

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное  
учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 3  
имени Страховой З.Х.»**

**Рабочая программа  
кружка «Социальная адаптация»**

**Составитель: Шоричева Е.Н.,  
социальный педагог школы**

**«Согласовано»**

Зам. директора по ВР

---

Наумова Г. В.

30 августа 2023 г

**«Утверждаю»**

Директор МБОУ «СОШ №3  
им. Страховой З.Х.»

---

Т.И.Костельцева

30 августа 2023г.

**г. Донской  
2023 г.**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### 1. Основные характеристики программы:

В связи со сложившейся ситуацией в стране, ростом преступности и правонарушений, неумением найти себя в этой жизни, социальной дезадаптацией учащихся в течение последних десяти лет мы можем наблюдать усиление роли образовательных учреждений в решении насущных жизненных проблем ребенка. Среди них большое место занимают проблема установления контакта с другими людьми и проблема приспособления к условиям реальной действительности.

Программа рассчитана на 70 часов ( 2 часа в неделю)

#### **Цель программы:**

- создание условий для социальной адаптации учащихся через организацию системы дополнительных занятий с учащимися.

#### **Задачи программы:**

- предупреждение возникновения трудных жизненных ситуаций;
- развитие социального интеллекта;
- повышение сплоченности класса и поддержание положительного микроклимата в коллективе;
- определение социально-педагогических условий для позитивного общения в коллективе;
- моделирование жизненных ситуаций, проблемных вопросов в социально-педагогической деятельности учащихся;
- профилактика социальной дезадаптации учащихся.

#### **Функции программы:**

- диагностическая (уяснение проблем растущего ребенка в отношениях с средой);
- информационно - обобщающая (сбор и анализ полученных данных);
- проектировочно - конструктивная (моделирование ситуаций реальной жизни в социально-педагогической деятельности);
- организационно - преобразовательная (выявление и создание условий для успешной самореализации);
- координационно-коммуникативная (подготовка учащихся к позитивному взаимодействию с окружающими людьми);

#### **Ожидаемые результаты:**

- адекватное поведение в различных, жизненных ситуациях;
- предупреждение стрессовых состояний;
- практическое использование навыков конструктивного общения;
- высокий коэффициент индекса групповой сплоченности.

В течение всего срока реализации программы учащиеся овладевают комплексом поведенческих навыков, обеспечивающих способность к социально адекватному поведению, позволяющим человеку продуктивно взаимодействовать с окружающими и успешно справляться с требованиями и изменениями повседневной жизни.

#### **Среди навыков, необходимых человеку для успешной самореализации в обществе и адаптированной жизни выделяют:**

1) Навыки позитивного и конструктивного отношения к собственной личности. Эти навыки дают возможность адекватно оценивать себя, свои способности и возможности. Они являются базой для формирования чувства собственного достоинства.

2) Навыки позитивного общения.

Эти навыки помогают устанавливать и поддерживать дружеские взаимоотношения, добрые отношения в семье.

3) Навыки самооценки и понимания других.

Эти навыки помогают правильно вести себя в ситуации общения и взаимодействия с различными людьми.

4) Навыки управления эмоциями и эмоциональными состояниями.

Эти навыки помогают адекватно реагировать на собственные эмоции и эмоции других людей.

5) Навыки адекватного поведения в стрессовых ситуациях.

6) Навыки продуктивного взаимодействия.

Эти навыки позволяют при минимальном количестве эмоциональных затрат достигать в процессе общения значительных результатов.

7) Навыки самостоятельного принятия решений.

Человек, обладающий данным навыком, умеет учитывать различные мнения и прогнозировать то, как его мнения могут менять ситуации и влиять на конкретных людей.

8) Навыки решения проблемных ситуаций.

Владение этим навыком позволяет человеку грамотно и уверенно вести себя в трудных жизненных ситуациях.

9) Навыки работы с информацией.

10) Навыки творчества.

Эти навыки позволяют человеку свободно и легко ориентироваться в постоянно меняющейся жизненной ситуации. Позволят человеку нестандартно, творчески решать различные задачи в любом виде деятельности, опираясь на свой жизненный опыт и новую информацию, полученную в процессе познавательной деятельности. В данной программе все указанные виды навыков прививаются на различных этапах занятий, так как они способствуют овладению и развитию способностей, которые могут привести к здоровому образу жизни, позитивным межличностным отношениям и умению нести ответственность за свои действия. Программа рассчитана на учащихся с различной базовой подготовкой и уровнем интеллекта, что позволяет охватить всех желающих учащихся школы. Занятия проводятся во внеурочное время в течение одного академического часа, педагогом используются комбинированные формы работы: изучение нового материала- его закрепление через участие в социально-педагогических играх и тренингах. После каждого этапа проводится обобщающее занятие, позволяющее учащимся систематизировать и закрепить знания, умения и навыки, полученные на занятиях. Затем проводится адаптационная игра, позволяющая проверить результативность и эффективность применяемых методов работы. Проводятся деловые игры, конференции, диспуты.

В качестве методов диагностики результатов реализации каждого этапа программы используются различные социально-психолого-педагогические методики, такие как анкетирование, тестирование, сочинение по личным впечатлениям, ранжирование знаний, работа с понятийным аппаратом, наблюдение (поведение в импровизированных ситуациях) и т. п.

### **Содержание и методическое обеспечение социально-педагогической программы «Мы вместе»**

Программа представлена 6 различными направлениями, составленными в соответствии с возрастными группами и тематическими профилями. Первый раздел направлен на обучение детей навыкам позитивного общения, понимания личности другого человека, приемам активного слушания, развитие способности творчески решать любые задачи в любом виде

деятельности, умение использовать информацию любого типа и работать с различными источниками информации.

**Курс «Путешествие в мир общения» ( 8 ч.)** дает учащимся представление о дружбе, о правилах совместной деятельности людей, о способах решения спорных вопросов, зависимости настроения от состояния человека и способах его улучшения, сострадании и формах его проявления, великом значении добрых слов в жизни человека.

**Курс «Ваши права» (6 ч.)** помогает учащимся узнать свои права, применять и анализировать полученную информацию, проводить параллельные ассоциации нарушения прав в произведениях устного народного творчества, работать со словарем и документами, нормативными актами, результаты эффективности курса выявляются в ходе проведения инсценировки произведений, где нарушаются права главных героев.

**Курс «Мы живем среди людей» ( 8ч.)** направлен на социальную адаптацию учащихся в микросреде, то есть в ближайшем окружении ребенка, которым являются семья, класс, друзья, близкие родственники. Рассматриваются вопросы ценности жизни, внимательное и теплое отношение к бабушкам и дедушкам, заботливое отношение к инвалидам и болеющим родственникам, умение жить с соседями без ссор и конфликтов, помочь школьникам разобраться в негативном влиянии сплетен и сквернословия на взаимоотношения в кругу сверстников.

**Курс «Жить в мире с собой и с другими» (16ч.)** дает учащимся представление о таком понятии, как толерантность, границы толерантности. Дает понимание , что главное в жизни – семья. Терпимость в семье, уважение, взаимовыручка, как главный фактор сплоченности всех членов семьи. Направлен на формирование навыков эффективного общения, безконфликтного общения. Умение конструктивно решать конфликтные ситуации.

**Курс «Полезные и вредные привычки» (16ч.)** позволит детям сделать правильный выбор и проанализировать влияние негативных привычек, от которых зависит личность. Учащиеся приобретут навыки адекватного поведения в стрессовых ситуациях, решать сложный вопрос выбора в нестандартных, жизненных ситуациях. Понимание, какие опасности могут подстерегать в компьютерных сетях и как их избежать. Приобщение учащихся к достижениям цивилизаций, помогающим человеку свободно общаться даже на расстоянии и получать удовлетворение от волшебного мира и результатов технического прогресса. Альтернативой вредным привычкам предлагается занятие спортом, увлечение любимым делом, участие в жизни семьи, школы и класса. Форма эффективности курса – изготовление коллажа «Я и мое будущее».

**Курс «Личность. Семья. Общество» (12 ч.)** поможет учащимся в познании своей сущности, социализация личности через объяснение социальных ролей и статусов личности, формирование мотивов выбора профессии, представление о современной семье и ее функциях в современном обществе, конструктивное решение конфликтов и получение навыков рефлексивного слушания - вот неполный перечень вопросов, освещаемых в данном курсе.

Принимая участие в данной программе, учащиеся не только приобретают жизненно важные навыки, но и раскрывают в себе чувство милосердия и эмпатии. Педагог создает для учащихся благоприятные условия для успешной самореализации и творческой активности личности, используя внутренние ресурсы ребенка с учетом полученных знаний, умений и навыков. Конструктивные навыки общения, выход из конфликтных ситуаций, развитие социальной восприимчивости, четкое осознание собственной значимости в обществе - вот далеко не полный перечень тех значимых навыков, благодаря которым человек будет осознанно относиться к себе, анализировать свои поступки с учетом предъявляемых к ним социально-культурных требований.

**Тематический план программы:**

<b>№ раздела</b>	<b>Раздел, количество занятий, контроль</b>	<b>Темы</b>	<b>Кол-во часов</b>
I.	«Путешествие в мир общения» 8 занятия	1. Знакомство. Мы вместе. Настроение. Язык жестов. Мимика.	2
		2. Учимся работать дружно. Игры на сплочение.	2
		3. Как понимать друг друга без слов. Доброе слово и кошке приятно. Игры «Комплимент», «Зеркало».	2
		4. Мы поссоримся и помиримся... Занятие с элементами социально-психологического тренинга.	2
II.	«Ваши права» 6 занятия	1. Игра – викторина «Знаете ли вы свои права?»	2
		2. Знакомство с Конвенцией по правам ребенка (круглый стол).	2
		3. Инсценировка произведений, где нарушаются права главных героев. Игра-путешествие.	2
III.	«Мы живем среди людей» (развитие социального интеллекта) 8 занятия	1. Нравственные ценности.	2
		2. «Дом, в котором мы живем». Обязанности по дому, социальные роли в семье.	2
		3. Круглый стол «Человек среди людей».	2
		4. Одноклассники и одноклассницы.	2
IV.	«Жить в мире с собой и с другими» 16 занятий	1. Толерантность - что это?	2
		2. Толерантная личность. Просмотр видеоролика «Толерантность нашими глазами» с дальнейшим его обсуждением	2
		3. Толерантное общество. Толерантность к другим. Границы толерантности. Круглый стол	2
		4. «Главная ценность в жизни – семья». Терпимость в семье, как главный фактор сплоченности всех членов семьи. Игры на развитие коммуникативных навыков.	2

		5. Работа над изготовлением плакатов «Толерантность вокруг нас».	2
		6. Понимание как залог эффективного общения. Игры на сплочение.	2
		7. Дискуссия «Конфликты в жизни подростков»	2
		8. Конфликт и способ его разрешения. Социально-психологический тренинг «Я говорю - НЕТ»	2
VI.	«Мы выбираем ЖИЗНЬ!» (полезные и вредные привычки) 16 занятий	1. Полезные и вредные привычки в жизни человека. Просмотр презентаций с дальнейшим ее обсуждением.	2
		2. Подросток и сигарета.	2
		3. Губительный зеленый змий.	2
		4. Мы скажем нет наркотикам.	2
		5. В здоровом теле здоровый дух. Конкурс рисунков «Я выбираю - ЖИЗНЬ».	2
		6. В мире увлечений. Просмотр презентаций ребят с последующим обсуждением.	2
		7. Диспут «Живущие в сети». Компьютерные сети: какие опасности нас могут подстергать и как их избежать. Компьютерные игры: за или против?	2
		8. Коллаж «Я и мое будущее».	2
VII.	«Личность. Семья. Общество» 12 занятий	1. Кто я? Личность в обществе.	2
		2. Представление о семье. Семья в современном обществе.	2
		3. Диспут «Успех в жизни» (жизненные ценности и приоритеты).	2
		4. Выбор профессии - это важно.	2
		5. «Все профессии нужны, все профессии важны». Просмотр презентаций, подготовленных ребятами и дальнейшее их обсуждение.	2
		6. Проявления дружбы и любви. Психология общения (занятие с элементами социально-психологического тренинга).	2
VIII.	Итоговое занятие 4	Заключительное занятие «Чему мы научились за	4

