

Государственное учреждение Республики Коми «Детский дом № 15
для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей»
п. Нижняя Омра

Принято
педагогическим советом ГУ РК
«Детский дом № 15» п. Нижняя Омра

« 28 » августа 20 15 г.



Утверждаю
директор ГУ РК «Детский дом №
15» п. Нижняя Омра

О.Б.Милевский

« 21 » августа 20 15 г.

Программа
воспитательной работы

"Социализация подростка"

(программа разработана для воспитанников 16-18 лет)

2015 г.

Свои способности человек
может узнать, только попытавшись
применить их на деле.

Сенека.

Актуальность

В последнее время все более возрастает роль сообщества сверстников как микрофактора социализации подрастающих поколений. Это происходит в связи с продолжающейся урбанизацией населения, сравнительно однородной информированностью детей, а также в связи с кардинальными социально-экономическими изменениями.

Социализация - процесс формирования индивидом на протяжении его жизни социальных качеств (овладение языком общения, знания норм общения, традиций, обычаев, усвоение социальных ролей), благодаря которым человек становится дееспособным участником социальной жизни.

Процесс социализации начинается с младенческих лет. Период детства и юности в процессе социализации играет наиболее важную роль, в этом возрасте закладываются основные знания о нормах поведения в обществе.

Изменившееся социально-экономическое положение в стране требуют от юного человека быстрой адаптации к новым условиям существования. Встает проблема: как в условиях жесткой рыночной конкуренции, смещения ценностного вектора от высоких идеалов к идеалам материального достатка сохранить лучшие нравственные качества подрастающего поколения.

В последние годы, в результате социальной нестабильности и неопределенности жизненных перспектив, социализация подростков претерпевает существенные качественные изменения. Интересно проследить содержательную сторону этих изменений.

Проблемы, волнующие старшеклассников (%):

- Приобретение интересной профессии -79 %
- Личные денежные трудности -11 %
- Отношения с родителями- 28%
- Отношения со сверстниками -61%
- Конфликты с педагогами -24 %
- Трудности усвоения школьного материала- 46%
- Чем заняться в свободное время- 79%
- Личная жизнь- 58%
- Здоровье членов семьи- 53%
- Будущее -100 %

Наиболее популярными были пять вариантов ответов. Бесспорно, логичным можно признать, что выбор профессии является основной проблемой в подростковом возрасте. Для старшеклассников - выбор профессии всегда трудный жизненный этап, подкрепленный массовым сокращением учреждений профессиональной подготовки с бесплатным образованием.

Второе место среди проблем старшеклассников занимает озабоченность личными интимными переживаниями, осознание своей принадлежности к сообществу, что традиционно связано с возрастными особенностями подростков.

Выводы:

1. У современного подростка затруднено формирование таких ценностных ориентаций, которые бы способствовали его безболезненному вхождению в систему социально-экономических отношений. Причиной тому служит изменившаяся социально-экономическая ситуация и, как следствие этого, - ослабление референтной функции современной семьи в плане формирования долговременных личностных установок ребенка.
2. В настоящее время подростки не спешат создавать близкие и доверительные отношения со своими сверстниками, а предпочитают более легкие и ни к чему не обязывающие контакты, однако потребность в глубоком интимно-личностном общении сохраняется, не находя своего удовлетворения.
3. Современный подросток стремится получить от школы не только предметные знания, но и определенный жизненный опыт, который бы помог ему в дальнейшем быть более эффективным в социальной среде.
4. Возникшая на современном этапе развития социально-экономических отношений потребность подростка в индивидуальной экономической деятельности не находит своего полного и истинного удовлетворения.

Миру нужен самостоятельный человек. Несамостоятельный человек опасен для мира.

В условиях головокружительной скорости технических достижений, часто меняющейся политической, социальной обстановки, человек, рассматривающий эти изменения как трагедию, переходит в пограничные отношения с миром. Чтобы такого не случилось, еще на школьной скамье ребенка нужно научить хорошо ориентироваться в быстроменяющемся мире, строить отношения с другими людьми в рамках цивилизованного диалога, принимать самостоятельные решения.

Цель и задачи программы

Помочь взрослому человеку быть субъектом собственной жизни, способным на сознательный выбор, на разумный отбор жизненных позиций, на самостоятельную выработку идей – **цель** воспитательной программы «Социализация подростка».

