Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования

Центр «Эдельвейс»



Дополнительная общеобразовательная программа

социально - педагогической направленности

**«Преодолевая преграды»**

 Срок реализации: 1год

 Возраст обучающихся: 7 - 18 лет

 Автор-составитель:

социальный педагог по сопровождению

приемных семей Гавриленко М.К.

г. Пошехонье, 2020 г

**Дополнительная общеобразовательная программа социально - педагогической направленности «Преодолевая преграды».**

**Краткая аннотация:**

Дополнительная общеобразовательная программа «Преодолевая преграды» предназначена для детей-сирот и детей, оставшиеся без попечения родителей, проживающих в приемных семьях, у которых уже были на более ранних этапах развития существуют нарушения социальной адаптации, которые привели к определённым дезадаптивным формам поведения, к так называемому девиантному поведению.

Предлагаемая программа нацелена на развитие социального интеллекта несовершеннолетних подопечных.

**Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Социальная адаптация несовершеннолетних граждан» разработана на основе следующих нормативных документов:

Федерального закона от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Федерального государственного стандарта основного общего образования (утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010г.№1897).

Направленность дополнительной общеобразовательной программы «Социальная адаптация несовершеннолетних граждан» - социально-педагогическая.

**Актуальность программы.** Дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей - это особая социальная группа, которой присущи явления родительской, социальной, психической депривации. При отсутствии материнской любви и заботы дети лишаются возможности удовлетворять в полной мере сразу целый комплекс необходимых для нормального развития потребностей, главными из которых являются потребности в любви, ласке, чувстве безопасности. Ребенок, растущий в условиях учреждений интернатного типа, как правило, не осваивает навыки продуктивного общения. Нуждаясь в любви и внимании, он не умеет вести себя таким образом, чтобы с ним общались в соответствии с этой потребностью. Отчужденность, эмоциональная холодность, неумение эмоционально общаться, отсутствие навыков общения - вот далеко не полный перечень отклонений в развитии. Специфические условия жизни в учреждении интернатного типа, эмоциональная депривация нарушают психическое развитие ребенка, искажают его эмоциональную сферу.

Общее физическое, психическое развитие детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей отличается от развития сверстников, растущих в семьях. У них отмечаются замедленный темп психического развития, ряд негативных особенностей: низкий уровень интеллектуального развития, бедные эмоциональная сфера и воображение, позднее формирование навыков саморегуляции и правильного поведения. Отмечается нарушение социального взаимодействия, отсутствие тенденции к сотрудничеству, неадекватная самооценка, неуверенность в себе, недостаточное развитие самостоятельности и ответственности, низкая мотивация к достижению успеха, чувствительность к жизненным трудностям и личностной неготовности к их решению. Плохо развиты навыки самостоятельно принимать ответственные решения в социально опасных ситуациях. Их поведение характеризуется раздражительностью, вспышками гнева, агрессии, преувеличенным реагированием на события и взаимоотношения, обидчивостью, провоцированием конфликтов со сверстниками, неумением общаться с ними.

Особенностью детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, является наличие в их жизненном опыте травмирующих ситуаций (жестокое обращение, потеря родителей и т.п.). Психотравма является событием, которое изменяет систему отношений детей, приводит к дезадаптации в сфере общения и поведения.

Семья является источником и опосредующим звеном передачи ребенку социально-исторического опыта, прежде всего опыта эмоциональных и деловых взаимоотношений между людьми. Потеря семьи - тяжелейшая трагедия в жизни ребенка, которая оставляет глубокий след в его судьбе. За последние 40 лет государство пытается справиться с все возрастающей волной сиротства ("социального" сиротства), развивая разные формы опеки и попечительства. Семейное жизнеустройство (в частности, приемная семья) положительно влияет на развитие детей-сирот. Тем не менее, не может полностью компенсировать последствий потери родителей, эмоциональной депривации, нарушений привязанности, мозаичности развития.

**Новизна программы.** Согласно подходу гуманистической психологии ребенок не объект воздействий взрослого, не "сырье" для формирования чего бы то ни было, ребенок - субъект, автор, активно работающий над развитием самого себя, своей личности и сам несущий ответственность за это самостановление. Задача программы - не формировать человека по заданным образцам, а помочь в самореализации, в раскрытии личностного потенциала, в принятии и освоении собственной свободы и ответственности за жизненные выборы.

