Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования детей»

Город Тамбов, ул. Гастелло, 32 а

ОСОБЕННОСТИ РЕАБИЛИТАЦИИ УЧАЩИХСЯ ГРУППЫ РИСКА В ОРГАНИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Авторы-составители:

Урюпина Светлана Викторовна, педагог-психолог

Степанова Алиса Юрьевна, методист

Тамбов, 2019

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Введение ……..3
2. Характеристика подростков, склонных к социальной дезадаптации ……4
3. Из опыта работы муниципальной опорной площадки «Подросток и общество» ……5
4. Внедрение реабилитационного компонента в дополнительные общеобразовательные программы МБУДО ЦДОД …….5
5. Приложение …….7

Введение

Дети «группы риска» – это дети, находящиеся в критической ситуации под воздействием некоторых нежелательных факторов социальной среды. Чаще всего риску подвергаются дети из-за отсутствия нормальных условий их полноценного развития. Нежелательные факторы, которые воздействуют на детей, обуславливая большую вероятность трудностей социализации, являются физические недостатки, педагогическая запущенность, воспитание в условиях неполных или малоимущих семей и тому подобное.

Педагоги воспринимают таких подростков как трудновоспитуемых. У них прослеживается отчуждение от основных институтов социализации: семьи и школы. Кроме проблемы с трудными подростками, последнее время возросло число учащихся, склонных к суицидальному поведению.

Реабилитация в переводе с греческого означает – восстановление. Социально-педагогическая реабилитация – это система мер воспитательного характера, направленная на формирование личностных качеств, значимых для жизнедеятельности, активной жизненной позиции ребёнка, способствующих интеграции его в общество; на овладение необходимыми умениями и навыками, положительными социальными ролями, правилами поведения в обществе; на получение необходимого образования.

Почему необходимо реабилитировать подростков? Для них свойственно такое явление как дезадаптация.

Школьная дезадаптация – это несоответствие психофизического и социопсихологического состояния ребёнка требованиям школьного обучения, при котором овладение знаниями и компетенциями становится затруднительным. Как следствие – появление неуспевающих, склонных к конфликтам подростков, неспособных тормозить свои негативные эмоции.

Социальная дезадаптация – это более глубокая степень дезадаптации, которой свойственны асоциальные проявления (сквернословие, курение, дерзкие выходки) и отчуждение от семьи и школы, что приводит к снижению или утере мотивации к учению, познавательной деятельности; трудностям в профессиональном самоопределении; снижает уровень усвоения нравственных и ценностных представлений, норм права и, как следствие, способность адекватной самооценки.

В данных методических рекомендациях мы хотим осветить деятельность муниципальной опорной площадки «Подросток и общество» МБУДО ЦДОД по организации реабилитационного пространства для учащихся группы риска.

Характеристика подростков, склонных к социальной дезадаптации

Проблемы подростков связаны в основном с поиском ими смысла жизни, определением своей роли и места в обществе. В этот период происходит становление социальной личности, готовой вступить в жизнь. Социальная дезадаптация в подростковом возрасте ведёт к формированию людей малообразованных, не имеющих навыков трудиться, создавать семью, быть хорошими родителями, не понимающих своё месте в жизни.

Среди факторов, способствующих возникновению и развитию социальной дезадаптированности несовершеннолетних группы риска, можно выделить:

- психосоматические – инвалидность, общее недоразвитие, тяжелые формы хронических заболеваний, органические поражения ЦНС, психические заболевания, гиперактивность и так далее;
- индивидуально-психологические – недостатки интеллектуального развития, искажения мотивационной сферы, несформированность способов общения, социофобия, аутизм, яркие акцентуации характера, агрессивность;
- образовательные факторы – устойчивая школьная неуспеваемость, отказ посещать образовательное учреждение, перевод в другое образовательное учреждение без изменения места жительства, отвержение одноклассниками, нездоровый социально-психологический климат в классе;
- внеобразовательные факторы подразумевают смерть кого-то из значимых родственников и фактическое сиротство, развод родителей, жестокое обращение в семье с применением психологического и физического насилия, отсутствие должного ухода и воспитания, отчуждение взрослых и формальное общение в семье, малообеспеченность семьи и неудовлетворительные жилищные условия, гиперопека и гиперпротекция, патология личности кого-то из воспитывающих взрослых, вовлеченность в противоправные действия и употребление психоактивных веществ.

Появление социально неодобряемых форм поведения говорит о состоянии, называемом социальной дезадаптацией. Как бы ни были разнообразны эти формы, они почти всегда характеризуются плохими отношениями с другими детьми, которые проявляются в драках, ссорах, или, например, агрессивностью, демонстративным неповиновением, разрушительными действиями или лживостью. Они также могут включать антиобщественные поступки, такие, как воровство, прогулы школы и другие.

Синдром социальной дезадаптации гораздо чаще встречается среди мальчиков, что отчётливо проявляется в случаях антиобщественных поступков.

