

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 2 г. Окуловка»**

Рассмотрено
на заседании педагогического
совета № 1 от 30.08.2024 г.



Утверждаю
Директор MAOU CШ №2
г. Окуловка

«30» августа 2024 г. Лебедева Т.В.

«РОСТ: развитие, общение, самооценка, творчество »

**программа психолого-педагогического сопровождения, направленная на
формирование благоприятного социально-психологического климата
в образовательном учреждении**

Направление: социальное

Возраст детей: 11-18 лет

Срок реализации : 7 лет

Реализует: педагог-психолог Муценко Е.И.

1. Пояснительная записка

Данная программа «РОСТ: развитие, общение, самооценка, творчество» основана на курсе Г.К.Селевко «Самосовершенствование личности», который является сквозным, т.е. представляет единое целое из всех своих разделов по классам 5-11. Рабочая программа составлена на базе примерной программы основного общего образования в соответствии с основными положениями ФГОС, соответствует основной образовательной программе основной образовательной программы начального общего образования МАОУ «Средняя школа №2 г.Окуловка». Программа социальной деятельности является средством реализации требований Стандарта к личностным и метапредметным результатам освоения образовательной программы. Социальная деятельность обучающихся – целенаправленный процесс взаимодействия подростков с окружением, ориентированный на повышение эффективности решения индивидуальных и социальных проблем.

Социализация обучающихся должна обеспечиваться средствами учебно-воспитательной и познавательной деятельности.

Актуальность социальной деятельности обучающихся определена возрастными особенностями и потребностями подросткового возраста.

Успешная социализация обучающихся на ступени основного общего образования обусловлена тремя факторами: ожиданиями, изменением поведения и стремлением к конформизму. Под влиянием групп школьных сверстников, родителей и учителей у обучающихся изменяется поведение, формируются социальные умения, необходимые для исполнения актуальных социальных ролей.

Целенаправленная социальная деятельность программы исходит в следствие того, что основным социальным ожиданием подростков является успешность, признание со стороны семьи и сверстников, состоятельность и самостоятельность в реализации собственных замыслов. При этом подростки, завоевавшие авторитет среди сверстников, устанавливают образцы поведения, более значимые для обучающихся, чем образцы родителей, учителей, других взрослых.

Социальная деятельность успешно реализуется в школьной среде и является ее неотъемлемой частью, где признаваемыми и ожидаемыми для обучающихся являются конструктивные и созидательные образцы поведения педагогов, более старших учеников, поддерживаются духовно-нравственные идеалы граждан России.

Традиционными социальными императивами школы являются стремление объединить детей, ориентация их на принятые образцы и стратегии поведения, противодействие их попыткам самоутвердиться за счет других, борьба с антиобщественным поведением, установление правил, регулирующих поведение.

Исходя из этого, можно определить следующие **цели** программы «РОСТ»:

В отношении обучающихся:

- формирование активной гражданской позиции и ответственного поведения;
- усвоение социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих возрасту, в частности освоения норм и правил общественного поведения;
- формирование у обучающегося собственного конструктивного стиля общественного поведения в ходе его взаимодействия с социальным окружением.

В отношении учителя:

- обеспечение целенаправленности, системности и непрерывности процесса социализации обучающихся;
- обеспечение разнообразия форм педагогической поддержки социальной деятельности, создающей условия для личного роста обучающихся, продуктивного изменения поведения.

Выполнение данных целей на ступени основного образования можно реализовать через выделение следующих **задач**:

В отношении обучающихся:

- соотносить и выполнять различные социальные роли, самооценивать динамику и адекватность выполняемых ролей;
- уметь решать социально-культурные задачи (познавательные, морально-нравственные, ценностно-смысловые), специфичные для возраста обучающегося;
- поддерживать разнообразные виды отношений в основных сферах жизнедеятельности (общение, учеба, игра, спорт, творчество, увлечения);
- участвовать в изменении школьной среды и доступных сферах жизни общества);
- развивать способность к добровольному выполнению обязательств, как личных, так основанных на требованиях коллектива;
- владеть приемами и методами самовоспитания: самокритикой, самовнушением, самообязательством, эмпатией.

В отношении учителя:

- создавать эффективные условия для социальной деятельности обучающихся в процессе обучения и воспитания;

- использовать роль коллектива в формировании идейно-нравственной ориентации личности обучающихся, и в социально-гражданской позиции;
- стимулировать осознанность социальных инициатив и деятельности обучающихся с опорой на мотив деятельности (желание, осознание необходимости, интерес и др.);
- оценивать динамику выполняемых обучающимися социальных ролей для понимания эффективности вхождения подростков в систему общественных отношений.

2. Общая характеристика программы курса

Курс «РОСТ» нацелен на подготовку обучающихся к самостоятельной жизни, воспитание человека гражданина, умеющего адаптироваться в современном мире, способного найти свое место в нем, самостоятельно принимать решения, выражать свое мнение, творчески мыслить и нести ответственность за свои действия.

Курс «РОСТ» является сквозным, т.е. представляет единое целое из всех своих разделов по классам с 5-11.

5 класс. Познай себя (самопознание).

6 класс. Сделай себя сам (самовоспитание).

7 класс. Научи себя учиться (самообучение).

8 класс. Утверждай себя (самоутверждение).

9 класс. Найди себя (самоопределение).

10 класс. Управляй собой (саморегуляция).

11 класс. Реализуй себя (самореализация).

На занятиях используются формы обучения: объяснение, выполнение упражнений и тестов, изучение рекомендаций, оценивание Я-концепции, мысли мудрых, ситуации-пробы, социально-приемлемые позиции, советы: почитать (книги), послушать (музыкальные произведения, песни), посмотреть (фильмы, картины).

Курс «РОСТ» помогает ученикам ответить на самые жгучие вопросы, волнующие растущего человека, ответы на которые нет ни в одном школьном курсе: какой я, почему моему товарищу всё даётся легко, а мне с трудом, почему взрослые часто меня не понимают? Курс учит подростков жить в гармонии с собой, с людьми, с природой, наполнять жизнь трудом, разнообразными интересами, содержательным общением.

Деятельность учеников на занятиях организуется не только как удовлетворение познавательной потребности, но и целого ряда потребностей саморазвития личности:

- в самоутверждении (самовоспитание, самообразование, самоопределение, свобода выбора);
- в самовыражении (общение, творчество и самотворчество, поиск, выявление своих способностей и сил);
- в защищенности (самоопределение, профорientация, саморегуляция, коллективная деятельность);
- в самоактуализации (достижение личных и социальных целей, подготовка себя к адаптации в социуме, социальные пробы).

Главными аспектами технологии саморазвития являются:

- индивидуальный подход;
- создание благоприятных условий для саморазвития, самовоспитания;
- обеспечение социальной защищенности ребенка - демократизм воспитательного процесса: равенство взрослого и ученика;
- признание прав ребенка: на ошибку, свободу выбора вида деятельности, добровольное участие, собственное мнение;
- сотрудничество.

Особенности методики заключаются в основной мотивации: нравственно-волевая плюс познавательная. Позиция воспитателя: деловой партнер, старший товарищ, знающий более высокую истину. Позиция ученика: свобода выбора, самоопределение.

3. Личностные и метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

Реализация программы в основной школе должна обеспечить следующие **личностные** результаты:

- формирование социокультурных норм поведения в социуме;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие негативных факторов;
- умение конструктивно проявлять общественную активность, способность идти на компромиссы.

Метапредметные результаты:

- способность применять полученные умения и навыки в практической деятельности в составе различных социокультурных групп;
- знание мира профессий и предположения относительно своей будущей профессиональной деятельности;
- умение осознанно выбирать направления и формы любительских занятий, увлечений, хобби;
- способность принимать решения, которые могут иметь значимые последствия для обучающегося и других людей;
- умение принимать на себя ответственность за пробы в социальном взаимодействии, внесение в него изменений различного масштаба;
- способность дискутировать по социальным вопросам и творчески преобразовывать образцы поведения;
- умение организовывать свой активный и пассивный отдых, контролировать режим сна.

4. Содержание программы курса

5 класс. «Познай себя»

С пятого класса начинается систематизированное изложение понятий и проблем самосовершенствования личности. Психолого-педагогический курс представляет для ребят как бы «психологию и педагогику для себя» и на уровне своего возрастного развития. Естественно, что первая его часть посвящена изучению своей собственной психики, так как процесс самопознания лежит в основе любого акта самосовершенствования. Ребёнок должен осознать, кто он есть, как он себя оценивает, что и почему с ним происходит. Поэтому курс начинается с доступного пятиклассникам обзора психологических качеств личности, приводящего в некоторую систему имеющиеся у них представления о своей личности. Помогающего детям понять себя, создать осознаваемый образ своего «Я».

В дальнейшем познание себя пронизывает все разделы курса, включая 9 класс. В рубриках программы, называемых «развивающее повторение», в каждом классе предусмотрено расширение сведений по психологии личности.

Аналогичная концентрическая структура «развивающего повторения» предусмотрена и для других разделов.

6 класс. «Сделай себя сам»

Одно из примечательных явлений подросткового возраста - начало процесса сознательного нравственного и эстетического самовыражения. Подросток

начинает задумываться над возможностями влияния на собственные физические и личностные качества и предпринимать для достижения этой цели сознательные, целенаправленные усилия.

Самовоспитание - это процесс намеренного изменения своих качеств, возведение человеком себя самого на более высокую ступень физического, духовно-нравственного, социального и творческого развития.

Курс «Сделай себя сам» поможет школьникам выдержать жизненные трудности, опираясь на свои внутренние силы, организуя себя, воспитывая в себе волю, выносливость, самостоятельность, целеустремленность. Особое место в книге занимают беседы о воспитании воли, трудолюбия, ответственности, создания мажорного настроения. Даются советы, как научиться дружить и выполнять общественные поручения, стать ответственным, организованным деловым человеком. Интересными для подростков являются темы: «Ваш досуг», «Скажи себе: нет! (избавление от вредных привычек)», «Как работать над собой» и «Ваш дневник».

7 класс. «Научи себя учиться»

В традиционной образовательной технологии самообразование является вторичным процессом, и только с переходом человека к самостоятельной жизни оно становится основным средством его духовного развития и обогащения. Однако именно в школе необходимо заложить те основы самостоятельного труда, которые получат дальнейшее развитие после школы.

Курс «Научи себя учиться» направлен на оказание помощи подросткам в осознании ими своего знания или незнания. На развитие умений добывания знаний, планирования, самоорганизации, работы с информацией, умений самооценки и самоконтроля, необходимых в процессе самообучения и самообразования. Этот курс очень тесно связан с предметным самообразованием. Учителя-предметники могут использовать рекомендации курса в своей работе, сочетая их с различными советами и памятками, имеющимися в предметной области.

8 класс. «Утверждай себя»

Здесь на первый план выходит рассмотрение проблемы самоутверждения подростка в различных сферах его жизнедеятельности.

Возрастной период, приходящийся на 8 класс, является переходным, критическим. Под влиянием психологических и социальных факторов приоритетное значение приобретают: утверждение своего «Я» в социальном пространстве личности в общении с окружающими людьми; потребность в признании своего «Я», своего имени, своей внутренней психологической сущности и внешних физических данных; определение своей сущности как представителя пола (половая идентификация); потребность в признании в своей группе, коллективе (в определенных социальных ролях); реализация своих прав среди людей, притязание на взрослость.

Процессы самоутверждения часто сопровождаются искаженными, негативными способами общения: обидами, оскорблениями, задевающими честь и достоинство другого человека; насильственными психическими и физическими воздействиями на людей, особенно на тех, кто слабее или не может дать отпор посягательству. Разные формы девиантного поведения, связанные с самоутверждением, по современным данным. Проявляются у 60% подростков.

Курс «Утверждай себя» поможет правильному, положительному самоутверждению личности в различных сферах: социальной, духовно-нравственной, гендерной, деловой, творческой, даст возможность развить у подростков защитные способности, чтобы противостоять внешним посягательствам.

9 класс. «Найди себя»

Каждый шаг. Каждое действие в плане самосовершенствования предполагает самоопределение личности. Но в 9 классе проблема самоопределения личности приобретает чрезвычайно актуальный характер: обучающиеся должны сделать выбор своего дальнейшего жизненного пути, выбор направления своего профессионального развития. Поэтому акцент делается на профессиональное самоопределение, но важное место отводится и осмыслению жизненных и духовных ценностей, т.е. личностному самоопределению.

Одна из задач курса - создание системы целевых ориентации подростка, которые бы определили ближайшие, средние и более дальние перспективы. По А.С. Макаренку, «чем богаче жизненная перспектива личности, тем богаче ее внутренний мир и культура, тем меньше ее зависимость от непосредственного окружения». Педагог помогает подростку увидеть в своем окружении доступную близкую цель, которая принесет радость (например: встреча, игра, подарок).

Затем подросток ставит перед собой и перспективу средней дальности, которая заключается в стремлении к какому-то событию, отдаленному по времени, ожидание которого создает у него приподнятое настроение, побуждает к активной деятельности. Такого рода перспективами для подростка могут быть: включение в работу кружка, секции, участие в походе по родному краю, поисковой, научно-исследовательской деятельности, научно-практических конференциях, экспедициях. Путевка в спортивно-трудовой лагерь и др.

И наконец, в качестве дальней перспективы обучающемуся предлагается выбор профессионального направления. Ставя большую цель подготовки и приобретения профессии, подростки активизируют свою деятельность, стремятся к искоренению своих недостатков, легче включаются в процесс самовоспитания.

10 класс. «Управляй собой» (саморегуляция)

Курс учит подростка владеть собой – управлять своим внешним обликом и поведением, а также физическим и психическим состояниями. Умение владеть собой понимается, прежде всего, как способность действовать, поступать,

управлять своими эмоциями, разумом и поведением в соответствии с соображениями своего высшего самоуправляющего механизма – сознания, выбирающего оптимальный путь взаимодействия с окружающей средой.

Однако эмоционально-волевая и действенно-практическая сферы личности не всегда подчинены холодному рассудку, особенно в «бунтующем» возрасте, когда возникает поведение, отклоняющееся от устанавливаемых обществом норм. Чтобы обуздать свое поведение, научиться *«властвовать собой»*, надо знать законы саморегуляции, уметь их применять.

11 класс. «Реализуй себя» (самореализация)

Самореализация составляет сущность жизни, является важнейшей стороной человеческого счастья. Потребность в ней заложена в человеке природой, в процессе развития она проявляется в форме интересов, стремлений, ценностных ориентации и социальных установок, целей жизни. Это стремление к самореализации, еще не имеющей завершения, называют самоактуализацией. По А. Маслоу, самоактуализация означает активное переживание, постоянный духовный рост и выбор: движение вперед или отступление.

Самоактуализация – это *доверие* к своему Я, а не опора на авторитеты, честность перед собой и другими, это способность принять ответственность за свои действия и решения.

Самоактуализация – это прежде всего *труд*, чтобы в будущем делать хорошо то, к чему человек стремится.

Одиннадцатиклассники уже живут этим ближайшим будущим, связывая его с выбранной профессией, со статусом будущего Мужа или Жены, Отца или Матери, Человека и Гражданина. Социально важными качествами в современных условиях становятся предприимчивость, конкурентоспособность, деловитость. Обостряются требования ко всем трем сторонам социализации личности (социальной адаптации, автономизации и социальному закаливанию).

Курс «Реализуй себя» готовит юношей и девушек к важнейшим социальным ролям, в которых будет реализоваться положительная программа послешкольной жизни – ролям труженика, семьянина и гражданина.

7. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение внеурочной деятельности

Учебные пособия

Учебные пособия по курсу с 5 по 11 класс под редакцией Г. К. Селевко, методическая копилка психолога

Экранно-звуковые пособия

DVD-диски, видеофильмы, презентации.

Цифровые ресурсы

Интернет-сайты, мультимедийные фильмы, презентации.

Технические средства обучения

Компьютер, электронная доска, магнитная доска, проектор

5. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

В процессе реализации программы у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты — готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников основной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты — освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

Метапредметными результатами программы – является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

- формирование способности личности к целеполаганию и построению жизненных планов во временной перспективе;
- развитие регуляции учебной деятельности;
- саморегуляция эмоциональных и функциональных состояний.

2. Познавательные УУД:

- умение видеть проблему;
- умение ставить вопросы;
- умение выдвигать гипотезы;
- умение структурировать тексты;
- умение работать с метафорами;
- умение давать определение понятиям;
- умение наблюдать;

- умение делать выводы и умозаключения;
- умение классифицировать;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы с обучающимися.
- преобразовывать информацию из одной формы в другую.

3. Коммуникативные УУД:

- формировать положительное отношение друг к другу и умение общаться так, чтобы общение приносило радость;
- развивать навыки взаимодействия в группе;
- развивать вербальные и невербальные навыки общения;
- развивать навыки восприятия и понимания различных людей;
- развивать навыки самопознания;
- преодолевать эгоцентризм;
- умение познавать себя через восприятие другого;
- формирование положительной самооценки;
- формирование эмпатического отношения к другим людям;
- формировать чувство уверенности в себе и осознание себя в новом качестве;
- определять особенности поведения в конфликтной ситуации;
- отрабатывать ситуации предотвращения конфликтов.

В результате освоения программы курса

Обучающиеся будут знать:

- основные права и обязанности гражданина, ориентироваться в правовом пространстве государственно-общественных отношений;
- историю родного края;
- достижения и культурное наследие России;
- об институтах гражданского общества, о государственном устройстве и социальной структуре российского общества, наиболее значимых страницах истории страны, об этнических традициях и культурном достоянии своего края, о примерах исполнения гражданского и патриотического долга;

- о правах и обязанностях человека, гражданина, семьянина, товарища;
- ценности России, своего народа, своего края,
- отечественное культурно-историческое наследие,

Обучающиеся будут **уметь**:

- соотносить и выполнять различные социальные роли, самооценивать динамику и адекватность выполняемых ролей;
- уметь решать социально-культурные задачи (познавательные, морально-нравственные, ценностно-смысловые), специфичные для возраста обучающегося;
- поддерживать разнообразные виды отношений в основных сферах жизнедеятельности (общение, учеба, игра, спорт, творчество, увлечения);
- участвовать в изменении школьной среды и доступных сферах жизни общества;
- развивать способность к добровольному выполнению обязательств, как личных, так и основанных на требованиях коллектива;
- владеть приемами и методами самовоспитания: самокритикой, самовнушением, самообязательством, эмпатией.

Рабочая программа предусматривает развитие следующих **компетенций**:

- ценностно-смысловые;
- общекультурные;
- учебно-познавательные;
- информационные;
- коммуникативные;
- социально-трудовые;
- компетенции личностного совершенствования.

6. Тематическое планирование

5 класс «Познай себя»			
№	Тема	Кол-во часов	Вид деятельности
1.	Знакомство с собой	1	Игровая
2.	Образ вашего «Я»	1	Познавательная

3.	Посмотримся в зеркало	1	Игровая
4.	Я и окружающие	1	Проблемно-ценностное общение
5.	Вы – личность	2	Проблемно-ценностное общение
6.	Оценивание себя	1	Познавательная
7.	Сходство и различие ваших «Я»	1	Познавательная
8.	Как вы воспринимаете окружающий мир	2	Социальное творчество
9.	Внимание, внимание!	1	Игровая
10.	Дайте волю воображению	1	Познавательная
11.	Мир эмоций	2	Познавательная
12.	Настроение – «о'кэй!»	1	Социальное творчество
13.	Темперамент пятого типа	1	Познавательная
14.	Характер – русский	1	Познавательная
15.	Воля. Самостоятельность	2	Спортивно-оздоровительная
16.	Настоящий друг?	1	Проблемно-ценностное общение
17.	Основное отличие человека от обезьяны	1	Познавательная
18.	Богиня Мнемозина	1	Познавательная
19.	Как мы думаем	1	Игровая
20.	Логика мысли	1	Проблемно-ценностное общение
21.	Решение проблем	2	Социальные пробы
22.	Каждому – по потребностям	1	Проблемно-ценностное общение
23.	От каждого – по способностям	1	Познавательная
24.	«Я» в общении	2	Социальные пробы
25.	Заведите друга – дневник	1	Художественное творчество
26.	Богатства вашей личности	2	Познавательная
27.	Итоговое занятие по курсу	1	Проблемно-ценностное общение

6 класс «Сделай себя сам»			
№	Тема	Кол-во часов	Вид деятельности
1.	Сам себе воспитатель	1	Познавательная
2.	Снова смотримся в зеркало	1	Познавательная
3.	Создание своего имиджа	1	Игровая
4.	Учитесь понимать красоту человека	1	Художественное творчество
5.	Как стать интересным	1	Социальные пробы
6.	Как стать обаятельной девушкой	1	Социальные пробы
7.	Как стать обаятельным юношей	1	Социальные пробы Социальные пробы
8.	И, наконец, о любви	1	Проблемно-ценностное общение
9.	Ваше здоровье в ваших руках	1	Познавательная
10.	Ваши герои. Внутренняя красота человека	1	Познавательная
11.	Ребенок, взрослый, родитель в вашем «Я»	1	Игровая
12.	Поведение: от самооценки к поступку	1	Проблемно-ценностное общение
13.	Вырабатывайте характер	2	Познавательная
14.	Человек и обстоятельства	1	Познавательная
15.	Поверьте в себя	2	Социальные пробы
16.	Воспитание воли	2	Познавательная
17.	Жизнеутверждающий мажор	1	Социальные пробы
18.	Учитесь дружить	2	Социальные пробы
19.	Учитесь любить труд	1	Трудовая деятельность
20.	«Я» и «Мы». Ваше поручение	1	Проблемно-ценностное общение
21.	Ваш дневник	1	Художественное творчество
22.	Вы – деловой человек	1	Познавательная
23.	Природа и вы	1	Проблемно-ценностное общение

24.	Ваш досуг	1	Досугово-развлекательная деятельность
25.	Скажите себе «нет!» (Перевоспитание вредных привычек)	2	Игровая
26.	Как работать над собой	2	Познавательная
27.	Перемены к лучшему	1	Познавательная
28.	Итоговое занятие по курсу	1	Проблемно-ценностное общение

7 класс «Научи себя учиться»

№	Тема	Кол-во часов	Вид деятельности
1.	Что такое учение	1	Познавательная
2.	Есть такая профессия – ученик	1	Познавательная
3.	Воля и трудолюбие	1	Познавательная
4.	Индивидуальность в учении	1	Проблемно- ценностное общение
5.	Пять «САМО» в учении. Первое «САМО»	1	Социальные пробы
6.	Второе «САМО» - планирование	1	Социальные пробы
7.	Третье «САМО» - организация	1	Социальные пробы
8.	Четвертое «САМО» – усвоение	1	Социальные пробы
9.	Поиск информации	1	Социальные пробы
10.	Понимание	1	Ценностно - смысловое общение
11.	Тайны хорошей памяти	2	Игровая
12.	Повторение – мать учения?	1	Познавательная
13.	Чтение – вот лучшее учение	1	Ценностно - смысловое общение
14.	От книги – к конспекту	1	Социальные пробы
15.	Уча других, учимся сами	1	Социальные пробы

16.	Что такое урок?	1	Познавательная
17.	Как говорим, так и учимся	2	Познавательная
18.	Мыслю – следовательно, существую	1	Ценностно - смысловое общение
19.	Железная логика	1	Познавательная
20.	Попробуй, докажи!	1	Игровая
21.	Проба умственных сил	1	Игровая
22.	Творчество и исследование	1	Художественное творчество
23.	Пятое «САМО» - контроль	1	Социальные пробы
24.	Домашняя школа	2	Познавательная
25.	Экзамены, зачеты, отметки	1	Познавательная
26.	Учил-учил и не выучил	1	Познавательная
27.	Ваш друг – компьютер	1	Познавательная
28.	План самообразования	2	Социальные пробы
29.	Итоговое занятие по курсу	1	Проблемно-ценностное общение

8 класс «Утверждай себя»

№	Тема	Кол-во часов	Вид деятельности
1.	Инстинкт жизни	1	Познавательная
2.	Механизм самоутверждения	1	Познавательная
3.	Много ль человеку надо?	1	Познавательная
4.	Ваше место в обществе	1	Ценностно-смысловое общение
5.	Общение: необходимость и роскошь	1	Социальные пробы
6.	Секреты общения	4	Ценностно-смысловое общение
7.	«Здравствуй, люди!»	1	Социальные пробы
8.	Шансы стать генералом	1	Социальные пробы
9.	Многоликий лидер	1	Социальные пробы

10.	Голосуйте за меня!	1	Игровая
11.	Правила делового общения	1	Познавательная
12.	Какой Вы, однако, ...	1	Познавательная
13.	В коллективе, через коллектив и для коллектива	1	Ценностно-смысловое общение
14.	Без конфликтов не бывает	2	Ценностно-смысловое общение
15.	Воля к победе	2	Познавательная
16.	Что со мною происходит?	2	Познавательная
17.	Любви навстречу	1	Познавательная
18.	Два полюса или два материка?	1	Познавательная
19.	В мире труда и творчества	2	Трудовая деятельность
20.	Как стать артистом	2	Трудовая деятельность
21.	Цветок человеколюбия	1	Ценностно-смысловое общение
22.	В зеркале нравственности	1	Ценностно-смысловое общение
23.	Нравственная закалка	1	Познавательная
24.	Программа самоутверждения	2	Социальные пробы
25.	Итоговое занятие по курсу	1	Проблемно-ценностное общение

9 класс «Найди себя»

№	Тема	Кол-во часов	Вид деятельности
1.	Как поживаете, мои «Я»?	2	Проблемно-ценностное общение
2.	На распутье	2	Проблемно-ценностное общение
3.	Дорога труда	1	Познавательная
4.	Мир профессий	2	Познавательная
5.	Ее величество «Экономика»	1	Познавательная
6.	Я – хочу	2	Социальные пробы

7.	Я – могу	2	Социальные пробы
8.	Я – надо	2	Познавательная
9.	Ваш выбор: могу + хочу + надо	2	Ценностно-смысловое общение
10.	Защита рефератов «Я и моя профессия»	4	Социальные пробы
11.	Дорога взросления	1	Познавательная
12.	Святая святых – родительский дом	1	Ценностно-смысловое общение
13.	Ожидание любви	1	Познавательная
14.	Сексуальные проблемы	1	Проблемно-ценностное общение
15.	Союз личности и коллектива	1	Проблемно-ценностное общение
16.	Круг общения	2	Ценностно-смысловое общение
17.	Гражданином быть обязан	1	Ценностно-смысловое общение
18.	Духовное самоопределение (научное мировоззрение)	1	Познавательная
19.	Духовное самоопределение (религиозное мировоззрение)	1	Познавательная
20.	Человек и судьба. Жизненные планы	2	Социальные пробы
21.	В добрый путь!	1	Социальные пробы
22.	Итоговое занятие по курсу	1	Проблемно-ценностное общение
10 класс «Управляй собой»			
№	Тема	Кол-во часов	Вид деятельности
1.	Вперед, оглядываясь назад	1	Проблемно-ценностное общение
2.	Еще раз об индивиде, личности и душе	2	Познавательная
3.	Ваша модель из 1800 деталей	1	Игровая
4.	Семья ваших «Я»	2	Ценностно-смысловое общение
5.	Самоуправляющаяся и саморегулирующаяся	2	Познавательная

6.	Умейте властвовать собой	1	Социальные пробы
7.	Психологический автопилот	1	Социальные пробы
8.	Укрощение «строптивых» эмоций	1	Социальные пробы
9.	Берегите нервы	1	Спортивно-оздоровительная
10.	Хозяин своего поведения	1	Проблемно-ценностное общение
11.	Мысли управляют мыслями	2	Познавательная
12.	Нравственная саморегуляция	1	Ценностно-смысловое общение
13.	Самоуправление в конфликте	1	Социальные пробы
14.	Защита от манипуляций	2	Проблемно-ценностное общение
15.	Надо ли подавлять эмоции?	1	Познавательная
16.	Релаксация	2	Познавательная
17.	Саморегуляция в любви	1	Ценностно-смысловое общение
18.	Ищите помощь себе извне	1	Познавательная
19.	Спасательный круг юмора	1	Познавательная
20.	Энергетическая саморегуляция	1	Познавательная
21.	Аутогенная тренировка	1	Игровая
22.	Медитация	2	Игровая
23.	Саморегуляция в христианстве	1	Познавательная
24.	Гармония физического и психического	1	Проблемно-ценностное общение
25.	Путь к космическому сознанию	1	Познавательная
26.	Живая Этика	1	Ценностно-смысловое общение
27.	Итоговое занятие по курсу	1	Проблемно-ценностное общение
11 класс «Реализуй себя»			
№	Тема	Кол-во часов	Вид деятельности
1.	Осуществить себя	1	Познавательная

2.	Вечные вопросы жизни	1	Проблемно-ценностное общение
3.	Счастье	1	Познавательная
4.	Каждый сам кузнец	1	Ценностно-смысловое общение
5.	У начал семьи	1	Ценностно-смысловое общение
6.	Законы сохранения	2	Социальные пробы
7.	Будущим родителям о будущих детях	1	Проблемно-ценностное общение
8.	От самоопределения к самореализации	2	Социальные пробы
9.	Карьера	2	Ценностно-смысловое общение
10.	Подготовка к рынку	2	Познавательная
11.	Бизнес	2	Познавательная
12.	Рынок труда	2	Познавательная
13.	Мотивация достижения	2	Познавательная
14.	Тренинг мотивации достижения	1	Познавательная
15.	Свобода и ответственность	1	Ценностно-смысловое общение
16.	Среди законов	1	Ценностно-смысловое общение
17.	Священный долг	1	Ценностно-смысловое общение
18.	Культурный досуг	1	Досуго-развлекательная
19.	Вера и суеверия	1	Познавательная
20.	Жизнь без розовых очков	2	Социальные пробы
21.	Ваше здоровье, господа!	1	Спортивно-оздоровительная
22.	К своей социальной зрелости	2	Социальные пробы
23.	Эскиз будущей жизни	2	Социальные пробы
24.	Итоговое занятие по курсу	1	Проблемно-ценностное общение

МЕТОДИЧЕСКАЯ КОПИЛКА ДЛЯ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

О.В. Хухлаева «Тропинка к своему Я»

(уроки психологии в начальной школе)

Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4). – М.: «Генезис», 2006.

Рецензент: нет.

Психопрофилактическая, развивающая.

Адресат: младший школьный возраст (1-4 класс), класс Цель:

научить младшего школьника понимать себя и других

Задачи:

- развитие рефлексии;
- повышение уверенности в себе;
- формирование умения понимать других;
- формировать умение взаимодействовать со сверстниками, учителями и родителями;
- способствование адаптации к школе.

Время: 25 занятий в учебном году по 40- 45 минут,

Оборудование: помещение для тренинговых занятий, бумага, канцелярские принадлежности, пластилин, мяч и т.п..

Резюме: Занятия рассчитаны на 4 учебных года и требуют системной работы. По сути – работа по психологическому сопровождению класса. Использовать изолированные серии занятий по темам: «Я – школьник» «Мои чувства», «Качества других людей», «Мои трудности», «Фантазии и мечты», «Я и моя школа», «Я и родители», «Я и мои друзья», «Сотрудничество», «Мои силы и возможности», «Мое будущее», которые представлены в курсе.

Т.В. Азарова «Цикл занятий по адаптации к 1 классу»

Битянова М.Р., Азарова Т.В., Афанасьева Е.И., Васильева Н.Л. Работа психолога в начальной школе. – М.: Изд-во «Совершенство» 1998, с. 84-115

Рецензент: нет Развивающая

Адресат: учащиеся 1 классы. Группы по 5-6 человек.

Цель: Создание социально-психологических условий для успешной адаптации первоклассников к условиям школьного обучения.

Задачи:

- Развитие когнитивных умений и способностей, необходимых для обучения в школе;
- Развитие у детей социальных и коммуникативных умений для установления межличностных отношений;
- Формирование устойчивой учебной мотивации, устойчивой самооценки и низкого уровня школьной тревожности.

Время: 20 занятий по 45-55 мин сначала 3-4 раза в неделю, по мере накопления опыта группового общения и исчезновения острых признаков неготовности к школе – 1-2 раза в неделю.

помещение для тренинговых занятий, мяч, игрушки, магнитофон

Н.Л. Васильева «Развивающие игры»

Битянова М.Р., Азарова Т.В., Афанасьева Е.И., Васильева Н.Л. Работа психолога в начальной школе. – М.: Изд-во «Совершенство» 1998, с. 136-154

Рецензент: нет

Развивающая

Адресат: младшие школьники, имеющие трудности в обучении, группа 7-8 человек

Цель: Преодоление интеллектуальных трудностей при обучении в школе, развитие творческого потенциала каждого ребенка

Время: 12 занятий по 40-45 минут

Оборудование: помещение для тренинговых занятий, бланки корректурной пробы, бумага, канцтовары

Общий план работы подразумевает соблюдение всех правил поведения на уроке, работа происходит за партами, отвечает только ученик, поднявший руку и т.д.

Т.А Аржакаева, И.В. Вачков, А.Х. Попова «Психологическая азбука»

Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Начальная школа (Первый, второй, третий год обучения). / Под ред. И.В. Вачкова – М.: Издательство «Ось -89», 2003.

Рецензент: нет.

Развивающая, психопрофилактическая, обучающая.

Адресат: младший школьный возраст (1-4 класс или 1-3 класс), группа 10-14 человек, но возможен и целый класс.

Цель: развитие личности ребенка, в частности его самосознания и рефлексивных способностей

Задачи (индивидуальны для каждого класса):

1 класс

- адаптация к школьным условиям;
- познакомить с базовым понятийным аппаратом психологии и ее предметом;
- учить методам и приемам познания себя;
- помочь осознать ведущие каналы восприятия

информации и ориентировать на целенаправленное развитие всей системы восприятия окружающего мира;

- научить детей осознавать и называть собственные переживания и т.д.

Время: 30 занятий в течение учебного года по 1 часу, 1 раз в неделю
помещение для тренинговых занятий, магнитофон и
магнитофонные записи, классная доска, развивающие игрушки, ковровое покрытие, альбом или Рабочая тетрадь «Психологическая азбука».

А.3. Зак Методы развития интеллектуальных способностей детей 6-7 лет

Зак А.3. Методы развития интеллектуальных способностей у детей 6-7 лет.

Учебно-методическое пособие для учителей. Интерпракс, 1994.

Программа – один из победителей конкурса фонда «Культурная инициатива»

Развивающая.

Адресат: младший школьный возраст (1класс),

Цель: Развитие интеллектуальных способностей: умения анализировать, комбинировать, рассуждать, планировать.

Задачи:

- развитие способности анализировать;
- развитие способности комбинировать;
- развитие способности рассуждать;
- развитие способности планировать

Время: 4 цикла - 119 занятий по 30-40 минут, последовательность которых можно варьировать

Оборудование: помещение для учебных занятий, бланки с заданиями Резюме: Программа включает циклы занятий на формирование абстрактно-логического мышления. По структуре занятия приближены к учебным: объяснение материала, самостоятельное выполнение детьми аналогичных задач, коллективная проверка.

Г.А. Цукерман, К.Н. Поливанова «Введение в школьную жизнь»
Цукерман Г.А., Поливанова К.Н. Введение в школьную жизнь. Программа адаптации детей к школе. – М.: Генезис, 2003.

Рецензент: нет

Психопрофилактическая

Адресат: учащиеся 1 класса, начало обучения

Цель: адаптация детей к условиям школьного обучения. Задачи:

- групповое сплочение класса;
- формирование у детей умения сотрудничать
- формирование произвольной регуляции поведения, адаптация к школьным правилам;
- формирование «внутренней позиции школьника» ▪ осознание критериев оценивания своей деятельности.

Время: фронтальная работа с классом в течение 10 дней по 3 урока
помещение для учебных занятий с возможностью комбинировать расположение мебели, бланки с заданиями, мягкие игрушки, условные обозначения, схемы, ордена, визитные карточки и т.д.

Резюме: Программа очень интересная и действенная

О.Холодова «Юным умникам и умницам»

Холодова О., Юным умника и умницам: Задания по развитию творческих способностей, 1, 2, 3, 4 класс, - М.: Росткнига, 2002 (3, 4)

Рецензент: нет Развивающая

Адресат: учащиеся 1-4 классов

Цель: развитие творческих способностей учащихся

Задачи:

- развитие памяти;
- восприятия;

- внимания;
- мелкой моторики;
- произвольности;
- логического мышления и т.д.

Время: 40-45 мин., 1-2 раза в неделю,

Оборудование: помещение для тренинговых занятий, рабочие тетради с печатной основой

Резюме: развитие познавательной деятельности младших школьников, комплексное влияние на ряд высших психических функций с выделением доминирующих объектов воздействия

Наличие тетрадей снимает вопросы с подготовкой материалов, занятия достаточно последовательны и логичны, в то же время разнообразны.

Н.П. Слободяник «Я учусь владеть собой»

Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие – М.: Генезис. 2005

Программа – призер Всероссийских конкурсов авторских разработок по социально-психологической адаптации детей и подростков, проводимых ЦСПА «Генезис» совместно с МО РФ.

Коррекционно-развивающая.

Адресат: младший школьный возраст (1-4 класс), группа 10-12 человек

Цель: обучение детей эмоциональной саморегуляции

Задачи:

- формирование навыков регуляций своего настроения и поведения;
- способствует развитию рефлексии;
- предупреждение и снижение тревожности и страхов;
- повышение уверенности в себе;
- способствование адаптации к 1 классу.

Время: 27 занятий по 40 минут, 1-2 раза в неделю

Оборудование: помещение для тренинговых занятий, магнитофон и магнитофонные записи, плакаты, которые можно изготовить самостоятельно.

Резюме: занятие вызывает интерес у детей, способствует их эмоциональному развитию, достаточно результативно. Не требует большой организационной подготовки. детей. Требуется высокой эмоциональной включенности психолога.

Ю.С. Шевченко, В.П. Добридень «Радостное взросление»

Шевченко Ю.С., Добридень В.П. Радостное взросление: развитие личности ребенка (Методика ИНТЭКС). – СПб.: Речь, 2004

Рецензент: нет

Коррекционно-развивающая

Адресат: дети и подростки, семейно-групповая терапия

Цель: функциональная перестройка семейных взаимоотношений на основе эмоционального сближения ее членов Задачи:

- формирование общеинтеллектуальных умений (операции анализа, сравнения, обобщения, выделение существенных признаков и закономерностей, гибкости мыслительных процессов);
- развитие внимания (устойчивость, концентрация, расширение объема, переключение, самоконтроль и т.д.);
- развитие пространственного восприятия и сенсомоторной координации;
- развитие памяти (расширение объема, формирование приемов запоминания, развитие смысловой памяти);
- формирование учебной мотивации;
- развитие личностной сферы (в том числе характерных для адаптационного периода тревожности, робости, агрессивно-защитных реакций, формирование адекватной самооценки, развитие коммуникативных способностей)

Время: стандартная продолжительность каждого из 4-х этапов – одно учебное полугодие. Весь курс – 2 года. При работе в классах КРО продолжительность курса следует увеличить для трех или четырех лет, увеличивая время на отработку заданий, направленных на преодоление конкретных трудностей.

Оборудование: помещение для учебных занятий, тетради, бланки с заданиями, бумага, канцелярские принадлежности и т.д.

Резюме: Программа имеет форму спирали, где работа со сходной проблематикой на каждом этапе повторяется в усложненном варианте. Каждый из 4-х этапов включает 5 разделов, которые могут комбинироваться: развитие аналитико-синтетической сферы, развитие внимания, развитие восприятия и воображения, развитие памяти, развитие мотивационноличностной сферы.

Н.В. Бабкина «Радость познания»

Бабкина Н.В., Программа занятий по развитию познавательной деятельности младших школьников: Книга для учителей. – М.: АРКТИ, 2002

Рецензент: нет

Коррекционно-развивающая

Адресат: учащиеся начальной школы

Цель: развитие познавательной деятельности младших школьников, комплексное влияние на ряд высших психических функций с выделением доминирующих объектов воздействия, изменяющихся по мере вхождения младших школьников в учебный процесс.

Задачи:

- формирование общеинтеллектуальных умений (операции анализа, сравнения, обобщения, выделение существенных признаков и закономерностей, гибкости мыслительных процессов);
- развитие внимания (устойчивость, концентрация, расширение объема, переключение, самоконтроль и т.д.);
- развитие пространственного восприятия и сенсомоторной координации;
- развитие памяти (расширение объема, формирование приемов запоминания, развитие смысловой памяти);
- формирование учебной мотивации;
- развитие личностной сферы (в том числе характерных для адаптационного периода тревожности, робости, агрессивно-защитных реакций, формирование адекватной самооценки, развитие коммуникативных способностей)

Время: стандартная продолжительность каждого из 4-х этапов – одно учебное полугодие. Весь курс – 2 года. При работе в классах КРО продолжительность курса следует увеличить для трех или четырех лет, увеличивая время на отработку заданий, направленных на преодоление конкретных трудностей.

Оборудование: помещение для учебных занятий, тетради, бланки с заданиями, бумага, канцелярские принадлежности и т.д.

Резюме: Программа имеет форму спирали, где работа со сходной проблематикой на каждом этапе повторяется в усложненном варианте. Каждый из 4-х этапов включает 5 разделов, которые могут комбинироваться: развитие аналитико-синтетической сферы, развитие внимания, развитие восприятия и воображения, развитие памяти, развитие мотивационноличностной сферы.

М.К. Акимова, В.Т. Козлова «Психологическая коррекция умственного развития школьников»

Акимова М.К., Козлова В.Т. «Психологическая коррекция умственного развития школьников: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2002

Рецензент: нет. Коррекционно-

развивающая Адресат:

учащиеся 2-5 класса Цели:

- формирование основных мыслительных действий и умений, необходимых при работе с понятиями (умение обобщать; абстрагировать; анализировать; сравнивать; выделять существенные признаки; определять понятия);
- формирование понимания смысловой стороны языка (значений отдельных слов и текстов, осознание семантических связей между словами и словосочетаниями, использование смыслового сцепления частей текста для восстановления и прогнозирования его содержания, выделение существенного);
- развитие активной речи (развитие вербальных способностей, формирование процесса обозначения, перевод пассивного словаря в активный);

Время: при фронтальной работе – 10-15 мин. на любом уроке в виде интеллектуальной разминки, при групповой – 2 раза в неделю по 40 мин., что занимает порядка 2,5 месяцев. Возможна индивидуальная работа.

Оборудование: помещение для учебных занятий, бланки с заданиями Резюме: Программа включает в себя три основных блока (в соответствии с указанными целями). Каждый из блоков включает в себя от 4 до 13 заданий (типов упражнений).

Работа должна проводиться в два этапа.

На первом, начальном этапе главное внимание уделяется мыслительным операциям. Важно, чтобы изучаемые приемы были сформированы при переходе в среднюю школу.

На втором этапе внимание должно быть направлено на развитие мыслительной речевой деятельности учащихся. Этот этап начинается только после усвоения первого этапа.

Программа обучающая с незначительными элементами игровой деятельности (соревновательность), последовательная, включает объемный практический материал для работы.

Н.М. Пылаева, Т.В. Ахутина «Школа внимания»

Пылаева Н.М., Ахутина Т.В. Школа внимания. Методика развития и коррекции внимания у детей 5- 7 лет: Методическое пособие. – М.: Теревинф, 2004

Рецензент: докт. психол. наук, проф. Е.Д. Хомская.

Коррекционно-развивающая

Адресат: старшие дошкольники, учащиеся 1 класса. Занятия индивидуальные или небольшими группами – 3-4 человека.

Цель: Подготовка к школе детей с проблемами организации внимания, неумения планировать и контролировать свои действия.

Задачи:

- становление избирательной активации мозга;
- формирование навыков программирования, регуляции и контроля деятельности.

Время: автором не указано. Всего 50 занятий, занимающих, по-видимому, 1520 минут. Для более старшего возраста возможно увеличение продолжительности занятий с уменьшением количества занятий.

Оборудование: помещение для учебных занятий, тетради с печатной основой.

Резюме: Программа имеет под собой нейропсихологическое обоснование и базируется на принципе совместной деятельности педагога и ученика. Схема деятельности по усвоению программы включает следующие этапы: Совместное пошаговое действие психолога и ребенка по речевой инструкции психолога. Совместное пошаговое выполнение действий по наглядной программе. Совместное выполнение действия по наглядной программе с переходом от пошаговой к более свернутым формам реализации программы. Самостоятельное выполнение действия по интериоризированной программе с возвращением к наглядной программе при затруднениях. Самостоятельное выполнение действия по внутренней программе или перенос ее на новый материал.

Формирование навыков планирования и контроля, основана на работе с числовым рядом, что дополнительно позволяет сформировать и упрочить представления о количестве, порядке, сформировать навык отвлечения от реальных объектов (абстрагирования)

А.А. Осипова, Л.И. Малашанская «Диагностика и коррекция внимания»
Осипова А.А., Малашанская Л.И. Диагностика и коррекция внимания:
Программа для детей 5-9 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2002

Рецензент: нет

Коррекционно-развивающая

Адресат: дети 6-7 лет. Работа индивидуально-групповая.

Цель: развитие свойств внимания (устойчивости, переключаемости, распределяемости, концентрации и объема) Задачи:

- развитие сенсорного внимания;
- развитие слухового внимания;
- развитие моторно-двигательного внимания;
- повышение познавательного интереса.

Время: всего 8 часов. 20 занятий по 20-30 мин. пять раз в неделю.

Оборудование: помещение для учебных занятий и физических упражнений, тетради с печатной основой, пуговицы, фишки, леска, бусины, семена и т.п.

Резюме: Программа продуманна, организована, разработана. Кроме работы с раздаточным материалом включены подвижные игры и упражнения. Тренируются все виды внимания. Кроме внимания развивает мелкую моторику, память, пространственные представления. Должна вызывать у детей интерес и давать хорошие результаты.

С.В. Крюкова «Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь»

Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие – М.: Генезис. 2005

Программа – призер Всероссийских конкурсов авторских разработок по социально-психологической адаптации детей и подростков, проводимых ЦСПА «Генезис» совместно с МО РФ.

Коррекционная или коррекционно-развивающая

Адресат: автором рекомендована для детей 4-6 лет, но может использоваться для учащихся 1-2 класса с проблемами эмоционального развития: тревожных, робких, замкнутых, с трудностями коммуникации, эмоционально «тупых». Возможно использование для учащихся 1- 3 классов КРО. Группа 10-15 человек, для КРО – до 10.

Цель: проживание детьми определенных эмоциональных состояний, их осознание и обозначение.

Задачи:

- развитие эмоциональности ребенка;
- возможность узнавать свое эмоциональное состояние, дифференцировать переживаемые чувства;
- научить ребенка адекватно проявлять свои чувства;
- научить ребенка распознавать чувства других людей;
- развитие эмпатии.

Время: 17 занятий по 30-40 минут 1-2 раза в неделю.

Оборудование: помещение для тренинга, пиктограммы эмоций, бумага, карандаши, репродукции, клей, игра «Азбука настроений», всякая мелочевка. книги «Живая шляпа» и «Крошка Енот», мягкие игрушки.

Резюме: Хорошо решает поставленные задачи. Требуется некоторой организационной подготовки. Требуется высокой эмоциональной включенности психолога.

**А.В. Микляева, П.В. Румянцева «Циклы психопрофилактических
классных часов»**

А.В. Микляева, П.В. Румянцева Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. – СПб.: Речь, 2004

Рецензент: нет Психопрофилактическая

Адресат: учащиеся 1, 5, 9, 10, 11 классов

Цель: содействие школьной адаптации учащихся посредством проработки потенциально проблемных для той или иной параллели сфер школьной жизни

Время: 5-6 занятий по 40-45 мин. 1-2 раза в неделю. Для 1, 5, 10 класса – начало учебного года (лучше сентябрь); для 9, 11 – конец третьей учебной четверти

Оборудование: помещение для учебных занятий, ватман, бумага, канцелярские принадлежности, тетради и т.д.

Резюме: Темы занятий:

«Я – школьник» - 1 класс;

«Мы – пятиклассники» - 5 класс; «Как пережить экзамены» - 9, 11 класс;

«Как выжить в старшей школе» - 10 класс.

А.В. Микляева, П.В. Румянцева «Программы групповой работы по проблеме школьной тревожности для детей разных возрастов»

А.В. Микляева, П.В. Румянцева Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. – СПб.: Речь, 2004

Рецензент: нет

Коррекционно-развивающая

Адресат: учащиеся 1, 5, 8 классов

Цель: создание условий для снижения уровня тревожности у учащихся (актуализация тревоги, ее разрядка (символическое уничтожение или преобразование), выработка новых стратегий поведения в тревожащих ситуациях (рисование, разыгрывание, для подростков – консультирование)

Задачи:

- обучение участников группы способам осознания и отреагирования эмоций;
- способствование повышению самооценки у участников группы;
- способствование повышению общей коммуникативной культуры учащихся

Время: 12 – 20 часов. Сценарии по 10-12 занятий по каждой программе. Если специфика группы требует дополнительной проработки какой-нибудь темы, программа может быть скорректирована с помощью дополнительных занятий. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Продолжительность каждого занятия 1-2 академических часа. Группа – 7-10 человек, в средней школе – до 12 человек.

Оборудование: помещение для тренинговых занятий, ватман, бумага, канцелярские принадлежности, игрушка-талисман, визитки, знаки, символы и т.д.

Резюме: Схема работы: занятия 1-3 – создание рабочей атмосферы в группе, формирование правил, прояснение ожиданий; занятия 4-8 – разрядка школьной тревожности; занятия 9-11 – развитие навыков общения, повышение самооценки, занятие 12 – анализ результатов работы.

Схема занятия: ритуал приветствия, рефлексия, разогревающее «психогимнастическое» упражнение, одно или несколько упражнений на достижение цели занятия, рефлексия, ритуал завершения. В работе используются ситуационно-ролевые, деловые и развивающие игры, психотерапевтические приемы (визуализация, психодрама, арт-терапия вербализация и т.д.), групповое обсуждение, психогимнастические упражнения.

А.Ф. Ануфриев, С.Н. Костромина «Коррекция трудностей в обучении»

Ануфриев А.Ф., Костромина С.Н. Как преодолеть трудности в обучении детей. Психодиагностические таблицы. Психодиагностические методики. Коррекционные упражнения. – М.: Издательство «Ось – 89», 2005.

Рецензент: нет

Коррекционно-развивающая

Адресат: старшие дошкольники, младшие школьники

Цель: коррекция пространственных представлений, памяти, восприятия, внимания, наглядно-образного и логического мышления, речи.

Резюме: Сборник заданий в соответствии с пунктами цели.

А.В. Семенович «Нейропсихологическая коррекция школьной коррекции»

Семенович А.В. Нейропсихологическая диагностика и коррекция в детском возрасте: Учеб пособие для высш. учеб заведений. – М.: Издательский центр «Академия» 2002

Рецензент: д.м.н. профессор Е.Н. Винарская, к.п.н. профессор А.Б.

Хологорова, к.п.н. доцент М.К. Бурлакова

Коррекционно-развивающая

Адресат: дошкольники и младшие школьники с различными трудностями обучения

Цель: Коррекция школьной неуспешности разной этиологии

Резюме: Сборник упражнений для нейропсихологической коррекции школьной неуспешности. Используется практически для любой коррекции психических процессов, комбинируя упражнения в нужной последовательности и соотношении.

И.Н. Шевлякова «Посмотри внимательно на мир»

Шевлякова И.Н. Посмотри внимательно на мир. – М.: Генезис, 2003

Рецензент: нет

Коррекционно-развивающая

Адресат: младший школьный возраст, коррекционная для детей с ЗПР. Группа 4-6 человек. Четное количество детей в группе рекомендуется, поскольку многие коррекционные упражнения выполняются в парах.

Цель: Коррекция и развитие зрительного восприятия и пространственного мышления у детей младшего школьного возраста.

Время: 27 занятий продолжительностью 35-45 минут

Оборудование: помещение для учебных занятий, Раздаточный материал прилагается.

Резюме: Программа имеет под собой серьезное нейропсихологическое обоснование. Включает в себя рекомендации по предварительной и текущей диагностике. Начинается занятие с усвоения схемы тела. Далее осуществляется переход на внешнее пространство (пространственные схемы и диктанты). Далее вводится работа на плоскости с раздаточным материалом.

А.Л. Сиротюк «Программа формирования нейропсихологического пространства проблемного ребенка»

Сиротюк А.Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения. – М.: ТЦ Сфера, 2003

Рецензент: докт. биолог. наук, проф. Хризман Т.П., докт. пед. наук, докт. псих. наук, профессор Клейберг Ю.А.

Коррекционно-развивающая

Адресат: дети в возрасте 6-9 лет, имеющими отклонения или искажения в психическом развитии, группа 8-10 чел.

Цель: Коррекция проблем психического развития нейропсихологическими методами.

Задачи:

- развитие высших психических функций;
- функциональная активация подкорковых образований мозга;
- обеспечение и регуляция общего энергетического активационного фона, на котором развиваются все психические функции;
- стабилизация межполушарного взаимодействия;
- обеспечение приемов и тонкого анализа модально специфической информации;
- обеспечение регуляции, программирования и контроля за протеканием психической деятельности, управление работой нижележащих уровней.

Время: 25 занятия по 50-60 минут.

Оборудование: помещение для тренинговых занятий (зал с ковровым покрытием, приспособленный для выполнения физических упражнений группой детей)

Резюме: Методологической основой программы являются современные представления о закономерностях развития и иерархическом строении мозговой организации высших психических функций в онтогенезе. Для реализации программы используются кинезиологические упражнения,

телесно-ориентированные, арт-терапевтические, восточные психотехники и элементы психодрамы.

Громова Т.В. Методики «Страна эмоций» и «Игры с ленью»

Возможности практической психологии в образовании: Из опыта работы психологов УЦ «Перспектива». Вып.3/ Под ред. Пилипко Н.В. – М.: Перспектива, 2004

Рецензент: ученый секретарь ИПИ РАО. канд. психол. наук Косарецкий С.Г.

Коррекционно-развивающая и диагностическая

Адресат: дети младшего школьного возраста

Цель: коррекция трудностей в эмоциональной сфере

Задачи:

- установление и поддержание эмоционального контакта с ребенком;
- осуществление ребенком рефлексии собственных чувств: испытываемые эмоции обозначаются, получают название;
- дифференцирование эмоций по степени интенсивности переживания, чего произвольно в младшем школьном возрасте обычно не происходит;
- создание ситуации безопасного принятия эмоций негативного характера.

Время: набор игр и упражнений, время не обозначено Оборудование: комплект рисунков

Резюме: Полный комплект рисунков и описание методики отсутствует, можно его приобрести в УЦ «Перспектива»

МЕТОДИЧЕСКАЯ КОПИЛКА ДЛЯ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ

А.М. Прихожан «Программа развития способности к самопознанию и уверенности в себе у детей 10-12 лет»

Руководство практического психолога. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте/ Под ред.

И.В. Дубровиной – М.: Академа, 1995

Развивающая.

Адресат: дети 10-12 лет (5-7 класс), группа не более 12-14 человек, некоторые упражнения можно давать и подросткам 13-15 лет

Цель: помощь детям в самопознании, развитии у них чувства собственного достоинства и умения наиболее полно реализовывать себя в поведении в деятельности

Задачи:

- обеспечение школьника средствами самопознания;
- повышение представлений школьника о собственной значимости, ценности, укрепление у него чувства собственного достоинства;
- развитие навыков и умений, необходимых для уверенного поведения, для преодоления затруднений в учебе, других видах деятельности, в общении;
- формирование мотивации самовоспитания и саморазвития и обеспечение необходимыми психологическими средствами;
- развитие фантазии, воображения.

Время: если проводит педагог, то 44 часа, если психолог – до 54 часов (раз в неделю по 90 минут, либо 2 раза в неделю по 45 минут)

Оборудование: помещение для тренинговых и аудиторных занятий (за партами), папка для черчения или рисования, содержащая обычные листы и листы для письма, пластилин, карандаши и фломастеры, ножницы, клей, легкий воздушный мяч или шар, несколько перчаточных кукол, «волшебный ящик», наборы «карт Проппа» (можно изготовить на занятиях).

Резюме: занятия требуют эмоциональной включенности психолога, способствует не только выполнению поставленных задач, но и сплочению группы, развитию коммуникативных навыков.

**Д.В. Лубовский «Программа развития мотивов межличностных отношений
у подростков 12-15 лет»**

Руководство практического психолога. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте/ Под ред.

