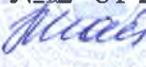


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Журавушка» Управление по опеке и попечительству Администрации городского округа город Уфа Республики Башкортостан

Рекомендована
Методическим советом
Протокол № 6 от 02.11. 2015 г.

Утверждена
Педагогическим советом
Протокол №2 от 25.01. 2016 г.
Директор  Н.В.Казбан



Дополнительная общеобразовательная программа групповых занятий «Я справлюсь!»

Направленность: просветительно-
профилактическая
Категория: младший школьный
возраст
Срок реализации: 2 месяца
Составитель:
методист Гиниятуллина Л.Ф.

Уфа-2016

1. Пояснительная записка

Формирование базовых ценностей, ценностных ориентиров у детей – главная задача семьи. Однако современная семья далеко не всегда справляется с этой функцией. Поэтому у ребенка возникают проблемы в формировании личностных качеств, в социализации; и как следствие могут возникать суицидальные мысли у детей. И на школу ложится ответственная задача – формировать ценностный ориентир у детей и минимизировать недостатки семейного воспитания. Наиболее сензитивный возраст начальная школа. Дети в силу недостаточного жизненного опыта не понимают всех ценностей и ценности самой жизни. Современный ребенок испытывает высокую тревожность в отношении будущего, тяжело воспринимает разногласия с родителями и, конечно, непонимание со стороны сверстников. Все это вызывает у ребенка чувство незащищенности и, в конце концов, может привести к трагическому исходу.

По данным психологов, дети в возрасте до 8 - 10 лет имеют очень смутное представление о смерти. В этом возрасте не бывает истинных самоубийц, они погибают случайно, в результате опасных игр. И риск такой детской смерти увеличивается, так как в современном мире с каждым днем растет число различных компьютерных игр, телепередач, мультфильмов, которые показывают детям пример жестокости. В этом возрасте дети очень внушаемы, поэтому они могут подвергнуться манипуляции. Например, сейчас в сети Интернет достаточно различных социальных сетей, в которых создаются группы, призывающие к совершению суицида или иных опасных действий.

В литературе указывается различные причины, которые толкают ребенка на совершение суицида. Чаще всего - пренебрежительное отношение к личности ребенка, отсутствие истинной любви и понимания со стороны взрослых. Зачастую прецедуцидальное состояние ребенка очень трудно заметить. Это может выражаться в потере интереса к учебе, снижении мотивации к общению со сверстниками или взрослыми, апатия. И если вовремя не выяснить причины этих изменений и не оказать психологическую

или медицинскую помощь, такое состояние может перерасти в депрессию с трагическим исходом.

К сожалению, в силу большой загруженности учитель не всегда своевременно может заметить изменения в состоянии ребенка и грамотно оказать помощь. Актуальность программы заключается в ранней профилактике аутоагрессивных состояний у детей.

Цель программы: формирование жизнестойкости детей, умение противостоять негативным влияниям социума.

Для реализации поставленных целей необходимо **решение следующих задач:**

- 1) научить ценить жизнь;
- 2) формировать умение решать проблемы на уровне своего возраста;
- 3) развивать навыки ответственного отношения к своей жизни и жизни других людей;
- 4) развивать навыки взаимодействия, общения, сплочения коллектива;
- 5) повышать позитивный эмоциональный настрой, улучшить социально-психологический климат в классе.

Просветительско-профилактическая программа рассчитана на детей младшего школьного возраста (7-10 лет), обучающихся в одном классе.

Формы и методы работы:

- психологические игры;
- психологические упражнения;
- арт-терапевтическая деятельность детей.

Количество детей в группе от 10 до 15 человек. Программа состоит из 10 занятий. Занятия длительностью 40-45 минут проводятся 2 раза в неделю. Срок реализации: 2 месяца.

Ожидаемые результаты: минимизация аутоагрессивного поведения детей, сформированность понимания ценности жизни, сплочение коллектива, толерантное отношение детей друг к другу, улучшение эмоционального настроения.

Формой контроля результативности программы является сравнительный анализ входной и выходной диагностики социально-психологического климата среди детей. Диагностика проводится с использованием психометрического теста (С. Делингер) и разработанного авторского опросника (Л.Ф.Гиниятуллина).