Подростки, склонные к суицидальному поведению, чаще всего не нарушают социальные нормы, не ведут себя вызывающе, но могут быть

замкнутыми, отставать в учебе. Следует обратить внимание на внешний вид ребёнка (устал, не выспался), носит ли он одежду «не по погоде», например, в жару длинные рукава, прикрывающие порезы на руках. Количество случаев самоубийства среди подростков возрастает весной и осенью – в периоды экзаменов и адаптации к школе. Основные мотивы – протест, месть, избегание наказания, самонаказание, призыв.

Из опыта работы муниципальной опорной площадки «Подросток и общество»

Важными направлениями профилактики противоправного и суицидального поведения среди несовершеннолетних является охват подростков группы риска дополнительным образованием, организация содержательного досуга подростков, внедрение реабилитационного компонента в мероприятия внеурочной деятельности. В мае 2018 года специалистами МБУДО ЦДОД была разработана дорожная карта по внедрению Типовой модели реализации программ вовлечения в систему дополнительного образования детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, на 2018-2020 годы. Кроме того, ежегодно Центр организует мероприятия согласно планам по профилактике безнадзорности, преступлений и правонарушений среди учащихся и профилактике суицидального поведения несовершеннолетних. За 2019 год в рамках работы муниципальной опорной площадки проведено 47 мероприятий различной направленности.

В Центре дополнительного образования детей разработан социальный паспорт творческого объединения, в котором в начале учебного года указывается количество учащихся из малообеспеченных, неполных семей, состоящих на учёте в ПДН, внутришкольном учёте. Педагоги дополнительного образования особо обращают внимание на данную категорию детей. В первую очередь, необходимо наблюдать за их поведением. В случае обнаружения особенностей, которые мы рассмотрели выше, необходимо обсудить это с классным руководителем учащегося, выяснить его личностные характеристики и взаимоотношения со сверстниками, семьёй. Необходимо максимально замотивировать подростка регулярно посещать объединение дополнительного образования.

В ходе социально-педагогической реабилитации педагог:

- ставит подростка в ситуацию успеха, стимулирует его деятельность посредством одобрения, то есть небезразличного, эмоционального отношения к личности подростка, его поступкам;
- формирует у подростка стремление компенсировать тот или иной недостаток усилением деятельности в той области, которую он любит, в которой может добиваться быстрых результатов;

- восстанавливает положительные качества, которые преобладали у подростка до проявления девиантности, обращает внимание на его добрые поступки;
- корректирует поведение подростка, исправляя его отрицательные качества с помощью методов поощрения, внушения, убеждения, примера и других, связанных с коррекцией поведения.

Таким образом, педагог дополнительного образования через вовлечение в творческую деятельность способен помочь учащемуся развивать познавательную сферу, снизить эмоциональное напряжение, уровень агрессии, почувствовать собственную значимость, как следствие, повысить самооценку, улучшить школьную успеваемость, восстановить отношения со сверстниками и взрослыми.

Внедрение реабилитационного компонента в дополнительные общеобразовательные программы МБУДО ЦДОД

Педагогами дополнительного образования МБУДО ЦДОД проводится информационно-просветительская работа по привлечению учащихся к занятиям в творческих объединениях Центра. Ежегодно, в сентябре, в рамках Недели дополнительного образования проводятся презентации детских объединений и разнообразные мастер-классы по различным видам творчества. Так, в 2018/2019 учебном году подростки целевой группы обучались в следующих объединениях Центра дополнительного образования детей: «Шаг вперёд», «Весёлый художник», «Заветное кружевце», «Макраме», «Страна английского языка», «Арт-студия Креатив», «Гармония», «Танец – дорога в прекрасное», «Азбука танца», «Элегия», «Мы играем в сказку», «Любознайка», «Компьютерные технологии», «Камертон», «Школа этикета», «Весёлые спицы».

Специалистами опорной площадки были разработаны реабилитационные компоненты дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы для реализации педагогами дополнительного образования МБУДО ЦДОД, занятия которых посещают дети и подростки, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации. Содержание модулей направлено на учащихся в возрасте 7-10 лет и 11-15 лет и предполагает проведение тренинговых игр и упражнений на сплочение коллектива, доверие; развитие коммуникативных навыков, снижение агрессивности; формирование адекватной самооценки учащихся; профилактику асоциального поведения.

Психологические модули могут быть реализованы в рамках внеурочной деятельности образовательными организациями любого типа, в которых обучаются несовершеннолетние учащиеся группы социального риска. С содержанием реабилитационных компонентов Вы можете ознакомиться в приложении.

Приложения

Приложение 1

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей»

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ МОДУЛЬ

(реабилитационный компонент дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы)

Возраст обучающихся: 7-10 лет
Срок реализации: 1 год

Составители:

Урюпина Светлана Викторовна, педагог-психолог

Степанова Алиса Юрьевна, методист

г. Тамбов, 2019

Пояснительная записка

Из года в год остаётся стабильным количество школьников, которых выделяют как учащихся с девиантным поведением, а также возрастает число факторов, способствующих формированию отклоняющегося поведения: отклонения от норм в состоянии здоровья, нарушение в сфере межличностных взаимоотношений (ребёнок изолирован в классном коллективе, отвергаемый в группе свободного общения, конфликтен, отчуждён, бесконтролен), влияние семьи (отсутствие у родителей элементарных психолого-педагогических знаний, конфликты, развод родителей, смерть близких, перемена места жительства), информация, распространяемая СМИ. Данная проблема уже перестала быть только психолого-педагогической – она стала социальной. К её разрешению активно привлекаются организации не только общего, но и дополнительного образования.

