

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ
ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА**

РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ ДОСУГ ДЛЯ ДЕТЕЙ ГРУППЫ РИСКА (ИЗ ОПЫТА РЕАЛИЗАЦИИ УСЛУГИ)



Мичуринский район, 2013

Автор-составитель:

Балабаева О.А. –педагог дополнительного образования МБОУДОД ДДТ

Компьютерная обработка и печать:

Фролов С.А.

Содержание:

- 1. Что такое «реабилитационный досуг»?**
- 2. Что означает термин « дети группы риска»?**
- 3. Информация о специалистах, реализующих услугу.**
- 4. Реализуемые образовательные программы с реабилитационной составляющей.**
- 5. Информация о деятельности целевой группы**
- 6. Доклад на заседании творческой группы специалистов**
- 7. Из опыта работы услуги:**
 - конспект занятия творческого объединения «Гармония»**
 - сценарий праздника «Наш друг – светофор»**
 - воспитательно-познавательное мероприятие «Будущее строим сами»**
 - тренинг для личностного роста ребенка**

Что такое «реабилитационный досуг»?

Термин «реабилитация» (восстановление - пер. с лат.) первоначально использовался в основном в юридически-правовом значении - как восстановление в правах, а также в медицинском, или точнее, в медико-социальном значении как восстановление здоровья и трудоспособности

Под РЕАБИЛИТАЦИОННЫМ ДОСУГОМ понимается не просто досуговая деятельность, а четко направленная организация свободного времени детей с целью их психологической, социальной адаптации.

Эта реабилитационная технология для работы с детьми из семей группы риска по социальному сиротству:

- обеспечивает занятость
- решает задачи социальной адаптации и реабилитации ребят

То есть акцент в данной услуге переносится с достижений в определенном роде занятий (научить ребенка красиво рисовать, поставить спортивный рекорд, выучить танец) на решение актуальных, болезненных для ребенка проблем.

Миссия реабилитационного досуга состоит в том, чтобы отвлечь внимание детей от асоциальной среды и помочь им в выборе продуктивной деятельности. Конкретные же цели будут зависеть от того, в чем именно нужно помочь ребенку, какие актуальные проблемы решаются.

Реабилитационный досуг предполагает несколько обязательных направлений.

Направления реабилитации детей группы социального риска

социальное

психологическое

педагогическое

Что означает термин «дети группы риска»?

В данном случае речь идет о восстановлении социального статуса детей «группы риска», их основных прав (право на развитие в нормальных условиях, на семью, здоровье, образование и т.д.) и утраченных навыков нормальной жизнедеятельности; переориентации их антиобщественной направленности за счет включения их в новые социально значимые отношения и виды деятельности, то есть социально - педагогической реабилитации.

Восстановление социального статуса детей «группы риска» подразумевает восстановление их социально - правового статуса как члена семьи, общества; здорового человека; как учащегося; как члена коллектива сверстников.

Слово «риск» означает возможность, большую вероятность чеголибо, как правило, негативного, нежелательного, что может произойти или не произойти.

Поэтому, когда говорят о детях «группы риска», подразумевается, что эти дети находятся под воздействием некоторых нежелательных факторов, которые могут сработать или не сработать

Дети «группы риска» это категория детей, которая в силу определенных обстоятельств своей жизни более других категорий подвержена негативным внешним воздействиям со стороны общества и его криминальных элементов, ставших причиной дезадаптации несовершеннолетних.

Под понятием дети «группы риска» следует подразумевать следующие категории детей:

- Дети с проблемами в развитии, не имеющими резко выраженной клиникопатологической характеристики**
- Дети, оставшиеся без попечения родителей в силу разных обстоятельств**
- Дети из «неблагополучных», асоциальных семей**
- Дети из семей, нуждающихся в социально-экономической и социальнопсихологической помощи и поддержки**
- Дети с проявлением социальной и психологопедагогической дезадаптации**

Группа факторов, порождающих ситуации жизненного неблагополучия

- Природные (обуславливающие внутреннюю и внешнюю среду развития ребенка)**
- Социальные (проявляются во всем многообразии взаимоотношений ребенка с социумом)**

Основными причинами являются следующие обстоятельства жизни таких детей:

- Пьянство одного или обоих родителей, их асоциальное поведение (тунеядство, попрошайничество, воровство, проституция)
- Устройство на квартире родителей притонов для криминальных и асоциальных элементов, сексуальное развращение родителями собственных детей, торговля ими
- Отбывание одним из родителей срока тюремного заключения
- Алкоголизм, психические заболевания одного или обоих родителей и т.д.

Работа с детьми "группы риска".

Деятельность социального работника с детьми «группы риска» включает в себя множество различных направлений. Это и индивидуальная работа с ребёнком, это и работа с его окружением – друзьями, школьными товарищами и приятелями. В работу социального работника, которую он проводит с детьми «группы риска» входит и его совместная деятельность с педагогами ребёнка – они могут дать ценную информацию о познавательной активности ребёнка, о его успехах в учебной деятельности. В деятельность социального работника с детьми «группы риска» обязательно должна входить работа с семьёй ребёнка.

Социальная работа с детьми «группы риска» должна носить комплексный характер и разворачиваться во всех формах социальной, педагогической и психологической помощи.

Работа с детьми «группы риска» включает:

- социальнопедагогическую диагностику обучающихся и их семей, постановка «социального диагноза»
- выявление всех проблемных подростков группы, изучение положения подростка в семье
- изучение интересов и склонностей, способностей обучающегося, возможное включение его во внеурочную кружковую деятельность

Мероприятия по оказанию помощи семье подростка «группы риска» проводятся социальным педагогом или психологом в соответствии с нормами профессиональной этики. Помимо запланированных мероприятий по оказанию помощи семье подростка «группы риска» могут возникнуть ситуации, когда семье требуется экстренная (внеплановая) помощь. В рамках своей компетенции специалист может оказать такую помощь самостоятельно, при необходимости привлекает специалистов.

