



МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ, НУЖДАЮЩИХСЯ В
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ
«ЦЕНТР ДИАГНОСТИКИ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ»

Рассмотрена
на заседании
педагогического
совета
Протокол № _____
от «__» _____ 2019

Согласована
Методистом
от _____
подпись _____

Утверждена
Директор МКОУ ДО ППМС
«Центр диагностики и
консультирования»
Приказ № _____
«__» _____ 2019

Рабочая программа
«ДРУЖНЫЙ КЛАСС»

Авторы: Тормосина Н.Г., Нарыжная Е.А.

Составитель: Клещина Е.К., социальный педагог

г. Людиново

2019 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Предлагаемая рабочая программа является программой дополнительного образования.

Актуальность и перспективность программы:

Положение человека в коллективе определяется не только его личностными особенностями характера, но и развитием коллектива в целом. Статус обучающегося оказывает сильнейшее влияние на все сферы жизни, а также на поведение и самосознание ребенка. От самооценки ребенка, сформированной в детстве, во многом зависит степень успешности его социальной реализации, благополучия в межличностных отношениях во взрослой жизни.

Для высокоразвитого коллектива характерно наличие высокого уровня сплоченности, что способствует установлению положительного психологического климата, доброжелательного фона взаимоотношений. Классному руководителю необходимо знать структуру межличностных отношений, чтобы уметь найти индивидуальный подход к каждому ребенку, беря во внимание его сильные и слабые стороны, а так же влиять на формирование и развитие сплоченного коллектива.

Данная программа ориентирована на создание условий для успешной социально-психологической адаптации учащихся.

Программа является модификацией программы «Дружный класс» апробированной на протяжении 12 лет в общеобразовательных учреждениях Московского района города Санкт-Петербурга.

Необходимость модификации авторской программы связана с задачей формирования толерантности к вновь прибывшим обучающимся, формированию адекватной самооценки, несоответствие авторской программы требованиям к рабочим программам Центра (отсутствие нормативно-правового и методического обоснования, не сформулированность целей и задач).

Авторская программа была модифицирована в части приведения ее к форме, утвержденной в Центре, наполнения упражнениями в соответствии с возрастными участниками, акцентирования на командообразование и корректировки сроков реализации.

Нормативно-правовые и методические основания программы:

НПА:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 29.07.2017) "Об образовании в Российской Федерации";

- Постановление Правительства РФ от 15.04.2014 N 295 (ред. от 31.03.2017) "Об утверждении государственной программы Российской Федерации "Развитие образования" на 2013 - 2020 годы".

Ключевыми стали следующие теоретические идеи и теории:

- теория формирования коллектива А.С.Макаренко;
- идея А.С. Макаренко о воспитании личности через деятельность.

Практическая направленность программы

Программа имеет социально-педагогическую направленность. Реализация данной рабочей программы будет способствовать решению проблемы отсутствия социализации вновь прибывших детей, будет способствовать повышению сплоченности класса и развитию толерантности к одноклассникам.

В работе использовались традиционные принципы групповых тренингов, способствующие включению детей в работу и развитию их коммуникативных навыков.

- *Принцип обратной связи.* В процессе занятий создаются условия, обеспечивающие готовность участников давать обратную связь другим участникам и ведущему, а также принимать ее.

- *Принцип самопознания.* В содержании занятий предусматриваются упражнения, помогающие самостоятельно познавать особенности своей личности. В процессе выполнения многих упражнений ребенок имеет возможность увидеть себя в разных ситуациях, когда от него требуется принятие определенного решения.

- *Принцип равноправного участия.* В соответствии с этим принципом создаются условия для равноправного межличностного общения участников на занятиях.

Цель программы

Создание благоприятных условий для формирования классного коллектива и развития терпимого и доброжелательного отношения учащихся к одноклассникам путем проведения тренинговых занятий в течении квартала (3-х месяцев).

