


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.