При определении степени проявления аутоагрессивного поведения детей используются следующие **критерии**: степень устойчивости при конфликтных ситуациях в семье и социуме; степень осознания ребенком ответственности перед родителями за свою жизнь, понимания и признания ценности его собственной жизни.

2. Учебно-тематический план

3. Содержание дополнительной образовательной программы

№	Тема занятия	Краткое описание содержания занятий	Кол-во часов
1	Занятие 1	Входная диагностика	45 минут
2	Занятие 2 Тема: «Мы и наше настроение: от чего и от кого оно зависит?»	Выполнение рисунка «Мой портрет в лучах солнца», беседа о хорошем настроении, игра «Мы тоже!», выполнение упражнения «Цвет моего настроения» и «Вверх по радуге»	45 минут
3	Занятие 3 Тема: «Жизненные радости»	Прослушивание авторской сказки «Мальчик и корабль», игра «Поймай хвост», выполнение рисунка и его обсуждение, игра «Мешочек хорошего настроения», подведение итогов	45 минут
4	Занятие 4 Тема: «Я, мои успехи и неудачи»	Игра «Импульс», игра «Успехи и неудачи», работа с пословицами, рассказ «Контрольная работа», обсуждение рассказа, игра «Рисуем по очереди», выполнение упражнения «Это здорово!», подведение итогов	45 минут
5	Занятие 5 Тема: «Я сильный и	Игра «О хорошем расскази», сказка «Зайчонок Кеша»,	45 минут

	упорный» по сказке «Зайчонок Кеша»	обсуждение сказки, выводы по сказке, игра «Наимудрейший, или что делать, когда трудно», выполнение упражнения «Учим правило», подведение итогов	
6	Занятие 6 Тема: «Наши эмоции»	Беседа, выполнение мимической гимнастики «Победи свой страх», игра «Изобрази эмоцию», игра «Назови эмоцию», сказка «О Волшебнике», выполнение творческой работы «Цветок настроений», беседа по сказке, подведение итогов	45 минут
7	Занятие 7 Тема: «Формирование у детей жизнеутверждающих установок»	Выполнение упражнения «Я справился!», беседа, рассказ Л. Пантелеева «Две лягушки», обсуждение, работа с раскрасками, игра «Сломалась игрушка», беседа, выполнение упражнения «Мусорное ведро», выполнение упражнения «Ты мне нравишься тем, что...», подведение итогов	45 минут
8	Занятие 8 Тема: «Все в жизни можно исправить»	Приветствие, работа с лозунгами-утверждениями, игра «Капкан или замкнутый круг», рассказ «Вот если бы все было не так...», выполнение упражнения «Закончи фразу», выполнение арт-терапевтического упражнения «Круги», подведение итогов	45 минут
9	Занятие 9 Тема: «Можно ли научиться управлять собой?»	Приветствие, выполнение упражнения «Подари друг другу улыбку», рассказ «Я не могу этого вынести!», обсуждение, выводы по рассказу, игра «Катастрофа», игра «Море волнуется», подведение итогов, рефлексия	45 минут
10	Занятие 10	Выходная диагностика	45 минут

4. Список используемой литературы

1. Давайте согласимся иметь разногласия. Из опыта работы педагогов-психологов и социальных педагогов образовательных учреждений республики Башкортостан по формированию толерантного сознания и поведения обучающихся./ Уфа – 2012.
2. Крюкова С.В. Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. – М., 2007.
3. Микляева А.В. Румянцева П.В. Школьная тревожность. – С.П., 2006.
4. Уханова А.В. Развитие эмоций и навыков общения у ребенка. – С.П., 2011.
5. Журнал «Классное руководство и воспитание школьников», 2015 - №3.
6. Разработка классных часов//Школьный психолог//, 2012 - №5.
7. Линия жизни. Из опыта работы социальных педагогов, классных руководителей образовательных учреждений Республики Башкортостан по профилактике наркомании и аутоагрессивного поведения среди несовершеннолетних в условиях обеспечения введения ФГОС нового поколения./ Уфа – 2014.