Следовательно, встает задача создать ребенку условия для свободного выбора форм, способов самореализации на основе присвоения общечеловеческих ценностей. А для этого необходимо способствовать тому, чтобы воспитывающая среда была как можно более разнообразной, вариативной. Мы старались создать программу, которая должна помочь ребенку строить свою жизнь и после окончания школы.

Задачи:

- развивать познавательную активность и культуру умственного труда;
- формировать позитивную «Я-концепцию»;
- формировать положительное отношение к учению и пониманию роли знаний в жизни;
- расширять представления о социальном устройстве жизни через формирование знаний об образе жизни человека и способах существования человека;
- формировать и учить отстаивать свою жизненную позицию;
- приобщать к духовным ценностям своего народа.

Реализация программы позволит создать условия для освоения нравственных ценностей и самоопределения человека, школьника в различных сферах: «общение», «семья», «познание», «профессиональная ориентация».

Для этого необходимо создать возможности для погружения ребенка в каждую из этих сфер. Именно эту задачу решают различные направления программы.

В ходе работы по предлагаемой программе дети осваивают различные виды деятельности:

- проблемную,
- исследовательскую,
- коммуникативную,
- творческую.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Воспитателям необходимо придерживаться следующих принципов:

- любовь к ребенку и, как следствие, безусловное принятие его как личности, отзывчивость, теплота, терпимость и терпение;
- умение видеть и слышать, умение прощать;
- приверженность диалоговым формам общения с детьми, толерантность;
- уважение достоинства и доверие, понимание интересов ребенка;
- ожидание успеха в решении проблемы, готовность оказать содействие и прямую помощь при решении проблемы;
- признание права ребенка на свободу поступка, выбора, самовыражения;
- поощрение и одобрение самостоятельности, независимости и уверенности в его сильных сторонах;
- признание равноправия ребенка в диалоге;
- готовность и способность быть на стороне ребенка.

Основные направления программы

Программа предлагает вести работу по направлениям:

- «Саморазвитие»;
- «Коммуникативная культура»;
- «Профессиональное самоопределение».

Жизнь каждого человека – это вселенная,
потерю которой невозможно восполнить...

1. Направление «Саморазвитие».

Цель: формировать позитивную «Я-концепцию».

Задачи:

1. Воспитывать способности строить свою жизнь в обществе, изменяя свой внутренний мир через приобретение опыта трудовой, художественной, общеобразовательной деятельности.
2. Воспитывать деловитость, предприимчивость, обязательность, чувство честного партнерства.
3. Воспитывать у подростков уважение к людям, достигших успеха в жизни трудом.
4. Развивать активность во всех сферах жизни.

Знания:

- знать культуру умственного труда;
- знать роль и место человека в жизни;
- знать приемы самовоспитания;
- знать значение понятия «красота»: внешняя и внутренняя;
- знать культуру внешнего вида;
- знать нормы культурной жизни;
- знать соотношение материального и духовного;
- знать роль прессы, радио, телевидения;
- знать назначение человека в жизни;
- знать основы экономической культуры;
- знать идеал мужчины и женщины;
- и другие.

Умения:

- уметь осмысливать и анализировать происходящие события;
- уметь применять этическую защиту в повседневной жизни;
- уметь культурно воспринимать, воспроизводить, передавать информацию;
- уметь принимать окружающий мир;
- уметь воспитывать в себе разумные потребности;
- уметь выбирать свою позицию по отношению к окружающей действительности, достойно использовать характеристики человеческой жизни (счастье, совесть, долг, свобода);
- и другие.

Действия:

- самостоятельно работать над углублением знаний по интересующим предметам;
- вести беседы, диспуты, дискуссии о происходящих событиях в стране и за рубежом;
- принимать активное участие в предметных неделях, олимпиадах, днях науки;
- и другие.

Мероприятия	Форма проведения	Сроки	Ответственные
Работа с воспитанниками			
«Портфолио как результат личностных достижений»	Беседа	Сентябрь	Воспитатели
«Дороги, которые мы выбираем»	Час общения	Октябрь	Воспитатели
«Охрана здоровья»	Цикл бесед	Ноябрь	Воспитатели, актив группы
«Проводы зимы»	Фольклорный праздник	Март	Воспитатели, актив группы
Работа с воспитателями группы			
«Успехи наших детей»	«Круглый стол»	Апрель	Воспитатели
«Трудности подросткового возраста»	Заседание МО	ноябрь	Руководитель МО
«Влияние наследственности на развитие ребенка»	Беседа	Ноябрь	Воспитатели

2. Направление «Коммуникативная культура».

