

**Методическая разработка выездного профилактического
мероприятия
«Жизнь в позитиве»**

(для студентов, склонных к асоциальному поведению)

Подготовила: Смыслова Наталья Михайловна,
ГБПОУ «Арзамасский коммерческо-
технический техникум», социальный педагог,
при участии авторской группы:
заместителя директора по ВР Поляковой Светланы Юрьевны,
руководителя физвоспитания Ивлева Романа
Владимировича, психолога техникума
Щеголевой Татьяны Юрьевны

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность

Подростковый и ранний юношеский возраст – период развития личности, в котором формируются моральные основы, социальные установки, вырабатывается отношение к различным моральным и правовым запретам, ведется поиск пределов допустимого поведения. У части несовершеннолетних потребности сформированы только в сфере удовольствий, досуга и принимают гипертрофированные формы. Не имея возможности удовлетворить их законным путем, они становятся на путь преступления.

Концентрация асоциальных подростков в учреждениях среднего профессионального образования (*далее СПО*) всегда была значительно выше, чем в других образовательных учреждениях. Подростки, обучающиеся в учреждениях СПО, принадлежат к наиболее незащищенным слоям общества, которые особенно болезненно реагируют на социальные изменения. Они, как правило, имеют невысокий уровень знаний и культуры в целом, нередко негативный школьный опыт.

Главная задача педагогов-психологов, социальных педагогов, и других специалистов, работающих с трудными подростками - помочь им найти достойное место в мире взрослых, минимизировать трудности социальной адаптации, уберечь от неправильного пути. Профилактика различных форм отклоняющегося поведения и реабилитации подростков групп социального риска сегодня является исключительно важным и актуальным направлением.

Цель мероприятия – создание условий для формирования социально-адаптивной личности студентов, склонных к асоциальному проявлению, развитие у них навыков самоконтроля и контроля проявления агрессивных тенденций, планирования своей жизненной перспективы и преодоления стрессовых ситуаций.

Задачи:

- профилактика безнадзорности, правонарушений, алкоголизма и наркомании несовершеннолетних;
- формирование позитивных жизненных установок, стрессоустойчивости, осознания ценности жизни в молодёжной среде;
- формирование культуры здорового образа жизни;
- привлечение несовершеннолетних к занятиям физической культурой и спортом;
- организация занятости подростков в свободное от учебы время;
- расширение репертуара конструктивных способов поведения подростков в сложных жизненных ситуациях;

- развитие навыков взаимодействия, общения, уважительного отношения друг к другу;
- социальная адаптация подростков, находящихся в конфликте с законом.

Целевая группа: обучающиеся, находящиеся в конфликте с законом, склонные к асоциальному поведению, находящиеся на различных видах профилактического учета.

Форма проведения:

эстафета, тренинг, тимбилдинг.

Предварительная подготовка:

- 1) выбор места проведения эстафеты, тимбилдинга: дворовая площадка, стадион и т.д., места для проведения психологического тренинга,
- 2) музыкальное сопровождение,
- 3) подготовка оборудования: ватман «Радуга настроения», цветные карточки для отметки настроения, маршрутные листы, 3 ориентира, 3 футбольных мяча, 3 хоккейные клюшки, 3 теннисных мяча, 3 баскетбольных мяча, 3 теннисные ракетки, 24 мячика для большого тенниса, 6 обручей, специальное оборудование для тимбилдинга,
- 4) организация обеда, питьевого режима, приобретение сладких призов и грамот.

Участники: студенты, педагоги, специалисты учреждений системы профилактики города: департамента по физкультуре, спорту и молодежной политике, комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав и др.

Ожидаемые результаты:

проведение данного мероприятия предполагает снижение количества правонарушений студентами «группы риска», повышение количества студентов, посещающих спортивные секции и другие кружки по интересам.

Кроме того, как показывает опыт, в ходе профилактического мероприятия «Жизнь в позитиве»:

- 1) у студентов формируются умения и навыки по принятию решений в преодолении кризисных жизненных ситуаций,
- 2) повышается самосознание,
- 3) приобретается позитивный социальный опыт,
- 4) формируются навыки взаимодействия со сверстниками и взрослыми,
- 5) снижается уровень агрессивности у подростков,
- 6) формируется позитивное отношение к здоровому образу жизни, интерес к социально-полезной деятельности.

СОДЕРЖАНИЕ МЕРОПРИЯТИЯ

1. Обобщенное содержание конкурсной работы:

Этап	Предполагаемое время	Исполнитель
Приветствие участников	10 минут	Организаторы
Формирование трех смешанных команд из общего количества участников	10 минут	Психолог
Входная диагностика «Радуга настроения»	10 минут	Психолог
Веселые старты	40 мин.	Руководитель физвоспитания
Обед	35 мин.	Организаторы
Тренинг профилактики асоциального поведения «Жизнь одна»	1 ч.	Психологи
Тимбилдинг	1 ч. 30 мин	Руководитель физвоспитания
Повторная диагностика «Радуга настроения»	10 мин.	Психолог
Рефлексия, подведение итогов, награждение памятными сувенирами	30 мин	Организаторы

2. Основное содержание.