Дополнительное образование предоставляет каждому ребёнку свободный выбор того вида деятельности, который удовлетворяет его интересы, создаёт «ситуацию успеха», является платформой для самореализации и развития личности. В неформальном общении с педагогом дополнительного образования в ходе творческой деятельности формируется социально-образовательное пространство, способствующее развитию потенциальных способностей, получению опыта совместной продуктивной деятельности со взрослым и другими детьми, усвоению традиционных моральных норм.

Дети младшего школьного возраста, имеющие нарушения в психологическом или физическом развитии, в сфере межличностных отношений, проживающие в семьях, находящихся в социально-опасном положении, потенциально могут стать подростками с девиантным поведением, вступить в конфликт с законом. Включение реабилитационного компонента в программу дополнительного образования позволяет осуществлять профилактику отклоняющегося поведения детей младшего школьного возраста, создаёт условия для выстраивания эффективных межличностных отношений и формирования адекватной самооценки.

Модуль предназначен для реализации в рамках занятий творческих объединений МБУДО ЦДОД, которые посещают дети, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации. В модуле представлены психологические игры и упражнения на снижение уровня агрессивности, развитие коммуникативных навыков, формирование позитивного отношения к себе и окружающим, навыков управления эмоциональным состоянием, ориентированные на учащихся в возрасте 7-10 лет. Педагогам также рекомендуется на каждом занятии проводить игры-приветствия, которые помогают сосредоточить внимание учащихся, настроить их на групповую деятельность; игры-ритуалы прощания для создания устойчивости межличностных взаимодействий и взаимоотношений в группе.

Цель модуля: развитие универсальных возможностей учащихся, отвлечение их от асоциальной среды, социальная и психологическая реабилитация.

Задачи:

Обучающие	Развивающие	Воспитательные
• давать знания о здоровьесберегающем поведении; • познакомить учащихся с понятием «конфликт» и способами конструктивного разрешения конфликтных ситуаций; • обучать применять	• формировать коммуникативные навыки; • формировать навыки эмоциональной саморегуляции; • стимулировать процесс личностного развития через освоение общепринятых	• создавать условия для социальной и психологической реабилитации учащихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации; • помогать учащимся в формировании устойчивой нравственной позиции;

компетенции, полученные в рамках модуля, в повседневной жизни	нравственных норм поведения	• способствовать формированию адекватной самооценки; • осуществлять профилактику отклоняющегося поведения учащихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации

Учебный план

№	Наименование темы	Сроки
1.	**Коррекция агрессивного поведения**	сентябрь октябрь
2.	**Развитие коммуникативных навыков**	ноябрь декабрь
3.	**Снятие эмоционального напряжения**	январь февраль
4.	**Формирование позитивного отношения к себе и окружающим**	март
5.	**Навыки управления эмоциональным состоянием**	апрель май

Содержание

Тема №1. Коррекция агрессивного поведения

Сентябрь

Игра «Ласковые лапки»

Цель: снятие напряжения, мышечных зажимов, снижение агрессивности, развитие чувственного восприятия, гармонизация отношений между ребенком и взрослым.

Краткое описание игры: Взрослый подбирает 6-7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т.д. Все это выкладывается на стол. Ребёнку предлагается оголить руку по локоть; воспитатель объясняет, что по руке будет ходить «зверёк» и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой «зверёк» прикасался к руке – отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными. Вариант игры: «зверёк» будет прикасаться к щеке, колену, ладони. Можно поменяться с ребёнком местами.

Октябрь

Упражнение «Жужа»

Цель: *научить агрессивных детей быть менее обидчивыми, дать им уникальную возможность посмотреть на себя глазами окружающих, побыть на месте того, кого они сами обижают, не задумываясь об этом.*

Краткое описание упражнения*: «Жужа» сидит на стуле с полотенцем в руках. Все остальные бегают вокруг неё, строят рожицы, дразнят, дотрагиваются до неё. «Жужа» терпит, но когда ей все это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за*

обидчиками, стараясь поймать того, кто обидел её больше всех, он и будет «Жужей». Взрослый должен следить, чтобы «дразнилки» не были слишком обидными.

По окончании упражнения проводится обсуждение. Что легко было сделать в этом упражнении, а что трудно? Что понравилось, а что нет? Было ли «Жуже» обидно? Педагог подводит к тому, что нужно уважительно относиться к окружающим.

Тема №2. Развитие коммуникативных навыков

Ноябрь

Игра «Доброе животное»

Цель: способствовать сплочению детского коллектива, научить детей понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать.

Краткое описание игры: Ведущий тихим таинственным голосом говорит: «Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох – делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперед, на выдох – 2 шага назад. Вдох – 2 шага вперед. Выдох – 2 шага назад. Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьётся его большое доброе сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т.д. Мы все берём дыхание и стук сердца этого животного себе».