Стадии работы с детьми "группы риска" и их семьями.

Проводя работу с детьми «группы риска», необходимо параллельно вести работу с семьей. Коррекционная работа не дает положительного результата, если параллельно не ведется профилактическая работа с семьями «группы риска»: сбор информации о семье, социуме, где она живет, посещения на дому, беседы с родителями, выяснение причин неблагополучия семьи. Благополучие семей группы риска состоит в том, что у родителей нет знаний и умений по воспитанию детей, один или оба родителя злоупотребляют алкоголем, низкий материальный достаток.

При посещении неблагополучных семей проводятся просветительские беседы с родителями об ответственности за воспитание и обучение детей, создание благоприятных условий в семье, пропагандируется здоровый образ жизни.

I. Выявление.

1.1 Обнаружение семьи (или) подростка, находящегося в ТЖС

1.2 Сообщение о семье и подростке, находящихся в ТЖС, в органы системы профилактики безнадзорности

1.3 Учет семей и подростков, находящихся в ТЖС

II. Индивидуальная профилактическая работа.

2.1 Социальная адаптация

2.2 Социальная реабилитация

2.3 Мероприятия по защите прав

2.4 Оказание помощи семье

2.5 Организация обучения, отдыха, трудоустройство

III. Выявление обучающихся «группы риска»

Индикаторы неблагополучия обучающегося можно выявить в следующих сферах жизнедеятельности:

- Учебная деятельность
- Взаимоотношения со сверстниками
- Взаимоотношения со взрослыми
- Проведение свободного времени
- Отношение к труду и профессиональная ориентация

• Поведение и поступки

Способы получения необходимой информации:

- Анализ журналов групп
- Опрос мнения преподавателей об обучающемся
- Анализ учета посещаемости занятий
- Анализ зафиксированных нарушений дисциплины

- Беседы с родителями обучающегося
- Социометрические исследования
- Наблюдения
- Беседы с обучающимся
- Запрос информации от психолога
- Запрос информации с предыдущего места учебы

Методы исследования:

- Диагностический инструментарий социального педагога включает в себя как социологические, так и психологические методики
- Отчеты, справки, таблицы, документы, медицинские карты обучающихся и прочая документация
- Метод наблюдения
- Анкетирование
- Интервью
- Тестирование
- Анализ документов

Стадии работы с семьей и подростком, находящимся в ТЖС:

- Обнаружение семьи и подростка
- Изучение семьи и осознание существующих в ней проблем, изучение обращений семьи за помощью
- Изучение причин неблагополучия в семье
- Составление карты семьи
- Составление программы работы с семьей и подростком
- Реализация программы работы
- Текущие и контрольные посещения
- Привлечение специалистов для помощи в работе с семьей и подростком
- Снятие семьи с социальнопедагогического учета.

На этапе сбора и обработки информации о семье используются диагностические методы:

1. *Наблюдение* – метод, который используется при изучении внешних проявлений поведения человека, по которым можно составить представление о нем
2. *Беседа* – в социальной диагностике – метод получения и корректировки информации на основе вербальной коммуникации
3. *Опрос* – устный и письменный (анкетирование)
4. *Анкетирование* – метод сбора статистического материала путем формализованного опроса диагностируемых
5. *Тестирование* – специализированный метод диагностического обследования, с помощью которого можно получать количественную и качественную характеристику изучаемого явления

6. Ранжирование – расположение собранных данных в определенной последовательности, в порядке убывания или нарастания показателей, определение места в этом ряду каждого параметра
На этапе оказания помощи семье и детям «группы риска» применяются:

- 1. Метод воспитания** – способ воздействия на сознание, волю, чувства, поведение людей с целью выработки у них заданных качеств. К методам воспитания относятся убеждение, побуждение, поощрение, порицание
- 2. Метод убеждения** – применяется с целью сформировать у личности готовность активно включиться в предусмотренную содержанием воспитания деятельность. Данный метод обеспечивает у людей развитие общечеловеческих морально-этических качеств
- 3. Метод побуждения** – применяется с целью нацелить человека на деятельность в соответствии с его интересами и потребностями
- 4. Метод поощрения** – выражение положительной оценки деятельности индивида
- 5. Метод порицания** – реакция на нежелательные деятельность и поведение

Методы социальнопсихологической помощи:

- 1. Консультирование**
- 2. Тренинг**
- 3. Социальный патронаж**

«Лестница» ЭТАПОВ реабилитационного досуга (снизу вверх):

5. Заключительный (2 недели)

- подготовка ребенка к выходу из группы
- мониторинг и подведение итогов деятельности

4. Начальный реабилитационный (3-4 месяца) + Основной реабилитационный (4-6 месяцев)

- обеспечение безопасности ребенка (усвоение «можно/нельзя», четкий распорядок дня)
- построение графика общегрупповой работы
- проведение реабилитационных мероприятий (в зависимости от дефицитов ребенка)
- активное участие ребенка в мероприятиях
- ведение дневника успехов ребенка, листов визита, рабочей тетради учителя

3. Адаптационный (от 2 недель – до 3 месяцев)

- создание интегрированной группы
- выяснение мотивов, с которыми ребенок пришел на занятия (анкетирование, игры)
 - тщательная индивидуальная работа
- тренинги на сплочение
- выработка правил группы
- разработка реабилитационных карт
- контроль за посещением

2. Введение в услугу (30 дней)

- встретиться с детьми
- заинтересовать деятельностью (Дни открытых дверей, постеры, плакаты, приглашения)
- уточненные списки группы
- составление индивидуальных карт
- знакомство с родителями, учителями и прочим окружением

1. Предварительный (1-2 недели)

- сбор данных
- налаживание взаимодействия с КДН, органами опеки и др...
- составить предварительные списки группы
- скорректировать рабочие планы
- заключить договоры со специалистами

**Список специалистов, предоставляющих
услугу «Реабилитационный досуг для детей группы
риска»**

**МБОУДОД Дома детского творчества
Мичуринского района**

№ п/п	ФИО специалиста	Должность по услуге
1	Балабаева Оксана Анатольевна	Педагог дополнительного образования детей, руководитель услуги
2	Ершова Эла Валерьевна	Педагог дополнительного образования детей, куратор группы
3	Прокопович Евгений Сергеевич	Педагог дополнительного образования детей, куратор группы
4	Новикова Светлана Михайловна	Педагог дополнительного образования детей, куратор группы

**Образовательные программы
с реабилитационной составляющей.**

«В движении к гармонии»

Автор: Балабаева О.А.



«Музыкальный калейдоскоп»

Автор: Ершова Э.В.



«Спорт и здоровье»
Автор: Прокопович Е.С.



«Оригаметрия»
Автор: Новикова С.М.



Сенсорная комната

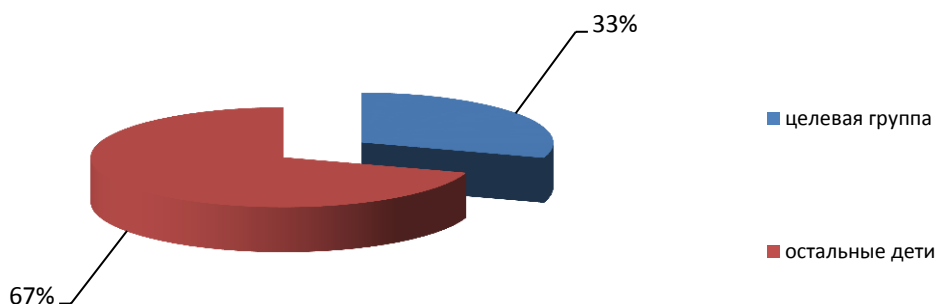


Внеучебная деятельность



Информация о деятельности целевой группы

На базе МБОУДОД Дом детского творчества постоянно действуют 4 группы по программе реабилитационного досуга общей численностью 54 воспитанников (общая численность в целевых группах составляет 18 воспитанников).



Программы, реализуемые в данных группах рассчитаны на 144 часа (1 год) и являются экспериментальными. Реабилитация детей, попавших в трудную жизненную ситуацию, осуществляется в творческих объединениях «Гармония», «Музыкальная капель», «Оригаметрия», «Спорт и здоровье» и достигается за счет:

- обучения детей группы риска в интегрированных группах;
- создания комфортных условий для успешного осуществления процесса социально-педагогической реабилитации;
- повышения мотивации подростка на успешность, самостоятельность и творческую самореализацию;
- повышенного внимания педагогов, реализующих программы, к обучающимся целевой группы;
- постоянного мониторинга динамики изменений, происходящих с каждым обучающимся интегрированной группы и изучения его социального окружения.

Занятия проходят по расписанию два раза в неделю по два часа. В занятия включены следующие виды деятельности:

- различные виды тренингов (предусмотрены для каждого этапа работы по программе);
- экскурсии по знаменательным местам города;
- деятельность, непосредственно предусмотренная направленностью программы;

- организация и проведение праздничных мероприятий, встреч с интересными людьми.
- деятельность волонтерского характера: помощь ветеранам войн, уборка территорий, которая проходит под акцией «Сбереги свою планету»

В ходе реализации услуги наблюдается положительная динамика у 87% целевой группы по следующим показателям:

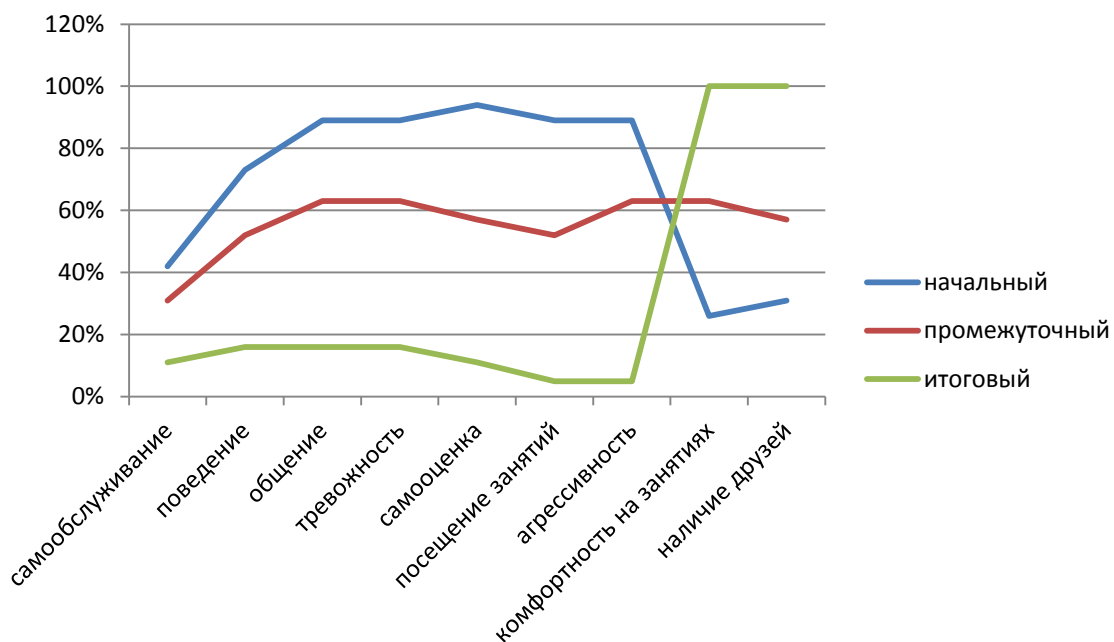
- у 55% (10 чел.) проявляется положительное отношение к ценностям творчества, счастливая семейная жизнь, образования (однако больших изменений в качественной успеваемости не произошло);
 - у 95% (17 чел.) снизился уровень тревожности и агрессивности;
- Наиболее важными ценностными ориентирами для подростков целевой группы стали:**
- умение принимать обдуманные, рациональные решения;
 - осознание важности общения и коммуникативной стороны жизни, «наличие хороших и верных друзей»;
 - установка на общественно полезный труд.
 - желание в будущем создать семью, где бы царила атмосфера любви, доброжелательности, взаимопонимания и взаимной поддержки.
 - наличие ценности профессиональной самореализации.
 - У 73% участников ЦГ – выстраиваются устойчивые отношения в классном коллективе, у 63% - наметились деловые отношения в рамках проектной деятельности. 36% ЦГ изъявили желание представить собственные проекты как результат своего труда в профессиональных мастерских. Одним из показателей эффективности услуги является положительная динамика в сотрудничестве педагогов с родителями участников ЦГ по вопросам профилактики форм зависимости.