Ведущий: Добрый день, уважаемые участники, педагоги и все присутствующие на нашем мероприятии. Я рада приветствовать вас на выездном профилактическом мероприятии «Жизнь в позитиве»! Наше мероприятие состоит из трех частей: первая часть - спортивная, включает в себя эстафету, вторая часть подразумевает участие в психологическом тренинге, третья часть – тимбилдинг, основная цель которого развитие навыков взаимодействия, общение друг с другом.

Итак, сейчас необходимо разделиться на три команды. *(Деление на команды происходит случайным выбором студентов цвета карточки: зеленые, красные, желтые).*

Психолог: после того, как вы разделились на команды, необходимо на поле «Радуга настроения» каждому из вас отметить свое психологическое состояние в

настоящий момент, то есть до начала мероприятия. (*Студенты по одному подходят и отмечают цветом свое настроение на «Радуге настроения»*).

1 этап. Эстафета «Виды спорта».

Ответственный за проведение эстафеты объясняет основные правила. Студенты выстраиваются в три команды. Музыкальное сопровождение обязательно.

1 задание «Легкая атлетика» включает бег до ориентира и обратно, эстафету следующему участнику передать касанием ладони.

2 задание «Футбол» включает ведение футбольного мяча до ориентира и обратно, инвентарь передать следующему участнику.

3 задание «Хоккей» включает ведение теннисного мяча клюшкой до ориентира и обратно, инвентарь передать следующему участнику.

4 задание «Баскетбол» включает ведение баскетбольного мяча до ориентира и обратно, инвентарь передать следующему участнику.

5 задание «Настольный теннис» включает бег с теннисной ракеткой, на которой находится мяч для большого тенниса до ориентира и обратно, инвентарь передать следующему участнику.

6 задание «Художественная гимнастика» представляет собой движение участника до ориентира и обратно путем продевания поочередно двух обручей, эстафету передать касанием ладони.

7 задание «Переноска шариков» включает перенос одновременно 8 шариков до ориентира и обратно, в случае падения шарика, участник должен поднять без помощи команды инвентарь и передать следующему участнику.

После эстафеты предполагается обед участников примерно 35 минут.

2 этап. Психологический тренинг «Жизнь одна». (*Проводят психологи*)

Основная цель: профилактика аддиктивного поведения обучающихся.

Задачи: расширение репертуара конструктивных способов поведения подростков в сложных жизненных ситуациях, формирование адаптивного отношения к жизни, стрессоустойчивости, осознание ценности жизни, развитие навыков взаимодействия, общения, сплочение коллектива, развитие уважительного отношения друг к другу.

Вступление. *Открытие тренинга. Психолог приветствует участников тренинга, интересуется, посещал ли кто-нибудь уже тренинги, разъясняет, чем отличается тренинг от урока, объявляет о целях и задачах тренинга, предлагает выработать общие правила группы.*

1. «Самопрезентация»

Участники по очереди представляются, на первую букву имени называют любимое блюдо и качество, например, Александр – апельсин – активный.

2. «Хип-хоп».

Если ведущий говорит «хип» - назвать соседа слева, если «хоп» - соседа справа. Тот, кто ошибется становится ведущим.

3. Игра «Выйди из круга».

Цель: определение способности находить выход из сложных ситуаций, умения не теряться в испытаниях, бороться на пределе душевных сил и, с другой стороны, доверять людям.

4. Дискуссия на тему «Как правильно преодолеть стресс».

Цель: прояснение уровня информированности подростков по данной теме; расширение репертуара конструктивных способов поведения обучающихся в сложных жизненных ситуациях.

Психолог: с какими словами у вас ассоциируется понятие «стресс»?», по каким признакам окружающие могут догадаться, что человек в данный момент находится в стрессовой ситуации?, вспомните, пожалуйста, способы выхода знакомых или незнакомых вам людей из различных стрессовых ситуаций. *(Ответы). Выводы.*

5. Преодоление кризиса. Психологические рекомендации.

6. Упражнение «Ищем позитив», упражнение «Похвались соседом».

7. Рефлексия. Участники высказывают свое мнение о занятии.

8. Ведущий подводит итог.

3 этап. Тимбилдинг или командообразование - набор активных мероприятий, направленных на сплочение коллектива и формирование навыков решения общих задач в команде.

Первая площадка. «Лабиринт на платформе».