**Отличительные особенности программы.** Занятия программы построены с учетом перечисленной проблематики детей, оставшихся без попечения родителей, детей-сирот и ориентированы на содействие их успешной социальной адаптации.

**Адресат программы.** Программа предназначена для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, проживающих в замещающих семьях, в возрасте 7-18 лет.

**Объём и срок освоения программы.** Программа психолого-педагогического сопровождения детей, оставшихся без попечения родителей, и детей-сирот рассчитана на 12 часов. Срок реализации 1 год.

**Форма обучения**: очная.

**Режим занятий, периодичность и продолжительность**. Занятия проводятся один раз в неделю. Две группы: возраст 7-11лет, возраст 12-18лет. Временные границы каждого занятия определяются специалистом в зависимости от особенностей детей и их возраста.

**Цель программы:** - содействие успешной социальной адаптации детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, живущих в условиях приемной семьи.

**Возрастная группа 7-11 лет.** Задачи программы:

- расширять личностные ресурсы;

- обучать детей приёмам саморегуляции;

- научить способам анализа своего поведения и поведения других людей;

- формировать навыки конструктивного выхода из проблемных ситуаций.

Планируемые результаты реализации программы:

- адекватный уровень самооценки;

- снижение уровня тревожности;

- усиление личностных ресурсов, препятствующих социальной дезадаптации;

- формирование навыков самоконтроля и управления своим поведением - формирование конструктивных поведенческих реакций в проблемных для ребенка ситуациях.

Учебный план программы

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| N | Наименование тем | Всего часов | в том числе | Форма контроля |
| теоретических | практических |
| 1 | **«Зачем нужно знать себя»**.  | 1ч. | 0,5ч. | 0,5ч. | Анкетирование, наблюдение, рефлексия |
| 2 | **«Самооценка».**  | 1ч. | 0,5ч. | 0,5ч. | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| 3 | **«Мои внутренние друзья и мои внутренние враги».**  | 1ч. | 0,5ч. | 0,5ч. | Анкетирование, наблюдение, рефлексия |
| 4 | **«Ярмарка достоинств».**  | 1ч. |  | 1ч. | Анкетирование, наблюдение, рефлексия |
| 5 | **«Почему люди ссорятся».**  | 1ч. | 0,5ч. | 0,5ч. | Наблюдение, рефлексия |
| 6 | «**Барьеры общения»**.  | 1ч. | 0,5ч. | 0,5ч. | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| 7 | **«Учимся слушать друг друга».**  | 1ч. | 0,5ч. | 0,5ч. | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| 8 | **«Уверенное и неуверенное поведение»**.  | 1ч. | 0,5ч. | 0,5ч. | Диагностика, анкетирование, наблюдение, рефлексия |
| 9 | **«Агрессия»**.  | 1ч. | 0,5ч. | 0,5ч. | Наблюдение, рефлексия |
| 10 | **«Мои проблемы»**.  | 1ч. | 0,5ч. | 0,5ч. | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| 11 | «**Обиды»**.  | 1ч. | 0,5ч. | 0,5ч. | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| 12 | «**Азбука перемен»**.  | 1ч. |  | 1ч. | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| Итого | 12ч. | 5ч. | 7ч. |  |

**Содержание учебного плана**

**Занятие 1. «Зачем нужно знать себя»**. Теория: беседа о значении общения в жизни человека. Практика: упражнение «Цвет настроения», упражнение «Я рад общаться с тобой», самоанализ «Кто я? Какой я?».

**Занятие 2. «Самооценка».**  Теория: беседа «Самое-самое» (о самоценности человеческого «Я»). Практика: методика «Самооценка», методика «Моя вселенная».

**Занятие3.«Мои внутренние друзья и мои внутренние враги».** Теория: беседа на тему «Эмоции».

Практика: игры: «Угадай эмоцию», «Назови эмоцию», упражнение «Поставь балл эмоции».

**Занятие 4. «Ярмарка достоинств».**

Практика:Игра «Ярмарка достоинств», упражнение «Вверх по радуге».

**Занятие 5. «Почему люди ссорятся».**

Теория:беседа на тему «Почему люди ссорятся» (понятие «конфликт», особенности поведения в конфликтной ситуации, способы выхода из конфликтной ситуации).

