

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа №4 г. Туринска.

Приложение к ООП ООО

МАОУ ООШ №4, утвержденной
приказом и.о директора МАОУ ООШ №4

Л. А. Авдеенко

от 28.08.2024 г. № 85-ОД

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности
«Диалоговые площадки»
(психолого-педагогическое сопровождение)
Возраст обучающихся: 12-16 лет

Составитель: Дружинина Алёна Андреевна

Туринск
2024 г

Пояснительная записка

Программа «Диалоговые площадки» (Программа) имеет психолого-педагогическую направленность и предназначена для групповой работы с детьми и подростками в возрастном диапазоне 12- 16 лет. Программа разработана с изучением особенностей психологического развития в подростковом и юношеском возрасте, а также с оказанием им эмоциональной поддержки и формированием навыков продуктивного общения и социально приемлемого поведения в коллективе сверстников.

Актуальность данной Программы определяется возрастающими потребностями нашего общества в поисках путей создания благоприятных условий для максимального развития личности, эффективности ее жизненного пути. В современных условиях жизнедеятельность подростков и юношей предполагает проявление активности, мобильности и самостоятельности в принятии решений. Условия, в которых протекает жизнедеятельность современного подростка, часто по праву называют экстремальными и стимулирующими развитие стресса. В этих сложных условиях актуализируются проблемы, связанные с решением возникающих перед человеком трудных жизненных ситуаций. Эта проблема актуальна для школьников, так как создавшаяся социальная обстановка требует от них максимальной адаптации, особенно для данного контингента подростков. Для некоторых трудные жизненные ситуации выступают в качестве повода суицидального поведения, другие же в подобных ситуациях проявляют свою жизнестойкость.

Таким образом, усилия педагогов, в первую очередь должны быть направлены на формирование личностных ресурсов, которые помогут сопротивляться стрессовым, фрустрирующим обстоятельствам и вовлечению в социальную патологию.

В отечественной психологии проблема трудных и экстремальных жизненных ситуаций разрабатывается многими учеными: это Н.В. Тарабарина, М. Ш. Магомед-Эминов, Н.Н. Пуховский, Ф.Е. Василюк, К. Муздыбаев, В. Лебедев, М.М. Решетников, Ц.П. Короленко, Ю.А.Александровский и другие.

Сегодня предпринимаются попытки целостного осмысления личностных характеристик, ответственных за успешную адаптацию и совладание с жизненными трудностями в работах Л.Н. Гумилева, А.Г. Маклакова, понятие о личностном потенциале, разрабатываемое Д.А. Леонтьевым.

В концепции жизнестойкости С. Мадди также рассматривается индивидуально-личностный, смысловой контекст саморегуляции.

Анализ теоретических и методологических основ позволяет сделать вывод о том, что жизнестойкость – тот фактор, внутренний ресурс, который подвластен самому человеку, это то, что он может изменить и переосмыслить, то, что способствует поддержанию физического, психического и социального здоровья, установка, которая придает жизни ценность и смысл в любых обстоятельствах. Формирование жизнестойкости педагогическими средствами может снизить степень суицидального риска.

Вопросы жизнестойкости личности имеют огромное практическое значение, поскольку устойчивость охраняет личность от дезинтеграции и личностных расстройств, создает основу внутренней гармонии, полноценного психического здоровья, высокой работоспособности.

Таким образом, жизнестойкость является формируемой интегральной характеристикой, которая определяется оптимальной смысловой регуляцией личности, ее адекватной самооценкой, развитыми волевыми качествами, высоким уровнем социальной компетентности, развитыми коммуникативными умениями и характеризует меру способности личности выдерживать стрессовую ситуацию, сохраняя внутреннюю сбалансированность и не снижая успешность деятельности.

Данная программа направлена на формирование навыков коммуникации, саморегуляции поведения, эмоций и самооценки личности, а также предназначена для организации профилактической и коррекционной работы по развитию жизнестойкости, способности преодоления трудных жизненных ситуаций среди слабослышащих и позднооглохших подростков. Ее реализация позволяет осуществлять социальную и психологическую защиту старшеклассников, снизить девиантные проявления в поведении.

В основу разработки программы для подростков заложен деятельностный подход, что предполагает учет особых образовательных потребностей, обеспечивает разнообразие содержания, предоставляя обучающимся возможность реализовать индивидуальный потенциал развития.

Новизна данной программы состоит в создании «Диалоговых площадок» для обучающихся среднего звена школы – это инновационная форма воспитательной работы, которая объединяет в себе современные педагогические технологии, новые методы общения и новые пути организации коммуникаций. Диалоговые площадки — это то место, которое позволит ребятам выразить и обсудить свою точку зрения и мнение по заданной теме, а также развитие жизнестойкости и исполнительской деятельности, что способствует формированию нравственных качеств у старшеклассников.

Цель и Задачи программы

Цель программы заключается в актуализации у детей и подростков интегративных психических качеств, включающих общую психологическую культуру, эмоционально-личностные черты и навыки доброжелательной коммуникации.

Задачи:

- организовать психолого-педагогическое сопровождение для эффективной социализации старшеклассников в образовательной организации посредством «Диалоговых площадок»;
- повысить уровень жизнестойкости старшеклассников посредством участия в тренингах; обогащение эмоциональной сферы участников Программы путем формирования у них осознанного отношения к собственным эмоциям, а также развитие навыков адекватного их выражения.
- формировать навыки ведения диалогов, конструктивного взаимодействия (работа в команде); развивать компоненты жизнестойкости: вовлеченности, контроля, принятия риска;
- формировать у подростков позитивное самосознание и ответственное отношение к своему поведению.
- Формирование у детей и подростков навыков коммуникации, бесконфликтного взаимодействия с окружающими.

Ожидаемые результаты

Личностные результаты:

- формировать уважительное отношение к иному мнению;
 - развивать навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, уметь не создавать конфликтов и находить выходы из спорных и экстремальных ситуаций;
 - развивать этические чувства, доброжелательность и эмоционально-нравственную отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей;
- формировать установки на здоровый образ жизни, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
 - развивать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.

Метапредметные результаты:

- освоить способы решения проблем творческого и поискового характера;
- активно использовать речевые средства и средства информационных и коммуникативных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач;
- уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Коммуникативные:

- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий.
- готовность давать оценку событий, поступков людей, излагать свое мнение;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества.

Содержательный раздел

Форма занятий

«Диалоговые площадки» проводятся в форме практических занятий, тренинги, психологические упражнения, рефлексия.

Структура Программы

Программа разделена на два блока

Первый блок - включает цикл занятий, раскрывающих главные задачи программы. В него входят занятия, направленные на формирование психологической культуры; бесконфликтного, основанного на гуманистических принципах, общения, навыков социально приемлемого поведения; поддержание положительного эмоционального настроения, формирование осознанного отношения к собственному эмоциональному состоянию.

Второй блок- в него входят занятия, направленные на организацию личной и групповой рефлексии.

Длительность программы – 8 часов, малыми группами 10-12 человек, продолжительность занятия 30 минут; период проведения: октябрь - май месяцы.

Структура занятий:

1. Вводная часть – Организационный момент, настраивающий на работу (приветствие, разминка).

2. Основная часть – определяется тема встречи (ведущий излагает смысл темы), выполняются основные упражнения и задания. Происходит обсуждение в мини-группах заданных ситуаций, где формируются и развиваются навыки самостоятельного мышления, навык ведения диалога. Для снятия мышечного напряжения, усталости, активизирующие мыслительную деятельность, включаются веселые разминки.

3. Заключительная часть – рефлексия тренинга, подведение итогов работы.

Учебный план (6-7 классы)

№ п/п	Темы	Цель занятия	Количество часов
1.	Тренинг на сплочение «Цветок дружбы»	Преодоление коммуникативных барьеров, снятие эмоционального напряжения в общении, установление доброжелательных взаимоотношений между участниками игрового тренинга	1
2.	Нужно ли управлять своими эмоциями?	Учимся управлять своими эмоциями, формировать навыки социально- адаптивного поведения, развивать способность понимать эмоциональное состояние других людей	1
3.	Тренинг «Одной рукой и узла не завяжешь»	Сплочение коллектива, актуализация навыков сотрудничества	1
4.	Чувства «полезные и «вредные» Что такое страх? Рисковать или не рисковать?	развивать способность видеть разные грани одного и того же явления, развивать навык обращения к собственной эмоциональной сфере Знакомство с чувством страха, изучение выражения эмоциональных состояний в мимике. Формирование отношения к жизни как к высшей ценности и убеждения в необходимости избегать неоправданного риска.	1
5.	Игровой тренинг «Воспитай в	Актуализация «Я – потенциала», способности	1

	себе человека»	адекватно оценивать себя и других людей. Воспитание толерантности, коллективизма, сплоченности, уважения у участников занятия	
6.	Я-высказывание	Дать знания обучающимся о правилах рационального выхода из конфликта и об алгоритме «Я – высказывания», формировать умение «Я – высказывания».	1
7.	Комплименты	Развитие умения замечать положительные качества в людях и выражать это в доброжелательной и приятной форме.	1
8.	Занятие «Сердце группы»	Создание доверительной атмосферы в группе, рефлексия внутригрупповых отношений,	1

Учебный план (8-9 классы)

№ п/п	Темы	Цель занятия	Количество часов
1.	Тренинг «Я не такой, как ты, и все мы разные»	Обучение навыкам сотрудничества, развитие сплоченности детского коллектива, уважения индивидуальных особенностей друг друга	1
2.	Тренинг Учимся говорить «НЕТ»	Содействие в формировании противостояния давлению, «культуры отказа», развитие умения принимать ответственность за собственную жизнь	1
3.	Тренинг «И на камнях растут деревья»	Развитие эмоциональноличностной сферы подростков, формирование мотивации на самопознание; гармонизация внутреннего состояния; накопление положительного эмоционального опыта	1
4.	Как лучше подать информацию? Как лучше понять информацию?	Помочь осознать важность умения слушать и слышать в процессе общения с окружающими людьми, побудить к работе над собой. Повысить самооценку.	1
5.	Тренинг «Я + Он + Они = Мы»	Развитие толерантности как к важнейшей ценности общества; оказание помощи в раскрытии качеств, необходимых для эффективного межличностного общения	1
6.	Сюжетно-ролевая игра «Изумрудный город»	Развитие коммуникативных навыков, тренировка способности аргументировать свою позицию, тренировка внимания, самоанализа, тренировка умения брать на себя ответственность за себя и других	1
7.	Мы и культура	Усвоить основные этические требования в поведении и общении с людьми, овладеть навыками культурного поведения в обществе	1
8.	Конфликты в нашей жизни Занятие «Post-it терапия»	Создать для участников занятий условия, в которых они могли бы получать положительную обратную связь друг от друга	1

1.3. Программно-методическое обеспечение

Программно-методические материалы:

Программа «Диалоговые площадки».

Материально-техническое обеспечение:

технические средства: мультимедийная установка, раздаточный материал по темам Программы.

Литература

1. Гребенникова Н.Б.,Суворова Е.К. «Комплексная программа развития жизнестойкости обучающихся в образовательных организациях в возрасте от 15 до 21 года»- Омск, 2019.-38
2. Грецов А.Г. Лучшие упражнения для обучения саморегуляции. – СПб.: СПбНИИ физической культуры, 2006. – 44с
3. Особенности формирования жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями несовершеннолетних в образовании: методическое пособие. Составители: Борисенко О.В., Матерова Т.А., Ховалкина О.А., Шамардина М.В.- Барнаул, 2014.- 184с.
4. Родионов В.А., Ступницкая М.А., Кардашина В.О. «Я и другие», Академия развития, Ярославль, 2003 год, с.74.
5. Микляева А. В. Я-подросток. Мир эмоций. Программа уроков психологии (7 класс;9 класс). – СПб.: Издательство «Речь», 2003. – 110 с.
6. Беличева С.А. Основы превентивной психологии. - М.:Социальное здоровье России, 2001.- 224 с.
7. Ванакова Г.В. Становление жизнестойкости молодежи:Монография:-Биробиджан: ГОУВПО «ДВГСГА», 2012.- 232 с.