

Рассмотрено на Общем собрании  
трудового коллектива  
Протокол №2 от 9.01.2024 года

Утверждаю



Директор МУ ГЦ ППМС

Приказ 01-14/6/1 от 9.01.2024 года

## ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Ярославль

2024

## Раздел 1. Пояснительная записка

Ключевым документом, определяющим для каждого конкретного образовательного учреждения организационно-управленческие и содержательно - деятельностные предпосылки осуществления этой миссии, является его **образовательная программа**. Она позволяет подчинить входящие в нее образовательные программы, учебную и другие виды образовательной деятельности достижению стратегической цели – раскрытию и развитию с их помощью человеческого потенциала каждого ученика и направленного формирования именно тех ключевых и иных компетентностей, которые представляются наиболее актуальными в социально-культурной и социально-экономической перспективе.

Образовательная программа является нормативно-управленческим документом МУ ГЦ ППМС

Программа включает дополнительные общеразвивающие программы социально – педагогической направленности:

- дополнительная образовательная программа «Родителям о детях. Диалоги о здоровье»,

- дополнительная образовательная программа «Школьный педагог: ресурсы и возможности, успешность и здоровье»,

- дополнительные общеразвивающие программы для обучающихся:

- ✓ «Психологическая подготовка к экзаменам»

- ✓ «Школа спикеров»

- ✓ «Формирование социальной инициативы и лидерских качеств»

Программа отражает актуальное состояние организации образовательного и коррекционно-развивающего процессов и обоснование выбора педагогическим коллективом содержания образования и технологий его реализации в направлении достижения цели.

Представленная образовательная программа определяет не только содержание деятельности, но и описание системы адекватных методов, средств, приемов, а также оценку достижения ожидаемых результатов, информационное обеспечение.

С точки зрения системного подхода к проектированию программы, элементный состав образовательной программы представлен следующими компонентами:

- целевой компонент – учитывая отнесенность образовательной программы к образованию, цель формулируется с учетом целевых ориентиров образовательного процесса в учреждении и на основе учета типологических особенностей различных категорий участников образовательного процесса.

- содержательный компонент – включает блок коррекционно-развивающего процесса, психолого-медико-педагогическое сопровождение процесса обучения и воспитания;

- технологический компонент – раскрывает используемые технологии коррекционно-педагогической, психологической, социальной поддержки обучающихся;

– организационно-педагогический компонент – раскрывает организационные условия реализации образовательной программы.

– результативный компонент – описание ожидаемых результатов реализации общеобразовательной программы на основе диагностики обучающихся и воспитанников, а также система мониторинга результатов реализации образовательной программы.

МУ ГЦ ППМС является звеном муниципальной системы образования города Ярославля, обеспечивающим оказание комплексной психолого-педагогической и медико-социальной помощи участникам образовательных отношений (обучающиеся, педагоги, родители).

В качестве нормативных правовых оснований проектирования образовательной программы учреждения выступают федеральные и региональные документы в сфере образования, а также локальные акты образовательного учреждения, регламентирующие коррекционно-развивающее и компенсирующее обучение детей, имеющих трудности в обучении, развитии и социальной адаптации.

## **Раздел 2. Дополнительные образовательные программы**

### **1. Дополнительная образовательная программа:**

#### **«Родителям о детях. Диалоги о здоровье».**

Деятельность, направленная на организацию работы с родителями (законными представителями) обучающихся на базе муниципального учреждения «Городской центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» осуществляется с 2001 года. Первоначальной идеей создания родительского всеобуча послужила необходимость информирования родителей по вопросам, связанным с формированием мотивации здорового образа жизни детей, со временем программа стала комплексной и включает в себя различные направления и темы, актуальные для современных родителей.

Роль родителей в становлении личности ребенка можно определить, как ведущую и приоритетную. Семья – мощное средство воспитания, с кем не может конкурировать ни один другой институт общества. То, каким вырастет ребенок, во многом определяется его положением в системе семейных отношений. Одной из проблем семейного воспитания является низкая диагностическая и психологическая компетентность родителей, неумение налаживать правильные отношения с детьми, справляться с ситуациями, когда у детей возникают трудности в учебе, в общении.

Многим родителям нужна помощь в воспитании у детей ответственного отношения к здоровью. Для решения данных задач на базе Городского Центра создано и эффективно работает в течение длительного времени такое направление, как **Родительский всеобуч**.

#### **Актуальность данной программы для родителей обусловлена:**

- необходимостью развития психолого-социальной компетентности родителей через психолого-педагогическое, социальное и медицинское просвещение;

- созданием условий для превентивного воздействия на поведение современных подростков и содействие у них сохранению и укреплению психолого-социального здоровья;

- предполагаемой системной и комплексной работы по формированию у родителей эффективных навыков работы с детьми, имеющими деструктивное поведение.

**Цели** программы «Родителям о детях. Диалоги о здоровье» работы с родителями

- повышение информированности родителей по наиболее актуальным в современном обществе вопросам воспитания детей

**Основные задачи:**

- осуществление просветительской и профилактической деятельности с родителями (законными представителями), направленной на профилактику психолого-педагогических, медицинских, правовых и социальных проблем,

- оперативное информирование родителей по актуальным проблемам детского и подросткового возраста, поведенческим особенностям детей

- актуализация позитивной и ответственной родительской позиции.

- совершенствование навыков разрешения проблемных ситуаций детско–родительских отношений.

- Активизация педагогического, культурного и правового сознания родителей.

Аудитория, на которую рассчитана дополнительная образовательная программа:

Родители и законные представители обучающихся (младших школьников; подростков; старшеклассников; бабушки и дедушки).

**Комплексная программа родительского всеобуча «Родителям о детях. Диалоги о здоровье»** состоит из нескольких блоков, а именно включает в себя:

- **просветительно-консультационную работу** (осуществление просветительской и профилактической деятельности родителей (законных представителей), направленной на профилактику психолого-педагогических, медицинских, правовых и социальных проблем; оказание консультативной помощи родителям (законным представителям),

- **практико-ориентированную деятельность** (проведение циклов тренинговых занятий по актуальным проблемам детей и подростков через реализацию дополнительных образовательных программ).

Мероприятия программы осуществляются через проведение родительских собраний (групповых консультаций) различной тематической направленности и тренинговых циклов:

- «Вместе в школу!» для родителей будущих первоклассников,

- тренинг «Отношение с подростком»,

- тренинг для родителей, имеющих детей с ограниченными возможностями здоровья

- тренинг профилактики школьной неуспешности.

**Цели программы работы с родителями:**

– повышение информированности родителей по наиболее актуальным в современном обществе вопросам воспитания детей

#### **Основные задачи:**

- осуществление просветительской и профилактической деятельности с родителями (законными представителями), направленной на профилактику психолого-педагогических, медицинских, правовых и социальных проблем (критерий – информативность, практикоориентированность, доступность информации),

- оперативное информирование родителей по актуальным проблемам детского и подросткового возраста, поведенческим особенностям детей (информативность, доступность информации)

- актуализация позитивной и ответственной родительской позиции (критерий – практико-ориентированность, доступность, информативность).

- совершенствование навыков разрешения проблемных ситуаций детско-родительских отношений (критерий – практико-ориентированность).

- активизация педагогического, культурного и правового сознания родителей (критерий – включенность).

#### **Ожидаемый результат родительского всеобуча –**

- повышение информированности родителей об основных актуальных проблемах и задачах детско-подросткового возраста

- актуализация позитивной и ответственной родительской позиции

- совершенствование навыков взаимодействия с детьми.

Результат проверяется через анализ данных справок-отзывов родителей и педагогов-заявителей, анализ анкет.

#### **Критерии эффективности работы:**

##### **1. Количественный критерий**

- отзывы родителей;

- отзывы педагогов о проведенном мероприятии;

- вопросы в конце мероприятия;

- записи по ходу проведения собрания;

- запись на индивидуальную консультацию;

- заявки на проведение новых собраний.

##### **2. Качественный критерий**

- знания о способах сохранения и укрепления здоровья детей

- активное участие родителей в здоровьесберегающей деятельности школы

- ответственное отношение родителей к здоровью детей, здоровьесохраняющий климат в семье.

**Методы оценки:** анкетный метод, контент-анализ, количественный (процентный) метод.

Программа реализуется с 2001 года (апробация отдельных тем – с 1999 года). Мероприятия проводятся для родителей обучающихся школ.

Профилактические мероприятия (просветительно-консультационная работа) проводятся на базе МУ ГЦППМС по заявительному принципу от образовательных организаций и согласованию времени проведения по индивидуальному графику. Длительность мероприятия от 1 часа.

Дополнительная образовательная программа в форме коррекционно-развивающих тренингов осуществляется на базе МУ ГЦ ППМС, в установленное время (вечернее) по графику: 1 раз в неделю. Длительность 1 занятия – 2 часа, общее количество часов на одну подпрограмму – 16 часов.