По *окончании происходит о*бсуждение: легко ли детям было взаимодействовать в этой игре, слушать друг друга, подстраиваться под общий ритм.

Декабрь

Игра «Попроси игрушку» – вербальный вариант

Цель: обучить детей эффективным способам общения.

Краткое описание игры: Группа делится на пары, один из участников пары (участник 1) берёт в руки какой-либо предмет, например, игрушку, тетрадь, карандаш и т.д. Другой участник (участник 2) должен попросить этот предмет. Инструкция участнику 1: «Ты держишь в руках игрушку (тетрадь, карандаш), которая очень нужна тебе, но она нужна и твоему приятелю. Он будет у тебя её просить. Постарайся оставить игрушку у себя и отдать её только в том случае, если тебе действительно захочется это сделать». Инструкция участнику 2: «Подбирая нужные слова, постарайся попросить игрушку так, чтобы тебе её отдали». Затем участники 1 и 2 меняются ролями.

*О*бсуждение: легко ли было подобрать слова? По каким причинам участник 1 отдал/не захотел отдать игрушку?

Тема №3. Снятие эмоционального напряжения

Январь

Игра «Тух-тиби-дух»

Цель: снятие негативных настроений и восстановление сил.

Краткое описание игры: «Я сообщу вам по секрету особое слово. Это волшебное заклинание против плохого настроения, против обид и разочарований. Чтобы оно подействовало по-настоящему, необходимо сделать следующее. Сейчас вы начнете ходить по комнате, ни с кем не разговаривая. Как только вам захочется поговорить, остановитесь напротив одного из участников, посмотрите ему в глаза и трижды, сердито-пресердито произнесите волшебное слово: «Тух-тиби-дух». Затем продолжайте ходить по комнате. Время от времени останавливайтесь перед кем-либо и снова сердито-пресердито произносите это волшебное слово. Чтобы волшебное слово подействовало, необходимо говорить его не в пустоту, а глядя в глаза человека, стоящего перед вами». В этой игре

заложен комичный парадокс. Хотя дети должны произносить слово «Тух-тиби-дух» сердито, через некоторое время они не могут не смеяться.

Февраль

Игра «Дотронься до…»
Цель: эмоциональная разрядка.

Краткое описание игры: Ребятам предлагается найти в комнате и дотронуться до: стеклянного, металлического, прозрачного, теплого, красного цвета и т.д.

Упражнение следует проводить в ускоряющемся темпе.

Игра «Посидите так, как сидит»
Цель: снятие эмоционального напряжения.

Краткое описание игры: Ведущий предлагает участникам посидеть на своих стульях так, как сидели бы: король, курица на насесте, начальник милиции, преступник на допросе, судья, жираф, маленькая мышка, слон, пилот, бабочка и т.д.

Это упражнение очень смешное, не нужно останавливать смех и «клоунов», лучше посмеяться вместе с ребятами.

Тема №4. Формирование позитивного отношения к себе и окружающим

Март

Игра «Дракон»
Цель: помочь детям, испытывающим затруднения в общении, обрести уверенность и почувствовать себя частью коллектива.

Краткое описание игры: Играющие становятся в линию, держась за плечи друг друга. Первый участник – «голова», последний – «хвост». «Голова» должна дотянуться до «хвоста» и дотронуться до него. «Тело» дракона неразрывно. Как только «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях.

Игра «Я не упаду»
Цель: формировать у детей доверие к окружающим.

Краткое описание игры: На полу ведущий раскладывает канат (толстую веревку) примерно двухметровой длины, так, чтобы получилась какая-нибудь замысловатая фигура. Один ребёнок снимает обувь и становится на край каната двумя ногами (пяточка одной ноги касается пальцев другой). Ему завязывают глаза. Затем взрослый, страхуя ребёнка, даёт команды, способствующие его передвижению по канату («шаг вперёд», «шаг влево», «шаг вправо» и т.п.). Ребёнку необходимо, не сойдя с каната, пройти его весь – с начала до конца. Это упражнение выполняют по очереди все дети. Упражнение можно повторять несколько раз, постепенно усложняя траекторию пути – начинать с простых фигур из каната, а затем усложнять.

С двух сторон от каната по маршруту можно выстроить «живой коридор» из остальных участников игры.

Обсуждение: испытывал ли ребёнок, идущий по канату, неприятные чувства, кому было легко выполнить задания, кому сложно – почему?

Тема №5. Навыки управления эмоциональным состоянием

Апрель

Игра «Планеты»
Цель: предоставить детям возможность отреагировать агрессивные чувства и способствовать развитию у них навыка самоконтроля.

Краткое описание игры: Детям предлагается путешествие по различным планетам, каким – они должны придумать сами. Взрослый раскладывает на столе вырезанные из бумаги круги разного размера – планеты, – и просит детей придумать им названия и представить себе людей, которые на этих планетах будут жить. Далее дети вместе со взрослым путешествуют по планетам, взаимодействуют с существами, которые их населяют. Каждый из детей является хозяином одной планеты. Он определяет характер ее обитателей, основные конфликты на планете и т.п. Когда все дети «прибывают» на его планету, он играет роль местных жителей, которые либо вступают в контакт с гостями, либо конфликтуют с ними, к примеру, заставляя все время учиться или работать.