В ходе реализации услуги расширилось социальное партнерство учреждения по вопросам организации досуговой деятельности учащихся, находящихся в трудной жизненной ситуации: городской музей, драмтеатр.

95% ЦГ хотели бы продолжить участвовать в реабилитационных досуговых мероприятиях.

С целью прослеживания динамики реабилитационного процесса было проведено тестирование учащихся группы.

Сравнительный анализ результатов в течение 2013 года: входной (октябрь), промежуточной (декабрь), итоговой (май) диагностики позволил проследить положительную динамику реабилитационного процесса:



По итогам анкетирования

Сколько было проанкетировано родителей	18	100%	Сколько было проанкетировано детей	18	100%
Сколько удовлетворены	17	94%	Сколько удовлетворены	18	100%
Сколько неудовлетворенны	1	5%	Сколько неудовлетворенны	-	-

**Доклад на заседании творческой группы специалистов,
реализующих профилактическую услугу
«Реабилитационный досуг для детей группы риска»
педагога дополнительного образования
Балабаевой О.А.**

В современном обществе проблема сохранения и укрепления здоровья детей является как никогда актуальной. Это объясняется тем, что к ним предъявляются весьма высокие требования, соответствовать которым могут только здоровые дети. А о здоровье можно говорить не только при отсутствии каких-либо заболеваний, но и при условии гармоничного нервно-психологического развития, высокой умственной и физической работоспособности. Вместе с тем результаты научных исследований свидетельствуют, уже в дошкольном возрасте здоровых детей становится все меньше. Большинство детей дошкольного возраста имеют разные нарушения в психофизическом развитии.

Здоровье, как известно, на 50% определяется образом жизни, а модель образа жизни формируется в детстве. Поэтому так важно формировать привычку к здоровому образу жизни в дошкольном возрасте. Основным результатом здоровьесберегающего образования должно стать обретение состояния гармонии, душевного равновесия и жизненных сил.

Дополнительное образовательное учреждение должно постоянно осваивать комплекс мер, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Я думаю не надо подчеркивать, что работа с сельскими детьми имеет свою специфику. Она заключается в том, что, как правило, в сельской местности отсутствуют: музыкальные, спортивные, хореографические школы. Круг общения этих детей ограничен – как следствие: замкнутость, застенчивость, робость. Как педагог, считаю, что жизненное пространство не может и не должно ограничиваться только школой, а должно простираться до границ, очерчивающих сферу, которую осваивает ребенок, только тогда он сможет осознать свою самостоятельность, найти благоприятное условие для социально – ценностных потребностей, для самореализации и самоопределения.

Поэтому работая в этом направлении необходимо было решить эту проблему: как обеспечить сохранение, укрепление и восстановление здоровья детей и микроклимата в семье?

В соответствии с этим мною были разработана программа «В движении к гармонии», основной целью которых является: физическое развитие, укрепления здоровья обучающихся посредством фитбол-аэробики и содействие социально-психологической реабилитации воспитанников, склонных к девиантному поведению.

Актуальность данной программы заключается в развитии мотивации личности к познанию и творчеству, укреплении здоровья, формировании общей культуры, а также направлена на профилактическую работу с воспитанниками, склонными к девиантному поведению и требует включения реабилитационного компонента, основанного на системной и целенаправленной психолого-педагогической помощи в развитии личности и социально-психологической адаптации.

Новизна программы заключается в интеграции основных компонентов программы с компонентами развития личности и социально-психологической адаптации обучающихся и состоит в идее гармоничного сочетания современных оздоровительных технологий: дыхательной гимнастики, оздоровительной фитбол-гимнастики, комплексов хатха-йоги, классических оздоровительных методик и психологический тренингов. Занятия проходят в специальном фитнес классе. Адресная аудитория представляет собой группу, состоящую из обычных воспитанников и воспитанников, состоящих на внутришкольном учёте.

При разработке программы мною учитывались запросы детей и родителей, потребности школы, так как я работаю на базе старохмелевского филиала. Программа отображает процесс развития эмоциональной сферы ребенка в коллективе сверстников и дружеской атмосфере творческого сотрудничества.

Из множества здоровьесберегающих фитнес технологий, я остановилась на очень интересной, полезной и модной технологии, называемой **Фитболом**.

Занятия фитболом дают уникальную возможность воздействовать на мышцы спины и позвоночника, одновременно уменьшая нагрузку на нижние конечности. Фитбол является лучшим представителем балансировочного оборудования, который помогает развить упругость мышц, гибкость, силу, улучшить координацию движений и осанку.

За счет вибрации при выполнении упражнений и амортизационной функции мяча улучшаются обмен веществ, кровообращение и микродинамика в межпозвонковых дисках и внутренних органах, что способствует разгрузке позвоночного столба, мобилизации различных его отделов, коррекции лордозов и кифозов. Упражнения на мячах тренируют вестибулярный аппарат, развивают координацию движений и функцию равновесия.

Фитбол – один из наиболее веселых и позитивных видов фитнеса, он вызывает эмоциональный подъём, чувство радости и удовольствия. В основе данной методики лежат определённые свойства мяча. Это и размер, и цвет, и его особая упругость. Совместная работа двигательного, вестибулярного, зрительного и тактильного анализаторов,

которые включаются при выполнении упражнения на мяче, усиливает эффект занятий.

Фитбол очень удачно вписывается в учебную программу по физическому воспитанию. Большие красочные мячи можно применять и на занятиях и во внеучебной деятельности, это может быть:

- беговая разминка;
- круговая тренировка, как полностью с мячами, так и с применением фитболов на отдельных станциях;
- проведение полного занятия с мячами или отдельной его части;
- “школа” большого мяча;
- танцевальные упражнения с мячами;
- общеразвивающие упражнения в различных исходных положениях;
- упражнения на развитие физических качеств;
- упражнения на укрепление мышц опорно-двигательного аппарата;
- игры и эстафеты.

Фитболы позволяют разнообразить всю воспитательно-образовательную, коррекционную, развивающую работу в образовательном учреждении. Они не имеют противопоказаний, а потому подходит абсолютно всем.

Применение здоровьесберегающих технологий положительно влияет и на становление мотивационной сферы обучающихся в реализации усвоенных знаний и представлений в области физической культуры. Проведённое среди детей и родителей анкетирование показало, что нет детей и родителей с низким уровнем мотивации к ведению здорового образа жизни и отношению к физической культуре; уменьшается количество взрослых и детей со средним уровнем и увеличивается количество с высоким уровнем до 90% .

Основным показателем эффективности работы всей системы по здоровьесбережению деятельности обучающихся в творческом объединении «Гармония» является положительная динамика в изменениях уровня физической подготовленности обучающихся и состоянии их здоровья.

Выводы.

Благодаря наличию в моей работе системы здоровьесбережения удастся:

- обеспечить высокий охват обучающихся регулярными занятиями физической культурой и спортом;
- увеличить объём двигательной активности детей ;
- сформировать у обучающихся устойчивый интерес и осознанную потребность в сохранении и укреплении здоровья; а также практическом использовании умений и навыков, полученных на занятиях;
- обеспечить рост физической и гигиенической культуры обучающихся, а также рост мотивации к физкультурно-оздоровительной деятельности и к ведению здорового образа жизни;
- активизировать помощь родителей, общественности, организаций и учреждений социума в работе учреждения по сохранению и укреплению здоровья детей.

Забота о физическом здоровье ребенка и его психическом благополучии - первостепенная задача и педагогов и родителей, создающих такую среду, которая обеспечивает безопасность его жизнедеятельности и способствует двигательной активности.

Конспект занятия творческого объединения «Гармония», педагог дополнительного образования О.А. Балабаева

Цель: формирование навыков правильной осанки. Профилактика и коррекция заболеваний опорно-двигательного аппарата.

Задачи:

- учить сохранению правильной осанки при уменьшении площади опоры (тренировка равновесия и координации).
- научить выполнению комплекса ОРУ с использованием фитбола в едином для всей группы темпе.
- продолжать укреплять «мышечный корсет».
- создать реабилитационную среду для детей девиантного поведения

Оборудование: фитболы $d = 45$ см по количеству детей, мешочки с песком

Место проведения: фитнес зал.

Продолжительность занятия: 90 минут.



Ход занятия:

Части занятия	Содержание материала	Дозировка частей	Организационные методические указания
1	<p>Подготовительный этап: Упражнения на знакомство и установление контакта «Мяч по кругу»</p> <p>Построение в шеренгу. Ходьба по залу с мешочком на голове. - Ходьба на носках, руки на поясе; - ходьба на пятках, руки за спиной; - ходьба приставным шагом правым и левым боком, руки в стороны; - ходьба с заданием (по сигналу ходьба в обратную сторону).</p>	<p>1 круг 1 круг 1 круг</p> <p>1 круг</p>	<p>дети передают друг другу по кругу мячик - «колобок» и рассказывают о себе в следующем порядке: - меня зовут. . . - мне нравится, когда ласково меня называют. . . - больше всего на свете я люблю. . . Обратить внимание на прямое положение спины, голову не опускать.</p>
II	<p>Основной этап:</p> <p>Упражнения с фитболами.</p> <p>1. И.п. – сидя на фитболе 1 – наклон головы вправо; 2 – влево; 3 – вперед; 4 – и.п.</p> <p>2. И.п. – сидя на фитболе – руки к плечам 1 – руки на фитбол; 2 – вернуться в и.п.</p> <p>3. И.п. – сидя на фитболе, руки на мяче. Поочередное поднятие плеч вверх – вниз.</p> <p>4. И.п. – сидя на полу, ноги в стороны, руки на фитболе. 1-2 – откатить фитбол вперед; 3-4 – и.п.</p>	<p>по 4 раза в каждую сторону</p> <p>6 раз</p> <p>6 раз</p> <p>6 раз</p>	<p>Ноги под углом 90 °, спина прямая.</p> <p>Держать прямое положение спины</p>

III	<p>5. И.п. – сидя на фитболе, руки на мяче (покачивание). 1 – руки вперед; 2 – руки вверх; 3 – руки в стороны; 4 – и.п.</p>	4-6 раз	<p>Выполнять прямыми руками, следить за постоянным сохранением контакта с поверхностью фитбола</p> <p>Обратить внимание на сохранение равновесия</p>
	<p>6. «Хлопок» (покачивание). И.п. сидя на фитболе, руки опущены. 1 – руки через стороны вверх (хлопок). 2 – И.п.</p>	6 раз	
	<p>7. И.п. – сидя на фитболе (покачивание), руки опущены. 1 – руки к плечам, сжать в кулак. 2 – И.п.</p>	6 раз	
	<p>8. И.п. – сидя на фитболе (покачивание). В среднем темпе выполнять прямыми руками круговое вращение в лучезапястных, локтевых и плечевых суставах.</p>	по 4 раза	
	<p>9. И.п. – сидя на фитболе. Поочередно выставлять ноги на пятку вперед в стороны, одна рука тянется к носку, выставленной ноги, другая вверх.</p>	по 4 раза в каждую сторону	
	<p>10. И.п. – сидя на фитболе. В медленном темпе сделать несколько шагов вперед и лечь спиной на фитбол, медленно вернуться в исходное положение.</p>	4-6 раз	
	<p>11. И.п. – лежа на фитболе, руки в упоре на полу. Сделать несколько шагов руками вперед и назад, затылок, шея, спина должны быть на прямой линии.</p>	6 раз	
	<p>12. И.п. – стоя на коленях. Фитбол перед грудью. Откатить фитбол от себя, зафиксировать положение с небольшим прогибом позвоночника и вернуться в и.п.</p>	6-8 раз	
	<p>13. И.п. – лежа на спине на полу, прямые ноги на фитболе, руки вдоль туловища. 1-2 Поднять таз от пола, опираясь ногами на фитбол. 3-4 – И.п.</p>		
	<p>14. Подскоки вокруг фитбола вправо, влево. Заключительный этап: Эстафета с фитболами «Кто быстрее». Проверка осанки стоя у стены.</p>		
	<p>Завершающее упражнение «Рукожатие в круге», «Искорка»</p>		

Сценарий праздника по правилам дорожного движения «Наш друг – Светофор»

Цель мероприятия: закрепить знания правил дорожного движения.

Задачи:

- расширить кругозор воспитанников в области знаний по правилам дорожного движения;
- развить познавательную активность и творческие способности
- воспитать уважение, терпимость и дружеское взаимопонимание друг к другу;
- создать условия для развития любознательности, настойчивости в приобретении знаний.



Оборудование: 2 велосипеда, кегли, дорожные знаки, бинты медицинские, сигналы светофора, музыкальное сопровождение (музыкальный центр и диски с записями фонограмм).

Ведущий: Сегодня мы проводим праздник, посвященный проверке знаний учащимися правил уличного движения. Он называется ...(ответы детей). Представляем вам 2 команды.

1-я команда: «Весёлое колесо»

Наш девиз: «Тише едешь – дальше будешь».

2-я команда: «Светофор»

Наш девиз:

«Выполняй закон простой:

Красный свет зажегся – стой!

Жёлтый вспыхнул – подожди! А зелёный свет – иди!»

Ведущий представляет жюри.

1-е задание: «Вопрос»

Задание выполняют капитаны команд, советуясь с командами.

- Что такое островок безопасности и для чего он предназначен ?
- Чем отличается движение транспорта и людей зимой от движения летом?
- Почему нельзя перебежать дорогу перед движущимся транспортом?
- Как надо вести себя в общественном транспорте?

Жюри подводит итоги.

Ведущий: Ребята, вы наверное видели на улицах и дорогах треугольные, круглые и квадратные знаки. По этим знакам водители узнают, где можно ехать, а где движение запрещено. Знаки предупреждают об опасности на дорогах. Эти знаки должны знать и пешеходы. А вы ребята их знаете?

2-е задание: «Дорожные знаки»

Для выполнения этого задания заранее изготавливаются наборы дорожных знаков. Знаки можно нарисовать самим или вырезать. Набор из 6 знаков, относятся к различным группам. Команда должна назвать знак и указать к какой группе он относится.

3-е задание: «Велосипедная эстафета»

Расставляются кегли. Участники команд должны проехать на велосипеде, не сбив кегли. Жюри подводит итоги.

Пока жюри подводит итоги, ведущий может поиграть с болельщиками и участниками команд в игру «Красный, жёлтый, зелёный». Ведущий поднимает зелёный круг – дети шагают на месте; поднимает жёлтый круг – дети хлопают в ладоши, красный – приседают.

4-е задание: «Медицинская помощь»

Перебинтовать голову, палец, ногу, руку, колено и т.д. Каждой команде даётся конкретное задание. Лучше если это состязание будет оценивать медицинский работник.

5-е задание: «Загадки»

Командам поочерёдно загадывают загадки. Можно привлечь болельщиков, можно чтобы команды друг другу задавали загадки.

Там, где строят новый дом,
Ходит воин со щитом,
Где пройдёт он, станет гладко
Будет ровная площадка. (Бульдозер)
Чудо дворник перед нами
Загрёбущими руками
За 1 минуту сгрёб
Преогромнейший сугроб. (Снегоочиститель)
К нам во двор забрался крот,
Роет землю у ворот,
Сотни рук он заменяет,
Без лопаты он копает. (Экскаватор)
Вот утюг так утюг
Ах, какой огромный!
Он прошёл, дорога вдруг
Стала гладкой, ровной. (Каток)
Держусь я только на ходу,
А если встану – упаду. (Велосипед)
Длинной шеей поверчу,
Круг тяжёлый подхвачу.
Где прикажут – полежу
Человеку я служу. (Подъёмный кран)
Тянется нитка,
Среди нив, петляя,
Лесом, перелесками
Без конца и края.
Ни её порвать,
Ни в клубок смотать. (Дорога)

Педагог:

Правила эти помни всегда,
Чтоб не случилась с тобою беда!
Слово жюри. Награждение команд.
Далее дети проходят в кабинет, где педагог по изобразительному искусству предлагает пофантазировать, придумать и нарисовать свой знак дорожного движения, а также объяснить, что он значит.

Воспитательно-познавательное мероприятие «Будущее строим сами!»

Цель: позитивная профилактика асоциального поведения среди несовершеннолетних через формирование позитивного образа своего будущего.

Ход игры:

1. Знакомство. Игры на разогрев и деление на группы.

Игра «Миксер». Ведущий просит воспитанников разбиться на группы по различным признакам: "Я прошу Вас разбиться на группы по цвету глаз". Все участники группы и ведущий ищут группу, в которой собраны представители с тем же цветом глаз, что и у них. Задание каждой группе – в течение минуты представиться друг другу и пообщаться на ту же тему – глаза и их цвет.

Продвигаясь далее по вариантам признаков, ведущий может увеличивать время на общение внутри каждой группы (до 3-4 минут).

Варианты заданий:

- разбиться по типу одежды, обуви;
- по цвету и длине волос;
- по знаку Зодиака;
- любимым животным;
- росту и т.д.

Сигналом окончания выполнения каждого задания служит фраза ведущего: "Кто меня слышит, хлопнете раз! (дожидается хлопка) Кто меня слышит, хлопнете два! (-"-) Кто меня слышит, хлопнете три! Как правило, к третьему хлопку концентрируется внимание всей группы.

Игра «Молекулы». Участники, изображая молекулы, начинают хаотично двигаться по комнате до хлопка ведущего. Ведущий, хлопая, называет какую-то цифру участники игры должны быстро встать в группы по названному количеству. Так происходит деление на группы.

2. Информационно-просветительский блок.

Ведущий: Тема нашего занятия «Человек рождён для счастья, как птица для полёта...» Каждый по - своему понимает, что такое счастье. А как вы понимаете, что такое счастье? (ответы детей, подводим детей к тому, что понятие счастье – это реализация себя или нахождение своего места в жизни).

Вопросы детям: Расскажите о своем районе. Как вы живёте, как отдыхаете, какие учебные, профессиональные заведения есть в нем, где работают ваши родители, чем планируете заниматься в будущем? (ответы детей)

А что нужно сделать для того, чтобы ваши мечты о будущем воплотились в реальность? (ответы детей, подводим к тому, что на пути человека встречается много трудностей и надо научиться их преодолевать).

Сегодня мы предлагаем вам поработать во время деловой игры «Будущее строим сами!». Вы построите модель позитивного будущего своей профессиональной сферы. То есть ту модель, с помощью которой вы можете воплотить мечты в реальность и реализовать себя как профессионал.

Ведущий держит в руках цветные карточки со сферой деятельности. От каждой команды выбирается представитель. Он подходит к ведущему и вытягивает одну карточку.

3. Формирование модели позитивного будущего.

1. Первый этап работы - это определение цели.

Перед тем как приступить к формулированию цели необходимо помнить, что цель строится на основе понимания дальнейших реальных перспектив. И не путайте цель с:

1. Мечтой – это образ желаемых изменений в жизни; мечта всегда позитивно окрашена.

2. Фантазией – она всегда сюжетна и динамична; всегда есть элемент недостижимого, но об этом знает только сам человек.

3. Иллюзией – это объективно не достижимые результаты.

4. Цель – это какой-то осознанный результат, который оценивается как реальный; всегда связана с волей и действием.

(Подвести к тому, что даже для того, чтобы получать высокую зарплату необходимо, прежде всего, - реализовать себя как профессионал в своей деятельности).

Чтобы четче понимать, что вам необходимо сделать для достижения своей цели необходимо ответить на несколько вопросов.

1. Какие трудности могут возникнуть в вашей сфере деятельности?

2. Как вы можете эти трудности преодолеть? Кто может в этом помочь?

3. Чего вы хотите добиться в этой сфере деятельности?

На первый этап работы отводится 3 минуты. По истечению времени каждая команда называет свои ответы.

Сформулировав цель своей модели; определившись с трудностями, которые могут возникнуть; со способами их преодоления; с тем, чего вы хотите добиться в своей сфере деятельности, переходим к следующему этапу.

2. Второй этап работы. Необходимо определиться с задачами, через которые вы будете достигать свою цель, то есть что необходимо будет вам сделать для того, чтобы цель была достигнута.

Пример.

Цель: Стать специалистом в определенной области деятельности.

Задачи:

1. Получение образования (специальности);

2. Трудоустройство;

3. Повышение квалификации.

Задач должно быть три. На это отводится 3 минуты. По истечению времени каждая команда называет свои задачи.

3. Следующий этап нашей работы. Содержание вашей модели, то есть непосредственно те действия или мероприятия, через которые вы будете реализовывать задачи и достигать цель. Действий должно быть не менее трех к каждой задаче.

На это отводится 10 минут. По истечению времени каждая команда называет свое содержание модели.

4. Четвертый этап работы. Вы записываете ресурсы, Личностные, что лично вы (какие усилия) можете потратить и внешние – те, которые берете со стороны. То есть что или кто вам поможет выполнить определенные действия для достижения цели.

На это отводится 3 минуты.

5. Пятый этап работы. Выбирается посол от каждой команды. Он по часовой стрелке проходит остальные группы. Участники групп выслушивают модель посла из другой группы, затем начинают совместную доработку их модели. Посол записывает корректировки, благодарит группу и уходит в другую группу. В каждой группе посол находится 4 минуты.

6. Следующий этап работы. Возвращается в свою группу, идет обсуждение замечаний и доработка модели. На это отводится 3 минуты.

7. Седьмой этап работы. Подготовка к презентации модели. Оформить на ватмане свою модель. Вверху цель, внизу вы сами, в центре задачи. В нижней части вы расписываете содержание и ресурсы (в рисунках). В верхней части ватмана вы расписываете результаты (в рисунках). Обдумываете презентацию (актуальность, важность и т.д.) На подготовку отводится 10 минут.