### 1.1 Тематика просветительско-профилактических мероприятий для родителей

<p><b><u>I. Общешкольные собрания и конференции</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Форма проведения собрания разработана для большого количества участников</li> <li>▪ Возможно участие нескольких специалистов ГЦ ППМС</li> <li>▪ Для проведения мероприятия используется презентация</li> <li>▪ Время проведения по согласованию с организаторами мероприятия</li> </ul>
<p><b>1. Формирование мотивации к ЗОЖ у учащихся.</b>  <i>Что мы понимаем под здоровым образом жизни? Как правило, в данном случае речь идет о правильном питании, занятиях физическими упражнениями, закаливании, соблюдении режима дня, соблюдении норм гигиены и отказ от вредных привычек. Как сформировать мотивацию к ведению здорового образа жизни. Как выстроить целостную систему ЗОЖ, в которую будет вовлечена семья и школа вы узнаете на этом собрании.</i></p>
<p><b>2. Толерантное (терпимое) поведение.</b>  <i>Что такое толерантность, как она проявляется. Как воспитывать в наших детях уважение, терпимость к другой культуре, ее обычаям, традициям проявлениям, но при этом сохранить свою культуру, самобытность, сделать национальную культуру основой всего чему учится ребенок. Обсудим эти острые вопросы...</i></p>
<p><b>3. Формирование негативного отношения к применению курительных смесей у школьников.</b>  <i>Реклама курительных смесей продолжает появляться повсеместно. Основными жертвами спайсов становятся подростки в возрасте 12 - 14 лет. Что такое курительные смеси, как понять, что ваш ребенок их употребляет, каковы последствия и как предотвратить употребление этих веществ, об этом расскажут специалисты ГЦ ППМС.</i></p>
<p><b>4. Последствия употребления ПАВ в школьном возрасте.</b>  <i>Важный адресат профилактики употребления ПАВ – семья, в которой воспитывается ребенок. На собрании специалисты познакомят родителей, по каким признакам можно определить, что ребенок употребляет ПАВ, расскажут, что такое прямая и непрямая профилактика, каковы последствия употребления и куда обратиться за помощью в случае необходимости.</i></p>
<p><b>5. Моя история: история семьи в истории России или кем были наши предки.</b>  <i>«У каждого из нас своя история, она вплетена в нашу будущую жизнь...» Француза Дальто</i>  <i>У нас есть повод быть благодарными людям, которые дали нам жизнь... Кто были наши предки, где они жили?.. Почему важно осознать, что наша история именно такая и принять ее? Как сделать изучение семейной истории делом, объединяющим всю семью. Как воспитать патриотические чувства через привязанность к тем местам, где человек родился и вырос, через уважительное отношение к историческому прошлому Родины, своего народа, его обычаям и традициям;</i></p>
<p><b>6. Как себя вести, если ребенку нужна помощь. Родителям и другим взрослым, которые находятся рядом с детьми.</b>  <i>Что делать взрослым (родителям, преподавателям, воспитателям), когда они сталкиваются с детьми, испытывающими серьезные проблемы. Как понять, что ребенку нужна помощь? Что предпринять, если он рассказывает вам совершенно дикие истории своей жизни, делится фантазиями?.. Что такое насилие. Типы насилия. Как понять, что ребенок подвергся/подвергается насилию. Как реагировать и что предпринять в случае выявления совершения фактов насилия над ребенком.</i></p>
<p><b><u>II. Тематические классные собрания и собрания для параллелей классов</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Традиционная форма проведения собрания</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Время проведения 40-50 минут</li> <li>▪ Проводится одним или двумя специалистами (психолог, педагог, врач)</li> <li>▪ Возможно применение презентации</li> </ul>
<p><b>Возрастные особенности детей (анатомо-физиологические и психологические особенности детей)</b></p>
<p><b>7. Возрастные особенности ребенка от 0 до 7 лет.</b>  <i>В дошкольном возрасте развитие ребенка происходит динамично и вместе с тем неравномерно, хотя в целом относительно высокими темпами. На собрании можно получить представление о личностном и эмоциональном развитии ребенка в раннем детстве, более подробно узнать об этапах развития речи, рассмотреть особенности развития предметной деятельности, игры, воображения, восприятия, внимания, памяти, мышления, а также получить информацию о изменении анатомо-физиологических параметров в этот период.</i></p>
<p><b>8. 8. Возрастные особенности ребенка от 7 до 12 лет.</b>  <i>Предметом разговора станет младший школьный возраст, начиная от кризиса 7 лет и заканчивая началом подросткового периода. Возникновение личного сознания, переход к новой социальной ситуации – позиции школьника, формирование произвольного поведения, самосознание – эти и другие новообразования возраста, а также анатомо - физиологические особенности этой возрастной группы, вы узнаете из этого собрания.</i></p>
<p><b>9. Возрастные особенности ребенка от 12 до 14 лет.</b>  <i>Важный и сложный период перехода от «детства» к «взрослости», приобретение эмоциональной независимости от родителей и других взрослых. Основной особенностью подросткового возраста является глубокая перестройка организма — половое созревание. Этот период является непростым, как для родителей, так и для детей. Как проявляются и на что влияют психологические и физиологические новообразования подросткового возраста расскажут специалисты нашего центра.</i></p>
<p><b>10. Возрастные особенности ребенка от 15 до 18 лет.</b>  <i>Еще не взрослый, но уже и не ребенок.....Ведущий тип деятельности в этом возрасте - учебно-профессиональная. Среди новообразований выделяют: психологическая готовность к самоопределению, формирование идентичности и устойчивого образа "Я". В физическом плане продолжается рост и развитие организма. Показатели физического развития мальчиков становятся выше показателей девочек. На этом собрании речь пойдет о психологических и физиологических особенностях взросления.</i></p>
<p><b>Физическое здоровье школьника</b></p>
<p><b>11. Продукты на нашем столе, что полезно?</b>  <i>Перед тем как положить в супермаркете в корзину очередной продукт, задайтесь вопросом: все ли из того, что вы выбрали, безвредно для здоровья Вашего ребенка? Может от чего-то стоило бы отказаться?..</i></p>
<p><b>12. Случайности не случайны. Роль родителей в обеспечении безопасности жизни детей.</b>  <i>Все случайности – закономерны, но не для случайных взглядов          Леонид Семенович Сухоруков          Случайность – это не что иное как - нераспознанная закономерность. Может ли родитель предотвратить травмы и другие неприятности своих детей.</i></p>
<p><b>13. Грипп или простуда. Как быть?</b>  <i>Типичные простудные симптомы: боль в горле, кашель, насморк, повышение температуры тела, не всегда являются проявлениями гриппа. Их причиной могут быть и другие вирусы, и бактерии. Как облегчить состояние ребенка, опасно ли переносить простуду на ногах, когда следует обращаться к врачу?..</i></p>
<p><b>14. Как помочь младшему школьнику учиться: организация учебного труда и свободного времени дома, роль родителей в формировании привычки планирования дня ребенка.</b>  <i>Часто родители сами планируют день своего ребенка, расписывая все по минутам. Хорошо ли это? Каким должен быть родительский контроль, где найти золотую середину, чтобы и самостоятельность воспитать и помочь ребенку адаптироваться к учебному процессу и быть в курсе жизни ребенка.</i></p>

<p><b>15. Влияние физического здоровья на успешность обучения в школе: ВСД, часто болеющие дети, астенический синдром.</b></p> <p><i>Несоблюдение норм ЗОЖ ведет к переутомлению школьников. Растущий организм испытывает перегрузки, которые могут привести к астеническому синдрому, к снижению иммунитета, и другим проблемам со здоровьем. Подростки часто болеют, пропускают занятия и не в состоянии качественно усваивать учебную программу. Как выйти из этого круга?</i></p>
<p><b>16. Наиболее распространенные заболевания среди школьников и их профилактика: заболевания органов зрения, опорно-двигательного аппарата, сколиозы.</b></p> <p><i>В подростковом возрасте наблюдается напряженная работа всех органов и систем организма. На первом месте по частоте встречаемости у выпускников школ Ярославской области находятся заболевания органов зрения, далее следуют проблемы опорно-двигательного аппарата. Что может сделать родитель, чтобы избежать этих проблем со своим ребенком.</i></p>
<p><b>Обучение ребенка</b></p>
<p><b>17. Адаптация детей раннего возраста к условиям дошкольного образовательного учреждения.</b></p> <p><i>Поступление ребёнка в ясли или садик вызывает, как правило, серьёзную тревогу у взрослых. Ребёнок в семье привыкает к определённому режиму, к способу кормления, укладывания.... От того, как пройдёт привыкание малыша к новому распорядку дня, к незнакомым взрослым и сверстникам, во многом зависит его дальнейшее развитие и благополучное существование в детском саду и в семье.</i></p>
<p><b>18. Семья на пороге школьной жизни ребенка. Как преодолеть трудности адаптации у первоклассника к школе.</b></p> <p><i>Начало обучения в школе — это не только учеба, новые знакомые и впечатления. Это новая среда и необходимость подстраиваться под новые условия деятельности, включающие в себя физические, умственные, эмоциональные нагрузки для детей. При этом общих рецептов быть не может, адаптация — длительный и индивидуальный процесс, успех которого во многом зависит родительской компетентности.</i></p>
<p><b>19. Ребенок идет в пятый класс... Рекомендации родителям о профилактике стресса и переутомления детей.</b></p> <p><i>Любые переходные периоды в жизни человека всегда связаны с проблемами. Переход учеников из начальной школы — это сложный и ответственный период; от того, как пройдет процесс адаптации, зависит вся дальнейшая школьная жизнь ребенка. Наша задача — разобраться в том, что происходит сейчас с детьми, что их волнует и беспокоит, с какими проблемами они сталкиваются, и определить, какую реальную помощь может оказать родитель.</i></p>
<p><b>20. Плохие оценки: что делать, если ребенок не хочет или не может учиться. Формирование ответственного отношения к учебе.</b></p> <p><i>Плохие оценки часто отравляют жизнь не только самому ученику, но и всей семье в целом. Понять причины и найти выход из ситуации порой нелегко, но это необходимо сделать, если мы хотим, чтобы ребенок был благополучен.</i></p> <p><i>Для того чтобы ребенок хорошо и с интересом учился, и в будущем смог реализовать себя в жизни, перед ним должны быть поставлены не только внешние цели и задачи (уметь читать, писать, считать...), но, прежде всего, должна быть сформирована внутренняя среда процесса обучения.</i></p>
<p><b>Экзамены и выбор профессии</b></p>
<p><b>21. Итоговая аттестация выпускников начальной школы. Психологическая готовность. Подходит время выявления уровня сформированности наиболее существенных и значимых для дальнейшего обучения универсальных учебных действий? Волнуетесь больше своего ребенка?</b></p>