Цель: формировать у подростков навыки адекватного общения со сверстниками и взрослыми.

Задачи:

1. Закреплять навыки бесконфликтного общения на разных уровнях.
2. Мотивировать учащихся на обращение к внутреннему миру, анализу собственных поступков.
3. Способствовать формированию позитивной позиции по отношению к окружающему миру, людям, себе.

Знания:

- знать основы культуры поведения человека;
- знать правила общения и общежития;
- знать историю школы, детского дома и их традиции;
- знать ценности общественной жизни;

- и другие.

Умения:

- уметь вести себя в обществе;
- уметь жить в обществе и в ладу с другими людьми;
- уметь оценивать свои поступки с точки зрения полезности обществу;
- уметь дружить;
- уметь выбрать свой вид деятельности, как способ выражения своего «Я»;
- и другие.

Действия:

- оказывать помощь больным, инвалидам, младшим;
- помогать в учебе одноклассникам;
- участвовать в диспутах, дискуссиях;
- организовывать встречи с интересными людьми;
- и другие.

Методы и формы работы:

- беседа;
- ролевая игра;
- тренинги межличностной коммуникации;
- дыхательные и двигательные упражнения;
- методы самовыражения.

№	Мероприятия	Форма проведения	Сроки	Ответственные
Работа с воспитанниками				
	Формирование активов групп ученического самоуправления «Выборы» «Быть человеком»	Час общения Деловая игра	октябрь	Воспитатель группы
	Занятия по развитию коммуникативной культуры Занятие: «Разрешите представиться»: «Дождь» «Интервью» «Вот я какой» Занятие «Привет, индивидуальность, или чем я отличаюсь от других»: «Ласковое имя» «Что я знаю о себе» «Кто я?»	Игра Упражнение Анкетирование Упражнение Беседа Игра Упражнение Упражнение Упражнение	Сентябрь-май (во время проведения часов общения)	Воспитатель группы

«Найди себя» Занятие «Я в мире людей, или живи в согласии с другими»: «Нарисуй себя» «Доброе животное» «Давайте жить дружно»	Упражнение Упражнение		
«Он и Она»	Конкурс стилизованных пар	март	Воспитатель группы
«Армия и Российское общество»	Дебаты	февраль	Воспитатель группы

3. Направление «Профессиональное самоопределение».

Цель: помочь достичь воспитанникам уровня образованности, достаточного для осознанного выбора профессии и успешного обучения в соответствующем учебном заведении.

Задачи:

1. Информировать о мире профессий и соотносить эту информацию со способностями самого школьника.
2. Определять профессиональную зрелость ребят, которая является частью их личностной зрелости.
3. Обучить навыкам планирования личной карьеры и принятия решений.
4. Прояснить эмоциональное отношение ребенка к ситуации выбора профессии.
5. Обучить умению учитывать сильные и слабые стороны своих способностей при выборе профессии.
6. Помочь в осознании роли жизненных ценностей при выборе профессии.

Мероприятия	Форма проведения	Сроки	Ответственные
Работа с обучающимися			
Цикл упражнений по расширению знаний о мире профессий: «Профессия на букву» «Цепочка профессий» «Человек-профессия»	Игровые упражнения	В течение учебного	Воспитатели

«Автопортрет» «Походка» («Поступь профессионала») «Комплимент»		года	
Знакомство с миром профессий в процессе игры: «Пришельцы» «Три судьбы» «Я-компаньон» «Заработная плата работника»	Бланковая игра Бланковая игра Бланковая игра Игра-дискуссия	В течение учебного года	Воспитатели, Актив группы
Посещение центра занятости пгт. Троицко - Печорск	Экскурсия	каникулы (весна)	Воспитатели, Администрация детского дома
Тест профессиональной готовности «Формула успеха»	Тестирование	Апрель	Воспитатели группы
«Как правильно написать резюме»	Беседа	Апрель	Воспитатели группы
«Защита профессии»	Конкурс	Апрель	Воспитатели группы
Оформление стенда «Выбор профессии определяет будущее»	Конкурс	Январь	
Выпуск газеты «Мир профессий»		Март	