Задачи программы

- Развивать следующие умения у обучающихся:

- ◆ Коммуникативные: доброжелательность, интерес и умение строить доверительные отношения друг с другом, эмоционально сопереживать однокласснику;

- ◆ сотрудничать и действовать сообща;

- ◆ согласовывать свои действия с другими и совместно решать поставленные задачи (командообразование);

- ◆ разрешать конфликтные ситуации;

- помочь сформировать адекватную самооценку обучающихся;

- помочь в формировании толерантного отношения друг к другу.

Адресат

Обучающиеся 5х-7х классов (11-14 лет).

Не допускается использование данной программы для группы обучающихся состоящих на различных видах учета (с целью недопущения их сплоченности и образования в дальнейшем ОПГ).

К участию в программе не допускаются обучающиеся, не имеющие письменного согласия от родителей или законных представителей ребенка.

Продолжительность программы:

3 месяца.

Форма реализации рабочей программы: групповая.

Количество запланированных занятий (встреч) - 10 занятий.

Продолжительность каждого занятия – 1 академический час.

Специалист, реализующий программу вправе незначительно изменить общее количество часов, временные границы каждого занятия и его содержание, т.к. они определяются возрастными, индивидуальными психофизиологическими особенностями участников.

Требования к результату усвоения программы

При условии успешной реализации данной рабочей программы будет наблюдаться следующая положительная динамика: обучающиеся в классе станут более сплоченными, доброжелательными друг к другу, будут иметь более адекватную самооценку, дети научатся терпимее относиться к другим, повысится желание общаться друг с другом. Однако, эффективность результатов будет зависеть от внутренней мотивации каждого участника и заинтересованности классного руководителя.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Наименование блоков (разделов)	Всего часов
1	Знакомство. Входная диагностика	1
2	Принятие правил работы в группе.	1
3	Привет, индивидуальность!	1
4	Я и другие	1
5	Мои сильные и слабые стороны.	1
6	Доверие в группе.	1
7	Доверие в группе (активные упражнения)	1
8	Мы разные, но мы вместе!	1
9	Формирование команды.	1
10	Подведение итогов. Обратная связь.	1
ИТОГО		10

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ

Содержательная часть занятий может незначительно изменяться в зависимости от эмоционального и психофизического состояния участников, их готовности к восприятию предлагаемого материала. Педагог оставляет за собой право сокращать предлагаемый материал и наоборот добавлять новую информацию.

№	Наименование блоков (разделов)	Цель занятия	Каткое содержание занятия
1	Знакомство. Входная диагностика	<p>Более углубленное знакомство участников между собой.</p> <p>Обучение способам расслабления, снятия напряжения.</p> <p>Проведение входной диагностики</p>	<p>1) Упражнение «Горячий воздушный шар» Цель: Обучение способам расслабления, снятия напряжения.</p> <p>2) Упражнение «Имена». Цель: это упражнение поможет участникам начать говорить о себе, а у ведущего будет возможность со всеми познакомиться.</p> <p>3) Входная диагностика – анкетирование. Анкета согласно Приложению 1. Обработка результатов. За ответ на каждый вопрос анкеты учащийся получает столько баллов, какой номер ответа он выбрал. Суммируют баллы по всем вопросам. <u>6 – 12 баллов</u> – обучающийся высоко оценивает психологический климат в классе. Ему нравятся люди, с которыми он учится. <u>13 – 18 баллов</u> – обучающемуся скорее безразличен психологический климат класса, у него, вероятно, есть другая группа, где общение для него значимо. 3) Более 19 баллов – обучающийся оценивает психологический климат в классе как очень плохой.</p>
2	Принятие правил работы в группе.	Установление правил работы в группе на весь период реализации программы.	<p>1) Мозговой штурм «Правила группы». Правила записываются на листе ватмана, который вывешивается во время всех последующих занятий класса.</p> <p>2) Игра "Снежный ком"- повторение и усвоение Правил.</p> <p>3) Рефлексия «Я желаю тебе завтра...»</p>
3	Привет, индивидуальность!	Ознакомление с особенностями телесного проявления чувств,	<p>1. Упражнение «Поздороваемся» Ведущий предлагает всем поздороваться за руку, но особенным образом.</p>

		создание положительного эмоционального настроения в классе/группе. Обучение навыкам определения и выражения различных чувств.	<p>2. Техники актерского мастерства Упражнение «Пропустите меня, я должна/должен видеть этого человека»</p> <p>3. Упражнение. «Скульптура» Каждому участнику предлагается «вылепить» из самого себя скульптуру под названием «БОДРОСТЬ», «УВЕРЕННОСТЬ», «ЖИЗНЕРАДОСТНОСТЬ».</p> <p>4/ Упражнение «Кто родился в мае?». Ведущий называет личностное качество или ситуацию и просит участников, к которым справедливо высказывание, выполнить определенные действия.</p> <p>5. Притча Каждый хорош на своём месте (Басня Сергея Шепеля) Про недовольные собой растения.</p> <p>6) Рефлексия «Я желаю тебе завтра...»</p>
4	Я и другие.	Снижение эмоционального и физического напряжения. Развитие наблюдательности, внимательности к окружающим. Создание атмосферы доверия и открытости в группе.	<p>1) Разминка. "Атомы". Участники произвольно двигаются по классу, по команде ведущего собираются в пары, по 3, по 4 и т.д.</p> <p>2) Упражнение «Интервью». Участники выбирают себе в пару человека, которого меньше всего знают. В течение 5 минут один берет интервью у другого, потом меняются.</p> <p>3) Игра «Что изменилось?»</p> <p>4) Упражнение «Держи ритм» Задача - Держать ритм песни. Начать петь вслух хором, по хлопку ведущего продолжить "про себя", по следующему хлопку - продолжить вслух.</p> <p>Рефлексия «Я желаю тебе завтра...»</p>
5	Мои сильные и слабые стороны.	Формирование адекватной самооценки, развитие самоанализа, навыков уверенного поведения.	<p>1) Анализ притчи «О двух лягушках». Рассказывается притча, потом идет обсуждение в классе в чем смысл.</p> <p>2) Упражнение «Черный и золотой стул». Участники садятся в круг. В центре круга стоят 2 стула: «черный» и «золотой». Каждый по очереди занимает сначала «черный» стул, потом «золотой». Потом обсуждение.</p> <p>3) Упражнение. «Копилка моих успехов, хороших поступков». Участникам предлагается мысленно вспомнить все хорошее, что они совершили за последнее время и записать</p>

			<p>3 самых важных. После каждый должен обязательно похвалить себя за них. Участники заполняют «Дневник достижений»</p> <p>4) Рефлексия «Я желаю тебе завтра...»</p>
6	Доверие в группе (1 занятие – в классе)	<p>Сплочение, навыки невербального общения. Развитие доверия, внимательности к другу, поддержки, доверие, заботы о ближнем.</p> <p>Тренировка невербального партнёрства.</p>	<p>1) Разминка «Времена года». Ребятам даётся задание выстроиться в линию по месяцам рождения, при этом не говоря ни слова.</p> <p>2) "СКВОЗЬ ИГОЛЬНОЕ УШКО" Участники стоят в кругу. На руку одного из игроков надевается обруч или резиновое кольцо-лента. Затем все участники берутся за руки. Задание: обруч (кольцо) передается по кругу, пока не вернется к исходной точке.</p> <p>3) Рефлексия «Я желаю тебе завтра...»</p>
7	Доверие в группе (2 занятие – в спортзале/ на улице)	<p>Развитие доверия, внимательности к другу, поддержки, доверие, заботы о ближнем.</p>	<p>1) Упражнение «Слепой и поводырь» В шеренге первый – «поводырь», остальным завязываются глаза, все берутся за руки. Задача пройти через препятствия.</p> <p>2) Упражнение «Паровоз». Класс делится на 2 подгруппы. 1-ая - поезд, 2-ая – деревья. Выбирается 1 участник – паровоз, остальные – вагоны. У «паровоза» глаза открыты, у «вагонов», прицепленных к нему – закрыты. «Паровоз» ведет «вагоны» через «лес». Потом роли меняются.</p> <p>3) Упражнение. «Что это такое?» Группа делится на команды. Каждой команде дают карточку, где дается задание «Постройте, используя всех игроков команды: квадрат; треугольник; круг; ромб; букву; птичий косяк и т. д.</p> <p>4) Рефлексия «Я желаю тебе завтра...»</p>
8	Мы разные, но мы вместе!	<p>Создание атмосферы психологической поддержки, принятия и значимости каждого члена группы. Принятие каждого участника группы. Формирование толерантного отношения.</p>	<p>1) Разминка «Радуга». По команде детям необходимо дотронуться до определенного цвета на другом участнике.</p> <p>2) Сказки о сплоченности и толерантности. «Сказка про веник», «Сказка о верблюде и лошади».</p> <p>3)</p> <p>4) Рефлексия «Я желаю тебе завтра...»</p>