<i>Давайте обсудим тему вместе...</i>
<p><b>22. Как создать условия в семье, чтобы ребенок хорошо сдал экзамены и ЕГЭ?</b>  <i>Психологическая устойчивость выпускников школы - одно из условий успешно сданных экзаменов. Одна из важнейших задач семьи психологическая поддержка и коррекция психологического состояния сына или дочери в период подготовки к ЕГЭ.</i></p>
<p><b>23. Роль семьи в профессиональном самоопределении подростка. Варианты обучения после 9 и 11 класса. Где получить необходимую информацию?</b>  <i>Влияние семьи на процесс профессионального самоопределения подростка может быть, как стимулирующим, позитивным, так и не совсем адекватным. Поэтому, многие родители учащихся в период выбора профиля обучения нуждаются в психологической помощи.</i></p>
<p><b>Детско-родительские отношения</b></p>
<p><b>24. Эффективное общение родителей с детьми. Возможные трудности и пути преодоления.</b>  <i>Как общаться, чтобы дети нас слышали, как донести до них то, что мы хотим, как хвалить и наказывать, все об эффективных способах общения с детьми.</i></p>
<p><b>25. Конфликты в семье. Способы мирного существования.</b>  <i>Подростковый возраст - это период становления личности, когда ребенок становится колючим и неудобным. Как понять, помочь, услышать своего подростка. Как реагировать на изменившееся поведение, как выйти из конфликта, как сохранить отношения, что считать нормальным проявлением подросткового возраста, а что является маркером проблемы?</i></p>
<p><b>Ребенок и отношения со сверстниками</b></p>
<p><b>26. Белая ворона. Проблема моббинга в школьных коллективах. Кто виноват, и что делать?</b>  <i>Может случиться так, что именно ваш ребенок настолько сильно отличается от остальных, что вызывает отторжение коллектива детей, в связи со своими личностными особенностями, взглядами или особенностями внешности. Он подвергается насмешкам, не участвует в делах класса и т.д. Важно разобраться в причинах и понять, как помочь «белой вороне» стать частью стаи.</i></p>
<p><b>27. Дружба в жизни школьника. Как улучшить отношения в классном коллективе.</b>  <i>Для многих родителей школа, это, прежде всего, место, где ребенок учится, но чем старше становится школьник, тем более актуальным для него становится общение со сверстниками и построение дружеских связей. Каким законам подчиняется дружба наших детей, как помочь ребенку стать хорошим другом, в чем причины того, что с ребенком никто не дружит, давайте разбираться...</i></p>
<p><b>Подростковые трудности</b></p>
<p><b>28. Конфликт «отцов и детей». Как научиться понимать друг друга.</b>  <i>Разрыв поколений, несомненно, создает определенные трудности в общении. Как понять своего ребенка, как правильно конфликтовать, как дружить со своим ребенком, оставаясь для него авторитетом.</i></p>
<p><b>29. Неформальные молодежные течения, их особенности и способы взаимодействия с подростками.</b>  <i>Направленность неформальных молодежных объединений представлена широким спектром: от явно асоциальных группировок, до вполне безобидных и законопослушных. Различные неформальные молодежные объединения имеют свою идеологию, специфику типичных видов деятельности, символику одежды, сленг и т.п. Взрослым часто закрыта дверь в этот мир, давайте немного приоткроем завесу....</i></p>
<p><b>30. Эксперименты с весом и телом у подростков: за и против (вред и польза диеты, опасности пирсинга, татуировок, причины и последствия рискованного поведения).</b>  <i>Ребенок становится взрослым, ищет себя, экспериментирует со своей внешностью. Разрешить или запретить, как понять и принять. В чем причины рискованного поведения.</i></p>

### **31. Ответственность подростка перед законом.**

*Предупрежден, значит вооружен. И родители, и подростки должны быть юридически грамотны и знать, как действовать в той или иной ситуации с точки зрения соблюдения законов. Поговорим о том, с какими проблемами с законом наиболее часто встречаются подростки и как с ними справляться.*

### **32. Взаимоотношения юношей и девушек: первое внимание к противоположному полу, влюбленность и ухаживания.**

*Это прекрасное чувство – любовь.... Приходит время, и ваш ребенок впервые встречается с этим чувством. Влюбленность несет с собой очень сильные чувства и эмоции. Как быть рядом и помочь ребенку в это прекрасное и беспокойное время...*

### **33. Снижение успеваемости в среднем звене. Причины и пути преодоления.**

*Ваш успешный ученик вдруг перестает интересоваться учебной, теряет интерес к оценкам, не делает уроки.... В чем причина? У учащихся среднего звена это частое явление, с чем это связано и как преодолеть об этом стоит поговорить.*

## **Профилактика зависимого поведения и вредных привычек у учащихся**

### **34. Употребление психоактивных веществ среди школьников, причины и последствия. Где получить помощь?**

*Курение, алкоголь, наркотики курительные смеси все эти слова очень беспокоят, особенно родителей подростков. Но, несмотря на это большинству родителей кажется, что это не коснется их ребенка, он не способен на это. В чем причины начала употребления психоактивных веществ, как понять, что ребенок с ним столкнулся и куда обратиться за помощью.*

### **35. Осторожно: курительные смеси!**

*Еще совсем недавно родители боялись, что ребенок начнет курить или столкнется с наркотиками, сейчас мы узнали о новой напасти – курительные смеси. Еще более страшными становятся они потому, что мы очень мало о них знаем. Чем опасны курительные смеси и что мы должны знать о них - в этом собрании.*

### **36. Гаджетзависимость: TV, телефон, планшет, компьютер и другие изобретения.**

*Многие из родителей, как и наши дети не представляют своей жизни без телефонов, планшетов и т.д. Но, где та грань, за которой простое использование превращается в зависимость. Как избежать этого?*

### **37. Безопасное интернет пространство. Кибермоббинг или травля в сети.**

*Интернет - пространство, как и любое другое пространство должно быть безопасным для наших детей. Как сделать его именно таким? Какие опасности подстерегают детей в интернете, как не стать жертвой мошенников, как сохранять свою интернет – репутацию, что делать если ребенка «травят» в сети, эти и многие другие вопросы мы будем обсуждать на собрании.*

## **III. Собрания – обсуждения**

▪ Данная форма проведения собрания разработана для небольших заинтересованных групп родителей

*Группа родителей может быть, как из одного, так и из разных классов*

▪ Может быть проведен цикл занятий, предложена своя тема.

## **Личностные трудности современного школьника**

### **38. Причины и последствия детской и подростковой агрессии и пути коррекции в семье.**

#### **Способы общения с агрессивными детьми в семье.**

*Родителям важно научить ребенка не подавлять, а контролировать свою агрессию; отстаивать свои права и интересы, а также защищать себя социально приемлемым способом, не ущемляя при этом интересы других людей и не причиняя им вреда. Для этого необходимо, в первую очередь, разобраться с основными причинами агрессивного поведения.*

### **39. Непоседливые дети...Родителям о способах общения с активными детьми и детьми с дефицитом внимания.**

*Активный или гиперактивный? Почему он такой? Как помочь такому ребенку понять себя и*

<p>научить общаться с другими. Секреты общения с гиперактивными детьми, особенности восприятия информации, режим дня ребенка и многое другое...</p>
<p><b>40. Тревожные дети: причины, проявления, помощь.</b> Тревожные дети часто имеют заниженную самооценку, они болезненно воспринимают критику в свой адрес, склонны обвинять себя во всех неудачах, боятся братья за новое сложное задание. Многие дети молчат, плохо идут на контакт с другими и чувствуют себя неуверенно. Как распознать тревожность и помочь с ней справиться.....</p>
<p><b>41. Мой ребенок стесняется. Как помочь застенчивому ребенку?</b> «Тихони», «робкие», «боятся чужих», «малообщительные», «запуганные какие-то» - такие слова часто слышат о своих чадах родители застенчивых детей. И хотя застенчивость не доставляет им больших хлопот, самого ребенка она часто обрекает на одиночество и сильные часто невыносимые страхи в обычных социальных ситуациях.</p>
<p><b>42. Нарушения поведения ребенка: лень, ложь, воровство. Что делать родителям?</b> Когда в школе вы узнаете, что сына или дочь обвинили в воровстве, вы испытываете стыд. А когда на вопрос "Почему ты взял чужую вещь?" следует ответ "Я не брал!", вас охватывает еще и гнев. Чтобы принять правильные воспитательные меры, родителям нужно знать, почему дети воруют и лгут.</p>
<p><b>43. Леворукий ребенок в классе. Особенности межполушарной функциональной асимметрии мозга у школьников.</b>  Каковы причины леворукости? Действительно ли леворукие — какие-то «особенные» люди? Правда ли, что они необыкновенно талантливы? Как определить ведущую руку? Нужно ли переучивать левшу и какие могут быть последствия в связи с этим? Все, что вы хотели знать о леворуком ребенке, но стеснялись спросить.</p>
<p><b>Для Вас, родители</b></p>
<p><b>44. Конфликт в соседней комнате.</b> Часто родителям кажется, что стоит отгородиться от ребенка дверью, и он не знает, что происходит в семье, главное не ссорится при ребенке, считают многие. Конфликты возникают в каждой семье, как объяснить ребенку что происходит, как сделать так, чтобы дети не страдали от проблем взрослых.</p>
<p><b>45. Когда мама и папа не вместе.</b> Жизнь складывается по-разному, может быть так, что мама и папа расстаются, может быть, что они и не жили вместе. Если по какой-то причине ребенок воспитывается одним из родителей, возникают вопросы, на которые часто сложно ответить.</p>
<p><b>46. Приемный ребенок в семье.</b> Роль замещающего родителя сложна в психологическом плане. Человек боится оказаться "плохим родителем" и эта установка заведомо провоцирует недоверие к себе, формирует постоянную потребность доказывать свою любовь ребенку. Приемные родители испытывают множество опасений и сталкиваются с различными трудностями, как обойти подводные камни и стать родителем расскажут психологи.</p>
<p><b>47. Детская ревность, как быть? Рождение второго ребенка.</b> Классическое проявление ревности — когда старший ребенок втайне от родителей причиняет вред беззащитному новорожденному. Однако не все дети выражают свою ревность таким способом. Иногда эта обида проявляется в внешне беспричинном плохом поведении, капризах, даже болезнях. Так первенец дает понять, что ему не хватает маминой любви, пытается вновь вернуть себе родительское внимание. Как помочь ребенку справиться с этим чувством.</p>
<p><b>Воспитываем сына</b></p>
<p><b>48. Особенности организма мальчика, юноши и особенности гигиены.</b> Родителям о анатомо-физиологических особенностях мальчиков и юношей. Рассмотрим, как изменяется организм ребенка, как говорить на неудобные темы, как обучить правилам гигиены, как в случае возникновения проблем правильно оценить ситуацию и куда обратиться за помощью.</p>
<p><b>49. Особенности воспитания мальчиков, юношей</b> Именно в подростковом возрасте мы, родители, зачастую теряем с детьми контакт. Так водится, не успеваем мы за внутренними переменами в личности сына, предъявляем стандартный набор требований к подростку: больше усердия в школе, больше ответственности в общении, больше работы по дому. Однако подростку-мальчику сейчас требуется нечто большее.</p>
<p><b>50. Здоровье мальчика: варикоцеле, гидроцеле и другие трудности. О чем следует</b></p>

<p><b>подумать родителям.</b></p> <p><i>Проблемы с мужским здоровьем могут возникать в любом возрасте. Как не пропустить проблему и куда обратиться. На вопросы о здоровье мальчика ответит врач.</i></p>
<p><b>Воспитываем дочь</b></p>
<p><b>51. Особенности организма девочки, девушки и особенности гигиены.</b></p> <p><i>Родителям об анатомо-физиологических особенностях девочек и девушек. О том, как изменяется организм ребенка. Как говорить на неудобные темы, как обучить правилам гигиены, как в случае возникновения проблем правильно оценить ситуацию и куда обратиться за помощью.</i></p>
<p><b>52. Особенности воспитания девочек, девушек.</b></p> <p><i>Принято считать, что девочек воспитывать легче, чем мальчиков. Дескать, мальчики озорные, а девочки гораздо спокойней. Да и матерям их понять проще – все-таки женская психология... Но при ближайшем рассмотрении, как это часто бывает, оказывается, что подобные взгляды не соответствуют действительности.</i></p>
<p><b>53. Менструальная функция у девушек и ее нарушения</b></p> <p><i>Здоровье будущей женщины и матери закладывается с детства. Здоровье девушки, это прежде всего здоровое состояние ее репродуктивной системы, поэтому важно знать нормы развития репродуктивной системы, для того, чтобы на ранних этапах обнаружить нарушения и обратиться за медицинской помощью.</i></p>
<p><b>54. Анорексия. Загадочная болезнь девушек – подростков.</b></p> <p><i>Всё чаще и чаще нам приходится сталкиваться с заболеванием, ставшим «популярным» за последние 30 лет. Что такое анорексия? Каковы причины её возникновения и насколько она опасна? Как понять, что у моего ребенка нарушение пищевого поведения?</i></p>
<p><b>Развиваем ребенка</b></p>
<p><b>55. Родителям о способах развития памяти, внимания, мышления.</b></p> <p><i>Очень часто ребенок и родители прикладывают все усилия для того, чтобы оценки были хорошими, но результаты оставляют желать лучшего. Может быть, стоит задуматься над развитием памяти, внимания и мышления и тогда процесс обучения станет более продуктивным?</i></p>
<p><b>56. Организация дополнительного образования и досуговой деятельности школьника.</b></p> <p><i>Как понять в какие кружки и секции отдать своего ребенка, как сделать так, чтобы ребенок развивался и не переутомлялся. Что делать если ребенок хочет бросить занятия, а вам кажется, что этого делать не стоит?</i></p>
<p><b>57. Что почитать? Библиотерапия для ребенка.</b></p> <p><i>Книги обладают мощным обучающим, развивающим и формирующим воздействием на ребенка. Что читать, как читать и обсуждать книги, как с помощью книг решать психологические проблемы расскажет библиотерапия.</i></p>
<p><b>58. Нужно ли проявлять эмоции? Эмоциональное развитие ребенка.</b></p> <p><i>Эмоциональная сфера является важной составляющей в развитии человека, так как никакое общение, взаимодействие не будет эффективным, если его участники не способны, во-первых, "читать" эмоциональное состояние другого, а во-вторых, управлять своими эмоциями. Понимание своих эмоций и чувств является важным моментом в становлении личности растущего человека.</i></p>
<p><b>59. Кризисы в жизни подростка. Что делать и как помочь?</b></p> <p><i>В подростковом и юношеском возрасте дети переживают огромное количество ситуаций, в которых порой не могут найти выхода, не знают что делать и куда обратиться, повышен риск суицидального и аутоагрессивного поведения. Данная тема помогает понять родителям как выявить кризисные моменты у подростков, как выстроить первичный диалог грамотно и куда обратиться за помощью.</i></p>

В основе выбора тематики лежит, в том числе и актуальность родительских запросов. В зависимости от этого, какова проблематика обращений родителей и формируется программа родительского всеобуча.

## 1.2. Программа тренинга для родителей школьников

Дополнительная образовательная программа «Тренинг по преодолению школьных трудностей»

Программа рассчитана на 18 часов

### **Пояснительная записка.**

Игнорирование психофизиологических причин возникновения школьных проблем (школьных трудностей) обязательно приводит к формированию такого психолого-педагогического явления как школьная неуспешность. Проблема школьной неуспешности гораздо шире проблемы школьной (учебной, академической) неуспеваемости. Если школьная неуспеваемость отражает неэффективность учебной деятельности школьника и понимается как низкий уровень (степень, показатель) усвоения знаний, то школьная неуспешность отражает определенное свойство личности, содержащее немало компонентов, имеющее свои характеристики...

Откуда же берутся трудности в обучении, каковы причины школьной неуспешности?

По глубокому убеждению, М.М.Безруких, директора Института возрастной физиологии РАО, школьные трудности создают сами взрослые, работающие с детьми. По причине незнания и непонимания закономерностей развития психических и физиологических процессов организма детей разных возрастных периодов они не только не умеют вовремя заметить школьные проблемы, но и не знают, как помочь их преодолеть. И у педагогов, и у родителей часто наблюдается низкая компетентность в вопросах функционального развития и здоровья детей. М.М.Безруких предостерегает: «Проблема школьных трудностей поднимается во всем мире. Это серьезнейшая проблема именно потому, что она и социальная, и психологическая, и медицинская, и педагогическая... Необходимо понимать, что если ребенок 6–7 лет имеет плохую произвольную регуляцию деятельности, то это естественно, с этим нельзя бороться, это нужно только учитывать... Незнание и непонимание физиологических или психофизиологических основ формирования базовых учебных навыков не позволяет понять механизмы возникновения школьных проблем».

Итак, к школьным проблемам в первую очередь приводит психофизиологическая и валеологическая некомпетентность взрослых, воздействующих на ребенка как в школе, так и дома. Если школьная неуспеваемость психически здорового школьника является, как правило, «браком» в работе образовательного учреждения, то школьная неуспешность – не только школы, но и семьи. Школьная успешность включает в себя некий уровень успеваемости, но он часто оказывается не на первом месте. Окружение учащегося, без сомнения, оказывает серьезное влияние на его школьную успешность. Среди факторов, влияющих на появление школьных трудностей, а в результате и школьной неуспешности, М.М.Безруких выделяет факторы внешней среды и факторы роста и развития ребенка. К неуспешности всегда приводит нарушение социально-психологической адаптации. Как же помочь ребенку научиться слушать (а не просто слышать), концентрировать внимание на существенном, осмысленно воспринимать информацию, выделять главное, делать выводы, контролировать и анализировать свои действия, нести за них ответственность? Как помочь научиться осмысленно читать, понимать содержание прочитанного? Проверяя с секундомером скорость чтения, вряд ли

можно сформировать эффективные механизмы чтения. Как помочь научиться писать разборчиво буквы и цифры? То есть помочь выработать все те умения, которые являются предпосылками учебной деятельности и способствуют предупреждению, а часто и преодолению, школьной неуспешности. И в каких условиях развивать эти способности? На все эти вопросы можно найти ответы с помощью тренинга для родителей по преодолению школьных трудностей.

Таким образом, проблема школьной неуспешности, неуспеваемости ребенка является востребованной среди родителей, процент консультаций, посвященный этой теме, на базе МУ ГЦППМС из года в год остается на высоком уровне. В результате анализа нашего опыта и научной литературы, было решено создать групповую форму работы для родителей, позволяющую в определенные сроки вывести взрослых на иное понимание сложностей детей в школе, а также в практической форме разработать варианты решения проблем школьников и их родителей в предложенной тематике.

**Цель программы** – способствовать развитию у родителей качеств и навыков, позволяющих преодолевать школьные трудности своего ребенка.

**Задачи:**

- повышение осознания причин сложностей ребенка и изучение способов помощи школьнику.
- изучение факторов, влияющих на школьную неуспешность.
- укрепление детско-родительских отношений.

Программа тренинга «Тренинг по преодолению школьных трудностей» входит в дополнительную образовательную программу МУ ГЦ ППМС «Родителям о детях: диалоги о здоровье» и состоит из 9 занятий, длительность 1 встречи – 2 часа, всего 18 часов. Рассчитаны на 10-20 родителей, проводится на базе МУ ГЦ ППМС.

**Ожидаемые результаты:**

- повысить понимание родителями своих детей.

**Родители должны научиться:**

- выстраивать эффективные коммуникативные отношения с собственным ребенком.
- овладеть теоретическими навыками общения с учетом гендерных отличий своих детей.
- научиться оценивать состояние своих детей в повседневной жизни.
- научиться оказывать помощь своим детям в образовательном процессе с учетом их личностных особенностей.
- родители должны снизить уровень эмоционального давления на своих детей.
- родители должны сформировать адекватный уровень ожиданий от своего ребенка.
- родители должны научиться, креативно создавать мотивацию к учебному процессу у своего ребенка.

•родители должны научиться находить внутренние ресурсы в повседневной жизни, для более успешного коммуникативного общения со своими детьми и другими членами семьи.

### **Логика построения программы**

В основе программы лежит принцип поэтапности. Каждая встреча логически вытекает из предыдущей и является в содержательном плане основой для следующей.

Проектируемые этапы тренинга:

I этап – организационный. Здесь формируется группа. Первичная диагностика ожиданий участников. (1 встреча)

II этап – основной. Решение поставленных задач. (4 встречи)

III этап – заключительный. Рефлексия, прогнозирование будущих жизненных планов. (1 встреча)

### **Структура занятий:**

1. Приветствие.
2. Основная часть – включает в себя лекционный материал, а также игры и упражнения на получение и закрепление нового опыта.
3. Заключение – включает в себя рефлексию полученного опыта

### **Тематический план занятий**

<b>Тема занятия</b>
1. Знакомство. Ожидания
2. «Знаю ли я своего ребенка? Знаете ли вы себя?»
3. «Мир мужчины. Мир женщины»
4. «Эмоциональное принятие ребенка»
5. «Создание креативности при общении с ребенком»
6. «Развитие внутренней мотивации»
7. «Развитие коммуникативных навыков»
8. «Усиление собственных ресурсов»
9. «Завершение»

### **1.3. Дополнительная образовательная программа тренинга для родителей будущих первоклассников**

«Вместе в школу», или как родители могут помочь ребенку подготовиться к началу школьного обучения

В каждом учебном году родителям первоклассников предстоит пережить различные трудности: домашнее задание, первые школьные драки и многое другое. У родителей появляются неизбежные трудности с тем, чтобы заставить ребёнка вовремя проснуться, позавтракать и выйти из дома. Справляться с домашними заданиями без помощи родителей могут редкие первоклассники. Но часто помощь нужна и самим родителям. Часто родителям начинают жаловаться на поведение своего ребенка: болтает на уроках, комментирует учителя, может встать во время урока и подойти к кому-нибудь, выполняет все вкривь и вкось, мешает детям, теряет вещи и учебные принадлежности и т.д. Реакция родителей на происходящее бывает самой разной. Порой родитель

намного острее переживает трудности первого класса обучения ребенка в школе, чем сам ребенок, и не знает, как с этим справиться.