Ожидаемые результаты

	Параметры	Критерии	Показатели
1.	Ценностный, мировоззренческий компонент (система ценностей или жизненных смыслов)	- изменения ценностных ориентаций личности в сторону общечеловеческих; - характер отношений между педагогом и детьми, между членами	- доброжелательная атмосфера в коллективе, дружба; - отсутствие актов насилия, негуманного отношения друг к другу; - сокращение числа

		<p>классного коллектива, микроклимат в группе.</p>	<p>правонарушений и конфликтов;</p> <ul style="list-style-type: none"> – уровень ориентации на общечеловеческие ценности; – воспитанность детей.
2.	<p>Культурологический компонент (освоение культуры)</p>	<ul style="list-style-type: none"> – культура поведения подростков; – степень сформированности ценностных отношения в области искусства. 	<ul style="list-style-type: none"> – динамика культуры поведения; – система формирования нравственных убеждений и эстетических отношений; – сформированность основ практического интеллекта.
3.	<p>Компонент социализации, накопления общественного опыта, опыта гражданского поведения и самоопределения личности</p>	<ul style="list-style-type: none"> – создание условий для формирования адекватной «Я-концепции»; – социализация, адаптация и реабилитация ребенка; – глубина и широта знаний, разнообразие умений и навыков, грамотность (соответствие существующим нормативам, правилам, технологиям) практических действий; – жизненное и профессиональное определение ребенка; – охрана прав детства. 	<ul style="list-style-type: none"> – умение анализировать и перерабатывать информацию любого вида; сопоставлять наглядные и вербальные формы предъявления материала; выбирать оптимальную форму для собственного ответа или решения задачи; – участие детей в общественной жизни детского дома, школы, поселка; – умение ребенка строить целостный образ изучаемого опыта; – качество детских творческих «продуктов» (изделий, выступлений и т.д.): грамотность, художественный и технический уровень исполнения, использование творческих элементов; – стабильность практических достижений учащихся: победы и участие в различных конкурсах, фестивалях, соревнованиях и др.; – поддержание традиций коллектива, участие в общей

			<p>деятельности, развитое сотрудничество в коллективе; детское самоуправление;</p> <p>– адекватность поведения, выбора детьми позиций в отношениях и решений в различных ситуациях;</p> <p>– адаптация выпускников к рыночным условиям;</p>
4.	<p>Личностный компонент, связанный с развитием способностей личности к самопознанию, самореализации, самоконтролю, самоорганизации</p>	<p>– уровень творческой активности детей;</p> <p>– уровень практической реализации творческих достижений учащихся;</p> <p>– степень стабильности творческих достижений во временном и качественном отношениях;</p> <p>– динамика развития каждого ребенка и коллектива в целом;</p> <p>– разнообразие творческих достижений: по масштабности, степени сложности, по содержанию курса обучения и видам деятельности, по количеству детей, имеющих творческие достижения;</p> <p>– удовлетворенность подростков собственными достижениями, объективность самооценки.</p>	<p>– осознание детьми социальной значимости и нужности</p> <p>– оценка ребенком роли обучения в его планах на будущее;</p> <p>– широкое применение подростками знаний на практике;</p> <p>– наличие системы поисковой, изобретательской, творческой деятельности детей;</p> <p>– настроение и позиция детей в творческой деятельности (желание – нежелание, удовлетворенность – неудовлетворенность);</p> <p>– эмоциональный комфорт (или дискомфорт) при работе над нестандартным заданием;</p> <p>– боязнь ошибки при выражении собственного мнения, точки зрения;</p> <p>– активность детей во всех видах деятельности;</p> <p>– приоритет репродуктивной или творческой деятельности подростков;</p> <p>– наличие детей, выбравших свое дело или профессию.</p>

5.	Природосо- образный компонент, связанный со здоровьем, физическим развитием	– забота о здоровье детей.	– снижение заболеваемости; – отсутствие негативных изменений в состоянии здоровья; – формирование здорового образа жизни.
----	---	-------------------------------	---

ПРИЛОЖЕНИЕ.

ЗАНЯТИЯ ПО РАЗВИТИЮ КОММУНИКАТИВНОЙ КУЛЬТУРЫ

ЗАНЯТИЕ 1

РАЗРЕШИТЕ ПРЕДСТАВИТЬСЯ

Необходимые средства: лист ватмана, анкета «Вот я какой» по количеству участников, магнитофон, аудиозаписи.

