

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Азевская основная общеобразовательная школа»
Агрызского района Республики Татарстан

«Рассмотрена»
на педсовете №1 от
«28» августа 2021 г.

«Утверждена»
Директор школы
Краф /Красноперова М.Л./
Приказ № 68 от
«28» августа 2021 г.



Профилактическая программа
«Путь к успеху»
5-6 класс

Содержание

1. Пояснительная записка.....
2. Календарно-тематическое планирование.....
3. Предполагаемые результаты и критерии их оценки.....
4. Разработки занятий согласно календарно-тематического планирования.....
5. Список используемой литературы.....

1. Пояснительная записка

Современное общество нуждается в самостоятельной независимой личности, умеющей принимать собственное решение, находить выход из различных ситуаций в постоянно изменяющемся мире, ощущая себя при этом человеком общества. Уважая свою неповторимость и уникальность других людей, современный гражданин должен уметь взаимодействовать и сотрудничать с разными людьми.

Формируясь и развиваясь в обществе, человек включается во множество социальных связей, взаимодействует с самыми разными людьми по самым разным поводам. Весь спектр многогранных, многосторонних связей охватывается понятием “общение”. Трудно представить себе сферу более многомерную, многотрудную, а, главное, весьма деликатную, порой трудноуловимую, чем общение.

Главное содержание подросткового возраста составляет его переход от детства к взрослости. Все стороны развития личности подвергаются качественной перестройке, возникают и формируются новые психологические образования.

Уже в младшем подростковом возрасте развивается потребность разобраться в своих поступках, оценить сложные жизненные ситуации, высказать свои суждения о жизни, складываются основы нравственности, формируются социальные установки, отношение к себе, к людям, к обществу. А, главное, в данном возрасте стабилизируются черты характера и основные формы межличностного поведения. Отношения с товарищами, находясь в центре жизни подростка, во многом определяют все остальные стороны его поведения и деятельности.

В возрасте 11-12 лет школьники чаще всего чувствуют себя уязвленными, отвергнутыми. Это может привести к резкому снижению самооценки, возрастанию робости в контактах, замкнутости, отклонениям в психическом развитии, возникновению аффективных переживаний, может стать причиной недисциплинированности, снижения успеваемости и даже правонарушений подростка. Все это вызывает необходимость проведения занятий, помогающих каждому школьнику изучать наряду с многообразием мира и самого себя, увидеть себя в центре человеческих взаимоотношений.

Наряду с этим, очень важно показать подростку, что целостный процесс общения наряду с информативно-коммуникативной функцией, функцией познания людьми друг друга, включает и функцию самопознания, что жизненно важные навыки - это комплекс поведенческих навыков, обеспечивающих человеку продуктивно взаимодействовать с окружающими и успешно справляться с требованиями и изменениями жизни.

Особым образом организованное взаимодействие в группе при участии педагога-психолога помогает школьникам в возрасте 11-12 лет осознать себя, свои ценности и сопоставить их с духовными и общественными ценностями, определить и сформировать свое отношение к творческой полноценной жизни человека как к цели, к которой надо стремиться.

Основная идея программы - научить младших подростков преодолевать трудные участки жизненного пути, проходить те или иные кризисы, связанные с учёбой, личными проблемами, проблемами во взаимоотношениях друг с другом, с взрослыми.

Цель программы – создание условий, способствующих приобретению подростками нового положительного социального опыта для личностного развития в процессе группового содержательного общения; выработка у подростков навыков противодействия давлению со стороны других людей с тем, чтобы они могли самостоятельно принять решение.

Основные задачи:

-Формировать у подростков интерес к проблемам общения.

-Формировать Я-концепцию.

-Формировать ценностное и ответственное отношение к себе.

-Формировать адекватные представления о чувствах, эмоциях, настроениях и их влиянии на поведение, а также умение управлять ими, и преодолевать стрессы.

-Развивать у подростков навыки интеллектуального общения.

-Показать зависимость успехов человека, его настроения от соблюдения им установленных в обществе правил общения и человеческого поведения.

-Воспитывать ценностное отношение к своему здоровью.

Рабочая программа кружка «Путь к успеху» для обучающихся 11-12 лет составлена на основе дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы социально-педагогической направленности кружка «Путь к успеху» для обучающихся 11-12 лет.