 Практика: игра «Разожми кулак», «Да и нет»

**Занятие 6.** «**Барьеры общения»**.

Теория: беседа на тему о вербальных барьерах общения, альтернативны варианты поведения, анализ различных состояний. Практика: игра «Перетягивание каната», тест «Конфликтный ли ты человек».

**Занятие 7. «Учимся слушать друг друга».**

Теория:беседа о значимости собственного «Я», понимание необходимости жить в согласии с собой и другими.

 Практика: тест «Умеете ли вы слушать?», игра «Испорченный телефон», «Пойми меня».

**Занятие 8. «Уверенное и неуверенное поведение»**.

Теория: беседа на тему «понятие о сильной личности», уверенное поведение.

Практика: тест «Как я ориентируюсь в разных ситуациях», игра «Вопрос-ответ», «Себе — другим».

**Занятие 9. «Агрессия»**.

Теория: беседа об агрессивном поведении, притча о змее,

Практика: упражнение «Выставка».

**Занятие 10.** **«Мои проблемы»**.

Теория: знакомство с термином «проблема».
Практика: упр-е «Диалог с самим собой», упражнение с шарами.

**Занятие 11.** «**Обиды»**.

Теория: беседа на тему понятие «обида», способы борьбы с обидой.

Практика: рисуем обиду, обсуждение рисунка.

**Занятие 12.** «**Азбука перемен»**.

Практика: Упражнение «Азбука перемен», игра «Нарисуем жизнь», «Добрые слова».

**Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Месяц | Время проведениязанятия | Форма занятия | Кол-во часов | Тема занятия | Место проведения | Форма контроля |
| 1 | 11 | В соответствии с расписанием  | Лекционно-практическая | 1 | «Зачем нужно знать себя». | зал для групповых занятий | Анкетирование, наблюдение, рефлексия |
| 2 | 11 |  | Лекционно-практическая | 1 |  «Самооценка»  |  | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| 3 | 12 |  | Лекционно-практическая | 1 | «Мои внутренние друзья и мои внутренние враги»  |  | Анкетирование, наблюдение, рефлексия |
| 4 | 12 |  | Лекционно-практическая | 1 |  «Ярмарка достоинств»  |  | Анкетирование, наблюдение, рефлексия |
| 5 | 12 |  | Лекционно-практическая | 1 |  «Почему люди ссорятся» |  | Наблюдение, рефлексия |
| 6 | 01 |  | Лекционно-практическая | 1 |  «Барьеры общения» |  | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| 7 | 01 |  | Лекционно-практическая | 1 | «Учимся слушать друг друга»  |  | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| 8 | 01 |  | Лекционно-практическая | 1 | «Уверенное и неуверенное поведение». |  | Диагностика, анкетирование, наблюдение, рефлексия |
| 9 | 02 |  | Лекционно-практическая | 1 | «Агрессия» |  | Наблюдение, рефлексия |
| 10 | 02 |  | Лекционно-практическая | 1 | «Мои проблемы».  |  | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| 11 | 02 |  | Лекционно-практическая | 1 |  «Обиды»  |  | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| 12 | 02 |  | игра | 1 | «Азбука перемен»  |  | Диагностика, наблюдение, рефлексия |

**Возрастная группа 12-18 лет.**

Задачи программы:

- корректировать и формировать социальные умения и навыки участников занятий,

- развивать способности понимать себя и других,

- обучать приемам адекватного межличностного общения,
- развивать способность к саморегуляции поведения и к положительному разрешению конфликтных ситуаций.

Планируемые результаты реализации программы:

- адекватный уровень самооценки,

- формирование социальных умений и навыков, - развитие способности к саморегуляции поведения и к положительному разрешению конфликтных ситуаций, - формирование профессиональных намерений и подготовка подростков к успешному профессиональному самоопределению.