9	Формирование команды.	Формирование сплоченности, доверия, команды	<p>1) Упражнение «Гусеница».</p> <p>2) Упражнение «Составь слово». В руках каждого участника карточка с 1 буквой. Задача каждого скооперироваться с другими и составить слова. Есть карточка «Джокер» для «новенького в классе», которая м.б. любой буквой.</p> <p>3) Упражнение «Картина двух художников» По парам – взяв 1 карандаш/мел на двоих рисуют картину(не переговариваясь)</p> <p>4) Рефлексия «Я желаю тебе завтра...»</p>
10	Подведение итогов. Обратная связь.	Получение положительных эмоций по завершению тренинга. Проведение выходного контроля.	<p>1) Разминка. «Только вместе» Участники стоят плотно спиной к спине и в такой позе пытаются сесть, встать и т.д.</p> <p>2) «Обратная связь». Участники заполняют анкеты согласно Приложению №2 по итогам проведения тренинга.</p> <p>3) Рефлексия «Дерево дружбы» К нарисованному на ватмане стволу дерева ребята приклеивают листочки со своим ФИО.</p> <p>4) Рефлексия «Комплимент». Каждый пишет комплимент, но не указывает, кому он адресован. Далее все комплименты складываются в коробку, перемешиваются, а том раздаются всем участникам.</p>

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**Цель программы:**

Создание благоприятных условий для формирования классного коллектива и развития терпимого и доброжелательного отношения учащихся к одноклассникам путем проведения тренинговых занятий в течении 2-х месяцев.

Категория обучающихся: обучающиеся 5 класса

Срок обучения: 2,5-3 месяца

Режим занятий: 1 раз в неделю (время по согласованию с ОУ).

№	Наименование блоков (разделов)	Всего часов	Планируемые сроки	Фактические сроки
1	Знакомство. Входная диагностика	1		
2	Принятие правил работы в группе.	1		
3	Привет, индивидуальность!	1		
4	Я и другие	1		
5	Мои сильные и слабые стороны.	1		
6	Доверие в группе.	1		
7	Доверие в группе (активные упражнения)	1		
8	Мы разные, но мы вместе!	1		
9	Формирование команды.	1		
10	Подведение итогов. Обратная связь.	1		
ИТОГО		10		