План занятия

ЭТАПЫ	Методы
Начало занятия	Представление курса
Разминка	Игра «Веселое приветствие»
Работа по теме занятия	Формулирование правил работы в группе Игра «Дождь» Упражнение «Интервью»
Домашнее задание	Анкетирование «Вот я какой!»
Разминка	Упражнение «Колокол»
Рефлексия	Обсуждение. Обмен чувствами

1. Начало занятия

Ведущий рассказывает кратко о себе и о целях курса.

Начиная с сегодняшнего дня, мы будем проводить занятия, которые не совсем похожи на обычные.

Наши занятия — это уроки общения. Их цель: в атмосфере взаимного доверия и психологической открытости познать самих себя, выработать умения и навыки установления доброжелательных отношений с другими людьми.

Кто-то не уверен в себе и своих силах, робок и застенчив. А другой, наоборот, излишне активен и энергичен. Некоторые дети переживают, что у них нет друзей: они нерешительны, не умеют знакомиться, дружить. Есть девочки и мальчики, которые быстро знакомятся, но у которых нет близкого и хорошего друга, которому можно доверить тайны. У кого-то трудный характер: он нередко огорчает родителей, конфликтует дома, в школе, на улице. Такой человек страдает от необдуманных поступков, но справиться с этим не может. Надеюсь, что наши встречи будут для вас полезными и интересными. Почему? Потому что каждый человек стремится быть умным, справедливым, сильным. Естественным является желание иметь много друзей, быть уважаемым и любимым, понимать, ценить себя и других. Мы будем учиться быть уверенными в своих силах, решительными, жизнерадостными и добрыми. Я буду рада, если вы увидите пути улучшения своего характера и положения среди друзей, если поймете как можно воспитать в себе важные для самостоятельной жизни качества личности.

На занятиях мы будем играть, выполнять интересные упражнения, рисовать! Основа всего того, что будет происходить в группе, — доверие и искренность. Поэтому работать мы будем в кругу. Круг, в котором мы сидим, является пространством нашей группы. Это возможность

открытого общения. Форма круга создает ощущение целостности, завершенности, позволяет ощутить особую общность, облегчает взаимопонимание и взаимодействие. В этом пространстве нет ничего и никого кроме нас самих и того, что мы приносим сюда в себе. Это и есть самое главное. Наше общение будет помогать пониманию себя и других. Мы будем узнавать себя через те чувства, которые вызываем друг у друга, через те отношения, которые будут здесь складываться.

Далее ведущий предлагает познакомиться поближе.

Как люди обычно приветствуют друг друга? Какие движения они при этом делают? Спектр достаточно широк: от кивков до поцелуев. Остановимся на среднем варианте - рукопожатии. Почему люди жмут друг другу именно руку? Прости это традиция. А значит, все могло бы быть совсем иначе. Например, некоторые африканские племена при встрече трутся носами. Сейчас мы попробуем поприветствовать друг друга новыми, необычными способами.

2. Разминка

Игра «Веселое приветствие»

Инструкция. Ведущий включает любую танцевальную музыку, и дети начинают ходить по комнате (можно прыгать, танцевать). После слов ведущего «Раз, д: три, друга найди!» каждый ребенок должен найти себе пару и встать рядом ней. Ведущий командует: «Поздоровайтесь ушами, мизинцами, пятками, коленками...». Так в процессе игры дети узнают о существовании различных форм приветствий.

Условие. Каждый раз во время музыкальной паузы ребенок должен встать рядом { новым игроком.

Комментарий. Игру можно закончить тогда, когда каждый поздоровается со всем присутствующими.

Анализ. Какие приветствия были наиболее интересны?

3. Работа по теме занятия

Для того, чтобы всем было комфортно работать в группе необходимо принять следующие правила.

Правила работы в группе

Нужно

Смотреть на того, к кому ты обращаешься.

Выражать свое мнение, начинать речь словом «я»: «Я считаю...», «Я чувствую...», «Я думаю...».

Внимательно слушать, когда говорят другие.

Уважать чужое мнение.

Говорить искренне.

Шутить и улыбаться.

Говорить по одному.

Начинать и заканчивать занятия вовремя.

Нельзя

Угрожать, драться, обзывать, передразнивать и гримасничать.

Начинать свою речь словами «ты», «вы», «он», «она», «они», «мы».

Сплетничать (рассказывать о чувствах другого человека или его поступках за пределами группы).

Шуметь, когда кто-то говорит.

Врать.

Ставить другим оценки, давать определения и критиковать.

Перебивать.