После игры обсуждается, кому было легко принимать гостей на своей планете, кому нет; какие ситуации нужно было разрешить мирным путём.

Май

Игра «Тренируем эмоции»

Цель: развитие умения управлять своим эмоциональным состоянием.

Краткое описание игры: Педагог предлагает детям выполнить следующие задания: нахмуриться, как осенняя тучка, рассерженный человек, злая волшебница; улыбнуться, как кот на солнышке, как само солнышко, как Буратино, как хитрая лиса, как радостный ребенок, и так, будто ты увидел чудо; позлиться, как ребёнок, у которого отняли игрушку, как два барана на мосту, которые злятся и не уступают друг другу, как человек, которого толкнули в транспорте или на улице; испугаться, как ребенок, потерявшийся в лесу или на незнакомой улице, как заяц, увидевший волка, как котенок, на которого лает собака; устать, как папа после работы, как человек, поднявший тяжелый груз, как муравей, который тащил большую веточку; отдохнуть, как мама после работы, как ребёнок, который много трудился, помогая маме, как лошадь, которая привезла большой груз.

Обсуждение: сложно ли было выразить все эти чувства? Испытывали ли участники группы радость, страх, грусть, усталость? Педагог подводит к тому, что важно ли уметь проявлять все чувства, даже негативные, не причиняя вреда окружающим.

По итогам освоения модуля обучающиеся будут:

Знать:

- основы здоровьесберегающего поведения;
- нормы и правила, которым необходимо следовать при общении с окружающими;
- понятие «конфликт» и способы конструктивного разрешения конфликтных ситуаций.

Уметь:

- эмоционально положительно воспринимать себя и окружающих людей;
- выстраивать сотруднические отношения с окружающими.

Владеть:

- навыками эмоциональной саморегуляции;
- первичными навыками самоанализа и анализа поведения окружающих;
- навыками межличностной коммуникации.

Список используемых источников:

1. Дутова О.В, Скачкова Е.Б., Волкова Е.В. Дополнительная образовательная программа «Социализация несовершеннолетних, находящихся в трудной жизненной ситуации или социально-опасном положении, средствами социально-культурной деятельности» [Электронный ресурс] / СПбГУ «Социально-реабилитационный центр для

несовершеннолетних «Прометей», 25.08.2016. URL: http://prometey-spb.org/upload/file/programma.pdf, (дата обращения: 10.09.2018).
2. Ермакова Е.Е. Комплексная программа социальной реабилитации несовершеннолетних в возрасте от 3 до 18 лет «Я иду к своей звезде» [Электронный ресурс] / Международный образовательный портал «МААМ». URL: https://www.maam.ru/detskijsad/kompleksnaja-programa-socialnoi-reabilitaci-nesovershenoletnih-ja-idu-k-svoei-zvezde-v-vozraste-ot-3-do-18-let.html (дата обращения: 12.09.2018).
3. «Инфорурок» [Электронный ресурс] / Режим доступа: https://infourok.ru, свободный.
4. kopilkaurokov.ru – сайт для учителей [Электронный ресурс] / Режим доступа: https://kopilkaurokov.ru, свободный.
5. Мельничук Г.Н., Сотникова Е.В. Рабочая программа психологической реабилитации детей младшего школьного возраста (7-9 лет) с психотравмой [Электронный ресурс] / МОУ центр ППРК «Гармония», 01.09.2015. URL: http://pprkgarmonia.ucoz.ru/Dokument/RP/reab_psytr.pdf, (дата обращения: 11.09.2018).
6. «Мультиурок» [Электронный ресурс] / Режим доступа: https://multiurok.ru, свободный.
7. Олейникова Л.Т. Дополнительное образование детей – потенциал воспитания // Молодой ученый. – 2010. – №1-2. Т. 2. – С. 282-287. – URL: https://moluch.ru/archive/13/1053/ (дата обращения: 13.09.2018).
8. Социальная сеть работников образования nsportal.ru [Электронный ресурс] / Режим доступа: https://nsportal.ru, свободный.

Приложение 2

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей»

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ МОДУЛЬ

(реабилитационный компонент дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы)

Возраст обучающихся: 11-15 лет
Срок реализации: 1 год

Составители:

Урюпина Светлана Викторовна, педагог-психолог

Степанова Алиса Юрьевна, методист

г. Тамбов, 2019

Пояснительная записка

Из года в год остаётся стабильным количество школьников, которых выделяют как учащихся с девиантным поведением, а также возрастает число факторов, способствующих формированию отклоняющегося поведения: отклонения от норм в состоянии здоровья, нарушение в сфере межличностных взаимоотношений (ребёнок изолирован в классном коллективе, отвергаемый в группе свободного общения, конфликтен, отчуждён, бесконтролен), влияние семьи (отсутствие у родителей элементарных психолого-педагогических знаний, конфликты, развод родителей, смерть близких, перемена места жительства), информация, распространяемая СМИ. Данная проблема уже перестала быть только психолого-педагогической – она стала социальной. К разрешению её активно привлекаются организации не только общего, но и дополнительного образования.