По своей структуре занятия состоят из следующих частей:

- вводная часть, актуализирующая имеющийся опыт и житейские знания (в этой части применяются такие психологические упражнения, как “мозговой штурм” и специальные” разогревающие” упражнения);

- основная часть, направленная на формирование новых представлений;

- заключительная часть (включает осмысление полученного опыта, рефлексии).

Методы и техники, используемые в программе:

1.Рольевые игры. Разыгрывание различных ситуаций.

2.Групповые дискуссии. Обсуждение вопросов, связанных с основной темой занятия.

3.Рисуночная арт-терапия. Задания могут быть предметно-тематические («Я в школе», «Мое любимое занятие», «Мой самый хороший поступок») и образно-тематические: изображение в рисунке абстрактных понятий в виде созданных воображением ребенка образов (таких, как «Счастье», «Добро»), а также изображающие эмоциональные состояния и чувства («Радость», «Гнев», «Обида»).

4.Моделирование образцов поведения. Поскольку тревожность и страхи перед определенными ситуациями обусловлены отсутствием у младшего подростка адекватных способов поведения, нами подобраны игры и упражнения на снятие тревожности, на преодоление школьных страхов, которые позволяют преодолеть тревожность и расширить поведенческий репертуар ребенка.

5.Работа в группах.

6.Игры, упражнения, творческие задания, рольевые ситуации. Данные методы способствуют более активному включению учащихся в работу, вызывают у них большой интерес, помогают лучше осознать свои позиции, выработать индивидуальные способы поведения, адекватные той или иной жизненной ситуации.

7."Мозговой штурм". Проводится с учетом сложности и проблемности темы и по соответствующим правилам.

8. Беседа.

Программа курса рассчитана на 35 часов и предназначена для обучающихся 11-12 лет.

В ходе групповых занятий создаются особые условия, способствующие формированию у подростков в возрасте 11-12 лет готовности к самоопределению через особый тип взаимодействия, в ходе которого ученик не ожидает готовых решений и образцов, а получает информацию благодаря организованному сотрудничеству с участниками занятий.

Частота занятий – 1 раз в неделю.

Продолжительность занятий – 35 минут

Все занятия проводятся с группой форме

**2. Календарно-тематическое планирование
на 2021-2022 учебный год**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Оборудование, методическое обеспечение	Дата (по плану)	Дата (фактическая)
-2	Входная диагностика. Вводное занятие «Что я умею»	2	ручки, листочки по кол-ву уч-ся.		
	Кто мы? Какие мы?	1	листы для изготовления карточек – визиток, цв. карандаши, ручки, тетради.		
	Общение в жизни человека.	1	тетради, ручки		
	Внешность и характер.	1	мягкая игрушка, тетради, карандаши.		
	Уверенное и неуверенное поведение.	1	мяч, тетради, карандаши, листочки с высказываниями		
	Я тебя понимаю.	1	тетради, ручки, плакат с рекомендациями, облегчающими общение		
	О друзьях и попутчиках.	1	пословицы о дружбе, ручки, тетради.		
	Какой он настоящий друг?	1	ручки, тетради		
0-11	Всегда ли нужно говорить «Да»?	2	тетради, ручки, карточки с видами зависимостей; плакат с формулой «Двух О».		
2-13	Эмоции.	2	мягкая игрушка (котик), тетради, ручки, пиктограммы эмоций; тетради, ручки, пиктограммы эмоций		
4	Учимся управлять собой.	1	картинки с изображением эмоций, силуэты с изображением человека, цв. карандаши, тетради		
5	Стресс.	1	тетради, ручки		
6	Промежуточная аттестация. Беседа «Мои достоинства и недостатки».	1	тетради, карандаши, карточки с буквами, листочки.		
7	Ответственность	1	тетради, ручки		
8	Чего я боюсь.	1	таблички с ответами «да», «нет», «иногда», тетради, цветные карандаши.		
9	Конфликт или взаимодействие?	1	мяч, клубок нитей, тетрадь.		
0	Как предотвратить	1	тетради, ручки, карточки с		

	конфликт.		ситуациями		
1	Как реагировать на негативные замечания.	1	тетради, ручки, разд. материал		
2	Настроение О-кей.	1	индивидуальные таблицы для упражнения «Что может повлиять на моё настроение», картинки с образами настроения, дневники настроения учащихся, «психологические зеркала», пиктограммы.		
3	Наш класс.	1	цв. карандаши, тетради, ручки.		
4	Школа, в которой хотелось бы учиться.	1	тетрадь, карандаши, ручки		
5	Семь “Я” (Я в кругу семьи).	1	тетрадь, карандаши, ручки		
6	Будем спокойны и доброжелательны.	1	плакат с изображениями эмоций; альбомные листы, цветные восковые мелки или карандаши, повязки на глаза (для упражнения «Знакомство с закрытыми глазами» и «Рисуем обиду»).		
7	Наши имена.	1	мяч, клубок, карандаши, тетради, ручки		
8	Самоуважение.	1	ручки, тетради, листы формата А4 (по кол-ву групп)		
9	Личность и индивидуальность.	1	цветные карандаши, ручки, тетради.		
0	Созвездие.	1	небосвод по количеству групп, (игровое поле из 6 частей), звездочки по количеству участников, фломастеры, клей, скотч, 1 свеча, музыка, мячи; по количеству детей – листы для рисования, цветные Кар., ручки		
1	Вот я какой!	1	анкеты по кол-ву детей, ручки, тетради, цв. карандаши.		
2	Я – уникальный.	1	шарф, цв. карандаши, тетради, ручки.		

3	Перед дальней дорогой.	1	тетрадь, карандаши, ручки, анкеты по кол-ву уч-ся		
4-35	Итоговая аттестация. Итоговое диагностическое занятие «Я успешен» Итого: 30 занятий 2 часа диагностики 3 часа аттестации	2	ручки, листочки по кол-ву уч-ся.		

3. Предполагаемые результаты и критерии их оценки

Основными критериями усвоения материала являются:

- анализ продуктов познавательной деятельности;
- целенаправленное наблюдение за работой учащихся на занятиях;
- умение учащихся давать самооценку и оценку происходящим событиям с необходимыми комментариями и объяснениями.

В результате изучения курса учащиеся должны овладеть следующими знаниями, умениями и навыками:

- овладеть психологической лексикой;
- овладеть “эмоциональной грамотностью”;
- осознать свои достоинства и достоинства других людей;
- осознать свое место в социуме;
- сформировать стойкое убеждение в приемлемости или неприемлемости соответствующих способов поведения.

Результатом занятий является определенный уровень сформированности социально-психологических и профессиональных качеств общения, поведения и деятельности, принятых в обществе, с помощью которых каждый пятиклассник сможет реализовать себя и самоопределиться. Ведь для каждого человека знания о нормах вхождения в жизнь, положительный социальный опыт очень важен, а способность общаться, умение сотрудничать, высказываться и оценивать себя является ведущими в становлении активной личной позиции и ролевого поведения.

В качестве измерителей оценки развития коммуникативных способностей, перцептивных и рефлексивных способностей используются следующие методики:

- Социометрия.
- Самооценка Методика Г.Н.Казанцевой.
- Тест школьной тревожности Филлипса.

По каждому параметру эффективности и результативности программы выводится общий коэффициент:

- «+» - критерий сформирован;
- «+/-» - критерий сформирован частично или находится на стадии формирования;
- «-» - критерий не сформирован.

Результаты эффективности и результативности заносятся в сводную таблицу.

И.О. уча- ся	Результаты первичной диагностики									Посещаем ость занятий			Результаты итоговой аттестации									
	Социомет рия			Самооцен ка			Школьная тревож- ность						Социометр ия			Самооце нка			Школьная тревож- ность			
	+	+	-	+	+	-	+	+	-				+	+	-	+	+	-	+	+	-	+

Система оценки достижений учащихся:

- журнал факультативных занятий;
- протоколы итоговой аттестации.

4. Разработки занятий согласно календарно-тематического планирования

Занятие 1-2. Первичное диагностическое занятие.

1. Социометрия.

-Раздели лист на 2 части (справа напиши тех одноклассников, кого бы ты хотел взять собой в 5 класс; слева того, кого бы не хотел. Аналогично с Днём рождения)

2. Изучение общей самооценки (МЕТОДИКА Г.Н. КАЗАНЦЕВОЙ)

Описание

Методика предложена Г.Н. Казанцевой и направлена на диагностику уровня самооценки личности. Методика построена в форме традиционного опросника.

