

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Колпинского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТ

на заседании
педагогического совета
протоколом от 24.08.2020 г.
№ 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУДО ЦППМСП
Колпинского района СПб

О.В.Гюнинен

Приказ от 26.08.2020 № 112-0



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Обучение детей младшего школьного возраста эффективным стратегиям поведения в трудных жизненных ситуациях»

Возраст учащихся: 8-10 лет
Срок реализации: 2020 – 2021 учебный год

Разработчик:
педагог-психолог
Фефилова М.В.

Санкт – Петербург
2020 г.

I. Пояснительная записка

1.1 Нормативно-правовые документы, на основе которых разработана дополнительная общеобразовательная программа

- «Семейный кодекс Российской Федерации» от 29.12.1995 N 223-ФЗ;
- Федеральный закон от 24 июня 1999 N 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 N 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;
- Указ Президента Российской Федерации от 29.05.2017 г. N 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. №1726-р концепция развития дополнительного образования детей;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 N 52831);
- Приказ Минобрнауки РФ от 23.08.2017 №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 4 июля 2014 г. N 41);
- Письмо Минобрнауки России от 10.02.2015 №ВК-268/07 «О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» (вместе с «Рекомендациями Министерства образования и науки РФ органам государственной власти субъектов Российской Федерации в сфере образования по совершенствованию деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»);
- Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 01.03.2017г. N617-р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию»;
- Инструктивно-методическое письмо Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 16.03.2020г. N03-28-2516/20-0-0 «О реализации организациями, осуществляющими образовательную деятельность,

- образовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий»;
- Устав ГБУДО ЦППМСП Колпинского района СПб;
 - Лицензия на образовательную деятельность.

1.2 Направленность программы

Направленность программы: социально-педагогическая

1.3 Актуальность программы

В современных условиях становится все более очевидным, что вопросы, связанные с психологической безопасностью, приобретают государственное значение. Неизбежное последствие экстремальных ситуаций - разрушение базовой потребности человека (потребности в безопасности), разрушение стабильности картины мира. Это приводит к тяжелым отсроченным последствиям (невротизация, депрессивные состояния, потеря веры в себя и, самое главное, потеря перспектив) и во многом определяет дальнейшую судьбу не только одного конкретного человека, но и целых социальных групп.

Под психологической безопасностью мы понимаем комплекс социальных и административных мероприятий, направленных на создание такого социально-психологического климата в обществе, который обеспечивает психологическое здоровье и формирует психологическую устойчивость населения, направлен на поддержку стабильности состояний сознания и деятельности.

С учетом данного понятия ясно, насколько важную роль в обеспечении безопасности играет образование. В основе своей именно образовательная среда включает особенности, которые определяют значимость и специфику решения вопросов обеспечения безопасности детства. Стабильные условия особенно важны для ребенка, который во многом зависит от взрослого, как в

своих действиях, так и в возможностях справиться с той или иной ситуацией. Все это говорит о том, что образовательное пространство должно обеспечивать решение не только образовательных задач, но и удовлетворение названной базисной потребности, являющейся основополагающей для функционирования, как для отдельного ребенка, так и для всего сообщества.

Возникшая трудная жизненная ситуация нарушает привычный для человека образ жизни, ставит его перед необходимостью оценить внешние и внутренние аспекты ситуации с учетом содержательных признаков и определить возможность преобразования ситуации. А затем – выбрать или принципиально новые стратегии поведения и деятельности, или новые основания жизни и способы согласования своих отношений с собой, другими людьми, миром в целом. Особенно нуждаются в помощи дети, оказавшиеся в такой ситуации. В отличие от взрослого человека ребенок не имеет достаточного жизненного опыта, тех знаний, способностей, сил, которые необходимы, чтобы разрешить возникшие сложные ситуации. Он нуждается в поддержке мудрого, опытного человека, который бы направил, подсказал.

1.4. Отличительные особенности

Обязательным является использование в программе концептуальных установок:

Отношение к ребенку как к равному. Признание в каждом ребенке человеческого достоинства. Не манипулятивность методов.

Гибкость и вариативность образовательной среды, позволяющей настраиваться на оказание эффективной помощи каждому конкретному ребенку, оптимальным образом сочетать диагностическую, консультативную и обучающую работу.

Пристальное внимание к сфере отношений в целом - не как к побочному, дополнительному, а как к принципиальному, формообразующему фактору.

Открытый характер, т.е. ориентация на максимально возможное участие в образовательном процессе педагогов, родителей, близкого окружения детей.

1.5 Программа адресована учащимся начальных классов общеобразовательной школы и учащимся с ОВЗ.

1.6 Цель программы: профилактика кризисных состояний у детей, обучение эффективным стратегиям поведения в трудных жизненных и критических ситуациях.

1.7 Поставленная цель достигается путем решения ряда конкретных задач:

Обучающие:

- Формирование ценностно-смысловых ориентиров, позитивных жизненных установок.
- Изучение жизненных стратегий, выявление факторов эмоционального неблагополучия, профилактика суицидального поведения;
- Формирование конструктивных способов решения сложных жизненных ситуаций, адаптивных копинг-стратегий;

Развивающие:

- Развитие критического мышления, позволяющего противостоять негативному влиянию окружения и избегать опасных для жизни и здоровья ситуаций.

- Формирование стрессоустойчивости и адекватной самооценки как условие успешной социальной адаптации учащихся.
- Развитие навыков саморегуляции и самоконтроля, позволяющим грамотно проявлять свои эмоции и сдерживать агрессивные реакции.

Воспитательные:

- Воспитать чувство ответственности за личную безопасность и безопасность окружающих;
- Повышение социально-психологической компетентности родителей и педагогов;
- Формирование у родителей и педагогов навыков поддерживающего поведения.

1. 8 Структура занятий:

1 часть. Приветствие и планирование игр и упражнений, которым будет посвящено занятие. Установление эмоционально-позитивного контакта между участниками группы.

2 часть. Информационная. Беседа, раскрытие основных понятий, которым посвящено занятие. Раскрытие эффективных стратегий поведения.

3 часть. Практическая. Рассмотрение, обсуждение конкретных примеров. Отработка навыков эффективного выхода из смоделированных критических ситуаций.

4 часть. Закрепляющая. Практические упражнения, направленные на реализацию цели и задач занятия.

5 часть. Обобщающая. Подведение итогов занятия, закрепление позитивных впечатлений.

В связи с актуальностью данной программы и необходимостью реализации ее на базе всех ОУ района возможно проведение отдельных блоков занятий как самостоятельных подпрограмм, в том числе в каникулярное время в школьных лагерях (профилактическое занятие «Жизнь», ролевые игры «Один дома», «Один на улице», психологический час «Общаемся без конфликтов»).

1.9 Условия реализации программы

1. Учащиеся зачисляются в группу на основании заявления родителей/законных представителей и договора с образовательным учреждением (школой).
2. Списочный состав групп формируется в соответствии с технологическим регламентом и с учетом санитарных норм. Занятие проводится с целым классом или с группой от 9 до 15 человек, длительность 45 минут.
3. Программа строится с учетом индивидуально-психологических особенностей учащихся.
4. До начала занятий проводится ознакомление классных руководителей, социального педагога, школьного психолога с целью, задачами и формой проведения занятия. В конце каждого блока педагогам и родителям для самостоятельной работы выдаются специально разработанные наглядно-методические материалы с рекомендациями.
4. Занятия должны проводиться в активной форме, стимулирующей у детей интерес и желание участвовать в проводимых играх, упражнениях, обсуждении.
5. Важнейшим условием успешности проведения занятий является активное включение детей в работу на каждом этапе и присутствие на занятиях классных руководителей (обязательно) и родителей (по желанию).
6. В рамках программы предполагается проведение семинара для педагогов *«Направления работы педагога начальной школы по профилактике кризисных состояний у детей»* и тематического родительского собрания

« Роль семьи в профилактике негативных явлений среди детей»

Занятия проводятся один раз в неделю.

Программа рассчитана на 4 академических часа. Академический час для данной категории учащихся составляет 45 мин.

Занятие проводится 1 раз в неделю.

Количество учащихся в группе составляет – от 9 до 15 человек.

Программа может реализовываться индивидуально и (или) в групповой форме, аудиторно и (или) внеаудиторно (с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий).

1.10 Кадровое и материально-техническое обеспечение программы:

Программу реализует педагог-психолог.

Необходимым условием проведения занятий является наличие в школе специально оборудованных кабинетов: *Учебный мультимедиа-комплекс.*

1.11 Планируемые результаты

Ожидаемый результат по окончании курса программы заключается

Предметные:

- улучшение и стабилизация эмоционального состояния обучающихся;
- сформированность конструктивных способов решения сложных жизненных ситуаций, адаптивных копинг-стратегий.

Метапредметные:

- сформированность стрессоустойчивости и адекватной самооценки;
- повышение уровня социальной адаптации обучающихся.

Личностные:

- повышение чувства ответственности за личную безопасность и безопасность окружающих;

- повышение уровня социально-психологической компетентности родителей и педагогов;
- сформированность у родителей и педагогов навыков поддерживающего поведения.

II. Учебный план

N n/n	Название темы	Кол-во часов			Формы контроля
		всего	теория ауд/внеауд	практика ауд/внеауд	
1	«Жизнь» (изучение жизненных стратегий, выявление факторов эмоционального неблагополучия)	1	0.3	0.7	Наблюдение Рефлексия
2	«Общаемся без конфликтов» (эффективные стратегии поведения в конфликтных ситуациях)	1	0.3	0.7	Наблюдение Рефлексия
3	«Навыки саморегуляции» (обучение способам снятия эмоционального и мышечного напряжения)	1	0.3	0.7	Наблюдение Рефлексия
4	«Мое безопасное пространство» (основы безопасного поведения ребенка на улице и дома)	1	0.3	0.7	Рефлексия Анкетирование

III. Календарный учебный график:

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
2020	17/09/20	08/10/20	4	4	Еженедельно по четвергам с 13.00 до 17.00

IV. Оценочные и методические материалы.

Диагностическое обеспечение программы: основными способами получения сведений о благополучии учащихся являются: психологическое обследование, наблюдение, опрос, анализ документов.

Психологическое обследование

Методы исследования семейной ситуации (могут применяться не только психологом, но и классным руководителем, социальным работником, исключая проективные методики, используемые только специально подготовленным психологом):

Методы исследования межличностного общения

Значительную часть информации можно получить от преподавателей и классных руководителей. Такие сведения могут быть представлены в письменной или устной форме. Также материалы могут быть получены в процессе консультативной работы с родителями учащегося.

Наблюдение занимает ведущее место в арсенале методов, которые могут использоваться не только психологами, но и социальными педагогами, а также преподавателями. В педагогическом процессе наиболее удачным является стандартизированное наблюдение.

Опрос представляет собой метод, основанный на получении необходимой информации от самих обследуемых путем вопросов и ответов.

Беседа — вариант опроса, от опроса метод беседы отличается большей свободой проведения процедуры. Как правило, беседа проводится в непринужденной обстановке, а содержание вопросов изменяется в зависимости от ситуации и особенностей испытуемого.

Анализ документов позволяет получить дополнительную информацию. Речь идет о медицинской карте учащегося, личном деле, классном журнале, психологической карте, и т.д.

V. Список литературы, рекомендуемой для специалистов

1. Агрессия детей и подростков / Под ред. Н.М.Платоновой.- СПб, 2004.
2. Анцупов А.Я. Профилактика конфликтов в школьном коллективе. – М., 2004.
3. Антропов Ю.Ф. Невротическая депрессия у детей и подростков. - М, 2000.
4. Бардиер Г.Л. Азбука толерантности. – СПб, 2008.
5. Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности. – СПб., 2004.
6. Громов В.И., Васильев Г.А. Энциклопедия безопасности. – М., 2000.
- 7.Джоан Е. Дюррант Позитивная дисциплина: что это и как научиться применять ее.// Методическое пособие ООО «Фабрика рекламы», Мурманск, 2010.
8. Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. – СПб., 2005.

Список литературы, рекомендуемой для родителей

1. Бочарова О.Н. Позитивная дисциплина. Методические материалы по повышению психолого-педагогической компетентности родителей, воспитывающих ребенка с особыми нуждами. Мурманск, 2014.
2. Грецов А. Практическая психология для подростков и родителей. – СПб., 2006.
3. Духовная поддержка семей, столкнувшихся с неизлечимым заболеванием ребенка. СПб.: Типография Михаила Фурсова, 2016.
4. Ковалева О.В. Как вести себя в чрезвычайной обстановке. http://www.kovaleva.ru/articles/psihosom/psihosom_statya_9.shtml. 2003.
5. Щербинина Ю.В. Если ребенок – грубиян. Советы для взрослых по преодолению детской речевой агрессии. – М., 2006.
6. <http://uvdbal.tsr.ru/bezop/zob/htm>.