

Департамент образования администрации Города Томска
Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования
Дом детства и юношества «Факел» г. Томска

Программа принята
на педагогическом совете
протокол №1
от «29» августа 2025 г.

Утверждена приказом №237
от 01.09.2025г.по МАОУ ДО ДДиЮ
«Факел»
Директор _____ Е. Ф. Акимова

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«НЕТ, - КОНФЛИКТАМ!»**

Вид программы: модифицированная
Направленность: социально-гуманитарная
Возраст обучающихся: 12-17 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Дудко Екатерина Анатольевна,
педагог-психолог,
педагог дополнительного образования

Томск, 2025 год

Характеристика образовательной программы

Название программы – дополнительная общеразвивающая программа «Нет, - конфликтам!»

Возраст обучающихся – 12-17 лет (средний и старший школьный возраст)

Срок реализации – 1 год обучения

Направленность программы – социально-гуманитарная

Вид программы – интегрированная

Тип программы - адаптированная (модифицированная)

По форме организации содержания и процесса педагогической деятельности - интегрированная программа

По уровню освоения – ознакомительная

Тип программы по уровню содержания – основное образование

Режим работы 1 час в неделю. Продолжительность занятий 40 мин.

Нормативно-правовая база

Нормативные документы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 21.07.2014) «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»
3. Конвенция ООН «О правах ребенка» от 20.11.1989.
4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 гг.
5. Постановление Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. N 1642 об утверждении Государственной Программы Российской Федерации «Развитие образования».
6. Федеральные проекты «Успех каждого ребенка» и «Учитель будущего», утвержденные протоколом заседания Проектного комитета по Национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. №3.
7. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»
8. Приложение №1 Письма Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»
9. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3648-20-

«Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

10. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

11. Региональный приоритетный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный Протоколом заседания Совета при Губернаторе Томской области по стратегическому развитию и приоритетным проектам от 10.07.2019 Мо СЖ-Пр-1482.

12. Устав МАОУ ДО ДДИЮ «ФАКЕЛ»

13. Локальные акты учреждения

Опыт коллег:

- Подколзиной Л. Г. «Программа этюдов "Зеркало" по профилактике конфликтов среди учащихся в полиэтнической школе»;
- Майоровой А.А. «Программа по профилактике конфликтов среди подростков «Я здесь самый главный».

Содержание

Раздел 1. Пояснительная записка.....	3
Раздел 3. Содержание программы.....	7
Раздел 2. Учебно-тематический план (календарно-тематический план).....	11
Раздел 4. Предполагаемые результаты реализации программы.....	12
Раздел 5. Материально-техническое, учебно-методическое оснащение.....	13
Список литературы.....	14
Приложения.....	16

Пояснительная записка

Конфликты являются естественной частью нашей жизни. В некоторой мере они даже необходимы для развития ситуаций и отношений, для роста личности. Однако, чаще всего, конфликтная ситуация переживается как серьезная неприятность.

Любые изменения в школьном коллективе, противоречивые ситуации, личностные и учебные отношения между людьми нередко порождают конфликтные ситуации, которые субъективно сопровождаются серьезными психологическими переживаниями.

Конфликт — явление, возникающее в результате столкновения противоположных действий, взглядов, интересов, стремлений, планов различных людей или мотивов, потребностей одного человека (в последнем случае говорится о внутреннем конфликте). Конфликты играют важную роль в жизни отдельного человека, развитии семьи, жизнедеятельности школы, любой организации, государства, общества и человечества в целом.

Ключевая роль в формировании у человека умения в общении с другими людьми принадлежит школе. И первый осознанный опыт поведения в конфликтных ситуациях чаще всего дети получают именно в образовательном учреждении. Опыт показывает, что межличностные и межгрупповые конфликты негативно сказываются на всех процессах жизнедеятельности школы. Конфликты между учениками отрицательно влияют как на самих конфликтующих, так и на весь класс. Конфликты между учителем и учеником оказывают деструктивное воздействие на результативность обучения и воспитания в целом.

Актуальность представляемой образовательной программы определяется запросом со стороны администрации образовательных учреждений, педагогов и родителей на программы, направленные на профилактику конфликтов среди учащихся и сплочение детского коллектива.

Программа «Нет», - конфликтам!» направлена на формирование навыков социально приемлемого проявления агрессии и сплочение коллектива подростков 12-17 лет через осознание своих индивидуальных особенностей, получение необходимых знаний об агрессии и конфликтах, отработку навыков преодоления стресса, навыков дискуссии и умения распознать мотивы поведения возможных оппонентов.