ОБРАБОТКА

Подсчитывается количество согласий (ответы «да») с положениями под нечетными номерами, затем – количество согласий с положениями под четными номерами. Из первого результата вычитается второй. Конечный результат может находиться в интервале от – 10 до +1.

ИНТЕРПРЕТАЦИЯ

Результат от –10 до –4 свидетельствует о низкой самооценке; от +4 до +10 – о высокой самооценке.

ИНСТРУКЦИЯ: « Вам будут зачитаны некоторые положения. Вам нужно записать номер положения и против него – один из трех вариантов ответа: «да» (+), «нет» (-), «не знаю» (?), выбрав тот ответ, который в наибольшей степени соответствует Вашему собственному поведению в аналогичной ситуации. «Отвечать нужно быстро, не задумываясь».

Текст опросника

1. Обычно я рассчитываю на успех в своих делах.
2. Большую часть времени я нахожусь в подавленном настроении.

3. Со мной большинство ребят советуются (считаются).
4. У меня отсутствует уверенность в себе.
5. Я примерно так же способен и находчив, как большинство окружающих меня людей (ребят в классе).
6. Временами я чувствую себя никому не нужным.
7. Я все делаю хорошо (любое дело).
8. Мне кажется, что я ничего не достигну в будущем (после школы).
9. В любом деле я считаю себя правым.
10. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею.
11. Когда я узнаю об успехах кого-нибудь, кого я знаю, то ощущаю это как собственное поражение.
12. Мне кажется, что окружающие смотрят на меня осуждающе.
13. Меня мало беспокоят возможные неудачи.
14. Мне кажется, что для успешного выполнения поручений или дел мне мешают различные препятствия, которые мне не преодолеть.
15. Я редко жалею о том, что уже сделал.
16. Окружающие меня люди гораздо более привлекательны, чем я сам.
17. Думаю, что я постоянно кому-нибудь необходим.
18. Мне кажется, что я занимаюсь гораздо хуже, чем остальные.
19. Мне чаще везет, чем не везет.
20. Я всегда чего-то боюсь.

3. Тест школьной тревожности Филлипса.

Занятие 34-35. Итоговое диагностическое занятие.

1. Социометрия.
2. Самооценка.
3. Тест тревожности Филлипса.

5. Список использованной литературы

1. Божович Л. И. Проблемы формирования личности: избранные психологические труды / Под ред. Д.И. Фельдштейна. – Москва; Воронеж: Ин-т практической психологии, 1995.
2. Зюзько М.В. Пять шагов к себе. М., 1992.
3. Кан-Калик В.А. Грамматика общения “Роспедагентство” 1995.
4. Коломинский Я.Л. Человек среди людей. М., 1970.
5. Коломинский Я.Л. Человек: психология. М., 1986.
6. Леви В.Л. Я и мы. М.: Молодая гвардия, 1973.
7. Платов В.Я. Деловые игры: разработка, организация, проведение. М.: НПУ “Профиздат”, 1991.
8. Психология. Словарь/ Под общ. Ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского.-2-е изд., испр. И доп.- М.,: Политиздат, 1990.
9. Родионов В.А. Я и другие. Тренинги социальных навыков. Для учащихся 1-11 классов. – Ярославль: Академия развития, 2001.

10. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. – М., 2004г.
11. Рудякова О. Маленький волшебник // школьный психолог. – 2007. - №21.
12. Фурсенко А.Н. Развивающее занятие для учащихся 5 классов "Секреты общения"
[//nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/zanyatie-sekretu-obshcheniya](http://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/zanyatie-sekretu-obshcheniya)
13. Юдина Н. Программа “Навстречу” // Школьный психолог. – 2007. - №12.
14. Журавлева О.В. Программа "Путешествие во времени": Методические рекомендации по курсу развивающих занятий для подростков.-Кемерово: Кузбассвузиздат, 1998. - 32 с.
15. Бадмаев С. А. Психологическая коррекция отклоняющегося поведения школьников. М 1993.

Профилактическая программа «Путь к успеху»

**ПУТЬ
К УСПЕХУ!**

