

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Вологодской области
управление образования администрации
Тотемского муниципального округа
МБОУ «Тотемская СОШ №3»

ПРИНЯТО Протокол заседания Педагогического совета от 28 августа 2025г. №1	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР Гущина О.В.	УТВЕРЖДЕНО Приказ директора МБОУ «Тотемская СОШ №3» от 28 августа 2025г. № 159
---	---	--

Рабочая программа
для обучающихся «группы риска» «Я и мой выбор»

Тотьма,
2025

Пояснительная записка

Данная программа разработана для групповой и индивидуальной коррекционно-развивающей работы с обучающимися «группы риска», обучающимися со склонностью к деструктивному поведению. Программа разработана на основе программ: «Я принимаю мир» (Беляевой Г.П.), «Я и закон» (Беляева Г.П., Гейденрих Л.А.), «Секреты общения» (Протасова Л.Н.), «Я и мой выбор» (Т.Н. Щербакова, Е.Е. Алимova)

Цели программы:

- преодоление трудностей в развитии и обучении детей;
- повышение личностной и социальной компетентности обучающихся «группы риска»;
- создание условий для сплочения классных коллективов;
- развитие навыков бесконфликтного общения.

Задачи программы:

1. Исследовать социально-психологические особенности подростков
2. Обучить приемам регулирования своего эмоционального состояния
3. Обучить способам целенаправленного поведения, внутреннего самоконтроля
4. Обучить эффективным способам борьбы со стрессом
5. Сформировать умение принимать решения
6. Сформировать навык критического мышления
7. Развить навыки социально-одобряемого поведения и коммуникативные навыки
8. Инициировать формирование ценностей, которые делают значимой для подростков социально-активную жизненную позицию

Возраст обучающихся: 11-15 лет

Цикл занятий рассчитан на работу с подростками «группы риска» с проблемами в обучении и поведении, с подростками с деструктивным поведением

Режим работы: занятия проводятся в группе или индивидуально, 1 раз в неделю по 40 минут. Параллельно с занятиями консультации для педагогов и родителей. Программа рассчитана на 10 занятий.

Предполагаемые результаты:

- снижение вероятности отклонений в поведении;
- усиление личностных ресурсов, препятствующих социальной дезадаптации;

- расширение репертуара просоциальных поведенческих стратегий в проблемных ситуациях.

Формируемые компетенции: коммуникативные навыки, навыки сопротивления давлению, принятия решения, планирования и целеполагания

Структура занятия:

1. Вводная часть (ритуал приветствия, рефлексия предыдущего занятия, разминочные упражнения).
2. Основная часть (задания, направленные на проработку темы)
3. Завершение занятия (рефлексия полученных навыков, возможности применения их в обычной жизни, анализ межличностного взаимодействия)

Отслеживание результатов тренинга:

- Диагностика в начале и в конце программы.
- Самооценка обучающихся по следующим шкалам:
 - дружелюбный – конфликтный;
 - общительный – замкнутый;
 - сильный- слабый;
 - доверчивый – подозрительный;
 - самостоятельный – доверчивый;
 - счастливый – несчастливый.

Диагностика в процессе тренинга.

Наблюдения ведущего тренинга за изменениями в поведении, словах, способах разрешения трудностей каждого подростка. Возможна произвольная форма наблюдения, так и наблюдение по определенным критериям (умение выслушать, аргументировать свою точку зрения, поддержать и т.п.)

Рефлексия прошедшего занятия:

Что понравилось (не понравилось) на занятии?

Что было интересным, новым для вас?

Что узнал, чему научился во время тренинга?

Что хотелось бы изменить (делать по-другому) после занятия?

Диагностика в конце программы:

- сочинение на тему «Что дал тебе тренинг?/ рисунок на тему «Я до и после тренинга».

Календарно-тематическое планирование занятий

№ занятия	Тема	Кол-во часов
1.	Диагностика. Знакомство.	1
2.	Ролевые установки. Работа по осознанию понятия «Кто я ?»	1
3.	Чувства. Выражение чувств. Отделение чувств от поведения	1
4.	Проработка травматического опыта (по результатам диагностики и наблюдения): Горе. Потеря. Чувства. Обида. Стыд. Вина.	1
5.	Понятие морали и нравственности, смысла жизни и личностных ценностей (профилактика суицидального поведения)	1
6.	Я выбираю здоровье	1
7.	Критическое мышление- мой ресурс в жизни	1
8.	Что означает быть взрослым	1
9.	Выбор жизненных целей	1
10.	Итоговое занятие. Диагностика. Профессиональное самоопределение.	1

Список использованной литературы

- 1 . Выготский Л. С. Развитие личности и мировоззрение ребенка. В хр. Психология личности. Том 2-Самара: "БАХРАХ",1999.
2. Диагностика и коррекция социальной дезадаптации подростков - М.: "Соц. здоровье России",1999
3. Ильин. Е. П. Психология воли. -СПб.: Питер,2002
4. Рычкова Н. А. Дезадаптивное поведение детей: Диагностика, коррекция, психопрофилактика. Учебно-практическое пособие. - М.: "Издательство ГНОМ и Д", 2000.
5. Самоукина Н. В. Игры в школе и дома. Психотехнические упражнения и коррекционные программы. - М.,1995.
6. Сиротюк А. Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения. - М.: ТЦ Сфера, 2003
7. Хухлаева О. В., Кирилина Т. Ю., Федорова О. В. Счастливый подросток. Программа профилактики нарушений психологического здоровья. - М.: Апрель Пресс, Издательство ЭКСМО-Пресс, 2000.