Учебный план программы

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| N | Наименование тем | Всего часов | в том числе | Форма контроля |
| теоретических | практических |
| 1 | **«Кто мы? Какие мы»**.  | 1ч. | 0,5ч. | 0,5ч. | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| 2 | **«Моя самооценка».**  | 1ч. | 0,5ч. | 0,5ч. | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| 3 | **«Стили общения».**  | 1ч. | 0,5ч. | 0,5ч. | Анкетирование, наблюдение, рефлексия |
| 4 | **«Ярмарка достоинств».**  | 1ч. |  | 1ч. | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| 5 | **«Учимся взаимодействовать с окружающими».**  | 1ч. | 0,5ч. | 0,5ч. | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| 6 | **«Уверенное и неуверенное поведение».**  | 1ч. | 0,5ч. | 0,5ч. | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| 7 | **«Агрессия».**  | 1ч. | 0,5ч. | 0,5ч. | Наблюдение, рефлексия |
| 8 | **«Мои проблемы»**.  | 1ч. |  | 1ч. | Наблюдение, рефлексия |
| 9 | **«Учимся прощать обиды»**.  | 1ч. | 0,5ч. | 0,5ч. | Наблюдение, рефлексия |
| 10 | **«Жизненные ценности»**.  | 1ч. | 0,5ч. | 0,5ч. | Наблюдение, рефлексия |
| 11 | **«Выбор пути».**  | 2ч. | 0,5ч. | 0,5ч. | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| **Итого:** | 12ч. | 5ч. | 7ч. |  |

**Содержание учебного плана**

**Занятие 1. «Кто мы? Какие мы?»**. Теория: беседа о значении общения в жизни человека. Практика: упражнение «Знакомство», упражнение «Настроение», самоанализ «Кто я? Какой я?».

**Занятие 2. «Моя самооценка».**  Теория: беседа "Осознание себя индивидуальностью". Практика: методика «Самооценка» Дембо - Рубенштейна, методика «Моя вселенная», «Круг значимых имен», «Мои ценные качества», упражнение «Рисуем дерево», притча «Конфеты».

**Занятие3.«Стили общения».**

Теория: беседа об эффективных способах общения.

Практика: игры: «Встаньте в круг », «Меняются местами те, кто…», «Пойми меня», упражнение: «Мои добрые дела», «Ассоциации», анкетирование «Откровенно говоря…».

**Занятие 4. «Ярмарка достоинств».**

Практика: анализ анкет «Откровенно говоря…», упражнение на представление чувства собственного достоинства, игра « Леди и джентльмены», «Воздушный шар», упражнение «Список претензий».

**Занятие 5. «Учимся взаимодействовать с окружающими».** Теория:беседа о необходимости жить в согласии другими.

Практика: игра «Замочная скважина», упражнение «Грани сходства», «Путаница», техника «Конструирование образов», тест «Умеете ли вы слушать?», упражнение, «Грани различия», «Установить контакт с группой», игра «Пойми меня».

**Занятие 6. «Уверенное и неуверенное поведение».**

Теория: беседа на тему «понятие о сильной личности», уверенное поведение.

Практика: тест «Как я ориентируюсь в разных ситуациях», игра «Вопрос-ответ», «Себе — другим».

**Занятие 7. «Агрессия»**.

Теория: беседа об агрессивном поведении.

Практика: упражнение «Болото», игра «Суд», «Ситуация».

**Занятие 8.** **«Мои проблемы»**.

Практика: упражнение «Одиночество», «Метафора на себя», «Испорченный телефон жестов», «Как я справляюсь со своими проблемами».

**Занятие 9. «Учимся прощать обиды».**

Теория: мини-лекция «Обиды».

Практика: обсуждение сказки «Прости», игра «Сплетни», упражнение «Рюкзак обид», «Чаша освобождения». **Занятие 10.** **«Жизненные ценности».**

Теория: беседа об общечеловеческих ценностях.

Практика: дискуссия – обсуждение притчи «Богатство», упражнение «Значимое в жизни», игра «Аукцион», «Чемодан», «Необитаемый остров».

