

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №120
с углубленным изучением отдельных предметов»
Московского района г.Казани

Утверждаю
Директор школы №120
О.А.Хасанова _____
Приказ № 250 от
« 29 » августа 2019 г.

Согласовано
Зам. директора по ВР
Н.И.Синицина _____
« 27 » августа 2019 г.

Рассмотрено
на заседании МО

Протокол № __1__ от
«26 » августа 2019 г.

**Рабочая программа по
Профилактике девиантного поведения:
«Учусь управлять собой»**

педагога-психолога
Кузовковой Светланы Николаевны

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от
29 августа 2019 г.

Учебно-тематическое планирование

педагога-психолога Кузовковой Светланы Николаевны

Количество часов:

-за учебный год: 10 ч

-в неделю: 1 раз-45 минут

Планирование составлено на основе книг:

1. Макарычева Г.И. Коррекция девиантного поведения- Речь, 2012
2. Смирнова Е.Е. Познаю себя и учусь управлять собой- Речь, 2017
3. Трошихина Е.Г. Я сам строю свою жизнь- Речь, 2007
4. Аболин Л.М. Психологический тренинг с подростками-Питер, 2008
5. Левашова С.А. Психолог и подросток: коммуникативно-двигательный тренинг- ЯАР, 2006
6. Матвеев Б.Р. Развитие личности подростка-Речь, 2007
7. Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков- М 2010

Пояснительная записка.

Напряжённая, неустойчивая социальная, экономическая, экологическая, идеологическая обстановка, сложившаяся в настоящее время в нашем обществе, обуславливает рост различных отклонений в личностном развитии и поведении людей. Среди них особую тревогу вызывают не только прогрессирующая отчуждённость, повышенная тревожность, духовная опустошённость детей, но и их цинизм, жестокость, агрессивность. Наиболее остро этот процесс проявляется на рубеже перехода ребёнка из детства во взрослое состояние – в подростковом возрасте, в котором, проявляются все пороки общества. Девиантное поведение- это устойчивое поведение личности, отклоняющегося от наиболее важных социальных норм, причиняющее реальный ущерб обществу или самой личности, а также сопровождающееся ее социальной дезадаптацией. Перемены, происходящие в нашем обществе, сегодня с особой остротой обозначили проблему помощи детям и подросткам с отклоняющимся поведением.

Проблема девиации подростков вызывает глубокое беспокойство педагогов, родителей и психологов. Согласно научным исследованиям, одним из самых сложных периодов в онтогенезе человека является подростковый возраст. В этот период не только происходит коренная перестройка, ранее сложившихся психологических структур, но возникают новые образования, закладываются основы сознательного поведения, вырисовывается общая направленность в формировании нравственных представлений и социальных установок.

Подростковый период онтогенеза – это остропротекающий переход от детства к взрослости, где выпукло переплетаются противоречивые тенденции развития. С одной

стороны, подростковый возраст отличается массой положительных факторов – возрастает самостоятельность ребёнка, значительно более многообразными и содержательными становятся его отношения с другими детьми и взрослыми, значительно расширяется и качественно изменяется сфера его деятельности, развивается ответственное отношение к себе, родителям и другим людям. С другой же стороны, для этого сложного этапа показательны негативные проявления подростка, дисгармоничность в строении личности, свёртывание прежде установившейся системы интересов, протекающий характер поведения по отношению к взрослым.

Подростковый кризис не всегда протекает без осложнений, и даже при нормальном течении требует от взрослых пристального внимания. Поэтому задача программы помочь подростку, научить его правильно оценивать ситуацию и реагировать на нее. Многие согласятся, что проводить профилактику намного проще, чем впоследствии пытаться что-то изменить.

Программа предназначена для учащихся средних классов

Продолжительность одного занятия: 45 минут

Количество занятий в неделю: 1

Оптимальное количество учащихся: 8-12 человек

Цель программы:

Развитие самосознания и способности к самоанализу для предупреждения правонарушений на основе внутриличностных и поведенческих изменений

Задачи программы:

1. Сформировать личные и социальные компетенции подростка;
2. Развить позитивную, адекватную самооценку;
3. Развить способность критического мышления;
4. Обучить умению владеть эмоциями, справляться со стрессами, тревожностью, избегать конфликтов;
5. Сформировать умения неагрессивными способами реагировать на критику, самозащиту, сопротивления со стороны других людей, умение противостоять вредным привычкам, решать проблемы социально позитивными средствами;
6. Развитие творческих способностей и талантов детей, раскрытие их самобытности.

Реализация программы:

Каждое занятие включает в себя приветствие, разминку, основные упражнения, групповые дискуссии, завершающий ритуал (прощание).

Ожидаемый результат:

- Снижение уровня тревожности и агрессивности;
- Формирование адекватной самооценки;
- Повышение ответственности подростков за собственные поступки;
- Развитие способности к самоанализу и контролю поведения;
- Формирование позитивных жизненных целей и повышение мотивации и способности к их достижению;
- Раскрытие творческого потенциала подростков и актуализация стремления к его реализации;

Учебно-тематическое планирование.