Опаздывать

Сформулированные правила оформляются на листе ватмана и вывешиваются на стену.

Игра «Дождь»

Инструкция. Участники сидят в кругу и повторяют движения, которые показывает ведущий:

1. Шуршат, потирая ладони друг о друга.

2. Щелкают пальцами.

3. Негромко хлопают в ладоши.

4. Ударяют себя ладонями по бедрам, притопывают ногами.

После того, как последовательность движений разучена, ведущий предупреждает, что сейчас все закроют глаза и начнут повторять звук, который он будет издавать. Сначала ведущий шуршит, потирая ладони. Тут же касается головы одного из детей. *Этот* ребенок начинает шуршать ладонями, а ведущий, двигаясь по кругу, прикасается **ко всем** детям по очереди, пока все не

начнут шуршать ладонями и не послышится шум моросящего дождя, который постепенно набирает силу (для педагога это хорошая возможность погладить каждого ребенка по голове). Игра продолжается: теперь ведущий щелкает пальцами, касается по очереди всех детей, передавая звук по кругу. Моросящий дождь превращается в сильный. Ведущий включает следующее движение: руками. Все слышат шум проливного дождя. Дождь перерастает в настоящий, когда дети вслед за ведущим начинают ударять себя ладонями по бедрам, притоптывать ногами. Потом ливень убывает в обратном порядке: шлепки по бедрам, хлопки ладонями, щелчки пальцами, потирание ладоней.

Упражнение «Интервью»

Инструкция. Я хочу предложить сыграть в игру, которая протекает следующим образом: вы получаете 10 минут на то, чтобы побольше узнать обо мне, то есть взять интервью. Каждый из вас может задать мне какой-нибудь вопрос. Например: «Вы замужем?».

Перечень вопросов:

- Замужем ли Вы?
- Есть ли у Вас дети?
- Как Вы обходитесь со своими детьми?
- Получали Вы когда-нибудь двойки?
- Проваливали Вы когда-нибудь экзамен?
- Чем Вы гордитесь?
- Вы боитесь чего-нибудь? и т.д.

Комментарий. Игра помогает улучшить контакт с детьми, создает в группе атмосферу открытости и честности. Особенно игра дает соответствующий эффект, когда дети ведут себя неуверенно или беспокойно. После того, как педагог ответил на вопросы детей, он задает вопросы группе:

- Есть ли в вашей семье, кроме вас дети?
- Вы старший или младший ребенок в семье?
- У кого из вас самое необычное увлечение?
- Есть ли в классе лидер? и т.д.

4. Домашнее задание

Анкетирование «Вот я какой!»

Прочитайте, пожалуйста, анкету и впишите в нее недостающие слова

1. Меня зовут _
2. Мне _ лет
3. У меня _ глаза
4. У меня _ волосы
5. Улица, на которой я живу, называется
6. Моя любимая еда _
7. Мой любимый цвет _
8. Мое любимое животное _
9. Моя любимая книга
10. Моя любимая телевизионная передача
11. Самый прекрасный фильм, который я видел
12. Я люблю в себе _____
13. Моя любимая игра
14. Моего лучшего друга зовут _____
15. Страна, в которую я бы хотел съездить _____
16. Лучше всего я умею _____

17. Моих братьев и сестер зовут _____

18. Больше всего мне запомнился такой случай из моей жизни:

19. Самая главная моя цель

5. Разминка

Упражнение «Колокол»

Инструкция. Дети становятся в круг.

1. Поднимают поочередно правую и левую руки вверх, соединяя руки в центре круга в виде «колокола». Произносят «Бом!» и синхронно, с силой бросают руки вниз.
2. На вдохе поднимают руки, на выдохе произносят «Бом!» и бросают руки вниз. Ведущий задает ритм.

6. Рефлексия

Участники по кругу характеризуют свое настроение, обмениваются мнениями и чувствами о проведенном занятии: понравилось - не понравилось, что показалось самым важным и полезным, что чувствовали, какие мысли приходили в голову и т.д.

ЗАНЯТИЕ 2

ПРИВЕТ, ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ, ИЛИ ЧЕМ Я ОТЛИЧАЮСЬ ОТ ДРУГИХ

Необходимые средства: мяч, листы бумаги по количеству участников, набор разнообразных предметов (игрушки, объемные геометрические фигуры и т.д.).

1. Приветствие

Все участники группы берутся за руки и здороваются друг с другом, называя по имени.