Данная программа предназначена для родителей будущих первоклассников и тех, у кого дети только пошли в школу.

Программа в контексте упражнений, тем и построения логики носит авторский характер, используемые упражнения ведущих российских психологов составлены в программу согласно списку литературы.

**Цель:** Сформировать навыки эффективного сотрудничества родителя с ребенком.

**Задачи:**

1. Обучить способам эмоционального поведения.
2. Обучить анализу своего внутреннего состояния.
3. Обучить родителей речевым средствам общения, умению конструктивного общения.
4. Формирование личностных качеств и умений.
5. Повышение родительской компетентности и осознанности эмоциональных воздействий со стороны взрослых.

**Ожидаемые результаты:**

Родитель научится выбирать продуктивную стратегию общения в семье и оказывать психологическую поддержку ребенку.

**Сроки выполнения программы:** программа предназначена для родителей детей дошкольного возраста подготовительной группы и родителей детей первоклассников. Программа рассчитана на проведение 5 занятий (10 часов). Рекомендуемая продолжительность 1 занятия 1,5-2 часа. Занятия проводятся один раз в неделю. Программа тренинга входит в дополнительную образовательную программу МУ ГЦ ППМС «Родителям о детях: диалоги о здоровье». Рассчитаны на 10-12 родителей, проводится на базе МУ ГЦ ППМС.

**Форма работы:**

**Тренинг** – форма активного обучения навыкам поведения и развития личности. Эффективность тренинговой работы заключается в ее комплексном подходе. В тренинге используется теоретический и практический материалы. Работа в тренинге происходит в группах, а значит это повышает уровень усвоения теоретических и практических знаний.

**Методические средства, используемые в тренинге:**

- групповая дискуссия;
- анализ ситуаций «здесь и теперь» и «там и тогда»;
- ролевая игра;
- информирование;
- проективное рисование;
- психогимнастика;
- домашняя работа;
- чтение литературы (рекомендуется).

**Технические средства:** карандаши, фломастеры, листы формата А4, доска для записей, губка для стирания.

**Логика построения программы**



В основе программы лежит принцип поэтапности. Каждая встреча логически вытекает из предыдущей и является в содержательном плане основой для следующей.

Проектируемые этапы тренинга:

I этап – организационный. Здесь формируется группа. Первичная диагностика ожиданий участников. (1 встреча)

II этап – основной. Решение поставленных задач. (4 встречи)

III этап – заключительный. Рефлексия, прогнозирование будущих жизненных планов. (1 встреча)

**Структура занятий:**

4. Приветствие.

5. Основная часть – включает в себя лекционный материал, а также игры и упражнения на получение и закрепление нового опыта.

6. Заключение – включает в себя рефлексию полученного опыта

**Обязательные процедуры на каждой встрече в тренинговом занятии:**

- индивидуальная и групповая рефлексия в начале и конце занятия;

- психогимнастические процедуры.

**Тематический план занятий**

<b>Тема занятия</b>
1. Знакомство. Ожидания
2. Психологическая готовность к школе
3. Адаптация, кризис 7 лет
4. Тайм-менеджмент
5. Общение. Конфликты. Итог
6. В помощь родителю. Практические упражнения для занятий с детьми

**1.4. Дополнительная образовательная программа тренинга для родителей детей 11-16 лет «Отношения с подростком».**

**Пояснительная записка.**

Роль родителей в становлении личности ребенка можно определить, как ведущую и приоритетную. Семья – мощное средство воспитания, с кем не может конкурировать ни один другой институт общества. То, каким вырастет ребенок, во многом определяется его положением в системе семейных отношений. Одной из проблем семейного воспитания является низкая диагностическая и психологическая компетентность родителей, неумение налаживать правильные отношения с детьми, справляться с ситуациями, когда у детей возникают трудности в учебе, в общении.

Подростковый период развития ребенка – именно в это время происходит формирование собственного образа «Я». Родителям, в свою очередь, очень сложно принять и понять такого подростка. Поэтому в семьях нередки детско – родительские конфликты. Неудовлетворенность взаимоотношениями с родителями служит источником психологической травматизации подростков. Искреннее, открытое, уважительное общение – самое ценное, что может быть в отношениях родителей с подростком, но именно общение часто складывается не так, как нам бы хотелось.

**Цель** программы: оказание психологической помощи родителям, воспитывающих подростков, поиск внутренних ресурсов для эффективного взаимодействия в семье.

**Задачи:**

1. Повышение психологической культуры родителей;
2. Обучение умению преодолевать проблемные ситуации с подростками, а также поиск и апробация конструктивных выходов из конфликтных ситуаций;
3. Активизация процесса восприятия родителями личной семейной ситуации, своей роли в семье;
4. Создание условий для переосмысления своих стереотипов в воспитании ребенка;
5. Развитие интернальности – принятие ответственности за свои действия.

Программа входит в дополнительную образовательную программу МУ ГЦ ППМС «Родителям о детях: диалоги о здоровье». Занятия проходят в группе родителей от 8 до 12 человек, продолжительность каждого занятия 2 часа, частота занятий 1 раз в неделю. Общее количество тренинговых занятий – 10 встреч (20 часов).

**Проектируемые этапы тренинга:**

I этап – организационный. Здесь формируется группа. Первичная диагностика ожиданий участников. (1 встреча)

II этап – основной. Решение поставленных задач. (4 встречи)

III этап – заключительный. Рефлексия, прогнозирование будущих жизненных планов. (1 встреча)

**Структура занятий:**

7. Приветствие.
8. Основная часть – включает в себя лекционный материал, а также игры и упражнения на получение и закрепление нового опыта.
9. Заключение – включает в себя рефлексии полученного опыта

**Обязательные процедуры на каждой встрече в тренинговом занятии:**

- индивидуальная и групповая рефлексия в начале и конце занятия;
- психогимнастические процедуры.

**Тематический план занятий**

<b>Тема занятия</b>
1. Знакомство. Ожидания
2. Как мы говорим?
3. Какой я родитель?
4. Взросление
5. Мои ценности
6. Обратная связь
7. Ты- и я- высказывания
8. Моя семья
9. Мои ресурсы

### **1.5. Дополнительная образовательная программа цикла тренингов для родителей детей с ограниченными возможностями здоровья «Психологическое сопровождение родителей детей с ОВЗ»**

В последнее время проблема обучения, воспитания и социализации детей с ОВЗ стала очень актуальной. В настоящее время в нашей стране возможности образовательных услуг для детей – инвалидов чрезвычайно малы. Традиционной формой обучения детей с ограниченными возможностями здоровья остаются специальные (коррекционные) образовательные учреждения.

В России постепенно меняется отношение общества к теме воспитания и обучения детей с ОВЗ. В учебных заведениях принято решение о введении инклюзивного образования, то есть совместное обучение здоровых детей и детей с ограниченными возможностями здоровья.

В процессе воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов, родители часто сами подвергаются стрессам, эмоциональным срывам, что зачастую приводит к нервному истощению, замкнутости и агрессии. Это становится причиной семейных конфликтов, нарушения взаимопонимания и взаимоотношений между членами семьи (между родителями, между родителями и детьми). Психологическая помощь родителям, воспитывающих детей с ОВЗ, является очень важным направлением в работе социальных и общественных организаций. Тренинг для родителей с детьми – инвалидами – одна из форм психологической помощи.

**Программа состоит из трех циклов:**

- первый цикл занятий направлен на повышение понимания и принятия особенностей своего ребенка, а также на формирование конструктивных эмоциональных и коммуникативных связей с ним (8 занятий);

- второй цикл занятий направлен на актуализацию внутренних ресурсов в жизненном опыте женщин, изучение личной истории, обращение к детско-родительскому опыту в первичной семье (6 занятий).

- третий цикл способствует снятию психо – эмоционального напряжения родителей; анализу негативных эмоциональных состояний участников в ситуации взаимодействия с детьми; актуализации личностных ресурсов родителей и формированию адекватного образа – Я.

Такое разделение тренинга обусловлено тем, что родители переживали разные события в течение своей жизни, и у них сложилось определенное самовосприятие (М.П. Краузе). Болезнь (расстройство) ребенка рассматривается как событие, травма, наносящие удар по самооценке родителя. Родительские переживания (какими бы они ни были) неправильно связывать только с состоянием ребенка. Во многом они определяются внутренними диспозициями и ценностями самого родителя и поэтому очень важны для проживания кризиса. Одно из направлений помощи родителям заключается в том, чтобы способствовать обнаружению этих ценностей и диспозиций.

Депрессия, страх и даже неадекватное социальное поведение - это чаще всего попытки приспособиться к своему внутреннему состоянию.

Программа апробирована с родителями, имеющих детей с ОВЗ и состоящих в ЯРООИ «Лицом к миру». Занятия проходили в группе родителей от 5 до 8 человек, продолжительность каждого занятия 1,5 - 2 часа, частота занятий 1 раз в неделю.

*Первый цикл - Тренинг по психологическому сопровождению родителей детей с ОВЗ.*

**Цель** тренинга: оказание психологической помощи родителям, воспитывающих детей-инвалидов, поиск внутренних ресурсов для эффективного взаимодействия в семье.

**Задачи:**

- Снятие психологического напряжения родителей, ощущения исключительности своей ситуации;
- формирование адекватного восприятия родителями своего ребенка;
- коррекция родительского стиля воспитания;
- актуализация личностных ресурсов родителей.

*Второй цикл - Тренинг по анализу детско-родительских отношений в прародительской семье для родителей детей с ОВЗ.*

На развитие детско-родительских отношений влияют установки, которые родители усвоили в прародительской семье. Нередко эмоции, пережитые в детстве, оказывают влияние на формирование психологического контакта между родителями и детьми. Сложности в понимании и принятии своего психологического самочувствия приводят к нарушению взаимопонимания и взаимоотношений между членами семьи.

**Цель** программы: анализ детско-родительских отношений с позиции пережитого детского опыта участниками группы.

**Задачи:**

- актуализация детского опыта участников группы;
- анализ отношений в прародительской семье;
- анализ и осознание собственной позиции в семье;
- отреагирование эмоций, связанных с семейными отношениями;
- коррекция детско-родительских отношений;
- актуализация участниками тренинга личностных ресурсов.

*Третий цикл - Тренинг по психологическому сопровождению родителей детей с ОВЗ.*

**Цель** программы: оказание психологической помощи родителям, воспитывающих детей-инвалидов, поиск личностных ресурсов для эффективного взаимодействия в семье.

