.2 Перед дальней дорогой	Практическое занятие	Практический: ролевые игры		Дневник самонаблюдения. Портфолио
	4.3 Прощай	Практическое занятие	Практический: ролевые игры Словесный: беседа		Дневник самонаблюдения. Портфолио
	5. Вводное занятие. Техника безопасности	Лекция	Словесный	Инструкция по технике безопасности	Заполнение журнала
	6. Жертва и агрессор				
	6.1 Виктимизация подростков	Комбинированные занятия Практические занятия	Словесный: лекция, беседа, Практический: ролевые игры, анкетирование рисование на заданную тему, Разработка памятки для подростков, работа с раздаточным материалом	Бланки анкет	Анкетирование Дневник самонаблюдения. Портфолио
	6.2 Агрессивное поведение подростков	Комбинированные занятия Практические занятия	Словесный: лекция, беседа, Практический: ролевые игры, тестирование, рисование на заданную тему, Разработка памятки для подростков. Работа с раздаточным материалом	Бланки тестов	Тестирование Дневник самонаблюдения. Портфолио
	6.3 Противоправное поведение подростков	Комбинированные занятия	Словесный: лекция, беседа, урок-дискуссия	Бланки тестов	Тестирование Дневник

		Практические занятия	материалом. Практический: ролевые игры, тестирование, рисование на заданную тему, Изготовлении е коллажа Разработка памятки для подростков. Работа с раздаточным материалом		самонаблюдения. Портфолио
	7. Мои права и права других людей				
	7.1 Нормы нравственности, морали, права как общечеловеческие ценности	Комбинированные занятия Практические занятия	Словесный: лекция, беседа, материал. Практический: ролевые игры, тестирование, Анкетирование. Работа с раздаточным материалом	Бланки тестов и анкет	Анкетирование Тестирование Дневник самонаблюдения. Портфолио
	7.2 Конфликты в сфере ученик-педагог-родитель	Комбинированные занятия Практические занятия	Словесный: лекция, беседа, Практический: ролевые игры, тестирование, Анкетирование, разработка памятки для подростков. Работа с раздаточным материалом	Бланки тестов и анкет	Анкетирование Тестирование Дневник самонаблюдения. Портфолио
	7.3 Навыки эффективного общения	Комбинированные занятия Практические занятия	Словесный: лекция, беседа, Практический: ролевые игры, тренинг тестирование, анкетирование. Работа с раздаточным материалом	Бланки тестов и анкет	Анкетирование Тестирование Дневник самонаблюдения. Портфолио
	8. Закрепляющие занятия				

	8.1 Закрепление и повторение материала	Практические занятия	Практический: диагностика уровня знаний	Бланки диагностики	Тестирование
	8.2 Подведение итогов года	Практические занятия	Словесный: беседа. Практический: Анализ дневника самонаблюдения и портфолио		Дневник самонаблюдения. Портфолио
	9. Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.	Лекция	Словесный	Инструкция по технике безопасности	Заполнение журнала
	10. Бегство от реальности				
	10.1 Аддиктивное поведение	Комбинированные занятия Практические занятия	Словесный: лекция, беседа, Практический: ролевые игры, тестирование, Анкетирование, разработка памятки для подростков, Рисование, Изготовление коллажа	Бланки тестов и анкет	Анкетирование Тестирование Дневник самонаблюдения. Портфолио
	10.2 Опасность попадания в религиозные секты	Комбинированные занятия Практические занятия	Словесный: лекция, беседа, урок-дискуссия Практический: ролевые игры, рисование	Раздаточный материал	Дневник самонаблюдения. Портфолио
	10.3 Неформальные подростковые объединения	Комбинированные занятия Практические занятия	Словесный: лекция, беседа, доклады по теме Практический: ролевые игры, Рисование. Работа с раздаточным материалом	Раздаточный материал	Дневник самонаблюдения. Портфолио
	10.4 Компьютерная зависимость, информационная безопасность	Комбинированные занятия Практические занятия	Словесный: лекция, беседа, Урок-дискуссия Практический:	Бланки тестов	Тестирование Дневник самонаблюдения.

			тестирование		Портфолио
	11. Скажи «нет» отчаянию				
	11.1 Проблема подросткового одиночества	Комбинированные занятия Практические занятия	Словесный: лекция, беседа, доклады по теме Практический: ролевые игры, Рисование. Анкетирование	Бланки анкет	Анкетирование Дневник самонаблюдения. Портфолио
	11.2 Несчастливая любовь	Комбинированные занятия Практические занятия	Словесный: лекция, беседа, урок-дискуссия Практический: ролевые игры, Рисование. Анкетирование	Бланки анкет	Анкетирование Дневник самонаблюдения. Портфолио
	11.3 Отсутствие взаимопонимания с родителями	Комбинированные занятия Практические занятия	Словесный: лекция, беседа, Практический: ролевые игры, Анкетирование Тестирование	Бланки тестов и анкет	Анкетирование Дневник самонаблюдения. Портфолио
	11.4 Профилактика суицидального поведения	Комбинированные занятия Практические занятия	Словесный: лекция, беседа, Практический: ролевые игры, Тестирование Разработка памятки для подростков. Работа с раздаточным материалом	Бланки тестов	Тестирование Дневник самонаблюдения. Портфолио
	12. Личностные ресурсы				

	12.1 Элементы психологического тренинга, направленного на формирование навыков конструктивного поведения, взаимодействия и социальной адаптации.	Практические занятия	Практические: тренинг		Дневник самонаблюдения. Портфолио
	12.2 Мои личностные ресурсы	Практические занятия	Практические: творческая работа		Дневник самонаблюдения. Портфолио
	13. Закрепляющие занятия.				
	13.1 Закрепление материала	Практические занятия	Практические: диагностика уровня освоения программы.	Бланки тестовых заданий	Тестирование
	13.2 Подведение итогов	Лекция Практическое занятие	Практические: защита портфолио		Защита портфолио

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОСНАЩЕНИЕ

1. Цветные карандаши
2. Фломастеры
3. Бумага для рисования формата А4
4. Ватман
5. Ножницы

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для педагога

1. Анн Л. Психологический тренинг с подростками. - СПб.: Питер, 2004, -271 с.
2. Егоров А.Ю, Игумнов С.А. Расстройства поведения у подростков.-СПб.: Речь, 2005.-436с.
3. Матвеев Б.Р. Развитие личности подростка.-СПб.: Речь, 2005.-176 с.
4. Менделевич В.Д. Психология девиантного поведения.-СПб.: Речь, 2005,-445 с.
5. Психология подростка/под ред. А.А.Реана.-СПб.: Прайм-еврознак, 2003.-432 с.
6. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции.-М.: Академия, 2006.-2008

Литература для родителей и детей

1. Годфруа Ж. Что такое психология/пер с фр.-М.: Мир, 1992
2. Пиз А. Язык телодвижений/пер с англ. Нижний Новгород: АЙ-КБЮ, 1992, 264 с.
3. Что вы знаете и не знаете о себе и других? /Сост С.С. Степанов. Дубна: ИЦ «Феникс», 1996, 400с.