Заниматься своевременной профилактикой конфликтов в школьных коллективах крайне необходимо. Во-первых, это будет способствовать повышению качества учебного процесса. Во-вторых, конфликты оказывают заметное отрицательное влияние на психическое состояние и настроение конфликтующих. В-третьих, именно в школе у ребенка, подростка формируются навыки разрешения противоречий и межличностном взаимодействии, которые случаются в жизни любого человека. Создание в школе системы профилактики конфликтов намного улучшает качество воспитательного процесса.

С обыденной точки зрения, конфликт ассоциируется с агрессией, глубокими эмоциями, спорами, угрозами, враждебностью и т.п. Существует мнение, что конфликт - явление всегда нежелательное и его необходимо избегать. Однако, современная психология, позволяет рассматривать конфликт как способ развития организации, группы и отдельной личности, выделяя в противоречивости конфликтных ситуаций позитивные моменты, связанные с развитием и субъективным осмыслением жизненных ситуаций. Именно поэтому, понимая неизбежность конфликтов, необходимость их регулирования, движущую силу, а также то, что их легче предупредить, чем «лечить», данная программа актуальна и востребована в настоящее время.

Новизна программы заключается в том, что она выстроена в таком русле, которое предполагает постоянный переход от объяснительно-иллюстративного обучения к проблемно-поисковому, коммуникативному и имитационно-ролевому обучению, где слышны и учитываются мнения каждого подростка. Ее содержание позволяет не только формировать социальную адаптацию, повышать уровень готовности обучающихся к взаимодействию с различными областями современной социальной жизни, но и справляться с основными возрастными особенностями и трудностями подросткового периода, который не зря считается самым конфликтным.

В подростковый период происходит переоценка ценностей, осознание себя как личности, формируются собственные взгляды на жизнь. Повзрослевший ребенок начинает бороться за свою свободу с помощью скандалов, сигарет, алкоголя, уходов из дома. Подростку, переживающему один из самых сложных и острых возрастных кризисов, свойственен и внутриличностный конфликт, к которому приводят споры с самим собой, самопознание, самоутверждение и самореализация. Внутриличностный конфликт может возникнуть при низкой удовлетворенности жизнью, друзьями, учебой, отношениями со сверстниками, малой уверенностью в себе и близких людях, из-за стрессов.

Педагогическая целесообразность дополнительной общеразвивающей программы «Нет – конфликтам!» определяется социальной значимостью и запросом общеобразовательных учреждений г. Томска.

Благодаря постоянному переходу на занятиях от объяснительно-иллюстративных методов к проблемным и частично поисковым, происходит наиболее успешное приобретение учащимися новых эффективных способов разрешения конфликтных и стрессовых ситуаций. Систематическое решение развивающих и воспитательных задач позволяет учащимся продуктивно осуществлять взаимодействие с родителями, педагогами и сверстниками.

Для успешного формирования навыков социально приемлемого проявления агрессии программа реализуется в соответствии с **принципами**:

1. Индивидуализация (построение образовательной деятельности на основе индивидуального подхода к каждому ребенку).
2. Признание ребенка полноценным участником образовательных отношений (бережное отношение к личности ребенка, уважение и доверие к ребенку, оптимистический подход к нему).

3. Поддержка инициативы детей в различных видах деятельности.
4. Формирование познавательных интересов и познавательных действий ребенка в различных видах деятельности.
5. Возрастная адекватность обучения (соответствие условий, требований, методов возрасту и особенностям развития).
6. Принцип занимательности – изучаемый материал должен быть интересным, увлекательным для детей, этот принцип формирует у детей желание выполнять предлагаемые виды занятий, стремиться к достижению результата.

Цель программы – формирование навыков социально приемлемого проявления агрессии.

Задачи:

1. Формирование личностных УУД:

- позитивного отношения к агрессивно настроенным оппонентам;
- доверия к другим людям;
- доброжелательности и эмоциональной отзывчивости;

2. Формирование познавательных УУД:

- творческой активности в получении знаний о конфликте, причинах его возникновения;
- компетенцию в принципах бесконфликтного общения;
- целеустремлённости, высокую мотивации при исследовании видов агрессии и способов управления ею.

3. Формирование регулятивных УУД:

- планирования последовательности действий при решении конфликтных, противоречивых ситуаций;
- умения предвосхищать результат своих действия и поведения других людей;
- осознания учащимся качества и уровня усвоения материала;
- саморегуляции своего эмоционального состояния как способности к мобилизации сил и энергии и к преодолению препятствий;

4. Формирование коммуникативных УУД:

- адекватного использования речевых средств для дискуссии и аргументации своей позиции;
- интереса к чужому мнению и умения высказывать своё;
- умения аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию невраждебным для оппонентов образом;
- умения разрешения конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация.