Оборудование: платформа, на которой есть дорожки для шарика, представляющие собой лабиринт, кроме того, к краям платформы равномерно прикреплены веревки по количеству участников. Размер платформы: сторона 1 метр, длина веревок по 2 метра.

Ответственный за площадку объясняет участникам правила: каждый участник держит одну веревку, наклоняя платформу с лабиринтом и, тем самым, направляя шарик по маршруту, цель - необходимо привести шарик к финишу. Если шарик падает с платформы, то задание нужно выполнять сначала. Как вариант, задание

можно усложнить - выполнять в тишине. По окончании выполнения задания в маршрутный лист ставится время, за которое команда справилась с заданием.

Вторая площадка. «Буква «А»».

Оборудование: деревянная конструкция в виде буквы «А», размер ребра 3 м 20 см, перекладина на высоте 70 см. К конструкции прикреплены веревки по числу участников.

Ответственный за площадку объясняет участникам правила: каждый участник держит одну веревку, один участник встает на перекладину буквы «А», при согласованных действиях команды буква «А» должна «пройти», «прошагать» определенный отрезок. Если участник, по каким-либо причинам, спрыгивает с перекладины, то задание нужно начать сначала. Как вариант, задание можно усложнить - выполнять в тишине. По окончании выполнения задания в маршрутный лист ставится время, за которое команда справилась с заданием.

Третья площадка. «Лабиринт на покрывале».

Оборудование: покрывало с разметкой извилистой дорожки, игрушечная машинка.

Ответственный за площадку объясняет участникам правила: каждый участник держит полотно (покрывало) двумя руками, таким образом, чтобы большой палец был сверху. Необходимо несильным потрясыванием полотна направлять машинку по заданному маршруту. Как вариант, задание можно усложнить - выполнять в тишине. По окончании выполнения задания в маршрутный лист ставится время, за которое команда справилась с заданием.

Четвертая площадка. «Платформа с водой».

Оборудование: платформа, на которой в центре стоит стакан с водой, кроме того, к краям платформы равномерно прикреплены веревки по количеству участников. Размер платформы: сторона 25 см, длина веревок по 2 метра.

Ответственный за площадку объясняет участникам правила: каждый участник держит одну веревку, на платформе находится стакан с водой. Необходимо пройти всей команде с платформой через препятствие, не пролив воду из стакана. Как вариант, задание можно усложнить - выполнять в тишине. По окончании выполнения задания в маршрутный лист ставится время, за которое команда справилась с заданием.

Пятая площадка. «Маркер»

Оборудование: на земле (песке, траве) отмечена извилистая дорожка, деревянный маркер в виде большого карандаша, к которому прикреплены веревки.

Ответственный за площадку объясняет участникам правила: каждый участник держит одну веревку маркера. Необходимо вертикальный маркер провести по определенному маршруту, не отрывая от земли. Как вариант, задание можно усложнить - выполнять в тишине. По окончании выполнения задания в маршрутный лист ставится время, за которое команда справилась с заданием.

Шестая площадка. «Минута тишины»

Ответственный за площадку объясняет участникам правила: участники встают в круг плечом к плечу, лицом в центр. Необходимо таким образом простоять 1 минуту без звуков. По окончании выполнения задания в маршрутный лист ставится отметка, справилась команда с заданием или нет.

Седьмая площадка. «Полет над пропастью»

Оборудование: 2 покрывала, канатная веревка.

Ответственный за площадку объясняет участникам правила: каждому участнику необходимо «пролететь» над «пропастью», используя только веревки, команда должна решить самостоятельно каким образом переправить человека с одной стороны «пропасти» на другую. Покрывала обозначают стороны «пропасти». По окончании выполнения задания в маршрутный лист ставится время, за которое команда справилась с заданием.

По окончании тимбилдинга все участники и организаторы собираются для подведения итогов мероприятия и награждения. Психолог организует студентов к повторной отметке цветом своего настроения на ватмане «Радуга настроения».

Ведущий: вот и подошло к завершению наше мероприятие «Жизнь в позитиве». Неформальное общение, интересные формы взаимодействия на свежем воздухе, вкусный обед, способствовали решению поставленных задач, создавая позитивную атмосферу дружбы и активного сотрудничества, о чём свидетельствует и мониторинг психологического состояния участников «Радуга настроения».

(Награждение участников грамотами и сладкими призами).

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

- 1) Макаartyчева Г.И. Тренинг для подростков: профилактика асоциального поведения - Изд-во: Речь, 2018 г. - 192 с. ISBN: 5-9268-0435-3
- 2) Тренинг развития жизненных целей/Под редакцией Е.Г.Трошихиной - Изд-во: Речь, 2016 г. ISBN: 5-9268-0019-6, 5-9268-0039-0
- 3) Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации"