

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Великомихайловская средняя общеобразовательная школа
Новооскольского района Белгородской области им. Г.Т. Ильченко»**

Рассмотрена и утверждена
на заседании педагогического совета
протокол № 16 от 30.06.2022г.

"Утверждаю"
Директор МБОУ «Великомихайловская
СОШ им. Г.Т.Ильченко»
Прядченко Л.А.
Приказ № 107
от " 01 " сентября 2022 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
социального направления
«Ценности жизни »**

Срок реализации: 1 год

**Педагог-психолог высшей квалификационной категории
Ковалевская Нина Павловна**

**с. Великомихайловка
2022-2023 учебный год**

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Ценности жизни» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, с использованием методического пособия Бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа-Югры для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи: «Программа по первичной профилактике суицидального поведения подростков 14-17 лет «Ценность жизни», автор-составитель Зинова Е.Ю., дополнительной образовательной программы социально-педагогической направленности Белгородского регионального центра психолого-медико-социального сопровождения «Комплексная программа социально-педагогического сопровождения несовершеннолетних группы «социального риска», автор-составитель: Черторицкая Ольга Юрьевна.

Курс введен в часть учебного плана, формируемого образовательным учреждением в рамках реализации модели внеурочной деятельности в **социальном направлении**.

Содержание данного курса представляет собой систему **развивающих занятий** для учащихся 10 класса, рассчитанную на 1 год обучения. В 10 классе 35 часов (1 час в неделю).

Актуальность выбора.

По данным Всемирной организации, в 2020 году на первое место в мире по количеству суицидов на 100 тысяч жителей вышла Литва, а второе место, к сожалению, принадлежит России.

(Источник: <https://bestcube.space/strany-s-samym-vysokim-urovнем-suicidov>)

Основные группы риска:

Чаще всего суициды совершают мужчины. Самым опасным возрастом мужчин — группой риска - считается 30-40 лет. И основной причиной самоубийств называют безработицу, нестабильную социальную и экономическую ситуацию в стране.

Второй группой риска считаются пенсионеры. Здесь причины немного другие: продолжительные болезни и накопившаяся от этого усталость и апатия. Пенсионеры уходят так же, если остаются в полном одиночестве.

Третья группа — подростки. Они, скорее всего, пытаются сделать так, чтобы на них обратили внимание и, не соизмерив степень риска, погибают случайно, нежели пытаются покончить с собой.

Суицидальное поведение относится к распространенной патологии поведения подростков. Именно в этом возрасте оно отличается многообразием форм проявления: это суицидальные мысли, намерения, высказывания, угрозы, попытки.

В связи с актуально стоящей проблемой подросткового суицида, правительства, как на федеральном, так и на региональном уровне создают и реализуют нормативно - правовые акты, регулирующие работу различных структур по предотвращению саморазрушающего поведения подростков.

В достижение цели сохранения жизни детей входит реализация задачи сохранения и укрепления их здоровья. Состояние психофизического здоровья детей зависит от множества факторов, в том числе и несистематической работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни (в том числе профилактики вредных привычек, полового воспитания и сексуального просвещения, недостаточное использование средств физического воспитания и спорта и т.п.).

Комплексное определение здоровья гласит о том, что это относительно устойчивое состояние, в котором личность хорошо адаптирована, сохраняет интерес к жизни и достигает самореализации. Степень адаптированности может быть соотнесена с диапазоном адаптационных стратегий, позволяющих личности успешно решать актуальные задачи, которые ставит перед ней социальное окружение. Они проявляются в двух основных сферах:

- адаптированность в сфере «внеличностной» социально-экономической активности, где индивид приобретает знания, умения, навыки, добивается компетентности и мастерства;
- адаптированность в сфере межличностных отношений, где устанавливаются интимные, эмоционально-насыщенные связи с другими людьми и требуется социально-психологическая компетентность, эмпатия, способность к пониманию и сотрудничеству [9].

Если в процессе социализации подростка удовлетворяются его потребности, то он адаптируется в социальной среде [11]. Создание условий для максимального удовлетворения потребностей предполагает ориентир на основные принципы аксиологического подхода к социально-педагогической деятельности.

Аксиологический подход связан с категорией «ценность». В принятых ребенком ценностях одновременно отражаются содержательных характеристики его позиции и поведения, а также его личностные характеристики, связанные с определенными представлениями о себе и возможностях собственного активного проявления в социуме. Ценности не передаются тем же путем, что и знания. «Ценностям нельзя научиться, их нужно переживать» (В. Франкл). Путем принятия конкретных ценностей, их «переживания» определяются выбор личностью социальной позиции, норм поведения при взаимодействии с другими людьми, характер принятых решений, направленность выбора. Среди предлагаемых форм профилактики подростковой суицидальности относят формирование у учащихся таких понятий, как «ценность человеческой жизни», «цели и смысл жизни», а также индивидуальных приёмов психологической защиты в сложных жизненных ситуациях [2].

Ценностные ориентации имеют особое значение, т. к. они выполняют роль внутренних стимулов и одновременно являются критериями, по которым личность сверяет свое поведение и деятельность.

Сформированные жизненные цели обучающихся и черты совершенствующейся социально адаптированной личности способствуют усилению защитных механизмов и ослабляют механизмы, провоцирующие

суицидальное поведение. Напротив, дефицит высших смыслообразующих и жизнеутверждающих ценностей, духовный кризис личности может быть причиной отклоняющегося поведения. По некоторым данным, формирование мировоззрения завершается к 24- 30 годам, поэтому целенаправленная работа в форме занятий с элементами тренинга поможет в формировании возрастных психологических новообразований старшего подросткового возраста и юношеского возраста.

Методология здоровьесберегающих, а мы говорим именно о сохранении жизни и здоровья, технологий в образовательных учреждениях строится на следующих принципах:

- Комплексность;
- Системность;
- Целостность;
- Динамичность (повторяемость);
- Репрезентативность;
- Методическое единство [6].

При реализации данной программы необходимо осуществление всех этих принципов.

До 13-летнего возраста суицидальные попытки практически не встречаются. Начиная с 14-15 лет эта активность резко возрастает, достигая максимума к 16-19 годам (Жезлова,1978, Амбрумова, Вроно, 1980) [4]. Исходя из вышесказанного, мы определяем возрастную группу, с которой должна реализовываться данная программа – дети 14 - 17 лет.

К сожалению, в современных школьных программах практически нет специальных занятий, посвященных формированию мира ценностей человека, содействующих эффективному развитию социальных навыков или их отдельных компонентов. Вместе с тем направленное повышение социальной адаптированности школьников, их обучение способам успешной социализации позволили бы избежать многих проблем девиантного поведения. Мы подчеркиваем, что данная работа входит в первичную профилактику, т. е. предполагает работу со всеми подростками, вне зависимости от того есть у них признаки суицидального поведения или нет.

Одной из задач психологов системы образования является организация профилактики и преодоления обучающимися школьной и в дальнейшем социальной дезадаптации. Однако количество психологов в образовательном учреждении не позволяет охватить всех обучающихся (на одного психолога приходится 500 учащихся), поэтому эту работу вместе с психологами могут осуществлять педагоги (социальные педагоги, классные руководители, учителя - предметники).

Цель данной программы – первичная профилактика суицидального поведения через повышение социальной адаптированности на основе аксиологической (ценностно - целевой) позиции.

Задачами реализации поставленной цели являются:

Обучающие:

1. Обучать работать в команде.

Развивающие:

1. Развивать позитивное самосознание.

Воспитательные:

1. Научить ценить свою и чужую индивидуальность.
2. Сформировать отношение к жизни как к ценности.
3. Сформировать адекватную самооценку, объективное отношение ребёнка к себе и своим качествам;

Особенности организации учебного процесса.

Специфика деятельности педагога во многом определяется спецификой возраста учащихся. Без учета особенностей личности детей невозможно проектировать те или иные воспитательные стратегии и предсказывать их результативность.

Для реализации программы предусматривается использование следующих форм работы:

- групповые занятия с элементами тренинга;
- досуговые мероприятия для учащихся в образовательном учреждении;
- индивидуальные консультации.

Программа составлена таким образом, что предусматривает часть мероприятий, которые должны быть проведены с участием привлеченных специалистов, так как специалисты образовательного учреждения не всегда могут владеть актуальной информацией по рассматриваемой теме. При этом большую часть программы проводят ведущие специалисты образовательного учреждения: преподаватели, педагоги-психологи, социальные педагоги или иные специалисты рабочей группы.

Логическое построение программы требует придерживаться ее структуры в соответствии с применяемыми в ней методологическими принципами. Индивидуальная работа реализуется посредством ведения ноутбука (дневника). В работе по программе используются методы групповой работы: лекция, беседа, дискуссия, групповая работа с элементами тренинга, создание творческих работ (индивидуальных и групповых), игры, психологические упражнения, творческие этюды. Также к групповым формам работы относятся проведение группового тестирования, работа с анкетами, самотестирование.

Анкетирование – объемная, трудоемкая, малоэмоциональная, но важная работа. Анкетирование позволяет выявить уровень информированности и нужды целевой группы и в результате определить необходимые направления и формы профилактической работы. Все остальные виды деятельности планируются с учетом результатов анкетирования. Оценочные упражнения моделируют жизненные ситуации, требующие разрешения конфликта, принятия собственного решения и ответственного выбора. Участники сталкиваются с вопросами, которые они, возможно, никогда ранее не обсуждали. У каждого появляется возможность глубже познать самого себя

и узнать о мыслях и чувствах других людей. Подумать и определить собственное отношение к обсуждаемому вопросу.

Метод наблюдения (включенное наблюдение) используется педагогами в своей деятельности и позволяет составить мнение об эффективности педагогической деятельности и скорректировать формы, методики или конкретное содержание работы.

Методология использования *метафорических историй* в обучении по программе ставит вопрос о методологических принципах, на которых это обосновано. Нужно ли делать достоянием группы мораль истории, сказки, которую только что услышали обучаемые, или аудитория должна сама дать интерпретации? Можно ли быть уверенным, что участники группы восприняли информацию в соответствии с ожиданиями тренера или нужна специальная дискуссия, чтобы перейти к групповому мнению относительно морали данной истории? Мы предлагаем четырехступенчатый процесс обеспечения эффективности историй в обучении:

1. Обучающийся рассматривает ситуацию как проблему и знает, что он должен как-то разрешить ее.
2. Нахождение метафоры, когда обучающийся слышит историю от рассказчика или находит ее в книге.
3. Проигрывание метафоры: обучающийся ведет себя в соответствии с тем, что и как предлагает история, и решает, удалось ли устранить проблему.
4. Корректировка деятельности исходя из результатов нового поведения обучающегося.

Какой из данных подходов оказывается наиболее целесообразен в том или ином случае – решать тренеру, рассказчику в зависимости от поставленной цели повествования и от того, насколько важно, чтобы аудитория получила именно ту информацию, которую история несет.

- Если обращение к истории предусмотрено тренером как средство релаксации, отдыха в конце учебного дня, можно рекомендовать участникам группы расслабиться, принять удобную позу и просто поразмышлять над рассказом.
- Если история, короткий анекдот или метафора юмористические и смысл их прост, возможно ограничиться собственно рассказом без обсуждения, дабы не испортить впечатление от новизны и юмора и не продемонстрировать сомнение в понятливости аудитории, настраивая ее тем самым против тренера. А убедиться в том, действительно ли слушатели уяснили суть рассказа, можно по их реакции – как вербальной, так и невербальной.
- Если история служит тому, чтобы проиллюстрировать некую теорию в контексте учебной программы, которую в данный момент обсуждает группа, достаточно спросить: «Так какое же отношение эта история имеет к тому, что мы обсуждаем (к целеполаганию, принятию решения, планированию и т.а.)?» То есть, участникам предлагается предложить свою интерпретацию, связав ее с собственным опытом.

- Не стоит спрашивать участников «Вы поняли?», подвергая сомнению их интеллектуальные способности и оскорбляя недоверием.
- Если история способствует разъяснению обширной и сложной темы, можно уточнить, какую между историей и обсуждаемой темой усматривает сам тренер, чтобы обеспечить согласованность в обучении.
- Если история выступает как основание для групповой дискуссии, следует спросить: «Как вы думаете, каков смысл истории, и как она относится... (например, к проблеме построения команды)?». После того как станет ясно, что группа поняла смысл, можно смело приступать к обсуждению, сравнительному анализу позиций тренера и участников; это путь к устранению проблемы, ее разрешению [10].

Групповая работа с элементами тренинга одна из эффективных форм обучения. Эта работа не требует дополнительных средств и органично вписывается в саму структуру педагогического образования. Занятие в форме групповой работы с элементами тренинга планируется как набор ролевых (моделирующих) игр и упражнений, групповых дискуссий и оценочных упражнений, которые являются продуктивными методами, позволяющими проанализировать отношение к вопросам отношений между мальчиками и девочками, нормы и ценности, а также тренировать коммуникативные навыки.

Чтобы сделать занятия более эффективными, необходимо соблюдать следующие **принципы** их проведения.

1. Доверие, искренность в общении, невынесение обсуждаемых тем, проблем за пределы группы.

Группа - это то место, где можно рассказать о том, что ребят действительно волнует и интересует, обсуждать такие проблемы, которые до момента участия в группе по каким-либо причинам не обсуждались. Такие отношения не ущемляют чувство взрослости подростков, позволяют эффективно повлиять на повышение уровня их нравственной воспитанности.

2. Активность обучающегося: участники вовлекаются в специально разработанные действия.

Интенсивное включение в групповой процесс с целью активного всматривания, «вслушивания», «вчувствования» в самого себя, партнера, в группу в целом. Многие оценки и суждения должны исходить, по возможности, от самих участников занятия.

Выбор и постановка задач самовоспитания должны переживаться подростком как его собственные желания и действия, совершаемые с помощью педагога. Собственный выбор и решение являются гарантией того, что учащийся ребенок будет им следовать и не откажется от них при первой же трудности. Обязательно участие в работе группы в течение всего времени проведения занятия, т. к. мысли и чувства участников очень значимы друг для друга.

3. Творческая позиция: в ходе занятий участники осознают, обнаруживают, «открывают» уже известные идеи, закономерности, а также, что еще более важно, свои ресурсы, возможности и особенности.

4. Диалогичность: продуктивная воспитательная работа педагогов и психолога с подростками возможна лишь в ситуации диалога.

Диалогичность предполагает разговор не про человека, а напрямую с человеком. Это общение в ходе оценочных суждений, при котором учитываются интересы других участников, а также их чувства, эмоции, переживания, ограничение групповой дискуссии событиями, происходящими «здесь и теперь», т. е. в данной группе и преимущественно в данный момент. Диалог невозможен без взаимного принятия. Реализация этого принципа создает в группе атмосферу безопасности, открытости, доверия.

5. Осознание поведения: в процессе занятий поведение участников, импульсивное вначале, становится более объективным.

Универсальным средством объективации поведения является обратная связь.

6. Эмоциональность, которой способствуют занятия в специально оформленном помещении, где много комнатных растений, составлены из них композиции, стены украшены картинами. Возможно музыкальное сопровождение классической музыкой в начале занятий, во время письменных ответов на вопросы тестов, написание сочинений- миниатюр.

Последовательная реализация названных принципов - одно из условий эффективной работы группы, основанием которой являются согласованные и принятые в ней правила. Рекомендуются написать их на доске или ватмане так, чтобы все их видели.

Необходимо учитывать следующие особенности организации работы группы:

- Ведущий всегда должен внутренне «присутствовать», когда высказывается кто-то из участников. Слушайте с интересом, старайтесь проникнуться чувствами говорящего.
- Задавайте уточняющие вопросы, если вы сами или кто-то из членов группы не до конца поняли того, кто высказывается.
- Не старайтесь осудить кого-либо за мнение, которого вы не разделяете, задавая саркастические вопросы типа «Ты хоть знаешь последствия своей позиции?» Вместо этого спокойно задавайте уточняющие вопросы, чтобы участник мог обдумать свое мнение и обосновать его. При этом нередко выясняется, что высказывание – это не продуманная позиция, а просто поверхностное предубеждение.
- Дайте каждому возможность высказаться. Останавливайте самых разговорчивых. Следите за тем, чтобы на занятии каждому участнику предоставлялась возможность высказаться хотя бы один или два раза. Если кто-то неправильно понял инструкцию, возьмите ответственность на себя: «Извините, я недостаточно четко объяснил(а)». Останавливайте спонтанно возникающие дискуссии.

- Необходимо создать в группе климат, свободный от «указок» и осуждения, чтобы участники чувствовали за собой свободу выражения своего мнения, даже если их взгляды отличаются от взглядов ведущего или наиболее популярных сверстников.
- Никто не должен чувствовать, что его заставляют признаваться в том, что он хотел бы оставить при себе. Участники, которые хотят рассказать о своем личном опыте, должны иметь возможность это сделать.
- Необходимо предоставлять максимум возможностей для личностного роста подростков. Интересуйтесь мнением участников, а не их опытом. Следует избегать высказываний участников, направленных на выяснение их опыта, например: «У меня был партнер». Вместо этого спрашивайте их мнение, например: «Когда у вас есть (будет) партнер...» - это укрепляет их самооценку.
- Необходимо заверить участников, что в предлагаемых программой упражнениях нет правильных и неправильных ответов, причем старайтесь сами придерживаться этого подхода. НЕ хвалите участников индивидуально: «Очень мудро сказано» или «Отличная идея», а призывайте всех высказывать свою точку зрения.
- Во избежание вторжения в частную жизнь участников утверждения для упражнений должны быть сформулированы в третьем лице.
- Не требуйте от участников, чтобы они тут же поменяли свое мнение, если они не смогли его обосновать, поскольку зачастую это вопрос престижа. Однако, возможно, что после выполнения упражнения и самому человеку, и другим членам группы придется о чем-то задуматься.
- Используйте вопросы-просьбы типа «Поясни, пожалуйста, свою мысль» или «В каких случаях, по твоему мнению, так бывает?». Избегайте вопроса «Почему?», который нередко блокирует мыслительную деятельность и вызывает защитную реакцию.
- Ведущий должен быть увлеченным и позитивно настроенным человеком. Тщательно планируйте работу перед каждым занятием. Старайтесь никому не оказывать предпочтения. Никогда не говорите об участнике в его отсутствие.
- Для того, чтобы проанализировать групповые процессы и увидеть себя со стороны, ведущему полезно пообщаться с более опытным наставником (например, куратором).

Такие **методы**, как лекция, беседа, дискуссия, просмотр и обсуждение художественных произведений, являются известными и используемыми педагогами. Важно, чтобы методики преподавания содержали элементы интерактивности и привлекали учащихся. Трудности могут возникнуть в связи с формой организации- занятия с элементами тренинга. Технологии проведения тренинга рассчитаны на активное участие каждого учащегося, поэтому необходимо оценивать в каждом отдельном случае протяженность

по времени различных форм работы и моделировать процесс занятия (возможно удлинение по времени проведения одного упражнения и сокращение или отказ от проведения другого).

Занятия по своей структуре состоят из следующих частей:

1. Вводная часть, актуализирующая жизненные знания и имеющийся у детей опыт (в этой части используются психологические упражнения, а также фрагменты литературных произведений, аудио - и видеоматериалы). Каждая встреча, кроме первой начинается с рефлексии, во время которой ведущий определяет состояние учащихся, их настрой на работу, их тревоги и сомнения. Во второй части рефлексивного введения проверяется выполнение домашнего задания: как справились с заданиями, какие трудности испытывали, что думают и что чувствуют по этому поводу. Первая часть рефлексии не должна быть затянута по времени и продолжается не более 7-10 минут, вторая часть - в зависимости от сложности вопроса, который обсуждается (не более 20 минут).

2. Основная часть, направленная на формирование новых представлений (теоретическая часть, ролевые игры, творческие этюды, ответы на вопросы или совместное обсуждение возникающих проблем и др.). Предложенные методики занятий могут варьироваться в зависимости от готовности группы к тому или иному упражнению. Кроме основных упражнений, игр, обязательно предлагается разминка, которая проводится по мере необходимости, чтобы снять усталость, напряжение или настроить на работу, сплотить группу.

3. Заключительная часть включает отработку личных стратегий поведения (способы решения проблемных ситуаций) и осмысление полученного опыта; проведение рефлексии. Если есть домашнее задание, ведущий поясняет его.

Основная задача ведущего - создание условий, необходимых для активной, самостоятельной работы каждого участника.

Программа состоит из диагностического блока, двух основных образовательных блоков «Я и мой мир», «Я и этот мир» и дополнительного раздела досуговых мероприятий, вкрапленных в содержание образовательных блоков.

Данный курс утверждает ценности человека, здоровья, семьи, окружающего мира. Он направлен на воспитание ответственности за своё здоровье, за поступки, последствия которых имеют значение для окружающих людей, а также на формирование нравственных, волевых, деловых, коммуникативных качеств личности.

Первый блок программы помогает в познании подростком самого себя, осмыслении сильных и слабых сторон своей личности, принятии себя как ценности и самовоспитании. Содержание второго блока определяет общая мотивация школьника, которая во многом характеризуется общением. В процессе общения возникают конфликты, происходит переоценка ценностей, удовлетворяется потребность в признании и формируется стремление к самоутверждению. Вместе с осознанием своей уникальности,

неповторимости часто испытывают чувство одиночества. С одной стороны, растёт потребность в общении, с другой - повышается её избирательность. Педагог может помочь несовершеннолетним в стремлении осмыслить свои права и обязанности, оценить своё прошлое, обдумать своё настоящее, утвердить и понять самого себя. Задача взрослого - помочь ему в выстраивании эффективного общения с другими людьми.

Вести данный курс может педагог, знакомый с азами психологии. Предложенный материал доступен для специалистов, не имеющих психологического (профессионального) образования при глубокой подготовке и консультировании по проведению занятий. Это представляется немаловажным, т. к. образовательная среда должна ориентировать всех участников образовательного процесса на формирование у обучающихся социальных навыков. Желательно участие в обучающих семинарах-практикумах по данной проблематике.

Общая продолжительность программы составляет 70 часов. Периодичность проведения основных занятий по блокам данной программе составляет 1 раз в неделю. Также периодически предлагается организовывать досуговое мероприятие. Мы сознательно не планировали мероприятий, занятий на периоды школьных каникул, поскольку в это время действует много дополнительных образовательных учреждений, дети могут пожелать провести время с друзьями, семьей.

Организационные моменты. В начале сентября на родительском собрании педагог сообщает о проведении занятий по профилактической программе. При этом озвучиваются цель и задачи программы, возможно тематический план. Для соблюдения законности процедуры родители выражают своё согласие на участие детей в занятиях данной программы (форма заявления в приложении 1). Так как в 14 лет дети могут выразить своё мнение, согласие на участие в занятиях по данной программе они письменно выражают на водном (диагностическом) занятии (форма заявления - в приложении 2).

Полную информацию об учащих для предупреждения суицидального поведения собирает психолог образовательного учреждения (исследование личностных особенностей и эмоционального состояния), частично в сборе информации участвует классный руководитель (Анкета на выявление социальных характеристик семьи – прил. 3), собирающий информацию в индивидуальных беседах с родителями; заполняет прогностическую таблица риска суицида у детей и подростков (прил. 4).

На основании всей полученной информации педагогом – психологом делается экспертное заключение, даются рекомендации по психолого-педагогической коррекции личностных особенностей, их учёта в организации воспитательной и образовательной деятельности.

Для отслеживания эффективности проводимой работы на первом и последнем занятии проводится блок диагностических методик (прил. 5, 6, 7). Организовывать и проводить данное занятие может совместно педагог и психолог, последний осуществляет обработку полученных данных.

Работа проводится в соответствии с тематическим планом

Для эффективного управления программой «Ценность жизни» в рамках всего образовательного учреждения целесообразно назначить куратора из состава администрации школы, определить ответственных за различные направления работы в рамках программы. Куратор программы и ответственные (это могут быть социальные педагоги, классные руководители, педагоги-психологи, заместители директора по воспитательной работе) формируют рабочую группу, которой необходимо регулярно собираться с целью взаимного информирования о ходе профилактической работы.

Участники рабочей группы планируют профилактическую работу с учащимися и родителями; однако это не означает, что члены рабочей группы должны сами осуществлять преподавание всего курса. Чем больше специалистов будет вовлечено в эту работу, тем лучше. Руководство образовательного учреждения и рабочая группа совместно отвечают как за информированность сотрудников относительно целей, задач и методов работы по профилактической программе, так и за анализ и оценку ее результатов.

Куратор на педагогическом совете сообщает о начале программы и в течение года информирует о ее ходе, а также контролирует выполнение годового календарного плана проведения профилактических занятий и других мероприятий. Рекомендуем без подписанного родителями письменного согласия не начинать занятия с обучающимися.

План работы направлен на деятельность по формированию ценностной системы несовершеннолетних, которая содействует эффективному развитию социальных навыков. План может выполнять эту функцию тогда, когда он постоянно пересматривается и обновляется, он должен стать отправной точкой в работе. План работы указывает основное направление, которое может корректироваться.

Для организации занятий, подготовки к ним необходимо ознакомиться с приложениями 8 - 28, в которых последовательно описан методический материал для работы на занятиях.

Состав участников программы может быть разнообразен, должен включать в себя детей:

- из семей неблагополучных в социальном и психологическом смысле;
- с тяжелым течением пубертата;
- акцентуированных и психологически изолированных и отверженных в различных детских и подростковых группах;
- с признаками замышленного суицида [1].

Работа по программе профилактики суицидального поведения требует долгосрочных усилий. Единичные мероприятия менее эффективны, чем систематические. Отдельный тематический день не несет в себе особого смысла, если он не включен в контекст более продолжительной работы. Поэтому преподавание данного курса должно быть достаточно протяженным во времени и вестись в каждой учебной группе. По мере роста и взросления

детей и подростков у них появляется необходимость еще и еще раз обсудить свои знания, свой опыт и ценностные ориентации в группе сверстников. Многие вопросы эмоционально заряжены или касаются лично значимых ценностей, поэтому на их осознание и переработку необходимо время. Кроме того, подростки находятся на разных стадиях своего личностного развития, и поэтому некоторым из них требуется более продолжительное время для осмысления полученных знаний и изменения своего поведения.

Условием успешности реализации программы является ее системный характер, качество проведения и разнообразие применяемых методов работы. Для достижения высокого качества преподавания курса важно избегать уроков, направленных на сухое перечисление нравственных норм.

Требования к результатам освоения курса

Знания, которые учащимся необходимо приобрести по окончании программы:

- знания о ценности здоровья, жизни человека;
- знания об эффективных способах поведения, решения проблем.

Умения и навыки, которыми учащимся необходимо овладеть по окончании программы:

- умение принять себя;
- навыки рефлексии, осознания себя;
- социальные навыки, способствующие эффективному взаимодействию с окружающими;
- навык решения собственных проблем.

Учебно-тематический план (35 часов)

№	Тема	Форма работы	Количество часов	Дата
І блок «Я и мой мир»				
1	Вводное (диагностическое) занятие	Анкетирование, работа с опросниками	1	
2	Я - личность и индивидуальность	Занятия с элементами тренинга	1	
3	Я и мир моего общения.	Занятия с элементами тренинга	1	
4	Мои цели как ценности	Занятия с элементами тренинга	1	
5	Время - ценность	Занятия с элементами тренинга	1	
6	Я и моё здоровье как ценность	Занятие с элементами тренинга	1	
7	Внеклассное мероприятие, посвященное Дню психического здоровья	Акция «Будь здоров!»- выпуск стенгазеты	1	
8	О ценностях ума и образования	Занятие с элементами тренинга	1	
9	Творчество как ценность	Занятие с элементами тренинга	1	
10	Профессия как ценность	Занятие с элементами тренинга	1	
11	Успех как ценность	Занятие с элементами тренинга	1	
12	Досуговое мероприятие	Встреча с успешным человеком (спортсмен – параолимпиец и т.п.)	1	
13	Жизнь как ценность	Занятие с элементами тренинга	1	
14	Досуговое мероприятие	Круглый стол с представителями	1	

		различных конфессий (православие, ислам, иудаизм)		
15	«Разбираемся в конфликтах»	Занятие с элементами тренинга	1	
16	«Агрессию в мирное русло»	Занятие с элементами тренинга	1	
17	Я и моя самооценка.	Занятие с элементами тренинга	1	
II блок «Я и этот мир»				
18	В мире моих эмо- ций	Анкетирование, работа с опросниками	1	
19	Семья как ценность	Занятие с элементами тренинга	1	
20	Общение как ценность	Занятие с элементами тренинга	1	
21	Мотивы моего по- ведения	Занятие с элементами тренинга	1	
22	Досуговое мероприятие	Встреча с представителем службы телефона доверия	1	
23	Дружба как ценность	Занятие с элементами тренинга	1	
24	Дружба и подвер- женность влиянию	Занятие с элементами тренинга	1	
25	Любовь как ценность	Занятие с элементами тренинга	1	
26	Мои сильные стороны	Занятие с элементами тренинга	1	
27	Досуговое мероприятие	Встреча с супружеской парой - долгожителями	1	
28	В чем ценность команды?	Занятие с элементами тренинга	1	
29	Что нужно для успешной карьеры?	Занятие с элементами тренинга	1	
30	Деньги как ценность	Занятие с элементами тренинга	1	
31	Ценность природы	Занятие с элементами тренинга	1	

32	Культура как ценность	Занятие с элементами тренинга	1	
33	Мир в мире как ценность	Занятие с элементами тренинга	1	
34	Итоговое диагностическое занятие Жизненное кредо достойного человека	Занятие с элементами тренинга	1	
35	Диагностическое занятие	Работа с анкетами, опросниками	1	
Всего: 35				

№	Тема	Цель	Краткое содержание
10 класс			
1	Вводное (диагностическое) занятие	Сбор информации об уровне сформированности и ценностной системы школьников.	1. Сообщение цели занятия. 2. Проведение диагностических процедур. 3. Прощание.
2	Я - личность и индивидуальность	Формирование у учащихся способов познания себя.	1. Приветствие. 2. Знакомство с принципами групповой работы. 3. Теоретический материал. 4. Игра «Визитка». 5. Упражнение «Доволен ли я собой?». 6. Упражнение «Контраргументы». 7. Рефлексия, домашнее задание (дневник).
3	Я и мир моего общения	Развитие вербальных и невербальных коммуникативных навыков, навыков партнерских отношений, сплочение группы.	1. Приветствие. 2. Упражнение «Каляки-маляки» 3. Упражнение «Границы» 4. Упражнение «Связь» 5. Упражнение «Путаница» 6. . Рефлексия.
4	Мои цели как ценности	Осознание целей, дающих человеку смысл жизни, осознание своих целей и стремлений.	1. Приветствие «Здравствуй, уважаемый!». 2. Обсуждение домашнего задания. 3. Упражнение «Цели». 4. Упражнение «Мои потребности и окружающий мир». 5. Упражнение «Что было главным в жизни?». 6. Упражнение «Золотая рыбка». 7. Упражнение «Скульптор» 8. Упражнение «Ноутбук». 9. Рефлексия.
5	Время-ценность	Развитие представлений о времени, развитие способности структурировать своё время.	1. Приветствие. Упражнение «Коленвал». 2. Упражнение «Чувство времени». 3. Упражнение «Ваше представления о времени». 4. Упражнение «Цели и дела». 5. Упражнение «Торт «Время»». 6. Заполнение дневника. 7. Рефлексия, домашнее задание (заполнение «Карты здоровья»).
6	Я и моё здоровье как	Обучение регулированию	1. Приветствие. 2. Проверка домашнего задания («Карта

	ценность	своего психического состояния, управлению чувствами.	здоровья»)). 3. Упражнение «Что я знаю и чего не знаю». 4. Упражнение «Рекомендации себе» (написание сочинения). 5. Упражнение «Зажим». 6. Упражнение «Прощание со страхами». 7. Рефлексия, заполнение дневников (цели сохранения здоровья).
7	Внеклассное мероприятие, посвященное Дню психического здоровья Акция «Будь здоров!»- выпуск стенгазеты	Развитие активности и инициативы у школьников, умение преподнести свою точку зрения и понять мнение другого человека.	1. Разделение группы участников на инициативные группы (оформители, ответственные за сбор информации). 2. Самостоятельный сбор информации учащимися, запись интервью у сверстников и учителей (в течение недели). 3. Оформление стенгазеты и её презентация (возможен выпуск 2 газет).
8	О ценностях ума и образования	Выработка умения поиска как внутренних, так и внешних ресурсов. Развитие умения планировать позитивный образ своего будущего.	1. Приветствие. Организационный момент. 2. Упражнение «Я в школе». 3. Упражнение «Умные слова». 4. Упражнение «Я сам». 5. Упражнение «На пне в лесу». 6. Работа с ноутбуком. 7. Рефлексия.
9	Творчество как ценность	Формирование авторского отношения к собственной жизни, к своему социальному и природному окружению.	1. Приветствие. 2. Упражнение «Волшебная подушка». 3. Упражнение «Дотянись до звезд». 4. Упражнение «Мой запас прочности». 5. Игра «Наблюдатель». 6. Упражнение «Рецепт счастья». 7. Рефлексия, работа с дневником, домашнее задание «Личная профессиональная перспектива».
10	Профессия как ценность	Определение предпочтительного типа будущей профессии, развитие умения планировать позитивный образ своего будущего.	1. Приветствие. 2. Игра «Пришельцы» 3. Оценка и обсуждение выполнения домашнего задания. 4. Упражнение «Ловушки - капканчики». 5. Упражнение «Моя будущая профессия и окружающий мир». 6. Рефлексия.
11	Успех как ценность	Выработка алгоритма создания ситуации успеха. Формирование адекватной самооценки, установление	1. Приветствие, организационный момент. 2. Ролевая игра «Хочу» и «Надо». 3. Упражнение «Ресурсы для достижения». 4. Упражнение «Гибкость». 5. Игра «Предлагаю- выбираю». 6. Упражнение «Что нас объединяет?»

		гармоничных отношений между своими желаниями и возможностями.	7. Рефлексия.
12	Досуговое мероприятие-встреча с успешным человеком (спортсмен – параолимпиец и т.п.)	Закрепление полученных знаний. Формирование ценностного отношения к здоровью и к успеху, понимания неограниченности потенциала человека.	1. Оформление пригласительного письма. 2. Подготовка слайдовой презентации о главном герое встречи, составление примерного перечня вопросов. 3. Проведение встречи: - знакомство; - демонстрация слайдовой презентации; - беседа с учащимися; - прощание, проводы посетителя; - обсуждение впечатлений от встречи.
13	Жизнь как ценность (приложение 16)	Осознание ценности понятия «жизнь», собственных жизненных ценностей. Развитие адаптивных способностей.	1. Приветствие. 2. Упражнение «Советы в кругу». 3. Упражнение «Галактика моей жизни». 4. Упражнение «Линия жизни». 5. Работа с притчей «Мудрец и молодой человек». 6. Рефлексия, заполнение дневника.
14	Досуговое мероприятие - круглый стол с представителям и различных конфессий (православие, ислам, иудаизм)	Формирование представления о ценности жизни с точки зрения различных конфессий.	Предварительная работа: - Выборка высказываний о ценностях жизни из Библии, Талмута, Корана. - Подготовка слайдовой презентации. - Составление перечня примерных вопросов. План. 1. Приветствие. 2. Демонстрация слайдовой презентации. 3. Комментарии служителей культа по поводу собранной учениками информации. 4. Беседа по интересующим школьников вопросам. 5. Прощание. 6. Обсуждение прошедшего мероприятия.
15	Разбираемся в конфликтах	формирование умения противостоять нежелательному влиянию окружающих.	1. Приветствие. 2. Упражнение Коллективный счет 3. Упражнение Мои достоинства 4. Упражнение встреча на узком мосту 5. Рефлексия
16	Агрессию в мирное русло	формирование умения управлять своими эмоциями	1. Приветствие. 2. Упражнение Ревущий мотор 3. Групповая дискуссия

		и своим поведением	4.Упражнение Выключаем работа 5. Упражнение Замороженный 6.Прощание
17	Я и моя самооценка	Поддержание позитивной самооценки.	1. Приветствие. 2.Групповая дискуссия 3.Упражнение Говорим друг другу комплименты 4. Лепим, рисуем 5. Рефлексия
18	В мире моих эмоций	Развитие эмоциональной сферы, расширение репертуара эмоционального реагирования; формирование навыка работы с эмоциональными состояниями.	1.Приветствие, организационный момент. 2. Упражнение Эмоции 3. Разбор ситуаций 4.Выражение чувств 5. Рефлексия.
19	Семья как ценность	Осознание ценности понятия «семья». Помощь в установлении взаимопонимания с родителями.	1.Приветствие, организационный момент. 2. Упражнение «Три имени». 3. Упражнение «Что человеку дано?». 4. Упражнение «Моя семья». 5. Игра «Магазин одной покупки». 6. Рефлексия.
20	Общение как ценность	Формирование убеждения: «Другой – это ценность». Гармонизация общения.	1.Приветствие. 2. Упражнение «Волшебная подушка». 3. Упражнение «Всеобщее внимание». 4. Упражнение «Конфликтная ли Вы личность?». 5. Ролевая игра «Преувеличение или полное изменение поведения». 6. Рефлексия, заполнение дневника.
21	Мотивы моего поведения	Создание условий для повышения уровня понимания собственных мотивов поведения подростком.	1.Приветствие. 2. Упражнение Мячик 3.Упражнение Мои цели 4.Упражнение От желания к обладанию 5.Упражнение Мой поступок 6. Упражнение Берег моря 7.Рефлексия
22	Досуговое мероприятие-встреча с представителем службы телефона доверия.	Предоставление подросткам информации об анонимной службе помощи. Сформировать доверительное отношение к специалистам, оказывающим	Предварительная работа: 1.Просвещение подростков (распространение памяток, вывешивание плакатов о службах экстренной помощи несовершеннолетним). 2. Подготовка перечня примерных вопросов. План: 1. Приветствие, организационный момент.

		психологическую помощь.	<p>2. Рассказ представителя службы экстренной помощи (возможно использование слайдовой презентации).</p> <p>3. Беседа с учащимися с использованием заготовленного перечня вопросов.</p> <p>4. Ролевая игра «Консультирование по телефону» (в роли консультанта желающие подростки).</p> <p>5. Подведение итогов, рефлексия.</p>
23	Дружба как ценность	Понимание дружбы как устойчивой личной привязанности между людьми, возникающей на основе личной симпатии, единства взглядов, интересов и целей.	<p>1. Приветствие.</p> <p>2. Упражнение «Прорвись в круг».</p> <p>3. Игра «Наблюдатель».</p> <p>4. Само тестирование «Приятно ли со мной общаться?».</p> <p>5. Игра «Связующая нить».</p> <p>6. Упражнение «Эмиграция».</p> <p>7. Рефлексия.</p>
24	Дружба и подверженность влиянию	Осознание собственной потребности в дружбе и способности к дружескому общению.	<p>1. Приветствие, организационный момент.</p> <p>2. Упражнение Броуновское движение</p> <p>3. Беседа на тему Дружба</p> <p>4. дискуссия на тему Дружба</p> <p>5. Упражнение Ищу друга</p> <p>6. Рефлексия</p>
25	Любовь как ценность	Формирование представления о любви как о ценности, основе человеческой жизни.	<p>1. Приветствие, организационный момент.</p> <p>2. Упражнение «Требования среды».</p> <p>3. Игра «На плоту».</p> <p>4. Упражнение «Портрет твоего идеала настоящей (его) женщины (мужчины)».</p> <p>5. Игра «Да - нет - может быть».</p> <p>6. Рефлексия, работа с ноутбуком.</p>
26	Мои сильные стороны	Содействие в формировании адекватных представлений о самом себе ближайшем окружении, раскрытие положительных качеств несовершеннолетних, повышение уровня уверенности в себе.	<p>1. Приветствие</p> <p>2. Упражнение Говорим друг другу комплименты</p> <p>3. Упражнение Я – подарок человечеству</p> <p>4. Упражнение Переклеиваем ярлыки</p> <p>5. Упражнение Я – великий мастер</p> <p>6. Упражнение Такое вот кино</p> <p>7. Рефлексия</p>
27	Досуговое	Убедить	Предварительная работа:

	мероприятие - встреча с супружеской парой - долгожителями	участников программы в существовании счастливых, супружеских отношений до глубокой старости, ценящих любовь, семью.	1.Приглашение супружеской пары (подготовка пригласительного письма, посещение семейной пары). 2. Подготовка примерного перечня вопросов. План: 1.Приветствие, организационный момент. 2. Выступление представителя ЗАГС со статистическими данными по продолжительности супружеской жизни. 3. Обсуждение, дискуссия о причинах представленной статистики. 4. Знакомство с супружеской парой. 5. Беседа с подростками (с использованием заготовленного перечня вопросов). 6. Совместное чаепитие. 7.Рефлексия, подведение итогов.
28	В чем ценность команды?	Формировать умение действовать в команде как одно из наиболее востребованных личностных качеств, развитие умения принимать на себя ответственность, заботу о других.	1.Приветствие. 2. Разминка «Все как один». 3. Игра «Скованные одной цепью». 4. Игра «Кораблекрушение». 5. Групповое дело «Предлагаю-выбираю». 6. Рефлексия, заполнение дневника.
29	Что нужно для успешной карьеры?	Формирование умения идентифицировать социальные роли. Изучение школьниками своей готовности к неожиданным изменениям жизни, к активным действиям.	1. Приветствие, 2. Упражнение «Социальные роли». 3. Упражнение «Хочу- могу - буду». 4. Упражнение «Я сам». 5. Упражнение «Прошлые успехи». 6. Упражнение «Миг благодарения». 7. Рефлексия.
30	Деньги как ценность	Осознание труда как ценности, своих возможностей зарабатывания денег, составление рекомендаций по трате денег.	1. Приветствие, организационный момент. 2. Упражнение «Мои потребности и окружающий мир». 3. Упражнение «Хочу- могу - буду». 4. Упражнение «Ресурсы для достижения». 5. Игра «Цена и ценность». 6. Рефлексия, работа с ноутбуком.
31	Ценность	Осознание	1. Приветствие.

	природы	значения природы для здоровья и отдыха человека, необходимости сохранения чистоты природного мира.	2. Упражнение «Сова, жаворонок или аритмик». 3. Самотестирование «Ведущее полушарие». 4. Упражнение «Моя волшебная Земля». 5. Упражнение «Я и природа Земли - мы едины». 6. Упражнение «4 сферы». 7. Рефлексия.
32	Культура как ценность	Осознание ценности понятий «человечество», «Отечество», себя как субъекта культуры.	1. Приветствие. 2. Дискуссия на тему «Ваше понимание культуры». 3. Упражнение «Хорошо - плохо». 4. Игра «Неуверенные, уверенные или агрессивные ответы». 6. Работа с притчей «Человек». 5. Упражнение «Послание потомкам». 6. Рефлексия, заполнение дневника.
33	Мир в мире как ценность	Осмысление своего места в мире, расширенное толкование понятия «дом» как весь мир.	1. Приветствие. 2. Упражнение «Кто я?». 3. Упражнение «Веер». 4. Упражнение «Послание миру». 5. Упражнение «Надежды на мир». 6. Написание сочинения «Миру - мир». 7. Рефлексия.
34	Итоговое занятие «Жизненное кредо достойного человека»	Подведение итогов работы, рефлексия изменений происшедших в участниках в процессе работы.	1. Приветствие. 2. Упражнение «Кино». 3. Групповая работа «Составление жизненного кредо достойного человека». 4. Групповая работа «У зеркала» 5. Упражнение «А на последок я скажу...» 6. Рефлексия, работа с ноутбуком.
35	Диагностическое занятие	Отслеживание результатов	1. Приветствие. Сообщение цели занятия. 2. Проведение диагностических процедур. 3. Прощание.

Контроль и оценка планируемых результатов

Формы контроля эффективности - опросники, используемые как в начале работы по программе, так и по её окончанию.

В основу изучения внеурочного занятия положены ценностные ориентиры, достижение которых определяются воспитательными результатами. Воспитательные результаты внеурочной деятельности оцениваются по трём уровням.

Первый уровень результатов — приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

Второй уровень результатов — получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, то есть в защищенной, дружественной социальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребёнок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Третий уровень результатов — получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии, действии в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, для других, зачастую незнакомых людей, которые вовсе не обязательно положительно к нему настроены, юный человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Именно в опыте самостоятельного общественного действия приобретается та готовность к поступку, без которых немислимо благоприятное его существование в обществе.

Список литературы

1. Агрессия у детей и подростков: Учебное пособие/ Под ред. Н. М. Платоновой.- СПб.: Речь, 2006.- 336 с.
2. Воспитание трудного ребёнка. Дети с девиантным поведением: учеб.-метод. пособие/ Под ред. М. И. Рожкова. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2006.- 239 с.

3. Гущина Т. Н. Я и мои ценности...: Тренинговые занятия для развития социальных навыков у старшеклассников. М.: АРКТИ, 2008.- 128 с.
4. Егоров А. Ю., Игумнов С. А. Расстройства поведения у подростков: клинико- психологические аспекты. СПб.: Речь, 2005.- 436 с.
5. Макарычева Г. И. Тренинг для подростков: профилактика асоциального поведения.- СПб.: Речь, 2008.- 192 с.].
6. Методические рекомендации: Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения/ Под ред. М. М. Безруких, В. Д. Сонькина. М.: Триада - фарм.- 2002 г.- 114 с.
7. Панков Д. Д., Румянцев А. Г. , Тростанецкая Г. Н. Медицинские и психологические проблемы школьников- подростков: Разговор учителя с врачом.- М.: АПК и ПРО, 2001.- 239 с.
8. Практикум по девиантологии/ Автор- составитель Ю А. Клейберг. – СПб.: Речь, 2007.-144 с.
9. Психологическая помощь подростку в кризисных ситуациях: профилактика, технологии, консультирование, занятия, тренинги/ Авт.-сост. М. Ю. Михайлина, М. А. Павлова.- Волгоград: Учитель, 2009.-207 с.
10. Скрипюк И.И. 11 баек для тренеров: истории, мифы, сказки, анекдоты. – СПб.: Питер, 2006. – 176с.
11. Формирование социально- ответственного поведения у детей и молодёжи. Профилактика девиантного и аддиктивного поведения среди детей и молодёжи в учреждениях высшего, среднего и начального профессионального образования: Учебно- методическое пособие.- М.: АПК и ППРО, 2008. – 188 с.
12. Хьелл Л. Зиглер Д. Теории личности. - СПб.: Питер, 2007.-607 с.
13. Чуричков А., Снегирёв В. Копилка для тренера: сборник разминок, необходимых в любом тренинге.- СПб.: Речь, 2007. -210 с.