Отличительной особенностью дополнительной общеразвивающей программы «Нет – конфликтам!» от уже существующих в этой области, является системный подход к профилактике конфликтного поведения среди учащихся основной школы. Программа ориентирована на применение широкого комплекса практических занятий, тренингов, упражнений по психологии общения. В структуры программы входят 3 образовательных блока: «Понимание себя», «Понимание конфликта», «Разрешение конфликтных ситуаций», каждый из которых ориентирован на определенные образовательные области. Все образовательные блоки предусматривают не только усвоение теоретических знаний, но и формирование деятельностно-практического опыта. Практические задания способствуют развитию у детей эмпатии, терпимости, контроля своего эмоционального состояния.

Возраст детей, участвующих в реализации программы, от 12 до 17 лет, в независимости от пола.

Условия набора детей в коллектив: по направлению классного руководителя, заместителя директора по воспитательной работе, директора ОУ, а также все желающие (не имеющие медицинских противопоказаний).

Наполняемость в группах определяется в соответствии с уставом учреждения, санитарно-гигиеническими требованиями к данному виду деятельности и не превышает 15 человек.

Предполагаемый состав групп. Программа предназначена для подростков одного возрастного периода, в редких случаях допускается формирование разновозрастных групп. Это связано с тем, что подростковый период оценивается как трудный, критический и скачкообразный, что обуславливает значительную разницу в самосознании, развитии познавательных способностей детей разного возраста.

Д. Б. Эльконин (1971) выделяет в подростковом возрасте два периода: младший подростковый возраст (12—14 лет), в котором ведущей деятельностью является интимно-личностное общение со сверстниками, и старший подростковый возраст, или раннюю юность (15—17 лет), где ведущей является учебно-профессиональная деятельность (овладение системой научных понятий в контексте предварительного профессионального самоопределения).

Возрастные кризисы в 12 и 15 лет связаны с формированием самосознания личности, принципиально меняющим характер её развития: от развития «по социальному проекту» подросток переходит к саморазвитию. Это кардинальным образом меняет характер учебной деятельности и социальную ситуацию развития — систему значимых социальных и межличностных отношений подростка.

Сроки реализации программы.

Программа рассчитана на один год, 36 часов в год, 1 час в неделю.

Форма занятий

- по количеству учащихся на занятии, — *коллективная* (фронтальная работа педагога сразу со всей группой в едином темпе и с общими задачами), дифференцированно-групповая (временные группы объединяют учащихся с одинаковыми учебными возможностями и уровнем сформированности учебных умений и навыков);

- по особенностям коммуникативного взаимодействия педагога и детей — *занятие, тренинг, урок-деловая игра, урок-ролевая игра, викторина, дискуссия, просмотр тематического фильма с обсуждением.*
- по дидактической цели — *вводное занятие, практическое занятие, занятие по систематизации и обобщению знаний, комбинированные формы занятий.*

Методы практической работы на занятиях

1. Метод упражнения:

- тренинг, коммуникативные упражнения;

2. Словесные методы обучения:

- мини – лекция;
- беседа;
- диалог;
- консультация;

3. Метод наблюдения:

- запись наблюдений;
- зарисовка, рисунки;

4. Проектно – конструкторский метод:

- построение гипотез;
- моделирование ситуаций;
- создание новых способов решения задачи;

5. Метод игры:

- ролевые игры;
- деловые игры;
- подвижные и познавательные игры;

6. Наглядный метод:

- наглядные материалы: схемы, таблицы, плакаты, рисунки.

7. Психологические методы:

- создание и решение различных ситуаций.

Режим занятий:

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу, т.е. 1 час в неделю (36 часов в год).

Продолжительность учебного часа (45 мин.)

При необходимости, для более эффективной работы, группа делится на подгруппы.

Ожидаемые результаты

Личностные результаты:

- позитивное отношение к агрессивно настроенным оппонентам;
- доверие к другим людям;
- доброжелательность и эмоциональная отзывчивость;

Метапредметные результаты:

- активность в получении знаний о конфликте;
- компетенция в бесконфликтном общении;
- высокая мотивация управления агрессией;
- предвосхищение результатов своих действий и поведения других людей;
- саморегуляция своего эмоционального состояния;
- адекватное использование речевых средств для аргументации своей позиции;
- умение аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию невраждебным для оппонентов образом;
- умение разрешения конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;

Предметные результаты:

- сформированность знаний о видах и причинах конфликта;
- сформированность знаний о принципах управления конфликтной ситуацией.

Мониторинг результативности освоения программы

В соответствии с требованиями ФГОС, задачами и содержанием дополнительной развивающей программы «Нет – конфликтам!» разработана система оценки метапредметных и личностных достижений учащихся. Результативность работы системы внеурочной деятельности определяется через анкетирование обучающихся, самоанализ, самооценку, наблюдение.

Для отслеживания индивидуальных достижений каждого подростка в качестве целевого ориентира выступает модель выпускника. Под моделью выпускника понимается предполагаемый результат образовательной деятельности, которого должен достичь подросток в ходе обучения. Оценка динамики развития качеств, предпосылок учебной деятельности, обеспечивающих социальную успешность, осуществляется при помощи набора диагностических методик.

Целью мониторинговых исследований является создание системы организации, сбора, обработки и распространения информации, отражающей результативность внеурочной деятельности по следующим критериям:

- рост социальной активности обучающихся;
- уровень достижения обучающимися таких образовательных результатов, как сформированность коммуникативных компетентностей, организационных способностей;
- качественное изменение в личностном развитии.

Результаты выполнения программы отслеживаются и оцениваются с помощью первичной и итоговой (конец учебного года) аттестации. Формы аттестации многообразны и зависят от специфики группы и индивидуальных особенностей обучающихся: обратная связь, заинтересованность на участие в

тренинге, эмоциональная включенность и пр. По окончании программы, совместно с классным руководителем разрабатывается совместный план дальнейшего взаимодействия с классом.

Способы достижения результата

<i>Уровень результатов</i>	<i>Преимущественные формы достижения результата</i>
1. Личностные результаты	Тренинг, ролевая игра. Познавательные беседы. Этическая беседа Социально-моделирующая игра. Просмотр фильма с обсуждением.
2. Метапредметные результаты	Тренинг, ролевая игра. Дебаты, тематический диспут. Проблемно-ценностная дискуссия с участием внешних экспертов. Викторины, познавательные игры.

Способами определения результативности программы «Нет – конфликтам!» являются:

- психолого-педагогическое наблюдение;
- анализ диагностических и проективных методик:
- «Человек под дождем» (цель – определение способности преодолевать неблагоприятные ситуации);
- Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса (цель-изучение уровня и характера тревожности, связанного со школой);
- *социометрические методики* (определение социально-психологических отношений в группе);
- опросник уровня агрессивности Басса-Дарки.

В начале года диагностические и проективные методики позволяют выявить и измерить уровень социальной активности обучающихся, наличие школьной тревожности и уровня агрессии, а также способности преодолевать неблагоприятные ситуации. В конце года с помощью мониторинга определяется динамика.

Условия реализации программы

Программа предназначена для подростков 12- 17 лет, и рассчитана на 1 учебный год.

Профилактическая работа по данной программе может проводиться как с классным коллективом в полном объеме, так и с малыми группами (деление класса на подгруппы; работа с группой риска, в которую входят учащиеся разных классов или разных ОУ). Число обучающихся в группе связано с особенностями материально-технической базы учреждения образования.

Учебные занятия проходят в традиционных и нетрадиционных формах. В зависимости от решаемых задач работа с учащимися ведется фронтально, в малых группах и индивидуально.

Каждое учебное занятие имеет цель, конкретное содержание, определенные методы организации учебно-педагогической деятельности.

Построение учебного занятия осуществляется по определенной логике, зависящей от его цели и типа. Основной формой проведения занятий является – тренинг, продолжительность каждого занятия - 1 час.

Образовательная программа «Нет – конфликтам!» состоит из трех блоков:

1.Раздел «Понимание себя» (состоит из 13 занятий).

2. Раздел «Понимание конфликта» (состоит из 14 занятий).

3. Раздел «Разрешение конфликтных ситуаций» (состоит из 8 занятий).

Разделы программы выстроены таким образом, что начальные этапы работы помогают осознать ребенку его личные качества и особенности, разобраться в себе, удовлетворяя потребность в самоопределении. Только после этого он получает информацию о том, что такое агрессия, конфликт, каковы их причины, какие существуют способы выхода из конфликтных ситуаций, какую пользу он может получить от конфликта.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Темы	Всего часов	В том числе	
			теори я	практик а
1.	Вводное занятие.	1	0,5	0,5
I. раздел «Понимание себя»				
2.	Тема 1.1: «Кто я? Кто ты?»	1	0,5	0,5
3.	Тема 1.2: «Наши чувства»	1	0,5	0,5
4.	Тема 1.3: «Ценность моей и твоей личности»	1	0,5	0,5
5.	Тема 1.4: «Я - социальное существо»	1	0,5	0,5
6.	Тема 1.5: «Принимаю себя и тебя как личность»	1	0,5	0,5
7.	Тема 1.6: «Такие разные девушки и юноши»	1	0,5	0,5
8.	Тема 1.7: «Это - мое мнение»	1	0,5	0,5
9.	Тема 1.8: «Забота о себе»	1	0,5	0,5
10.	Тема 1.9: «Личностные кризисы»	1	0,5	0,5
11.	Тема 1.10: «Стрессовая ситуация»	1	0,5	0,5
12.	Тема 1.11: «Преодоление стрессовых ситуаций»	1	0,5	0,5
13.	Тема 1.12: «Достигаем цели»	1	0,5	0,5
14.	Тема 1.13: «Мораль, нравственность, смысл жизни»	1	0,5	0,5
II. раздел «Понимание конфликта»				
15.	Тема 2.1: «Что такое конфликт?»	1	0,5	0,5
16.	Тема 2.2: «Причины конфликтов между людьми»	1	0,5	0,5
17.	Тема 2.3: «Полезен» или «вреден» конфликт?»	1	0,5	0,5
18.	Тема 2.4: «Принципы управления конфликтом»	1	0,5	0,5
19.	Тема 2.5: «Стратегии поведения в конфликтной ситуации»	1	0,5	0,5
20.	Тема 2.6: «Вопросные технологии»	1	0,5	0,5

21.	Тема 2.7: «Эффективное использование критики»	1	0,5	0,5
22.	Тема 2.8: «Компромисс»	1	0,5	0,5
23.	Тема 2.9: «Гибкость в конфликтных ситуациях»	1	0,5	0,5
24.	Тема 2.10: «Эффективная работа с претензиями»	1	0,5	0,5
25.	Тема 2.11: «Диалог с агрессивными оппонентами»	1	0,5	0,5
26.	Тема 2.12: «Аргументирование своей точки зрения»	1	0,5	0,5
27.	Тема 2.13: «Учимся извиняться»	1	0,5	0,5
III. раздел «Разрешение конфликтных ситуаций»				
28.	Тема 3.1: «Организационное развитие группы»	1	0,5	0,5
29.	Тема 3.2: «Ролевой репертуар»	1	0,5	0,5
30.	Тема 3.3: «Мы – команда»	1	0,5	0,5
31.	Тема 3.4: «Лидерство»	1	0,5	0,5
32.	Тема 3.5: «Управление агрессией»	1	0,5	0,5
33.	Тема 3.6: «Толерантность»	1	0,5	0,5
34.	Тема 3.7: «Разрешение конфликтов»	1	0,5	0,5
35.	Тема 3.8: «Что такое сплоченность?»	1	0,5	0,5
36.	Заключительная встреча.	1	0,5	0,5
Общее количество занятий: 36 занятий		36	18	18

Содержание программы

Вводное занятие.

Дети получают представление о целях и задачах проведения занятий, правилах поведения в группе, кратком содержании занятий. С помощью беседы, упражнений на знакомство с группой и педагогом, внимание участников должно быть акцентировано на индивидуальных особенностях каждого из них, объяснена важность уважения каждым участником индивидуальности других.

1. БЛОК «ПОНИМАНИЕ СЕБЯ»

В основу данного блока положены 13 тем – направлений, включенных в 13 занятий:

1.1. *Тема 1. «Кто я? Кто ты?»*

Фокусировка внимания участников на собственном мироощущении, ознакомление с понятием ценности каждой личности, похожестью и индивидуальностью отдельных людей. Подростки определяют свои личные качества и качества других.

1.2. *Тема 2. «Наши чувства»*

Игры и упражнения, направленные на развитие у подростков навыков идентификации собственных эмоциональных состояний, в ходе которых ребенок учится распознавать эмоции и не бояться вербализировать их.

1.3. *Тема 3. «Ценность моей и твоей личности»*

Упражнения направлены на осознание возможности формирования адекватной самооценки. Ребенок должен понимать, что, несмотря на возможные недостатки и неудачи, его личность остается ценной.

1.4. *Тема 4. «Я – социальное существо»*

Игры и упражнения, направленные на осознание собственной потребности и способности к общению. В ходе работы подросток должен осознать и попытаться решить некоторые проблемы в общении.

1.5. *Тема 5. «Принимаю себя и тебя как личность»*

Игры и упражнения, направленные на формирование навыков эмпатии, умения принимать и оказывать поддержку, разрешение конфликтных ситуаций. В результате работы на занятии ребенок должен принять важную мысль – его неудачи в делах говорят о том, что он сделал плохо работу, но сам плохим не стал; просьба о помощи и ее принятие – не признак слабости.

1.6. *Тема . 6 «Такие разные девушки и юноши»*

Игры и упражнения, направленные на разрешение конфликтных отношений между полами; донесение информации об объективных сложностях. В ходе работы дети учатся принимать и понимать особенности противоположного пола.

1.7. *Тема 7. «Это - мое мнение»*

Игры и упражнения, направленные на формирование навыков противостояния групповому давлению и насилию и осознание права и необходимости защищать себя. Подростки должны отработать навыки социально приемлемой защиты себя, умение контролировать агрессивные побуждения.

1.8. *Тема 8. «Забота о себе»*

Игры и упражнения, которые направлены на осознание необходимости заботы о себе, о своем психическом и физическом здоровье.

1.9. *Тема 9. «Личностные кризисы»*

Игры и упражнения, способствующие формированию навыков оценки проблемной ситуации и принятия решения. Обсуждение способов решения проблем, личностных сложностей, понятия личностных кризисов. В результате: ребенок знает, что такое личностный кризис, понимает, как его можно отследить, умеет найти выход из проблемной ситуации.

1.10. *Тема 10. «Стрессовая ситуация»*

Игры и упражнения, направленные на ознакомление с процессом первичной, вторичной оценки проблемной ситуации. В ходе урока изучаются критерии оценки, затем они отрабатываются на конкретных примерах; результате работы ребенок знает критерии оценки стрессовых ситуаций.

1.11. *Тема 11. «Преодоление стрессовых ситуаций»*

Игры и упражнения на знакомство участников программы с процессом разрешения проблем по этапам и этапами проблем-преодолевающего поведения. Результат тренинга – знание этапов преодоления стрессовых ситуаций, умение самостоятельно выделять и проходить данные этапы.

1.12. Тема 12. «Достигаем цели»

Игры и упражнения, направленные на формирование умения ставить перед собой краткосрочные и перспективные цели и достигать их, формирование навыков изменения себя. Ребенок учится разделять цели по сроку достижения, планировать свою деятельность для достижения целей.

1.13. Тема 13. «Мораль, нравственность, смысл жизни»

Игры и упражнения, способствующие развитию навыков формирования активной жизненной позиции. Подведение итогов первого блока. Закрепления изученного материала, приобретенных умений и навыков. Ребенок оценивает собственную проделанную работу. В идеале у ребенка должно сформироваться осознание необходимости активной жизненной позиции.

2. БЛОК «ПОНИМАНИЕ КОНФЛИКТА»

В основу данного блока входит 13 основных тем и рассчитано на 13 занятий:

2.1. Тема 1. «Что такое конфликт?»

Занятие нацелено на формирование понятия «конфликта». Результат – ребенок обладает общими знаниями о конфликте, способен высказать свою точку зрения на данную тему.

2.2. Тема 2. «Причины конфликтов между людьми»

Занятие способствует формированию знаний о причинах конфликтов между людьми. Результат – наличие знаний у подростка по заданной теме; наличие собственной точки зрения по данному вопросу; способность выявить причины имеющихся у него конфликтов.

2.3. Тема 3. «Полезен» или «вреден» конфликт»

Упражнения данного занятия направлены на развитие способности верно оценивать причины, а также возможные последствия конфликтной ситуации. Ребенок умеет анализировать конфликтные ситуации, оценивать «вред» и «пользу» собственных конфликтов.

2.4. Тема 4. «Принципы управления конфликтной ситуацией»

Упражнения формируют знания о принципах, правилах поведения в конфликтных ситуациях. В результате ребенок имеет знания, способен контролировать свои агрессивные побуждения, вести диалог с оппонентом.

2.5. *Тема 5. «Стратегии поведения в конфликтной ситуации»*

Упражнения формируют знания об основных стратегиях поведения в конфликтных ситуациях и позволяют отработать навыки поведения. Результат – имеющиеся знания о стратегиях поведения, навыки продуктивного общения.

2.6. *Тема 6. «Вопросные технологии»*

Упражнения помогают развить способность эффективно выходить из ситуаций конфликта при помощи вопросных технологий, отстаивать свое мнение. Ребенок знает, что такое вопросные технологии, способен ими пользоваться.

2.7. *Тема 7. «Эффективное использование критики»*

Игры и упражнения учат отделять критику от оскорблений, вычленять объективную информацию из слов оппонента, и эффективно использовать ее. Ребенок научается критиковать (а не оскорблять) оппонента, воспринимать критику в свой адрес не как оскорбление, а как помощь.

2.8. *Тема 8. «Компромисс»*

Упражнения формируют знания о понятии «компромисса», их достижениях, помогают отработать навыки достижения компромиссов. Подростки умеют приходить к компромиссу.

2.9. *Тема 9. «Гибкость в конфликтной ситуации»*

Упражнения способствуют отработке различных способов выхода из конфликта. Ребенок знает о возможных вариантах развития конфликта, способен прогнозировать результаты конфликта и знает, как можно смягчить конфликт.

2.10. *Тема 10. «Эффективная работа с претензиями»*

Игры и упражнения учат отделять критику от оскорблений, вычленять объективную информацию из слов оппонента, и эффективно использовать ее. В результате проделанной работы подросток способен выслушать оппонента без агрессии, отфильтровать объективные претензии от оскорблений.

2.11. *Тема 11. «Диалог с агрессивными оппонентами»*

Игры и упражнения формируют знания о возможных причинах агрессивного поведения людей, и помогают отработать навыки эффективного общения с ними. Результат – умение слушать, слышать и услышать оппонента.

2.12. *Тема 12. «Аргументирование своей точки зрения»*

Упражнения способствуют развитию способности конструктивно отстаивать свою точку зрения, эффективно вести спор.

2.13. *Тема 13. «Учимся извиняться»*

Упражнение способствует отработке навыков использования извинений. В ходе занятий ребенок учится извиняться.

3. БЛОК «РАЗРЕШЕНИЕ КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЙ»

В структуру данных занятий входит девять основных тем и рассчитано на 9 занятий:

3.1. *Тема 1. «Организационное развитие группы»*

Упражнение способствует формированию знаний об организационном развитии группы, о причинах организационного развития, о формальных и неформальных группах внутри классного коллектива. Результат – подростки знают основные тезисы по теме, способны выявить формальные и неформальные группы внутри своего коллектива.

3.2. *Тема 2. «Ролевой репертуар подростков»*

Упражнения способствуют формированию осознания изменчивости мира и необходимости быть успешным в нем, развития гибкости в нестандартном общении с людьми, исследования собственного ролевого репертуара подростков и возможностей его расширения. В результате – ребенок умеет обозначить свой ролевой репертуар и пути его расширения.

3.3. *Тема 3. «Мы – команда!»*

Упражнения направлены на развитие навыков командной работы, а также сплоченности коллектива на основе общих ценностей и идей. Результат – подростки способны обозначить общие ценности и идеи, на основе которых возможно сплочение их коллектива.

3.4. *Тема 4. «Лидерство»*

Игры и упражнения несут информацию о понятии лидерства, позволяют выявить лидеров классного коллектива. Результат – подростки определяют черты возможного лидера, значение нахождения лидера в коллективе, предполагают возможные сферы для своего лидерства.

3.5. *Тема 5. «Управление агрессией»*

Упражнения позволяют отработать навыки как сдерживания агрессии, так и перенаправлению ее в социально приемлемое русло. Результат – подростки знают как можно эффективно использовать агрессию, умеют применить знания на практике.

3.6. *Тема 6. «Толерантность»*

Игры и упражнения способствуют формированию толерантного отношения к себе и другим, а также к позитивной оценке подростка окружающей среды.

3.7. *Тема 7. «Разрешение конфликтов»*

Игры и упражнения способствуют эффективному разрешению конфликтов, способствуют отработке навыков занятия позиции своего оппонента, пересмотра позиции при разрешении конфликтов. Результат – способность ребенка проявлять гибкость в конфликтных ситуациях.

3.8. Тема 8. «Что такое сплоченность?»

Упражнения направлены на развитие навыков командной работы, сплоченности коллектива на основе общих ценностей и идей. Результат – коллектив подростков способен представить общую для всех цель и построить план командной работы по ее достижению.

Заключительная встреча.

Обсуждение результатов совместной работы, подведение итогов, поддержка настроя на дальнейшую самостоятельную работу.

Методическое обеспечение программы

Материально-техническое обеспечение программы:

- Учебный класс;
- парты и стулья;
- компьютер, проектор, интерактивная доска;
- канцелярские товары: карандаши, краски, бумага, доска, мел или маркеры, ватманы, ручки;
- игрушки (мягкая игрушка, мяч, скакалка).

Дидактические средства и материалы:

- Дидактический материал: карточки – бланки для ролевых игр, карточки с эмоциональным состоянием, набор букв алфавита, описания упражнений;
- Проективные и диагностические методики: «Человек под дождем» (цель-определение способности преодолевать неблагоприятные ситуации); Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса (цель-изучение уровня и характера тревожности, связанного со школой); *социометрические методики* (определение социально-психологических отношений в группе); опросник уровня агрессивности Басса-Дарки.

Список литературы

Литература для детей, обучающихся по программе:

1. Снайдер Д. Курс выживания для подростков. – М.: 1995г.

Литература для родителей:

1. Драгунова Т.В. Проблема конфликтов в подростковом возрасте/ Сост. Ю.И. Фролов. – М.: Российское педагогическое агентство, 1997
2. Рыбакова М.М. Конфликт и взаимодействие в конфликте – М.: 1991г.
3. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома – М.: 1998г
4. Темина С.Ю., Конфликты школы или “школа конфликтов”. Москва - Воронеж 2002.
5. Шахова Е.С., Особенности конфликтного поведения в подростковом возрасте. Владимир, - 2008 г.

Приложение 1.

Результаты исследования по методике Басса-Дарки «Опросник уровня агрессивности»

Данная методика предназначена для выявления уровня агрессивности обучающихся, состоит из 75 утверждений, определяющих 8 видов реакций:

1. **Физическая агрессия** – использование физической силы против другого лица.
2. **Косвенная** – агрессия, окольным путем направленная на другое лицо или ни на кого не направленная.
3. **Раздражение** – готовность к проявлению негативных чувств при малейшем возбуждении.
4. **Негативизм** – оппозиционная манера в поведении от пассивного сопротивления до активной борьбы против установившихся обычаев и законов.
5. **Обида** – зависть и ненависть к окружающим за действительные и вымышленные действия.

6. **Подозрительность** – в диапазоне от недоверия и осторожности по отношению к людям до убеждения в том, что другие люди планируют и приносят вред.

7. **Вербальная агрессия** – выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы).

8. **Чувство вины** – выражает возможное убеждение субъекта в том, что он является плохим человеком, что поступает зло, а также ощущаемые им угрызения совести.

«Опросник уровня агрессивности» используется в качестве начального и итогового инструмента оценки динамики работы, помогающего выявить изменения в поведенческих реакциях подростков, происходящих по мере реализации социально-педагогической программы «Нет, - конфликтам!».

Интерпретация результатов:

- Враждебность = Обида + Подозрительность (в норме индекс враждебности равен $6,5-7 \pm 3$), на диаграмме представлено количество обучающихся, показатели которых превышают норму по шкале «Враждебность»;
- Агрессивность = Физическая агрессия + Раздражение + Вербальная агрессия (в норме эта величина равна 21 ± 4), на диаграмме представлено количество обучающихся, показатели которых превышают норму по шкале «Агрессивность».

Выводы: Особенностью подросткового этапа является активный поиск и становление устойчивого интереса в той или иной области, расширяется поле социального взаимодействия. Для этого возраста важен постепенный переход от обязательной работы – к работе по выбору, от работы под руководством – к самостоятельной работе. Важнейшим принципом при работе с подростками является индивидуализация образовательных маршрутов и увеличение разнообразия форм деятельности.

Оценка эффективности работы по социально-педагогической программе «Нет, - конфликтам!» осуществлялась с помощью критериев, опирающихся на возрастные особенности подростков. В ходе работы у обучающихся наблюдалось улучшение компетентности в познавательной и предметной деятельности (умение искать оригинальные решения, самостоятельно выполнять работу, выделять причинно-следственные связи, умение действовать по алгоритму и комбинировать различные алгоритмы, умение обосновывать свой выбор), информационно-коммуникативной деятельности (умение участвовать в диалоге, понимая и принимая точку зрения собеседника, умение подбирать аргументы и формулировать выводы, умение использовать различные источники информации для решения познавательных и коммуникативных задач), социально-культурной и гражданской сфере (умение контролировать и оценивать свою деятельность,

предвидеть последствия своих действий, умение оценивать свои достижения и устранять возникшие трудности, умение устанавливать взаимодействие с участниками коллектива, умение использовать свои права и соблюдать обязанности), а также улучшение показателей использовавшихся диагностических инструментов (снижение уровня агрессивности и враждебности, чувства вины и негативизма).