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНТЕРНЕТ РЕСУРСОВ

1. Абрамова, Г.С. Возрастная психология [Текст] / Г.С. Абрамова. - Москва, 1998. - 704 с.
2. Александровская, Э.М. Психологическое сопровождение школьников [Текст] / Э.М. Александровская, Н.И. Кокуркина, Н.В. Куренкова. - М.: Академия, 2002. - 208 с.
3. Анцупов, А.Я. Профилактика конфликтов в школьном коллективе [Текст] / А.Я. Анцупов. – М.: ВЛАДОС, 2003. - 208 с.
4. Байард, Р. Ваш беспокойный подросток [Текст] / Р.Байард. - Москва, 1991. - 224 с.
5. Вачков, И.В. Групповые методы в работе школьного психолога [Текст] / И.В.Вачков. - М.: «Ось – 89», 2002.- 223 с.
6. Витакер, Д. Группы как инструмент психологической помощи [Текст] / Д.Витакер. - М: Независимая фирма «Класс», 2000. - 430 с.
7. Гаджиева, Н.М. Основы самосовершенствования: тренинг самосознания [Текст] / Н.М. Гаджиева, Н.Н. Никитина, Н.В. Кислинская. - Екатеринбург, «Деловая книга», 1998. - 144 с.
8. Кипнис, М.Ш. 59 лучших игр и упражнений для развития управления коммуникациями: Тренируем общение, способность влиять и убеждать [Текст] / М.Ш. Кипнис. - Москва: Прайм-Еврознак, 2009.- 224 с.
9. Козлов, Н.И. Лучшие психологические игры и упражнения [Текст] / Н.И. Козлов. - Екатеринбург: АРД ЛТД, 1997. - 144 с.
10. Курбатов, В.И. Конфликтология [Текст] / В.И. Курбатов. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2005. - 445 с.
11. Прихожан, А.М. Психология неудачника: Тренинг уверенности в себе [Текст] / А.М. Прихожан. - М.: Творческий центр «Сфера», 2000. - 192с.
12. Сакович, Н.А. Игры в тигры. Сборник игр для работы с агрессивными детьми и подростками [Текст] / Н.А. Сакович. – СПб.: Речь, 2007. - 208с.
13. Солдатова, Г.У. Жить в мире с собой и другими: Тренинг толерантности для подростков [Текст] / Г.У. Солдатова, Л.А. Шайгерова, О.Д. Шарова. – М.: Генезис, 2000. - 112 с.
14. Фопель, К. «Сплоченность и толерантность в группе» / К. Фопель. - М.:«Генезис», 2002 - 336 с.
15. Гущина Т.Н. Я и мои ценности... Тренинговые занятия для развития социальных навыков у старшеклассников. – М., 2008.

АНКЕТЫ

1. С каким настроением ты обычно идёшь в школу?

- 1) всегда с хорошим
- 2) с хорошим чаще, чем с плохим
- 3) с равнодушием
- 4) с плохим чаще, чем с хорошим
- 5) всегда с плохим настроением

2. Нравятся ли тебе твои одноклассники?

- 1) нравятся
- 2) многие нравятся, некоторые – нет
- 3) безразличны
- 4) некоторые нравятся, не многие – нет
- 5) никто не нравится

3. Бывает ли у тебя желание перейти в другую школу?

- 1) никогда не бывает
- 2) редко бывает
- 3) мне всё равно, где учиться
- 4) часто бывает
- 5) думаю об этом постоянно

4. Устраивает ли тебя учёба в школе?

- 1) учёбой вполне доволен
- 2) скорее доволен, чем недоволен
- 3) учёба для меня безразлична
- 4) скорее недоволен, чем доволен
- 5) совершенно недоволен учёбой

5. Как, по твоему мнению, относится к вам классный руководитель?

- 1) очень хорошо
- 2) хорошо
- 3) безразлично
- 4) скорее недоволен
- 5) очень плохо

6. В какой форме обращаются к вам чаще учителя?

- 1) убеждают, советуют, вежливо просят
- 2) чаще в вежливой форме, иногда грубо
- 3) мне это безразлично
- 4) чаще в грубой форме, иногда вежливо
- 5) в грубой форме, унижающей достоинство

ПРИЛОЖЕНИЕ 2.

Анкета.

1. Как Вы оцениваете проведённый тренинг? (Обведите Ваш ответ: 1 – «плохо», 5 – «отлично»)

1 2 3 4 5

2. Что в тренинге Вам понравилось больше всего?

3. Что в тренинге Вам не понравилось?

4. Был ли тренинг полезным для Вас? (Обведите Ваш ответ)

ДА НЕТ

5. Чем тренинг был полезен?

6. Хотелось бы Вам в дальнейшем принимать участие в похожих тренингах? (Обведите Ваш ответ)

ДА НЕТ

7. Ваши пожелания ведущему тренинга.