**Задачи:**

- снятие психо – эмоционального напряжения родителей;

- анализ негативных эмоциональных состояний участников в ситуации взаимодействия с детьми;
- актуализация личностных ресурсов родителей;
- формирование адекватного образа – Я.

## **2. Дополнительная образовательная «Школьный педагог: ресурсы и возможности, успешность и здоровье»**

Сегодня важность работы по сохранению и укреплению здоровья всех участников образовательного процесса не вызывает сомнений. Следует отметить, что какие бы реформы не проходили в системе образования в итоге они, так или иначе, замыкаются на конкретном исполнителе – школьном учителе. Именно педагог является основной фигурой при реализации на практике основных нововведений и инноваций. Эта идея является сейчас общепризнанной, и существуют различные варианты обучения педагогов внедрению в учебный общеобразовательный процесс идеи здоровьесберегающих технологий.

Опыт нашей практической деятельности и анализ научной литературы показывает, что работа педагога в рамках здоровьесбережения включает в себя, как минимум, два направления:

- Мультипликационное (опосредованное) – где педагог выступает как организатор процесса формирования мотивации здорового образа жизни у школьников. Сотрудничество Городского Центра ПМСС и школы касается помощи в обеспечении методическими, научно-практическими и интерпретационно-исследовательскими материалами и результатами по определенным аспектам здоровьесбережения.

- Самоактуализационное (непосредственное) – где педагог выступает в качестве носителя идей здорового образа жизни. Сотрудничество Городского Центра ПМСС и школы направлено на сохранение и укрепление здоровья самого педагога, для внедрения им в жизнь школы идеи здоровья сбережения.

Если по отношению к первому направлению (мультипликационному) ни у кого нет сомнений в необходимости осуществления такой деятельности: есть данные диспансеризации о плачевном состоянии здоровья школьника, есть необходимость обучать педагога как ему заботиться о здоровье ученика и есть заказ на уровне Президента России об актуальности и перспективности такой работы.

То по отношению ко второму направлению: «А надо ли учить педагога заботиться о его собственном здоровье?» пока много разногласий. Дело это трудное, зачастую неблагоприятное, финансово затратное и некоторыми государственными структурами расцениваемое как нерентабельное. Существует даже точка зрения, что современного педагога (видимо под которым подразумевается педагог работающий в системе образования не первый год, т.к. эта категория во многих ОУ составляет от 50 до 80% состава школы) с его стилем мышления не переделаешь, проще учить идее

здоровьесбережения студентов, будущих педагогов и ждать, когда они, придя в школы будут реализовывать эту идею.

Но, во-первых, не факт, что современные выпускники педагогических вузов в большом количестве пойдут работать в ОУ (зарплата низкая, престиж не высокий), а во-вторых, даже если и пойдут работать, то не факт, что будут реализовывать здоровьесберегающую педагогику, поскольку это специальная деятельность, требующая освоения и постоянного совершенствования.

Городской Центр, работая с педагогическими коллективами уже продолжительное время, придерживается точки зрения, что не только нужно и можно обучать педагогов здоровьесберегающим технологиям, но и при грамотно организованном обучении можно достигать высоких результатов в вышеуказанной деятельности, чему имеются научные подтверждения.

Во-первых, есть объективные данные, говорящие за то, что положение не столько со здоровьем у педагогов не совсем удовлетворительное, сколько с восприятием этого здоровья и эти факты должны знать структуры руководящие на высшем уровне процессом обучения и воспитания подрастающего поколения. Не вполне здоровая позиция педагога в психологическом или социальном плане сказывается на качестве обучения.

Во-вторых, необходимо и востребовано обучение педагогов здоровьесберегающим технологиям по отношению к взрослому населению, а самое главное, это долгосрочное капиталовложение со стороны школы, сопровождаемое Городским Центром ПМСС приводит к реальным изменениям в плане профессионального педагогического (профилактического) мышления, что качественно меняет результативность и эффективность учебно-воспитательного процесса.

В результате пилотажных исследований в рамках подготовки к педагогическим советам (для репрезентативности выборки были взяты по одной школе каждого из районов, всего 150 педагогов):

- От 56 до 77% педагогов считают, что «моя работа ухудшает самочувствие».
- Самые частые заболевания на которые жалуются педагоги – это заболевания позвоночника (до 70%), гипертония (не менее 40%), ларингит (от 45%), причем это те заболевания, которые как считают педагоги они приобрели, работая в школе.
- Отношениями с другими участниками образовательного процесса довольны не более 53% респондентов.
- Отношение к себе «часто меняется» в среднем у половины опрошенных педагогов.

Вышеуказанные факты позволяют говорить об отсутствии адекватной самооценки (колеблющаяся), что для взрослого человека является показателем дезадаптации, о ситуативном уровне развития профессионального мышления педагога (нецелостное видение перспектив, неконструктивное восприятие ситуации, неадекватное отреагирование негативных эмоций).

С другой стороны в рамках вышеуказанной анкеты получены, на первый взгляд, противоречивые данные:

- От 70 до 80% педагогов в целом положительно относятся к работе.
- Поддержку своей работы и ее нужности, важности и целесообразности в собственной семье получают не более 50% педагогов.
- Занимаются спортом и профилактикой своих заболеваний регулярно менее 20% педагогов.
- Чтобы быть здоровым и заботиться о здоровье 50% педагогов не хватает финансовых средств, 40% - времени. 10% указали отсутствие силы воли, организованности, желаний.

Если проинтерпретировать полученные данные, то можно говорить, с одной стороны, о высокой восстанавливаемости и трудоспособности педагогов, а с другой стороны о не совсем правильном распределении «подпитывающих ресурсов», которые берутся не в семье и активном отдыхе, профилактике собственных сторон здоровья, а черпаются из резервов организма, что в свою очередь приводит к быстрому истощению и неудовлетворенностью деятельностью.

Для решения данных задач на базе Городского Центра психолого-медико-социального сопровождения создано и эффективно работает в течение 8 лет направление работы – Педагогический всеобуч.

**Цель** – формирование мотивации на ЗОЖ у педагогических коллективов школ.

**Задачи:**

- приобретение педагогами знаний, умений, навыков (ЗУН) или компетентности по управлению собственными компонентами здоровья;
- приобретение педагогами ЗУН (компетентности) по управлению здоровьем учащихся (умение проводить классные часы, дни здоровья, организовывать работу с родителями).

**Продукт работы:** педагог, внедряющий здоровьесберегательные технологии в образовательный (учебный и воспитательный процесс школы), мотивированный на сохранение собственного здоровья.

**Потребители услуги:** педагоги общеобразовательных школ

**Эффективность работы:** изменение в одном или нескольких компонентах (аспектах) отношения к здоровью

Когнитивный компонент (изменение в системе знаний о здоровье и способах его сохранения, увеличение объема, ретрансляция по отношению к себе.)

По нашим исследованиям на начальных этапах работы Педагогического всеобуча около 70% педагогов констатируют у себя наличие знаний о здоровье и способах его сохранения, к концу цикла обучения (от 1 до 2 учебных годов) этот процент возрастает до 80%. При этом начало следующего этапа в обучении здоровьесбережения на тех же педагогах констатирует факт, что уже менее 55% педагогов заявляют у себя наличие знаний о здоровье и способах его сохранения – т.е. сами педагоги начинают иначе оценивать свою систему знаниевой компетентности, происходит

переоценка своих знаний в общей системе знаниевой информации в современном мире.

Ценностно-смысловой компонент (какова ценность здоровья, смысл в жизни). Как правило, на всех этапах обучения констатируется высокая ценность здоровья, при этом мы считаем, что она более декларируемая, чем реальная, поскольку зачастую не подкреплена двумя нижеследующими аспектами.

Эмоционально-волевой компонент (принятие осознанного решения быть здоровым, готовность педагогов к работе в школах здоровья.)

Деятельностный компонент (конкретные поступки, действия, навыки, обеспечивающие ЗОЖ)

Условием управления здоровьесбережением в школе является наличие системы подготовки педагогических кадров в работе по здоровьесбережению обучающихся и самооздоровлению педагогов. Использование нами компетентного подхода позволяет достигать поставленных целей.

Приступая к любой работе, а к педагогической особенно, педагог должен иметь представление об объекте и результате своего воздействия. Таким образом, существенное условие управления здоровьесбережением – информированность. Для получения объективной информации необходимо функционирование в школе служб сопровождения (находящихся как внутри школы, так и достигаемых при сотрудничестве с внешним партнером – Городским центром ППС) – психологической, медицинской и службы функциональной диагностики, которые обеспечивают информированность об участниках и самом образовательном процессе, что является вторым существенным условием управления здоровьесбережением в школе.

Формирование профилактического профессионального педагогического мышления учителя является составной частью позиционного роста педагогов и учащихся и информированности об образовательном процессе (мониторинг здоровья, мониторинг качества образования). Профилактическое мышление становится в современных условиях логическим продолжением принципов личностно-ориентированной педагогики.

Профилактическое мышление, затрагивая глубинные основы самости человека, обеспечивается через всю систему управления и организации образовательного процесса. Эта твердая система взглядов, идей на образование как сферу здоровых, миротворческих отношений, определяет существенное условие управления здоровьесбережением в школе.

#### Принципы работы

Первоначально разработанные принципы работы Педагогического всеобуча не утратили актуальности и по сей день.

Они включают в себя следующие:

- гуманистичность - терпимое и доброжелательное отношение андрагогов (педагогов обучающихся школьного учителя) к обучающимся, понимание закономерностей обучения взрослых и сложности изучаемого феномена здоровье.



- полезность – информирование и передача таких знаний и умений, которые могут быть применены слушателями в реальной педагогической деятельности;

- практичность – ориентация на конкретные приёмы, способы решения проблемных ситуаций, типичных затруднений в педагогической деятельности;

- осознанность – создание условий для осознания слушателями процессов, происходящих во время обучения, с целью трансформации рефлексии на процесс осуществления профессиональной деятельности;

- креативность – создание условий для раскрытия творческого потенциала педагогов и его использования, в том числе и в практической деятельности;

- перспективность – обучение прогнозированию ближайших и отдалённых последствий педагогических воздействий, как для школьника, так и для самого педагога, формирование мотивации на здоровый образ жизни.

- вариативность – умение транслировать для одной и той же группы педагогов в разные периоды времени сходную информацию с различной глубиной и степенью научной проработки информации.

Критерии эффективности работы с педагогами позволяют оценить достижение результатов по формированию профилактического профессионального педагогического мышления, главными из которых являются:

#### 1. Критерии мультипликационного (опосредованного) направления

•Знаниевая здоровьесберегающая компетентность (знания о способах сохранения и укрепления здоровья, здоровьесберегающих технологиях, умение оперировать фактами о состоянии здоровья локального и широкомасштабного плана, умение аргументировать собственную позицию).

•Деятельностная здоровьесберегающая компетентность (наличие мероприятий здоровьесберегающей направленности в образовательной (учебной и воспитательной) деятельности педагога).

#### 2. Критерии самоактуализационного (непосредственного) направления

•Знаниевая здоровьесберегающая компетентность (знания о способах сохранения и укрепления здоровья взрослого человека, информированность о вариантах и способах получения медико-психологической помощи).

•Деятельностная здоровьесберегающая компетентность (система регулярных мероприятий по сохранению и укреплению своего собственного здоровья).

•Коммуникативная здоровьесберегающая компетентность (владение конструктивными способами решения проблемных и конфликтных ситуаций, оперирование навыками активного слушания, наличие фрустрационной устойчивости: предоставление права себе и другим совершать ошибки без осуждения своей личности или личности другого).

- Эмоциональная здоровьесберегающая компетентность (умение отреагировать негативные эмоции, использование разнообразных приемов совладания со стрессом, интерес педагога к самому себе, принятие самого себя).

- Компетентность личности и высшая компетентность, (наличие мотивации на ЗОЖ)

- В течении длительной работы Педагогического всеобуча нам удалось доказать, что он может оказывать воздействие и видоизменять уровень и качество здоровья, не столько на физическом уровне, сколько на духовном и душевном уровнях (объединенных ныне в науке под понятием психологического здоровья). Но если в отношении физического здоровья есть хорошо разработанные критерии, позволяющие отследить динамику изменений состояния организма, как детского, так и взрослого, то в отношении психологического здоровья такие критерии не проработаны достаточно глубинно ни в научной литературе, ни в практической деятельности

**2.1 Дополнительная образовательная программа: «Школьный педагог: ресурсы и возможности, успешность и здоровье»**  
**УЧИТЕЛЬ И ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ:**  
**ПОНИМАНИЕ И ВНЕДРЕНИЕ ИДЕИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ**

Нумерация	Тема
1.1.	Психология здоровья: теоретический и практический аспект. Критерии психологически здорового педагога и ученика.
1.2.	Способы формирования ценностного отношения к здоровью среди учеников начальной, средней и старшей школы.
1.3.	Эффективная работа на уроке: как работать продуктивно и не уставать.
1.4.	Как провести внеклассное мероприятие по здоровьесбережению?
1.5.	Особенности проведения внеклассного мероприятия по профилактике зависимостей в школе: компьютерная (интернет, игровая, виртуальная), мобильная, ПАВ.
1.6.	Причины неврозов (школьные). Варианты решения проблемы.
1.7.	Профилактика травматизма в школе. Что делать, если рядом нет врача?
1.8.	Нарушения в поведении детей. Причины. Пути решения.
1.9.	Инклюзивное образование: необычные дети в обычной школе.

**УЧИТЕЛЬ И УЧЕНИК: ПОНИМАНИЕ ДРУГ ДРУГА**

Нумерация	Тема
-----------	------

2.1.	Психологическая помощь учителя «нестандартным» детям» (мышление леворуких и праворуких детей, особенности учащихся с нарушением внимания, одаренные дети).
2.2.	Синдром школьной неуспешности: способы преодоления и предупреждения, пути решения проблемы.
	Обучение с удовольствием и увлечением (психологические рекомендации по учету ведущей репрезентативной системы, ведущего полушария, учет разнообразных способов переработки информации).
2.3.	Обучение с удовольствием и увлечением (психологические рекомендации по учету ведущей репрезентативной системы, ведущего полушария, учет разнообразных способов переработки информации).
2.4.	Современный школьник: особенности и проблемы воспитания. Взаимодействие с проблемными учениками. Способы установления контакта с «особыми» учащимися.
2.5.	Причины нарушения дисциплины. Приемы и способы донесения информации до учащихся.
2.6.	Что делать, если в классе есть проявления моббинга. Способы сплочения классных коллективов.
2.7.	Проблемы информационной безопасности ребёнка в сети.
2.8.	Дети, пережившие жестокое обращение. Помощь им в ОУ.
2.9.	Причины возникновения девиантного поведения и методы работы по его профилактике в ОУ.
2.10.	Современный подросток и вейпинг. К чему ведет увлечение электронными сигаретами.
2.11.	Профилактика суицидального поведения обучающихся в ОУ.
2.12.	Школьная тревожность: как снизить ее уровень у участников образовательного процесса.

### **УЧИТЕЛЬ И РОДИТЕЛЬ: ПОНИМАНИЕ ДРУГ ДРУГА**

<b>Нумерация</b>	<b>Тема</b>
3.1.	Эффективное проведение родительских собраний: рекомендации для классных руководителей.
3.2.	Особенности установления конструктивного взаимодействия с современными родителями. Пути поиска точек сотрудничества.
3.3.	Ключевые аспекты проведения родительского собрания на тему: «Учет особенностей современных течений и субкультур при взаимодействии с подростком».
3.4.	Особенности индивидуального взаимодействия педагога и родителя.

## І. Педагогу о его здоровье

Нумерация	Тема
4.1.	Здоровье без лекарств. Современный анализ традиционных и нетрадиционных методов медицины. За и против.
4.2.	Состояние здоровья современных педагогов. Профилактика профессиональных заболеваний педагогов (щитовидная железа).
4.3.	Состояние здоровья современных педагогов. Профилактика профессиональных заболеваний педагогов (ВСД, ларингит, варикоз).
4.4.	Психосоматические заболевания (сердечно-сосудистые, желудочно-кишечного тракта, неврологические, кожные). Особенности возникновения, протекания. Профилактика.
4.5.	Здоровье женщины. Профилактика гинекологических заболеваний.
4.6.	Счастье «есть». Как питаться вкусно и полезно? (варианты сбалансированного и рационального питания для педагогов).

## *Подходы к сохранению психологического здоровья*

Нумерация	Тема
5.1.	Конфликты в школе: устранять, предотвращать или использовать? Медицинские последствия неразрешенных конфликтов.
5.2.	Медиативные технологии в работе ОО.
5.3.	Конструктивное взаимодействие в системе: педагог – педагог или способы формирования команды единомышленников в школе.
5.4.	Формирование благоприятного психологического климата в педагогическом коллективе.
5.5.	Освоение технологии активного слушания: что важнее говорить или слушать?
5.6.	Агрессивность: сдерживать или проявлять? Подходы к феномену и практические технологии.
5.7.	Способы психологической защиты и противодействие манипуляциям.
5.8.	Психология крика. Как избежать учителю негативных эмоций дома и на работе? Приемы управления голосом.
5.9.	Способы отреагирования отрицательных эмоций (гнев, обида, страх). Техники быстрого восстановления сил и управления собой и ситуацией.
6.1.	Профилактика профессионального выгорания педагога.
6.2.	Стрессоустойчивость. Причины и способы преодоления стресса.

6.3.	Как научиться получать удовольствие от работы.
6.4.	Школа – место комфорта. Формирование здоровьесберегающей компетентности.
6.5.	Построение имиджа успешного человека. Секреты обаяния.
6.6.	Самоменеджмент. Тайм менеджмент педагога.
6.7.	Актуализация внутренних ресурсов: творчество и успешность.
6.8.	Тренинг релаксации и актуализации ресурсов «Путь к себе» (цикл обучающих семинаров).
6.9.	Профилактика конфликтов в ОО (цикл обучающих семинаров).
6.10.	Формирование корпоративной культуры образовательной организации: «Краски осени» «Новогодний калейдоскоп или как подвести итоги уходящего года» «Весна-время обновлений»
6.11.	Формирование здоровьесберегающей компетентности педагогов через развитие коммуникативных компетенций в условиях внедрения новых образовательных стандартов (цикл обучающих семинаров)
6.12.	Педагогическая мастерская (цикл обучающих семинаров).

## **2.2 Программа тренинга релаксации и актуализации ресурсов для педагогов «Путь к себе» в рамках Дополнительной образовательной программы «Школьный педагог: ресурсы и возможности, успешность и здоровье»**

В связи с переходом современной школы на личностно-ориентированные модели образования повышаются требования со стороны общества к личности преподавателя, его роли в учебном процессе.

От учителя требуется творческое отношение к работе, владение педагогической - техникой (речью, выразительными средствами общения, педагогическим тактом), проектировочными умениями и т.д. Такая ситуация потенциально содержит в себе увеличение нервно-психического напряжения педагога, что приводит к возникновению невротических расстройств, психосоматических заболеваний.

В практике образовательных учреждений возникает проблема профессиональной дезадаптации, как отражения личностных противоречий между требуемой от педагога мобилизацией и наличием внутренних энергоресурсов. Это противоречие, часто не осознаваемое, проявляется в перенапряжении и переутомлении.

Деятельность педагога связана с целым рядом напряженных ситуаций. В ходе обучения дети нередко нарушают дисциплину, между ними возникают непредвиденные конфликты. Профессиональное общение с коллегами и

руководством также часто связано с конфликтами. Не всегда можно найти общий язык и с родителями.

Многие педагоги, сталкиваясь с подобными ситуациями, постоянно испытывают сильный стресс, связанный с необходимостью быстро принять ответственное решение. Хорошо известно, как разрушительно действует на человека длительный стресс. В связи с этим организация работы по сохранению психического здоровья педагогов является наиболее актуальной задачей современной системы образования.

**Цель:**

- снятие эмоционального напряжения и физической усталости
- актуализация личностных ресурсов педагогов

**Задачи :**

- формирование навыков регуляции негативных психоэмоциональных состояний;
- содействие развитию личностных ресурсов и уверенного поведения;
- создание условий для профилактики эмоционального выгорания.

**Ожидаемые результаты:**

Программа способствует восстановлению душевного равновесия и позитивного мышления, способствует расслаблению, является профилактикой переутомления, неврозов и психосоматических заболеваний.

В ходе реализации программы происходит активизация психических и физических функций, таких как, внимание, память, воображение.

Восстанавливается способность к физическим усилиям, эмоциональная и интеллектуальная активизация, создается ощущение радости, полноты жизни и внутренней гармонии. В ходе программы ожидается снижение ситуативной и личностной тревоги педагогов, повышение самооценки и уверенности в себе.