8. Последний этап работы. Презентация моделей.

На саму презентацию отводится 3 минуты.

4. Голосование.

Выбор лучшей презентации.

5. Выводы.

**В жизни возможно все! Только «под лежащий камень вода не течет»!
Но если его сдвинуть, то и из ручейка может образоваться река!**

Тренинг личностного роста для детей, находящихся в трудных жизненных ситуациях.

Цель тренинга: Создать условия для личностного роста подростков.

Задачи тренинга:

- 1. Создать условия для формирования стремления к самопознанию, погружения в свой внутренний мир и ориентация в нем.**
- 2. Расширение знания участников о чувствах и эмоциях, создание условий для развития способности безоценочного их принятия, формирования умения управлять выражением своих чувств и эмоциональных реакций.**
- 3. Способствовать формированию навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению и пониманию других людей.**
- 4. Способствовать осознанию своей жизненной перспективы, жизненных целей, путей и способов их достижения.**

Упражнение №1

«Ассоциация со встречей»

Цель: развитие навыков вхождения в контакт, выявление признаков контакта.

Участникам предлагается высказать свои ассоциации со встречей. К примеру: «Если бы наша встреча была с животным, то это был бы...слон».

Упражнение №2

«Баранья голова».

Цель: представление участников группы.

Инструкция: «Нам предстоит большая совместная работа, а потому нужно познакомиться и запомнить имена друг друга. В тренинге нам представляется шикарная возможность, обычно недоступная в реальной жизни, - выбрать себе имя. Ведь часто бывает: кому-то не очень нравится имя, данное ему родителями; кого-то не устраивает форма обращения, привычная для окружающих, скажем, все зовут девушку Ленка, а ей хочется, чтобы к ней обращались «Леночка» или «Ленуля». Есть люди, которые в детстве имели забавную кличку и были бы не против, чтобы и сейчас в неформальной обстановке к ним обращались именно так. У вас есть тридцать секунд для того, чтобы подумать и выбрать для себя игровое имя. Все остальные члены группы и ведущий в течение всего тренинга будут обращаться к вам только по этому имени».

«А теперь представимся друг другу. Сделаем это так, чтобы сразу и прочно запомнить все игровые имена. Наше представление будет организовано так: первый участник называет свое имя, второй – имя предыдущего и свое, третий – имена двух предыдущих и свое и т.д. Последний, таким образом, должен назвать имена всех членов группы, сидящих перед ним. Записывать имена нельзя – только запоминать. Эта процедура называется «Баранья голова». Почему? Если вы, называя своих партнеров, забыли чье-то имя, то произносите «баранья голова», конечно, имея в виду себя, а не того, кого забыли. Дополнительное условие – называя имя человека, обязательно посмотреть ему в глаза».

Упражнение №4

«Аплодисменты по кругу».

Цель: дать участникам возможность пережить новый способ принятия знаков внимания от других.

Инструкция: *«Мы хорошо поработали сегодня, и мне хочется предложить вам игру, в ходе которой аплодисменты сначала звучат тихонько, а затем становятся все сильнее и сильнее.»*

Ведущий начинает тихонько хлопать в ладоши, глядя и постепенно подходя к одному из участников. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. последнему участнику аплодирует уже вся группа.

Упражнение №5

«Прогноз погоды»

Цель: развитие умения чувствовать свое настроение, умение правильно передавать свои эмоции.

Инструкция: возьмите лист бумаги и карандаши и нарисуйте рисунок, который будет соответствовать вашему настроению.

Упражнение №6

«Подарок».

Цель: развитие навыков невербального общения.

Участники встают в круг.

Инструкция: *«Сейчас мы будем делать подарки друг другу».* Начиная с ведущего, каждый по очереди средствами пантомимы изображает какой-то предмет и передает его своему соседу справа (мороженое, ежика, гирию, цветок и т.п.)

Упражнение №7

«Бумажные мячики (Снежки)».

Цель: снятие мышечного напряжения, создание положительных эмоционального фона в группе.

Материалы: старые газеты или что-то подобное; клейкая лента, которой можно будет обозначить линию, разделяющую команды.

Инструкция: возьмите каждый по большому листу газеты, как следует скомкайте его и сделайте из него достаточно плотный мячик. Теперь разделитесь на две команды, расстояние которых будет 4 метра.

По команде надо бросить мячик в сторону противника, и бросать их до тех пор, пока не будет команды «стоп». Выигрывает та команда, на чьей стороне будет меньше мячей.

Упражнение №8

«Круг дружбы»

Цель: снятие напряжения, выработка механизмов эмпатии.

Инструкция: Встаньте в круг, положите руки друг другу на плечи. Приветливо посмотрите друг на друга, улыбнитесь, поблагодарите и попрощайтесь.

Литература

- 1. Васильев В.Л. Юридическая психология. Учебник. М.,2003.**
- 2. Захаров А.И. Предупреждение отклонений в поведении ребенка. СПб.,2000**
- 3. Колесников Г.И. Девиантное поведение: Учеб. пособие . Ростов н/Д, 2007**
- 4. Психология подростка /Под ред. А.А. Реана. М.,2003**
- 5. Рухманов А. Познать себя. М., 1981.**
- 6. Суховершина Ю. Тренинг делового (профессионального) общения. М., 2004.**
- 7. Федосенко Е.В. Психологическое сопровождение подростков: система работы, диагностика, тренинги. Монография. СПб: Речь, 2008, с.70.**
- 8. Целуйко В.М. Психология неблагополучной семьи. М., 2006.**

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования детей Дом детского творчества
Мичуринского района**

**Адрес: 393749 Тамбовская область, Мичуринский район
с. Заворонежское, Д. 115
т. 8(47545)5-88-92
e-mail: tvor4estva@yandex.ru**