Дополнительное образование предоставляет каждому ребёнку свободный выбор того вида деятельности, который удовлетворяет его интересы, создаёт «ситуацию успеха», является платформой для самореализации и развития личности. В неформальном общении с педагогом дополнительного образования в ходе творческой деятельности формируется социально-образовательное пространство, способствующее развитию потенциальных способностей, получению опыта совместной продуктивной деятельности со взрослым и другими детьми, усвоению традиционных моральных норм.

Включение реабилитационного компонента в программу дополнительного образования позволяет развивать у подростков навыки эмоциональной саморегуляции, самодисциплины, межличностного общения и здорового образа жизни. Модуль предназначен для реализации в рамках занятий творческих объединений МБУДО ЦДОД, которые посещают дети, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации. В модуле представлены психологические игры и упражнения на снижение уровня агрессивности, развитие коммуникативных навыков, формирование позитивного отношения к себе и окружающим, навыков управления эмоциональным состоянием, ориентированные на учащихся в возрасте 11-15 лет. Педагогам также рекомендуется на каждом занятии проводить игры-приветствия, которые помогают сосредоточить внимание учащихся, настроить их на групповую деятельность; игры-ритуалы прощания для создания устойчивости межличностных взаимодействий и взаимоотношений в группе.

Цель модуля: развитие универсальных возможностей учащихся, отвлечение их от асоциальной среды, социальная и психологическая реабилитация.

Задачи:

Обучающие	Развивающие	Воспитательные
• способствовать усвоению знаний о здоровьесберегающем поведении; • обучать применять компетенции, полученные в рамках модуля, в повседневной жизни	• развивать коммуникативные навыки; • развивать навыки эмоциональной саморегуляции; • формировать навыки принятия конструктивного решения для выхода из конфликтных ситуаций	• создавать условия для социальной и психологической реабилитации учащихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации; • помогать учащимся в формировании устойчивой нравственной позиции; • способствовать формированию адекватной самооценки;

		• содействовать предупреждению фактов отклоняющегося поведения учащихся, оказавшихся в трудной жизненной ситуации

Учебный план

№	Наименование темы	Сроки
1.	**Коррекция агрессивного поведения**	сентябрь октябрь
2.	**Развитие коммуникативных навыков**	ноябрь декабрь
3.	**Снятие эмоционального напряжения**	январь февраль
4.	**Формирование позитивного отношения к себе и окружающим**	март
5.	**Навыки управления эмоциональным состоянием**	апрель май

Содержание

Тема №1. Коррекция агрессивного поведения

Сентябрь

Игра «Этюды»

Цель: понимание конструктивности или деструктивности агрессивного поведения.

Краткое описание игры: Одному из участников предлагается выполнять любые НЕ агрессивные действия (он встаёт, кладёт ногу на ногу, улыбается, подмигивает). Другой участник должен прокомментировать действия первого участника с позиции агрессивного человека *(«Ты встал, потому что хочешь толкнуть ногой мой стул», «Ты улыбаешься, потому что хочешь сказать про меня какую-нибудь гадость» и т.д.). Остальные участники могут предлагать свои комментарии.*

После проведения игры идет обсуждение: *может человек в состоянии агрессии правильно оценивать ситуацию?*

Октябрь

Упражнение «Выставка»

Цель: *выбор наиболее приемлемого способа разрядки негативных эмоций.*

Краткое описание упражнения*: «Сядьте поудобней, расслабьтесь, глубоко вдохните 3-4 раза и закройте глаза. Представьте, что вы попали на небольшую выставку. На ней выставлены фотографии людей, на которых вы разгневаны, которые вызывают у вас злость, которые вас обидели или поступили с вами несправедливо. Походите по этой выставке, постарайтесь рассмотреть эти портреты. Выберите любой из них и остановитесь около него. Постарайтесь вспомнить какую-нибудь конфликтную ситуацию, связанную с этим человеком. Постарайтесь мысленно увидеть*

самого себя в этой ситуации. Представьте, что выражаете свои чувства человеку, на которого разгневаны. Не сдерживайте свои чувства, не стесняйтесь в выражениях, говорите ему всё, что хотите. Представьте, что вы делаете этому человеку всё, к чему вас побуждают ваши чувства. Не сдерживайте свои действия, делайте все, что вам хочется сделать этому человеку. А теперь представьте себя говорящим с этим человеком. Представьте этого человека: он делает то, что вас злит. И вот ход разговора с вами он начинает уменьшаться в росте, голос его становиться всё слабее и слабее, всё неувереннее. Уменьшайте его в росте до тех пор, пока он не покажется вам менее значительным. А теперь понаблюдайте за вашим разговором как бы со стороны. Каким вы видите себя? Какой вам видится ситуация? А теперь 3-4 раза глубоко вдохните и откройте глаза».

По окончании упражнения проводится обсуждение. Что легко было сделать в этом упражнении, а что трудно? Что понравилось, а что нет? Кто из окружающих вошел в вашу картинную галерею? На ком из галереи вы остановились? Какую ситуацию вы представили? Расскажете о ней? Как менялось ваше состояние в процессе упражнения? Чем отличаются чувства в начале и в конце упражнения? Что вы чувствуете теперь?