№ пп	Тема занятия	Содержание	Система комплексного ПМП обследования	Специальные условия обучения и воспитания	Планируемые результаты, механизм реализации
1.	Занятие №1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Знакомство 3. Упр. «Кто я?» 4. Упр. «Какой я ? Чем я отличаюсь от других» 5. Упр. «Мой герб» 6. Прощание 	Наблюдение, беседа, диагностика.	Работа в подгруппах. Арт-терапия. Телесно-ориентированный подход.	Знакомство, выработка правил. Формирование гармоничной Я-концепции, развитие навыков самоанализа, принятия себя
2.	Занятие №2	<ol style="list-style-type: none"> 1.Приветствие 2. Упр. «Повороты» 3. Упр. «Договоримся?» 4. Упр. «Такие вопросы» 5.Упр. «Пойми меня» 6. Упр. «Переправа» 7.Рефлексия 	Наблюдение, беседа, диагностика.	Работа в группах Телесно-ориентированный подход.	Развитие вербальных и не вербальных навыков, навыков партнёрских отношений, сплочение группы
3.	Занятие №3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Упр. «Радуга» 3. Упр. «Такие разные чувства» 4. Упр. «Я-источник чувств» 5. Упр. «наши чувства-наши поступки» 6. Упр. «замороженны е» 	Наблюдение, беседа, диагностика.	Работа в группах Телесно-ориентированный подход	Знакомство с миром чувств
4.	Занятие №4	<ol style="list-style-type: none"> 1.Приветствие 2.Упр. «Построение круга» 3.Упр. «Квадратный или круглый?» 4.Упр. «Переклеиваем «Ярлыки» 5.Упр. «Презентация» 	Наблюдение, беседа, диагностика.	Работа в группах Телесно-ориентированный подход	Развития навыков принятия оценки со стороны

		6.Рефлексия			
5.	Занятие №5	1.Приветствие 2. Упр. «Включаем робота»\ 3.Упр. «Устойчив ли я?» 4.Упр. «Строимся по признакам» 5.Рефлексия	Наблюдение, беседа, диагностика.	Работа в группах Телесно-ориентированный подход	Развитие навыка саморегуляции и терпения к людям
6.	Занятие №6	1.Приветствие. 2.Упр. «сиамские близнецы» 3. Упр. «Безмолвный крик» 4.Ролевая игра «Веревка» 5. Упр. «Бумажные мячик» 6. Групповая дискуссия «Конфликт и способы его разрешения»	Наблюдение, беседа, диагностика.	Работа в группах Телесно-ориентированный подход	Конфликты и способы их разрешения
7.	Занятие №7	1.Приветствие 2.Упр. «Дотронься до...» 3.Упр. «Хочу-Могу» 4.Информационная часть «Понятие внутриличностного конфликта» 5.Упр. «Скелет в шкафу» 6.Упр. «Мои ресурсы» 7.Упр. «Драгоценный подарок» 8.Рефлексия	Наблюдение, беседа, диагностика.	Работа в группах Телесно-ориентированный подход	Знакомство с понятием «внутриличностный конфликт»
8.	Занятие №8	1.Приветствие 2. Обсуждение результатов прошлого занятия 3.Групповая дискуссия «В поисках смысла жизни» 4.Упр. «События моей жизни» 5. Упр. Формула удачи 6.Рефлексия 7. Прощание	Наблюдение, беседа, диагностика.	Работа в группах Телесно-ориентированный подход	Ориентация подростка на поиск истинных целей жизни, формирование позитивного настроения, взгляда в будущее
9.	Занятие №9	1.Приветствие 2. Упр. «Узкий	Наблюдение, беседа,	Работа в группах Телесно-	Развитие навыков сотрудничества,

		мост» 3. Упр. «Говорим гадости» 4. Упр. «Разомкни кулак» 5. Игра «Город лжецов и город правдивцев» 6.Рефлексия	диагностика.	ориентированный подход	управления своими эмоциями и искреннего общения
10.	Занятие №10	1.Приветствие 2.Упр. «Аплодисменты» 3.Групповая дискуссия «Дружеское общение и конфликт» 4.Упр. «Горячий стул» 5.Упр. «прогулка доверия» 6.Рефлексия	Наблюдение, беседа, диагностика.	Работа в группах Телесно-ориентированный подход	Развитие доверия, выработка умения принимать критику, осознавать полноту дружеских отношений

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
Реализации программы по профилактике
девиантного поведения:**

«Учусь управлять собой»

МБОУ СОШ №120

<i>№</i>	<i>Дата</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Кол-во часов</i>
----------	-------------	---------------------	---------------------

1.		Знакомство. Что я знаю о себе?	1
2.		Мы все такие разные	1
3.		Мысли-чувства-поведение.	1
4.		Я-уникальный	1
5.		Устойчив ли я?	1
6.		Есть контакт!	1
7.		Мои ресурсы	1
8.		Формула удачи	1
9.		Управление эмоциями	1
10.		Доверие	1

Класс _____