И.В. Дубровиной – М.: Академа, 1995

Развивающая

Адресат: подростки 12-15 лет. Группа 10-20 человек

Цель: развитие мотивов, лежащих в основе межличностных отношений подростков.

Задачи:

- развитие доверия к окружающим людям;
- осознание различных видов мотивов межличностных отношений;
- развитие представлений о ценности другого человека и себя самого;
- усвоение способов разрешения собственных проблем;
- позитивное развитие мотивов межличностных отношений.

Время: 10-12 полуторачасовых занятий, 1 раз в неделю.

Оборудование: помещение для тренинга, бумага для рисования и для записи, наборы цветных карандашей по числу участников группы, бейджи или листки бумаги с булавками.

Требования к ведущему группы: обязательно прохождение группы социально-психологического тренинга и (или) группы личностного роста, желательно – опыт самостоятельного ведения подростков групп.

Резюме: Программа требует высокой эмоциональной включенности психолога и творческого подхода при ее проведении.

С.В Кривцова, Е.А. Мухаматулина «Навыки конструктивного взаимодействия с подростками »

Руководство практического психолога. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте/ Под ред. И.В. Дубровиной – М.: Академа, 1995

Развивающая.

Адресат: дети 10-12 лет (5-7 класс), группа не более 12-14 человек, некоторые упражнения можно давать и подросткам 13-15 лет

Цель: помощь детям в самопознании, развитии у них чувства собственного достоинства и умения наиболее полно реализовывать себя в поведении в деятельности Задачи:

- обеспечение школьника средствами самопознания;
- повышение представлений школьника о собственной значимости, ценности, укрепление у него чувства собственного достоинства;
- развитие навыков и умений, необходимых для уверенного поведения, для преодоления затруднений в учебе, других видах деятельности, в общении;
- формирование мотивации самовоспитания и саморазвития и обеспечение необходимыми психологическими средствами;
- развитие фантазии, воображения.

Время: если проводит педагог, то 44 часа, если психолог – до 54 часов (раз в неделю по 90 минут, либо 2 раза в неделю по 45 минут)

Оборудование: помещение для тренинговых и аудиторных занятий (за партами), папка для черчения или рисования, содержащая обычные листы и листы для письма, пластилин, карандаши и фломастеры, ножницы, клей, легкий воздушный мяч или шар, несколько перчаточных кукол, «волшебный ящик», наборы «карт Проппа» (можно изготовить на занятиях).

Резюме: занятия требуют эмоциональной включенности психолога, способствует не только выполнению поставленных задач, но и сплочению группы, развитию коммуникативных навыков.

О. Хухлаева, Т. Кирилина, О. Федорова. «Счастливый подросток. Программа профилактики нарушений психического здоровья»
О. Хухлаева, Т. Кирилина, О. Федорова. Счастливый подросток. Программа профилактики нарушений психологического здоровья. – М.: Апрель Пресс
ЭКСМО-Пресс, 2000

Профилактическая и коррекционная

Адресат: школьники (5-8 класс), школьный класс или его половина

Цель: Обеспечение профилактики нарушений психологического здоровья в соответствии с его трехкомпонентной структурой (аксиоматический (самоотношение), инструментальный (рефлексия) ипотребностномотивационный (саморазвитие)) и обеспечить выполнение возрастных задач развития

Задачи:

5 класс:

- зарождение интереса к своему внутреннему миру;
- формирование представления о своих возможностях, способностях, своем месте среди окружающих людей.

6 класс:

- зарождение интереса к внутреннему миру другого;
- создание условий для выбора модели своего поведения;
- помощь в решении проблем подросткового возраста.

7 класс:

- формирование самопонимания;
- обучение навыкам общения, в том числе межполового;
- помощь в решении проблемной фазы.

8 класс:

- формирование чувства взрослости,
- формирование психологической культуры; ▪ помощь в решении проблем фазы.

Время: 21 занятие, время не указано, предположительно - урок Оборудование: помещение для тренинговых занятий, бумага А4, карандаши и фломастеры, мяч.

Резюме: программа имеет подробно прописанное теоретическое основание, четко обозначена структура. Программа рассчитана на 4 года обучения в школе, упражнения подобраны с опорой на психологические характеристики возраста. 8 классу предлагаются уроки по психологии, где занятиях теория чередуется с играми.

МЕТОДИЧЕСКАЯ КОПИЛКА ДЛЯ СТАРШЕЙ ШКОЛЫ

Н.Н. Толстых «Программа развития временной перспективы и способности к целеполаганию для учащихся 15-17 лет»

Руководство практического психолога. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте/ Под ред.

И.В. Дубровиной – М.: Академа, 1995

Развивающая

Адресат: подростки 15-17 лет. Возможны индивидуальные занятия и в группе 2-20 человек

Цель: помочь юношам и девушкам определить свои жизненные планы, прояснить временную перспективу будущего и в итоге продвинуться в плане своего личностного развития, самоопределения, в обретении собственной идентичности.

Задачи:

- помочь старшеклассникам осознать значимость определения собственных жизненных целей;
- развитие способности формулировать собственные цели и желания;
- получение опыта оценивания собственных возможностей в достижении конкретных жизненных целей;
- развитие навыка планирования собственного времени.

Время: не указано, можно успеть за одно двухчасовое занятие.

Оборудование: помещение для тренинга, бумага для рисования и для записи, наборы цветных карандашей по числу участников группы.

Резюме: Не требует большой организационной подготовки. Помимо обозначенных целей программа также способствует развитию рефлексии и воображения.

Г.У.Солдатова, Л.А.Шайгерова, О.Д.Шарова

«Жить в мире с собой и другими»

(тренинг толерантности для подростков)

Развивающая

Адресат: ученики старших классов, группа не более 15 человек

Цели:

- ознакомить старшеклассников с понятиями «толерантность» и «толерантная личность», критериями и социальными проявлениями толерантности и нетерпимости, показать значение толерантного поведения при взаимодействии с людьми, а также в различных жизненных сферах; - Научить участников конкретным приемам, позволяющим развить у себя качества

толерантной личности;

- развивать воображение, способность к эмпатии, сопереживанию и сочувствию, доверие, достоинство и самопознание как элементы толерантности в контексте отношений «Я» и «Другие».

Время: от 1 часа до 1 часа 20 минут, 11 занятий. В случае необходимости количество занятий может быть увеличено.

Оборудование: отдельная комната, в которой от занятия к занятию сохранялась бы неповторимая творческая атмосфера формирования толерантного сознания. По мере проведения тренинга она наполнялась бы «толерантной» атрибутикой (продуктами творчества детей) и позволяла бы подростку сразу погружаться в атмосферу занятий без длительной подготовки. Принадлежности для рисования, цветная бумага, ножницы, карта мира, флажки, клубок ниток или моток веревки, набор карточек (изготовить), бейджи.

Резюме: теоретически обоснованная, гармонично составленная программа. Содержит полезные, интересные упражнения.

Н.С. Пряжников, Е.Ю. Пряжникова. Активизирующие методики для профессионального самоопределения старшеклассников

Н.С. Пряжников, Е.Ю. Пряжникова. Игры и методики для профессионального самоопределения старшеклассников. – М.: «Первое сентября», 2004

Диагностическая, развивающая, активизирующая

Адресат: подростки 14-16 лет (10-11 класс), индивидуальные и групповые процедуры (до 30 человек), некоторые упражнения можно давать и взрослым, например, учителям

Цель: помощь в профессиональном и личностном самоопределении Задачи:

- формирование нравственных основ профессионального самоопределения;
- формирование информационной основы профессионального самоопределения;
- диагностика профессиональной мотивации и способностей;
- составление личной перспективы профессионального развития подростка.

Время: от 40 минут до 1,5-2 часов в индивидуальных процедурах и от 2 до 3,5 часов в групповых в зависимости от методики. Длительность программы может быть различной.

Оборудование: помещение для тренинговых и аудиторных занятий (за партами), папка для черчения или рисования, содержащая обычные листы, тетради в клеточку, карандаши и фломастеры; для некоторых упражнений психологу необходимо предварительно изготовить специальные карточки. Резюме: Занятия

проходят как правило весело, подростки мотивированы, заинтересованы, задают много вопросов, обсуждают результаты. Упражнения имеют эффект отсроченного действия, участники занятий могут даже через несколько недель продолжать задумываться над тем, что происходило в группе. В некоторых взрослых аудиториях отдельные упражнения также имеют успех. Много внимания уделяется этическим вопросам.

«Проблемы, связанные с ВИЧ/ СПИД, профилактика ВИЧинфицирования» Авторский коллектив

«Я хочу провести тренинг». Пособие для начинающего тренера, работающего в области профилактики ВИЧ/ СПИД, наркозависимости и инфекций, передающихся половым путем. Е.Яшина, Д.Камандинов, О. Петрова, О. Аврукина, С. Давыдова, Е.Дума, Г. Рошупкин, Е. Касик, А., Лепшин, Е. Зайцева, А. Кирсанова, Ю. Вторушина, Е. Нагибина, Ю. Авдеев, Д. Уфимцев, Т. Голованова (авторский коллектив) – Новосибирск: «Гуманитарный проект», 2000.

human.pro@online.nsk.su

Профилактическая

Адресат: подростки (конкретный возраст не указан). Группа около 25 человек

Цель: получение информации по проблемам, связанным с ВИЧ/ СПИД, выработка и развитие навыков предотвращения заражения ВИЧ-инфекцией у подростков.

Задачи:

- выяснить уровень информированности подростков и наличие у них навыков предотвращения заражения ВИЧ-инфекцией;
- дать достоверную информацию о путях передачи ВИЧ, обследовании на ВИЧ, патогенезе и течении инфекции, современных методах лечения, возможностях предотвращения инфицирования, о эпидемиологической ситуации в нашей стране и мире, безопасном поведении, социальных, экономических и других последствиях эпидемии, основах законодательства;
- сформировать у подростков навыки предотвращения заражения ВИЧинфекцией, принятия ответственных решений и действий в ситуации выбора;
- мотивировать к дальнейшему поиску информации о ВИЧ/ СПИД, к использованию полученных знаний и навыков в реальной жизни, к самостоятельному информированию друзей и знакомых;
- заложить гуманную основу личности;
- проверить уровень усвоения информации и закрепить навык.

Время: возможно три варианта: 1,5 часа, 1 день (6 часов) и 3 дня (18 часов).

Для каждого из этих вариантов имеются соответствующие версии программы

Оборудование: помещение для тренинга, тетради/блокноты с жесткой обложкой,

ручки из расчета *количество участников*х1.25, бейджи, около 20 листов ватмана (на 3-хдневный тренинг, можно заменить обоями), флип-чарт (желательно), цветная бумага, чистая бумага А4, маркеры разного цвета (1 набор для тренера), фломастеры, скотч - 1, ножницы – 1, кнопки, скрепки – по 1 коробке. Еда (на 1- и 3-дневные тренинги). *Если есть возможность*: музыкальный центр, телевизор и видеоманитфон, проектор, фотоаппарат, копировальный аппарат, видеокамера.

Резюме: Программа написана хорошим языком, издание украшено остроумными иллюстрациями, подобраны разные варианты проведения в зависимости от условий, приложение содержит «чемоданчик тренера», где дана вся необходимая теоретическая информация и подробно описаны упражнения, гармонично распределены теория и практика.

Проблемы, связанные с инфекциями, передающимися половым путем (ИППП) и продуктивным здоровьем» Авторский коллектив

«Я хочу провести тренинг». Пособие для начинающего тренера, работающего в области профилактики ВИЧ/ СПИД, наркозависимости и инфекций, передающихся половым путем. Е.Яшина, Д.Камандинов, О. Петрова, О Аврукина, С. Давыдова, Е.Дума, Г. Рощупкин, Е. Касик, А.Лепшин, Е. Зайцева, А. Кирсанова, Ю. Вторушина, Е. Нагибина, Ю. Авдеев, Д. Уфимцев, Т. Голованова (авторский коллектив) – Новосибирск: «Гуманитарный проект», 2000.human.pro@online.nsk.su

Профилактическая

Адресат: подростки (конкретный возраст не указан). Группа около 25 человек

Цель: повышение уровня информированности подростков по проблемам, связанным с ИППП, выработка и развитие навыков предотвращения заражения ИППП и сохранения репродуктивного здоровья у подростков.

Задачи:

- выяснить уровень информированности подростков по проблеме;
- дать достоверную информацию о путях передачи ИППП, обследовании на ИППП, о безопасном поведении, о возможностях предотвращения инфицирования;
- сформировать у подростков а) навыки предотвращения заражения ИППП, б) убеждение в необходимости безопасного сексуального поведения, в) убеждение в преимуществе отсрочки начала половой жизни;
- проверить уровень усвоения информации по теме семинара.

Время: возможно три варианта: 1,5 часа, 1 день (6 часов) и 3 дня (18 часов). Для каждого из этих вариантов имеются соответствующие версии программы

Оборудование: помещение для тренинга, тетради/блокноты с жесткой обложкой, ручки из расчета *количество участников*х1.25, бейджи, около 20 листов ватмана (на 3-хдневный тренинг, можно заменить обоями), флип-чарт (желательно),

цветная бумага, чистая бумага А4, маркеры разного цвета (1 набор для тренера), фломастеры, скотч - 1, ножницы – 1, кнопки, скрепки – по 1 коробке. Еда (на 1- и 3-дневные тренинги). *Если есть возможность*: музыкальный центр, телевизор и видеоманитофон, проектор, фотоаппарат, копировальный аппарат, видеокамера.

Резюме: Программа написана хорошим языком, издание украшено остроумными иллюстрациями, подобраны разные варианты проведения в зависимости от условий, приложение содержит «чемоданчик тренера», где дана вся необходимая теоретическая информация и подробно описаны упражнения, гармонично распределены теория и практика.

«Наркотики и общество» Авторский коллектив.

«Я хочу провести тренинг». Пособие для начинающего тренера, работающего в области профилактики ВИЧ/ СПИД, наркозависимости и инфекций, передающихся половым путем. Е.Яшина, Д.Камандинов, О. Петрова, О Аврукина, С. Давыдова, Е.Дума, Г. Рощупкин, Е. Касик, А.Лепшин, Е. Зайцева, А. Кирсанова, Ю. Вторушина, Е. Нагибина, Ю. Авдеев, Д. Уфимцев, Т. Голованова (авторский коллектив) – Новосибирск: «Гуманитарный проект», 2000.

human.pro@online.nsk.su

Профилактическая

Адресат: подростки (конкретный возраст не указан). Группа около 25 человек

Цель: повысить уровень информированности подростков по проблемам, связанным с наркотиками; выработать и развить навыки, предотвращающие употребление психоактивных веществ.

Задачи:

- выяснить уровень информированности подростков и наличие у них навыков ответственного принятия решений;
- дать достоверную информацию о группах наркотических веществ; о зависимости и ее видах; о течении заболевания; о современных методах лечения и реабилитации зависимых; о безопасном поведении; о социальных, экономических и других последствиях употребления наркотиков; об основах законодательства (учитывая уровень информированности);
- определить роль семьи в формировании ответственной позиции подростка;
- определить возможные мотивы употребления наркотиков;
- формировать у подростков способность принять ответственные решения в ситуации выбора;
- мотивировать к дальнейшему использованию полученных знаний и навыков в реальной жизни и самостоятельному информированию друзей и знакомых;

- заложить основу Я-концепции и адекватной самооценки;
- проверить уровень усвоения информации и закрепить навыки.

Время: возможно три варианта: 1,5 часа, 1 день (6 часов) и 3 дня (18 часов). Для каждого из этих вариантов имеются соответствующие версии программы

Оборудование: помещение для тренинга, тетради/блокноты с жесткой обложкой, ручки из расчета *количество участников*х1.25, бейджи, около 20 листов ватмана (на 3-хдневный тренинг, можно заменить обоями), флип-чарт (желательно), цветная бумага, чистая бумага А4, маркеры разного цвета (1 набор для тренера), фломастеры, скотч - 1, ножницы – 1, кнопки, скрепки – по 1 коробке. Еда (на 1- и 3-дневные тренинги). *Если есть возможность:* музыкальный центр, телевизор и видеомagneтофон, проектор, фотоаппарат, копировальный аппарат, видеокамера.

Резюме: Программа написана хорошим языком, издание украшено остроумными иллюстрациями, подобраны разные варианты проведения в зависимости от условий, приложение содержит «чемоданчик тренера», где дана вся необходимая теоретическая информация и подробно описаны упражнения, гармонично распределены теория и практика.

И.В. Плющ, А.Н. Третьякова, Н.О. Герьянская, Н.Н. Шелегин, Н.А. Складнова «Тренинговые занятия для подростков».

И.В. Плющ, А.Н. Третьякова, Н.О. Герьянская, Н.Н. Шелегин, Н.А.

Складнова. Организация деятельности по профилактике злоупотребления психоактивными веществами в образовательном учреждении. Методические рекомендации – Новосибирск: НИПКиПРО, 2004

Профилактическая

Адресат: подростки (конкретный возраст не указан). Группа 10-20 учеников (половина класса), 16 занятий по 60-90 мин. один или два раза в неделю

Цель: повысить уровень информированности подростков по проблемам, связанным с наркотиками; выработать и развить навыки, предотвращающие употребление психоактивных веществ.

Задачи:

- выяснить уровень информированности подростков и наличие у них навыков ответственного принятия решений;
- дать достоверную информацию о группах наркотических веществ; о зависимости и ее видах; о течении заболевания; о современных методах лечения и реабилитации зависимых; о безопасном поведении; о социальных, экономических и других последствиях употребления наркотиков; об основах законодательства (учитывая уровень информированности);

- определить роль семьи в формировании ответственной позиции подростка;
- определить возможные мотивы употребления наркотиков;
- формировать у подростков способность принять ответственные решения в ситуации выбора;
- мотивировать к дальнейшему использованию полученных знаний и навыков в реальной жизни и самостоятельному информированию друзей и знакомых;
- заложить основу Я-концепции и адекватной самооценки;
- проверить уровень усвоения информации и закрепить навыки.

Время: возможно три варианта: 1,5 часа, 1 день (6 часов) и 3 дня (18 часов). Для каждого из этих вариантов имеются соответствующие версии программы.

Оборудование: помещение для тренинга, тетради/блокноты с жесткой обложкой, ручки из расчета *количество участников*х1.25, бейджи, около 20 листов ватмана (на 3-хдневный тренинг, можно заменить обоями), флип-чарт (желательно), цветная бумага, чистая бумага А4, маркеры разного цвета (1 набор для тренера), фломастеры, скотч - 1, ножницы – 1, кнопки, скрепки – по 1 коробке. Еда (на 1- и 3-дневные тренинги). *Если есть возможность:* музыкальный центр, телевизор и видеомэгнитофон, проектор, фотоаппарат, копировальный аппарат, видеокамера.

Резюме: Программа написана хорошим языком, издание украшено остроумными иллюстрациями, подобраны разные варианты проведения в зависимости от условий, приложение содержит «чемоданчик тренера», где дана вся необходимая теоретическая информация и подробно описаны упражнения, гармонично распределены теория и практика.