Тема №2. Развитие коммуникативных навыков

Ноябрь

Игра «Остров»

Цель: развитие ответственности за других членов группы.

Краткое описание игры: На полу из старых газет выкладывается маленький остров. Ведущий объявляет, что группа, попавшая на этот островок, должна дождаться спасателей. Все участники встают на «остров», передвигаются по нему. Начинается «прилив» (ведущий убирает часть газет), «остров» уменьшается, подростки уже не могут двигаться, а только стоят на «острове». Затем убирается еще часть газет, «остров» становится совсем маленьким. Ведущий уменьшает «остров», насколько это возможно. Наконец, прибывают спасатели и оставшиеся в «живых» и «утонувшие» переправляются на материк – рассаживаются на стульях.

В последующем обсуждении ребята высказываются, чего им хотелось больше, самим удержаться на «острове» или удержаться вместе. И то и другое правильно. В первом случае работает инстинкт самосохранения, заложенный в нас природой. Но ведь в некоторых случаях человек не может выжить один, даже среди людей. Поэтому нужно чаще заботиться не только о себе любимом, но и о тех, кто находится рядом.

Декабрь

Игра «Говорю, что вижу»

Цель: проигрывание ситуации безоценочных высказываний.

Краткое описание игры: Слова ведущего: «Первый шаг в развитии высказываться в описательном ключе, а не форме оценок – улучшение умения наблюдать и сообщать о своих наблюдениях, не давая оценок. Сидя в круге, сейчас вы наблюдаете за поведением других и, по очереди, говорите, что вы видите относительно любого из участников. К примеру: «Коля сидит, положив ногу на ногу», «Катя улыбается».

Ведущий следит за тем, чтобы не использовались оценочные суждения и умозаключения. После выполнения упражнения обсуждается, часто ли наблюдалась тенденция использовать оценки, было ли сложным это упражнение, что чувствовали участники.

Упражнение «Граффити»

Цель: развитие способности принимать к сведению указания и мнения окружающих; умения анализировать поступки других людей.

Краткое описание упражнения: Ведущий: «Каждый из вас видел таблички с запрещающими или предупреждающими надписями. Чьи-то «шаловливые ручки» часто на самой табличке или рядом пишут свои мысли. Это расценивается как порча муниципального имущества или как мелкое хулиганство. Сейчас вам будет предоставлена возможность почувствовать себя создателем «граффити».

Группа разбивается на подгруппы по 3-4 человека. Каждой выдается лист ватмана с одной из следующих надписей: «По газонам не ходить!», «Проход закрыт! Идут ремонтные работы!», «Чисто не там, где убирают, а там, где не мусорят», «Не прислоняться! Двери открываются автоматически». На работу даётся 5 минут, затем подгруппы меняются листами, и так до тех пор, пока каждая подгруппа не отразит свои мысли по поводу каждой фразы. Нецензурными выражениями пользоваться запрещено. Листы лучше заранее пронумеровать.

Обсуждение: что бросается в глаза при чтении надписей на табличках? А что бросается в глаза при чтении надписей на стенах, сделанных подростками? Почему подростки пишут и рисуют на стенах? Какое мнение по поводу надписей понравилось больше? Что больше нравится, писать или читать надписи? Какое послание любителям «пошалить» вы бы написали на стене?

Тема №3. Снятие эмоционального напряжения

Январь

Упражнение «Я злюсь, когда…»

Цель: снижение эмоционального напряжения.

Краткое описание упражнения: Все участники записывают на листочке ситуации, в которых они обычно злятся. Каждый участник по кругу или по желанию резко мнёт лист, одновременно говорит фразу: «Я злюсь, когда…», после чего бросает скомканный лист в середину комнаты.

После завершения упражнение обсуждается.

Февраль

Игра «Дотронься до…»

Цель: эмоциональная разрядка.

Краткое описание игры: Ребятам предлагается найти в комнате и дотронуться до: стеклянного, металлического, прозрачного, теплого, красного цвета и т.д.

Упражнение следует проводить в ускоряющемся темпе.

Игра: «Посидите так, как сидит…»

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Краткое описание игры: Ведущий предлагает участникам посидеть на своих стульях так, как сидели бы: король, курица на насесте, начальник полиции, преступник на допросе, судья, жираф, маленькая мышка, слон, пилот, бабочка и т.д.

Это упражнение очень смешное, не нужно останавливать смех и «клоунов», лучше посмеяться вместе с ребятами.

Тема №4. Формирование позитивного отношения к себе и окружающим

Март

Игра «Чудо-ладошка»

Цель: способствовать оптимизации внутригрупповых связей, активизировать самосознание, формировать позитивное самоощущение и способность к позитивной оценке других людей.

Краткое описание игры: участники на листе бумаге обводят свою ладонь. Внутри каждого пальца необходимо написать по одному качеству, которое они больше всего в себе ценят. Затем листы передаются по кругу, и каждый участник дописывает в центре ладони то качество, которое он ценит в этом человеке. В конце упражнения рисунки передаются их автору.

Обсуждается по кругу: понравилось, что написали его соседи, или нет. Что участники испытывают после оценки своих товарищей?

Игра «Представление героев»

Цель: развитие умения понимать себя и других людей по поведению.

Краткое описание игры: Участникам предлагается вспомнить героев сказки про Винни-Пуха и охарактеризовать их. Характеристики записываются на доске. Пятачок – зависим и не уверен в себе, не умеет противостоять влиянию. Кролик – активно навязывает другим свою точку зрения, считает, что он знает всё, требует подчинения. Ослик Иа – не верит в собственные силы, ожидает неудачи, пессимистично смотрит на мир.

Может оказаться, что ребята не читали сказку и не видели мультфильм про Винни-Пуха. Это необходимо предусмотреть и перед упражнением продемонстрировать им фрагменты мультфильма «Винни-Пух идёт в гости» и «День рождения Иа».

По итогам игры обсуждается – легко ли понимать других людей по их поведению.

Тема №5. Навыки управления эмоциональным состоянием

Апрель

Игра «Говорим гадости»

Цель: развитие навыков управления эмоциями.

Краткое описание игры: Когда возникали конфликты, наверное, многим из вас хотелось наговорить друг другу гадостей. Сейчас вам представится это возможность. Но гадости вы будете говорить с улыбкой и добавляя «сэр» или «мисс». Уговор: нецензурные выражения не употреблять. Участник, которому говорится гадость, должен ответить на неё комплиментом. Например: «Вы, сэр, дрянь!», ответ: «Вы, мисс, просто очаровательны!» Нарушители условий выбывают из игры. Подгруппы выстраиваются в две шеренги напротив. Диалог ведётся между оказавшимися друг против друга. На гадости даётся 5 минут.

Обсуждение: насколько трудно было улыбаться на «гадости»? Как звучали «гадости» с добавлением «сэр»? Хотелось ли ответить подобным образом? Что больше всего задело? Трудно ли было отвечать комплиментами на гадости? Чему научились участники в этом упражнении? Какие уроки для себя вынесли?

Май

Игра «Замороженный»

Цель: развитие умения управлять своим эмоциональным состоянием.

Краткое описание игры: Ведущий говорит следующее: «Ребята, когда мы задумываемся перед совершением какого-либо действия, то мы управляем своим состоянием, мы его контролируем. Давайте потренируемся управлять собой». Выбираются 2-3 подростка, которые будут играть роль «замороженных». Они могут составить какую-либо скульптурную группу. Задача остальных участников – «разморозить» «замороженных», не прикасаясь к ним и не говоря ничего, можно лишь пользоваться языком телодвижений. После окончания упражнения подросткам

предлагается ответить на вопрос: «Сложно ли было удержаться от смеха или от желания оттолкнуть от себя тех, кто «размораживал?»

Необходимо предупредить ребят, что их жесты и мимика не должны быть оскорбительными.

По итогам освоения модуля обучающиеся будут:

Знать:

- основы здоровьесберегающего поведения;
- способы снижения эмоционального напряжения.

Уметь:

- эмоционально положительно воспринимать себя и окружающих людей;
- брать ответственность за себя и других, уметь анализировать поступки других людей;
- принимать конструктивное решение в конфликтных ситуациях.

Владеть:

- навыками эмоциональной саморегуляции;
- навыками эффективного общения.

Список источников, используемых при подготовке разработке модуля:

9. Вельченко Н.А. Рабочая программа «Тренинг по развитию коммуникативных навыков для подростков 12-15 лет» [Электронный ресурс] / МОУ центр ППРК «Гармония», 01.09.2015. URL: http://pprkgarmonia.ucoz.ru/Dokument/RP/kom_nav15.pdf, (дата обращения: 11.09.2018).
10. Дутова О.В, Скачкова Е.Б., Волкова Е.В. Дополнительная образовательная программа «Социализация несовершеннолетних, находящихся в трудной жизненной ситуации или социально-опасном положении, средствами социально-культурной деятельности» [Электронный ресурс] / СПбГУ «Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Прометей», 25.08.2016. URL: http://prometey-spb.org/upload/file/programma.pdf, (дата обращения: 10.09.2018).
11. «Инфорурок» [Электронный ресурс] / Режим доступа: https://infourok.ru, свободный.
12. Калита И.И. Программа профилактических занятий с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации «Мозаика радости» [Электронный ресурс] / Фестиваль педагогических идей «Открытый урок», 21.04.2017. URL: https://xn--i1abbnckbmcl9fb.xn--p1ai/%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%B8/664363/ (дата обращения: 10.09.2018).
13. kopilkaurokov.ru – сайт для учителей [Электронный ресурс] / Режим доступа: https://kopilkaurokov.ru, свободный.
14. «Мультиурок» [Электронный ресурс] / Режим доступа: https://multiurok.ru, свободный.
15. Олейникова Л.Т. Дополнительное образование детей – потенциал воспитания // Молодой ученый. – 2010. – №1-2. Т. 2. – С. 282-287. – URL: https://moluch.ru/archive/13/1053/ (дата обращения: 13.09.2018).
16. Социальная сеть работников образования nsportal.ru [Электронный ресурс] / Режим доступа: https://nsportal.ru, свободный.