5. Разминка

Игра «Ласковое имя»

Инструкция. Дети стоят в кругу. Педагог просит вспомнить, как их ласково называют дома. Затем предлагается бросать друг другу мяч. Ребенок, к которому попадает мяч, называет свое ласковое имя. После того, как все назовут свои имена, мяч бросается в обратном направлении. При этом нужно вспомнить и назвать ласковое имя того, кому бросаешь мяч.

3. Анализ домашнего задания

Дети по желанию зачитывают свои анкеты. Вопросы:

- С кем из детей у тебя больше всего общего?
- Чьи ответы показались тебе самыми интересными?
- На какой вопрос тебе было труднее всего ответить?
- Попробуйте сравнить себя с хорошо знакомым человеком. Это может быть близкий друг или подруга. Найдите различия во внешности, стиле одежды, в манере разговаривать и т.д.

6. Работа по теме занятия

Беседа «Что я знаю о себе?»

Что, кроме нашей внешности, делает нас непохожими на других? В форме групповой беседы обсуждаются различные сферы проявления Я. Чем дети отличаются друг от друга? Что между ними общего? Участникам дается представление о структурных компонентах личности:

- «Я - физическое» (мое тело, возраст, пол, особенности внешности);
- «Я - интеллектуальное» (мой ум, представления, интересы);
- «Я - эмоциональное» (мои чувства, переживания);

- «Я — социальное» (каждый человек играет одновременно много социальных ролей: в школе вы - ученик, дома - сын, дочь, внук, внучка; кроме того, вы - коллекционер, спортсмен, участник театральной студии).

Необходимо показать важность знаний о самом себе и позитивного самовосприятия.

Игра «Кто я?»

Инструкция. Участникам дается задание написать 10 определений, отвечающих на вопрос «Кто я?» и являющихся их характеристикой. Ответы **должны** выглядеть следующим образом:

1. Я...
2. Я...
3. Я...

Затем ребята должны посчитать, каких слов в характеристике больше: положительных или отрицательных. По желанию можно зачитать определения, обсудить их.

Анализ:

1. Каково соотношение позитивных и негативных представлений о себе?
2. Какие определения вы поставили на первое место?
3. Почему так значимы для вас именно эти проявления?

5. Разминка

Игра «Бездомный заяц»

Инструкция. Участники рассаживаются на стулья, поставленные в круг. Один стул убирается. В центре круга остается водящий. По своему желанию он выбирает какой-либо признак, имеющийся у некоторого числа участников, и просит их поменяться местами. Например: «Поменяйтесь местами все те, у кого светлые волосы» (кто любит собак, увлекается танцами и т.д.). Обладающие данным признаком встают и меняются местами друг с другом. Задача ведущего — занять освободившееся место. Тот, кому не хватило стула, становится ведущим и придумывает новый признак.

7. Работа по теме занятия

Упражнение «Найди себя»

Инструкция. Участникам предлагается набор разнообразных предметов: ракушка, различные игрушки, объемные геометрические фигуры и т.д. Предлагается посмотреть на них и выбрать один предмет, наиболее понравившийся и близкий участнику. Задача: придумать и рассказать историю, сказку, притчу об этом предмете.

Советы Чарли Чаплина

Каждый человек способен на многое, если вовремя сумеет заглянуть в себя и увидеть то зерно, которое даст разумные всходы. В подростковом возрасте нужно учиться принимать решения, совершать самостоятельные поступки и нести за них ответственность. Поступок делает человека. Каждый человек - индивидуальность. Подумайте над тем, какие особенности характерны только для вас. Любой ребенок интересен и талантлив. Как стать человеком, способным в полной мере реализовать свой потенциал? Нужно прислушаться к тем советам, которые предлагают люди, имеющие на это право.

- Не бойтесь принимать решение и доводить его до конца.
- Сохраняйте работоспособность, заряд творчества и разумного риска.
- Ищите в себе положительное и демонстрируйте его.
- Не будьте самонадеянны и не бойтесь задавать вопросы.
- Ищите в себе интерес к различным делам и пробуйте себя в них.
- Не упускайте мгновения удачи.
- Не предъявляйте к себе невыполнимых требований, но при этом стремитесь к покорению новых высот.
- Прислушивайтесь к себе и изучайте себя. Это даст вам силы к движению вперед.
- Четко определяйте свои достоинства и недостатки, Это способствует успеху.
- Научитесь радоваться каждому прожитому дню и учитесь извлекать из него уроки.

- Любите людей, и они ответят вам тем же.

7. Домашнее задание «Нарисуй себя»

Инструкция. Нарисовать себя в виде растения или животного.

8. Рефлексия

ЗАНЯТИЕ 3

Я В МИРЕ ЛЮДЕЙ,

ИЛИ ЖИВИ В СОГЛАСИИ С ДРУГИМИ

Необходимые средства: клубок ниток, свеча, магнитофон, аудиокассета.

1. Приветствие

Участникам предлагается образовать круг и разделиться на три равные части: «европейцев», «японцев», «африканцев». Каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми «своим» способом: «европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются, «африканцы» трутся носами. Упражнение проходит весело и эмоционально, заряжает группу энергией.

2. Анализ домашнего задания

Упражнение «Нарисуй себя»

Инструкция. Все работы вывешиваются на стенд. Участники пытаются угадать принадлежность рисунков, делятся впечатлениями. По желанию дети отвечают на вопросы:

- Что ты чувствовал, когда рисовал?
- Почему ты именно так изобразил себя?
- Ты доволен своим портретом?
- Почему все рисунки разные?

3. Работа по теме занятия

Упражнение «Клубочек»

Инструкция. Дети по очереди обращаются друг к другу со словами: «Я рад, что ты, Оля, рядом со мной...». Первый играющий наматывает на палец конец нити от клубка и отдает клубок тому, к кому обращается. Участник, который получает клубок, обматывает нитку вокруг пальца, обращается к соседу и отдает ему клубок. Когда все будут соединены одной нитью, поднимают руки вверх, затем опускают их на колени. Очень важно все делать одновременно, чтобы не разрушить общий круг. Затем клубок сматывается в обратном направлении. При этом каждый ребенок наматывает свою часть нити на клубок, обращаясь к другому соседу с теми же словами.

Анализ упражнения:

- Легко ли тебе говорить приятные вещи другим детям?
- Кто-то тебе сегодня уже говорил что-нибудь приятное?
- Как ты себя сейчас чувствуешь?

Информационный блок

Человек не может существовать один. Он находится в системе взаимоотношений с другими людьми. Отношения членов коллектива, группы могут строиться на разных основах, носить характер взаимной поддержки или взаимного подавления. Взаимоподдерживающая система отношений объединяет людей, дает им возможность эффективно развиваться. Для этого важны:

- уважение членами группы друг друга;
- стремление понимать и сопереживать друг другу;
- возможность открыто высказывать несогласие с решением других членов коллектива на основе уважения, тактичности (не используя «инструменты» подавления).

Упражнение «Доброе животное»

Инструкция. Ведущий предлагает представить, что вся группа превратилась в одно большое доброе животное. Все слушают, как оно дышит. Предлагается всем вместе подышать: вдох - все делают шаг вперед, выдох - шаг назад. Животное дышит ровно и спокойно. Затем предлагается послушать, как бьется его большое сердце. Стук - шаг вперед. Стук - шаг назад и т.д. Очень важно все делать одновременно.

Анализ упражнения:

- Все ли дети придерживались обозначенных правил?
- Понравилось ли тебе «животное», частью которого ты был?

- Что-нибудь удивило тебя в этой игре?

Притча «Солнце и ветер»

«Поспорили солнце и ветер, кто из них сильнее. По степи ехал путник, и ветер сказал: «Кто сумеет снять с этого путника плащ, тот и будет признан самым сильным из нас». Стал ветер дуть, очень старался, но добился лишь того, что путник сильнее закутался в свой плащ. Тогда выглянуло солнышко и согрело путника своими лучами. И путник сам снял свой плащ». Анализ:

- О чем эта притча?
- Какой вывод можно сделать?

Упражнение «Давайте жить дружно»

Инструкция. Участники делятся на пары, образуя два круга (внешний и внутренний). Если по команде ведущего стоящие в паре игроки (не договариваясь) одновременно выкидывают один палец, то смотрят друг другу в глаза; если два пальца, тожимают друг другу руки, а если три пальца, то обнимаются. Когда количество выкинутых пальцев в паре не совпадает, то выполняется команда, соответствующая меньшему количеству пальцев. После выполнения трех заданий участники, стоящие во внешнем круге передвигаются вправо, и все задания повторяются.

4. Рефлексия

Обмен впечатлениями проводится по кругу с передачей друг другу горячей свечи.