		«Этот год?» Круглый стол. (Чаепитие)	
			70

### Тематическое планирование

№ раздела	Темы	Кол-во часов
I.	1. Знакомство. Мы вместе. Настроение. Язык жестов. Мимика.	2
	2. Учимся работать дружно. Игры на сплочение.	2
	3. Как понимать друг друга без слов. Доброе слово и кошке приятно. Игры «Комплимент», «Зеркало».	2
	4. Мы поссоримся и помиримся... Занятие с элементами социально-психологического тренинга.	2
II.	1. Игра – викторина «Знаете ли вы свои права?»	2
	2. Знакомство с Конвенцией по правам ребенка (круглый стол).	2
	3. Инсценировка произведений, где нарушаются права главных героев. Игра-путешествие.	2
III.	1. Нравственные ценности.	2
	2. «Дом, в котором мы живем». Обязанности по дому, социальные роли в семье.	2
	3. Круглый стол «Человек среди людей».	2
	4. Одноклассники и одноклассницы.	2
IV.	1. Толерантность - что это?	2
	2. Толерантная личность. Просмотр видеоролика «Толерантность нашими глазами» с дальнейшим его обсуждением	2
	3. Толерантное общество. Толерантность к другим. Границы толерантности. Круглый стол	2
	4. «Главная ценность в жизни – семья». Терпимость	2

	в семье, как главный фактор сплоченности всех членов семьи. Игры на развитие коммуникативных навыков.	
	5. Работа над изготовлением плакатов «Толерантность вокруг нас».	2
	6. Понимание как залог эффективного общения. Игры на сплочение.	2
	7. Дискуссия «Конфликты в жизни подростков»	2
	8. Конфликт и способ его разрешения. Социально-психологический тренинг «Я говорю - НЕТ»	2
VI.	1. Полезные и вредные привычки в жизни человека. Просмотр презентаций с дальнейшим ее обсуждением.	2
	2. Подросток и сигарета.	2
	3. Губительный зеленый змей.	2
	4. Мы скажем нет наркотикам.	2
	5. В здоровом теле здоровый дух. Конкурс рисунков « Я выбираю - ЖИЗНЬ».	2
	6. В мире увлечений. Просмотр презентаций ребят с последующим обсуждением.	2
	7. Диспут «Живущие в сети». Компьютерные сети: какие опасности нас могут подстерегать и как их избежать. Компьютерные игры: за или против?	2
	8. Коллаж «Я и мое будущее».	2
VII.	1. Кто я? Личность в обществе.	2
	2. Представление о семье. Семья в современном обществе.	2
	3. Диспут «Успех в жизни» (жизненные ценности и приоритеты).	2
	4. Выбор профессии - это важно.	2
	5. «Все профессии нужны, все профессии важны». Просмотр презентаций, подготовленных ребятами и дальнейшее их обсуждение.	2
	6. Проявления дружбы и любви. Психология	2



	общения (занятие с элементами социально-психологического тренинга).	
VIII.	Заключительное занятие «Чему мы научились за этот год?» Круглый стол. (Чаепитие)	4
		70