**Занятие 11. «Выбор пути».** Практика: тренинг «Мой багаж», тренинг «Будущее своими руками».

**Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Месяц | Время проведениязанятия | Форма занятия | Кол-во часов | Тема занятия | Место проведения | Форма контроля |
| 1 | 11 | В соответствии с расписанием  | Лекционно-практическая | 1 | **«Кто мы? Какие мы?»** | зал для групповых занятий | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| 2 | 11 |  | Лекционно-практическая | 1 | **«Моя самооценка»** |  | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| 3 | 12 |  | Лекционно-практическая | 1 | **«Стили общения»** |  | Анкетирование, наблюдение, рефлексия |
| 4 | 12 |  | Практическая | 1 | **«Ярмарка достоинств»** |  | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| 5 | 12 |  | Лекционно-практическая | 1 | **«Учимся взаимодейство- вать с окружающими»** |  | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| 6 | 01 |  | Лекционно-практическая | 1 | **«Уверенное и неуверенное поведение».** |  | Диагностика, наблюдение, рефлексия |
| 7 | 01 |  | Лекционно-практическая | 1 | **«Агрессия»** |  | Наблюдение, рефлексия |
| 8 | 01 |  | Практическая | 1 | **«Мои проблемы»** |  | Наблюдение, рефлексия |
| 9 | 02 |  | Лекционно-практическая | 1 | **«Учимся прощать обиды»** |  | Наблюдение, рефлексия |
| 10 | 02 |  | Лекционно-практическая | 1 | **«Жизненные ценности»** |  | Наблюдение, рефлексия |
| 11 | 02 |  | Практическая | 2 | **«Выбор пути»**  |  | Диагностика, наблюдение, рефлексия |

**Материально – техническое обеспечение.**

**Технические средства**: цифровой фотоаппарат, ноутбук, видеопроектор, демонстрационный экран.

**Информационное обеспечение**: интернет источники.

**Кадровое обеспечение**: педагог дополнительного образования, имеющий  высшее образование. **Формы аттестации**: педагогическое наблюдение, педагогический анализ результатов анкетирования, тестирования, выполнения диагностических заданий.

 Система оценки достижения планируемых результатов включает в себя входную, промежуточную и итоговую оценку.

Входная оценка достижения результатов включает самооценку участников и экспертную оценку воспитателя.

Промежуточная оценка достижения планируемых результатов состоит из наблюдений педагога за изменениями в поведении, словах, способах разрешения трудностей и рефлексия прошедшего занятия.

Итоговая оценка достижения планируемых результатов включает в себя повторную самооценку участников и экспертную оценку педагога, отзывы участников о программе, рисунок на тему "Я до и после занятий".

**Список литературы:**

1. Амбросьева Н.Н*.* Классный час с психологом: сказкотерапия для школьников. М.: Глобус, 2008.

2. Воропаева, И.П. Коррекция эмоциональной сферы младших школьников [Текст]: Практическое пособие / И.П. Воропаева. – М.: Айрис – пресс, 2008. – 136 с. 3. Гуреева И.В. Психология. Упражнения, игры, тренинги 5-11 классы. Волгоград: Корифей, 2010 4. Дереклеева Н.И. Модульный курс учебной и коммуникативной мотивации учащихся или учимся жить в современном мире. М.: ВАКО, 2004.

5. Евлампиева М. Перекрёстки возможностей [Текст]: Программа развития социальных навыков младших подростков / М. Евлампиева. – М.: Чистые пруды, 2010. – 31с.

6. Микляева, А.В. Я-подросток. Я среди других людей [Текст]: Программа уроков психологии/И.В. Микляева. СПб.: Издательство «Речь», 2005. – 118с.

7. Слободяник, Н.П.    Психологическая помощь школьникам с проблемами в обучении [Текст]: Практическое пособие / Н.П. Слободяник. – 3-е изд. – М.: Айрис – пресс, 2006. – 536 с.

8. Прутченков, А.С. Трудное восхождение к себе [Текст]: Практическое пособие / А.С. Прутченков. – М.:  Российское педагогическое агенство, 1995. – 140.

9. Понамаренко Л.П. Основы психологии для старшеклассников [Текст]: Пособие для педагога / Л.П.Пономаренко. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2001. – 192 с. 10. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии. М.: Генезис, 2005

11. Игры – обучение, тренинг, досуг. Педагогические игры [Текст]: Практическое пособие / под редакцией В.В. Петрусинского. – М.: ГЦ «ЭНРОФ», 1994. – 132 с.

12. Я и другие. Тренинги социальных навыков [Текст]: для учащихся 1-11-х классов / под ред. В.А. Родионова. – Ярославль: Академия развития, 2003. – 224 с.

13. Фоппель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения [Текст]: Практическое пособие / К. Фоппель – в 4-х томах. Т.2. – М.: Генезис, 1998.

14. Юдина И.Г. Когда не знаешь, как себя вести…М.: Аркти, 2007.