


«УТВЕРЖДАЮ»
директор КУ ВО «Панинский СРЦДН»
Е.В. Уразова
« 08 » 2025г.

**Казенное учреждение Воронежской области
«Панинский социально – реабилитационный центр
для несовершеннолетних».**

Рабочая программа «Подросток»

(для детей в возрасте от 10 до 18 лет).

Срок реализации: 9 месяцев

Форма: воспитательный час

Вид деятельности: познавательно – игровая.

Направление воспитания: социально-педагогическое.

Составил:

воспитатель Власова Н.М.

396180 Воронежская область
Панинский район
п. Перелешино
Ул. 50 лет Октября, дом 9 г
8(47344) 3-85-61

2025год.

I. Пояснительная записка

Одной из ведущих задач дополнительного образования является создание условий для свободного развития личности, расширение образовательного пространства для предоставления детям возможности обретения разнообразного социального опыта, формирование необходимых в быстро меняющемся мире социальных навыков, саморазвития и самоопределения.

Именно дополнительное образование предоставляет для этого наиболее широкие возможности. Оно по самой своей сути является личностно-ориентированным, в отличие от базового образования, продолжающего оставаться предметно ориентированным, направленным на освоение школьного стандарта.

Актуальность программы

Психологические знания нужны подросткам, чтобы компенсировать ограниченность жизненного опыта. Освоение знаний о психологии общения и обретения коммуникативных умений расширяет возможности подростка для эффективного решения проблем, возникающих в его повседневной жизни.

Данная программа предполагает комплексную и последовательную работу воспитателя как с младшими подростками в малой группе, так и с детьми старшего возраста. При такой работе недостаток жизненных умений выявляется и оценивается, подросток может получить помощь в выработке и развитии важнейших навыков межличностного взаимодействия и эмоционального самовыражения без риска возбудить ответные враждебные или защитные чувства.

Цель:

Помочь подросткам достичь конструктивности в решении жизненно важных, реально существующих у растущего человека проблем путем

развития коммуникативных умений, а также формирования у воспитанников мотивации и навыков саморазвития и самовоспитания.

Задачи программы:

Образовательные задачи:

- помогать подростку в овладении психологическими знаниями, способствующими личностному росту;
- содействовать овладению средствами эффективной межличностной коммуникации;
- обучить основным способам саморегуляции и самоорганизации.
- обучить воспитанников приемам самостоятельной и коллективной работы;

Развивающие задачи:

- развивать память, внимание, творческое мышление;
- развивать эмоциональную сферу личности, содействовать снятию внутренней психоэмоциональной напряженности, повышению уверенности в себе, формированию позитивной самооценки.

Воспитательные:

- формировать общую культуру личности, способной адаптироваться в современном обществе;
- формировать способность к рефлексии и самоконтролю;
- воспитывать толерантность и гуманизм.

Отличительные особенности программы

Методологическим основанием курса является понимание того, что ценности человека, личный взгляд на самого себя влияет на его поведение, стратегию построения отношений с окружающими людьми и эффективность общения с ними.

Для успешной реализации целей курса работа осуществляется по двум направлениям:

- 1) Организация на занятии процесса общения как актуальной деятельности, приносящей удовольствие.

2) Организация рефлексивной деятельности группы по отношению к процессу общения (рефлексия используется как механизм усвоения).

Это создает условия для развития коммуникативных способностей и формирования устойчивой положительной самооценки, которые составляют базу конструктивного общения и развития личности.

Возраст детей

В соответствии с возрастными психологическими особенностями и наиболее актуальной для каждого возраста личностной проблематикой программа «Подросток» адресована детям 10 – 18 лет.

Формы и режим занятий

В процессе реализации программы используются разнообразные формы и методы занятий: беседа, рассказ, сопровождаемый показом видеоматериалов, тренинг, наблюдение, круглый стол, деловая игра, ролевая игра, викторина, анкетирование, само и взаимодиагностика, проигрывание ситуаций, анализ научно-популярных текстов. В пределах одного занятия виды деятельности могут несколько раз меняться. Это способствует удержанию внимания воспитанников, позволяет избежать переутомления, повышает эффективность усвоения материала и содействует формированию необходимых навыков.

Занятия проводятся 2 раза в месяц.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

Ожидаемые результаты соотнесены с задачами и содержанием программы.

Воспитанник должен знать:

1. Общие принципы построения процесса общения.
2. Правила эффективного общения в коллективе, семье.
3. Правила предупреждения и разрешения конфликтов.
4. Иметь представление о действиях и поступках, представляющих угрозу безопасности личности.

5. О месте гражданина России в осуществляемой системе экономических и политических отношений.

Воспитанник должен уметь:

1. Использовать средства коммуникации и знания правил эффективного общения в деятельности и в построении отношений.
2. Различать правомерное и неправомерное поведение, основание и порядок назначения наказаний.
3. Конструктивно себя вести в конфликтной ситуации.

Формы подведения итогов реализации программы

Отслеживание перечисленных результатов осуществляется в виде текущего, промежуточного и итогового контроля.

Текущий контроль осуществляется на каждом занятии, для чего используются задания по взаимной и самодиагностике, а также беседа.

Формами промежуточного и итогового контроля являются тренинги (с заполнением анкет обратной связи) и тестирование.

II. Учебно-тематическое планирование

№ п/п	Название темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
	Раздел I Я и мой внутренний мир			4
1.	В человеке должно быть все прекрасно	0,5	0,5	1
2.	Люди существуют друг для друга	0,5	0,5	1
3.	Я – личность. Познай себя – кто я?	0,5	0,5	1
4.	Что значит быть воспитанным Игра «Как правильно себя вести»		1	1
	Раздел II Я отвечаю за себя и свое здоровье			5
1.	Анкетирование (отношение к вредным привычкам)		1	1
2.	Мое здоровье – основа моей жизни «Курить – здоровью вредить!»	0,5	0,5	1
3.	Наркотики – серьезный разговор	1		1
4.	Вся правда об алкоголе	1		1
5.	Урок-встреча с врачом-специалистом	1		1
	Раздел III Я учусь действовать и жить в гармонии с окружающим миром			3
1.	Я – это я. Самооценка и общение	0,5	0,5	1

	Учимся планировать			
2.	У меня такой характер ...(Характер и общение)	1		1
3.	Конфликты и их разрешение. Игровой тренинг конструктивного поведения в конфликте	0,5	0,5	1
	Раздел IV Я и мое будущее			6
1.	Что такое закон. Основные законы нашей страны. Ответственность несовершеннолетних за правонарушение.	1	1	2
2.	Моя будущая профессия. Какой я ее вижу?	0,5	0,5	1
3.	Урок встреча с педагогом-психологом	1		1
4.	Викторина – конкурс «Я имею право»		1	1
5.	Итоговое занятие «Человек и его мир»		1	1
	Всего:			18

Учебно-воспитательный план по программе «Подросток»

Сентябрь

Час общения: «В человеке должно быть все прекрасно»

Беседа-практикум «Люди существуют друг для друга»

Октябрь

Час общения: «Я – личность.

Что значит быть воспитанным? Игра «Как правильно себя вести».

Ноябрь

Анкетирование (отношение к вредным привычкам).

Устный журнал «Мое здоровье – основа моей жизни. Курить – здоровью вредить!»

Декабрь

Беседа «Наркотики – серьезный разговор».

Беседа «Вся правда об алкоголе»

Январь

Урок-встреча с врачом-специалистом (медицинским работником учреждения).

Разговор на тему: «Я – это я!». Самооценка и общение (тест.) Учимся планировать.

Февраль

Беседа «У меня такой характер... Характер и общение».

Час общения: «Конфликты и их разрешение», Игровой тренинг конструктивного поведения в конфликте.

Март

Беседа: «Что такое закон. Основные законы нашей страны».

Беседа-практикум. «Основные законы нашей страны». Ответственность несовершеннолетних за правонарушение.

Апрель

Круглый стол «Моя будущая профессия. Какой я ее вижу?». Тестирование

Урок-встреча с педагогом-психологом.

Май

Викторина-конкурс «Я имею право».

Итоговое занятие «Человек и его мир».

III. Содержание программы

Тема 1. Час общения: «В человеке должно быть все прекрасно»

Раскрыть понятия: внешняя и внутренняя красота. Формировать потребность в здоровом образе жизни.

Тема 2. Беседа-практикум «Люди существуют друг для друга»

Показать многоаспектность понятия «толерантность», понять необходимость и ценность общения.

Тема 3. Час общения: «Я – личность».

Акцентировать внимание детей на собственной личности с целью самопознания и дальнейшего саморазвития.

Тема 4. «Что значит быть воспитанным».

Беседа о правилах и культуре поведения. Игра «Как правильно себя вести» способствует закреплению правил поведения.

Тема 5. Анкетирование (отношение к вредным привычкам).
Выявление интересов в отношении вредных привычек у подростков).

Тема 6. «Мое здоровье – основа моей жизни. Курить – здоровью вредить!».

Формирование здорового образа жизни подростков и негативного отношения детей к вредным привычкам. Портрет курильщика.

Тема 7. «Наркотики – серьезный разговор».

Влияние наркотиков на организм. Решения, которые я принимаю. Как помочь другим. Наркотики и закон.

Тема 8. Беседа: «Вся правда об алкоголе»

Алкоголь и организм. История виноделия. Воздействие алкоголя на организм. Стадии алкоголизма.

Тема 9. Урок-встреча с врачом-специалистом здравоохранения (медицинским работником учреждения). В рамках данного урока врач психиатр-нарколог читает лекцию о профилактике табакокурения, алкоголизма и употребления наркотических веществ. Подростки получают знания от последствий употребления наркотиков с медицинской точки зрения и о трудностях преодоления зависимости.

Тема 10. «Я – это Я» Самооценка и общение». Учимся планировать. Роль самооценки в общении. Развитие умения планировать свое время.

Тема 11. «У меня такой характер...» (Характер и общение).

Представление о темпераменте и характере, особенностях разных типов темперамента.

Тема 12. «Конфликты и их разрешение».

Представление о конфликте, стилях поведения человека в конфликте. Правила успешного разрешения конфликтной ситуации предупреждения конфликтов. Игровой тренинг конструктивного поведения в конфликте. Практика: игровой тренинг конструктивного поведения в конфликте.

Тема 13. «Что такое закон. Основные законы нашей страны».

Знакомство с нормативно-правовой базой РФ.

Тема 14. «Ответственность несовершеннолетних за правонарушение». Понятие юридической ответственности несовершеннолетних.

Тема 15. «Моя будущая профессия. Какой я ее вижу?».

Получение знаний о выборе профессии. Выработка у подростков профессионального самоопределения в условиях свободы выбора сферы деятельности в соответствии со своими возможностями. Тестирование по выбору сферы деятельности и анализ полученных результатов.

Тема 16. Урок-встреча с педагогом-психологом. Повышение уровня психологической грамотности, изучение индивидуальных способностей воспитанников для дальнейшего осознанного выбора профессии.

Тема 17. Викторина-конкурс «Я имею право».

Уточнение и закрепление знаний воспитанников об их правах и обязанностях.

Тема 18. «Человек и его мир».

Обобщающее занятие по темам курса.

IV. Материально-техническое обеспечение программы

Для занятий необходимо достаточно просторное помещение, в котором имеется возможность:

- всем участникам занятия сесть в один круг;
- работать в 2-3 группах, не мешая друг другу;
- свободно передвигаться, выполняя игровые упражнения.

Желательно в помещении иметь 2-3 стола, школьную доску, а также технику для просмотра видеороликов.

V. Список используемой литературы:

1. Возрастная и педагогическая психология / Под ред. А.В. Петровского М., 2003 г.
2. Ефимова Е.С. Психология взаимопонимания. – Питер, 2004 г.
3. Колченко А.К. Энциклопедия педагогических технологий: Пособие для преподавателей. СПб.: Каро, 2005 г.
4. Медведева И., Шишова Т. Дети нашего времени. Размышления детских психологов М., 2000 г.

5. Пазухина И.А. Давайте поиграем – 2005 г.
6. Петровская Л.А. Тренинг компетентности в общении. М., 2010 г.
7. Прутченков А.С. Тренинг личностного роста. - М., 2005 г.
8. Федоренко Л.Г. Психотехника эмоционального соучастия: Методические материалы.- СПб.: КАРО, 2006 г.
9. Горелов Н.И. и др. Умеете ли вы общаться? – М., 2011 г.
10. Козлов Н.И. Психология на каждый день. – М., 2004 г.
11. Савельева М. Знай закон смолоду. - М., 1999 г.
12. Смагина Л.И. 100 уроков по правам ребенка . – Минск, 1998 г.
13. Яковлев Ю. Ваши права, дети. – Москва, 1992 г.