**Форма проведения:**

Программа включает в себя курс из 6 занятий, 1 раз в неделю по 1,5 часа. Форма проведения групповая (работа в мини – группах и парах) и индивидуальная работа, информирование.

**Содержания занятий:**

<b>Цели занятия:</b>	<b>Содержание занятия:</b>
<p><b>1 занятие</b></p> <p>- Развитие чувства принадлежности к группе, настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между участниками.</p> <p>- Снятие эмоционального напряжения</p> <p>- Формирование навыков позитивного</p>	<p><b>1. Знакомство.</b> Представиться и назвать два прилагательных, которые бы характеризовали актуальное состояние участников.</p> <p><b>2.Упр. «Я и моё тело».</b>  <b>Цель:</b> наладить контакт сознания и тела, прочувствовать связь с различными частями тела, осознать, какие ощущения связаны с разными частями тела, для этого направлять мысленный взор на различные части тела, отмечая возникающие ощущения.</p> <p>Поделиться впечатлениями, что было комфортно, что вызвало дискомфорт, какие ощущения удивили, с чем это может быть связано.</p>

межличностного общения	<p><b>3. Визуализация «Место покоя» (Приложение)</b></p> <p><b>4. Рефлексия.</b></p>
<b>2 занятие</b>	
<p>- Коррекция эмоционального состояния через освоение приемов снятия эмоционального и мышечного напряжения.</p> <p>- Формирование навыков позитивного межличностного общения</p>	<p><b>1. Работа с метафорическими картами.</b> Выберите из колоды карт ту карту, которая характеризует ваше актуальное состояние.</p> <p><b>2. Обучение технике прогрессивной мышечной релаксации.</b></p> <p><b>3. Визуализация «Судно, на котором я плыву»</b></p> <p><b>4. Рефлексия.</b></p>
<b>3 занятие</b>	
<p>- Снятие психоэмоционального и физического напряжения</p> <p>- Знакомство с психодинамической ритмопластикой.</p> <p>- Использование арт-техник для релаксации</p>	<p><b>1. Упражнение “Настроение” (арт-терапевтическая техника)</b></p> <p>Возьмите чистый лист бумаги, цветные карандаши или фломастеры. Нарисуйте, как может выглядеть ваше сегодняшнее настроение в виде абстрактного сюжета - линий, цветовых пятен, разнообразных фигур. Важно при этом полностью погрузиться в свои переживания, выбрать цвет и провести линии так, как вам хочется больше, в полном соответствии с вашим настроением. Затем переверните лист и напишите несколько слов, отражающих ваше настроение.</p> <p><b>2. Психодинамическая ритмопластика</b></p> <p>Инструкция: “Слушая музыку, по моему сигналу выполняйте движения с той скоростью и силой, с которой считаете нужным. Кусок глины (теста, пластилина) разминаем в руках так, чтобы он стал мягким и пластичным. Затем, слушая музыку делаем куб, отмечая свои чувства; (после того, как все выполнили команду - подаётся следующая), “Теперь превращаем куб в шар. Теперь делаем плоскость”. (во время всей медитации почувствуйте изменения в своих внутренних ощущениях).</p> <p>Значение геометрических фигур:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• КУБ - символизирует собирание;</li> <li>• ШАР - символизирует удержание;</li> <li>• ПЛОСКОСТЬ - символизирует расслабление.</li> </ul> <p>Таким образом, лепка куба на бессознательно - символическом уровне формирует энергию собирания; лепка шара формирует энергию удержания; лепка плоскости позволяет расслабиться. Подобный эффект достигается благодаря движениям рук и пальцев, с помощью которых вылепливаются эти формы. Когда мы лепим куб, пальцы делают собирающие движения; когда катаем шар - сжимающие и удерживающие; когда лепим плоскость, мы растираем глину (пластилин, тесто) расправленными ладонями. Формирование энергии собирания, удержания и расслабления - это один из глубинных смыслов метода лепки.</p> <p>Поделитесь своими ощущениями и чувствами, которые</p>

	<p>возникли во время упражнения.</p> <p><b>3. Рефлексия.</b></p>
<b>4 занятие</b>	
<p>- Снятие психоэмоционального и физического напряжения</p> <p>- Знакомство с методом релаксационно-диафрагмального дыхания</p> <p>- Использование арт-техник для релаксации</p>	<p><b>1. Упр. «Как я дышу».</b> Участников просят охарактеризовать свое дыхание, какое оно, при каких условиях изменяется, бывают ли затруднения при дыхании и с чем они связаны.</p> <p><b>2. Знакомство с релаксационно-диафрагмальным дыханием по методу БОС.</b> Тренировка РДД с использованием компьютерной эмуляции.</p> <p><b>3. Арт-техника «Мое дыхание».</b> Участники с помощью изобразительных средств, используя цвет, метафоры изобразить свое дыхание.</p> <p><b>4. Рефлексия.</b></p>
<b>5 занятие</b>	
<p>- Снятие психоэмоционального и физического напряжения</p> <p>- Формирование навыка релаксационно-диафрагмального дыхания</p>	<p><b>1. Работа с метафорическими картами.</b> Выберите из колоды карт ту карту, которая характеризует ваше актуальное состояние.</p> <p><b>2. Формирование навыка РДД.</b> Тренировка РДД с использованием компьютерной эмуляции и программы «Волна».</p> <p><b>3. Визуализация «Маяк»</b></p> <p><b>4. Рефлексия.</b></p>
<b>6 занятие</b>	
<p>Снятие психоэмоционального и физического напряжения</p> <p>- Формирование навыка релаксационно-диафрагмального дыхания</p>	<p><b>1. Упр. «Я и моё тело».</b></p> <p><b>Цель:</b> наладить контакт сознания и тела, прочувствовать связь с различными частями тела, осознать, какие ощущения связаны с разными частями тела, для этого направлять мысленный взор на различные части тела, отмечая возникающие ощущения.</p> <p>Поделиться впечатлениями, что было комфортно, что вызвало дискомфорт, какие ощущения удивили, с чем это может быть связано. (сравнить свои впечатления от этого упражнения в начале занятий, что изменилось).</p> <p><b>2. Формирование навыка РДД.</b> Тренировка РДД с использованием компьютерной эмуляции и программы «Волна».</p> <p><b>3. Упр. «Спокойное лицо».</b> Работа с телом: распознавание мышечных зажимов на лице и техники расслабления для мышц лица.</p> <p><b>4. Рефлексия.</b> Какие из предложенных техник работы с психоэмоциональным и физическим напряжением оказались для вас наиболее эффективными. Что вы будете использовать в жизни.</p> <p><b>5. Подведение итогов тренинга</b></p> <p><b>Упр. «Мои впечатления»</b></p> <p>Участники делятся своими впечатлениями о занятиях. Ведущий спрашивает о том, какие из предложенных техник</p>



работы с психоэмоциональным и физическим напряжением оказались для них наиболее эффективными. Что наиболее вероятно участники будут использовать в жизни.
---

### **3. Дополнительные общеразвивающие программы для обучающихся:**

- ✓ «Психологическая подготовка к экзаменам»
- ✓ «Школа спикеров»
- ✓ «Формирование социальной инициативы и лидерских качеств»

Дополнительные общеобразовательные программы ГЦ ППМС рассчитаны на удовлетворение потребностей разных категорий обучающихся. Каждая из ДООП направлена на решение конкретных задач обучающихся.

#### **Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Психологическая подготовка к экзаменам»**

Объем программы рассчитана на 20 часов.

Содержание программы направлено на развитие психологической устойчивости к предстоящим экзаменам, обучение навыкам саморегуляции, самоконтроля, повышение уверенности в себе, в своих силах, знакомство с возможными способами подготовки к экзаменам.

Планируемые результаты:

*Образовательные результаты:*

- Позитивное отношение к процессу сдачи экзаменов.
- Закрепление основных знаний о возможных приемах подготовки к экзаменам, о способах саморегуляции.

*Метапредметные результаты:*

- Анализировать и объективно оценивать результаты своей работы.
- Проявлять инициативу и самостоятельность, принимать на себя ответственность за подготовку и результат сдачи экзаменов.
- Развитие умения сравнивать и анализировать возможные способы подготовки к экзаменам.

*Личностные результаты:*

- Развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние ресурсы.
- Сформированность внутреннего плана действий.

#### **Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа спикеров»**

Объем программы рассчитана на 16 часов.

Содержание программы направлено на развитие психологической устойчивости к предстоящим экзаменам, обучение навыкам саморегуляции, самоконтроля, повышение уверенности в себе, в своих силах, знакомство с возможными способами подготовки к экзаменам.

Планируемые результаты:

*Образовательные результаты:*

- Позитивное отношение к процессу сдачи экзаменов.

- Закрепление основных знаний о возможных приемах подготовки к экзаменам, о способах саморегуляции.

*Метапредметные результаты:*

- Анализировать и объективно оценивать результаты своей работы.
- Проявлять инициативу и самостоятельность, принимать на себя ответственность за подготовку и результат сдачи экзаменов.
- Развитие умения сравнивать и анализировать возможные способы подготовки к экзаменам.

*Личностные результаты:*

- Развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние ресурсы.
- Сформированность внутреннего плана действий.

### **Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Формирование социальной инициативы и лидерских качеств»**

Объем программы рассчитана на 16 часов.

Содержание программы направлено на развитие коммуникативных и кооперативных компетенций, лидерских качеств, получения опыта самостоятельной проектной деятельности.

Планируемые результаты:

*Образовательные результаты:*

- Конкретизирование понятия «лидер» и его компетенции.
- Оценка своих собственных лидерских способностей.

*Метапредметные результаты:*

- Развитие партнерского взаимодействия, принципов эффективной коммуникации.
- Проявлять умение убеждать.

*Личностные результаты:*

- Повышение собственной самооценки.
- Демонстрация уверенного поведения и лидерских качеств.
- Сформированность аргументации своих идей.

### **Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**

#### **Раздел 4. Особенности организации образовательного процесса.**

МУ ГЦ ППМС осуществляет образовательный процесс в пределах, установленных действующим законодательством Российской Федерации, Ярославской области, международными актами в области защиты прав детей, Типовым положением об образовательном учреждении для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи, Типовым положением об общеобразовательном учреждении, уставом Центра.

Организация образовательного процесса в Центре осуществляется в соответствии с правилами внутреннего распорядка, образовательными программами и расписаниями занятий. Обучение ведется на русском языке.

При приеме ребенка, Центр обязан ознакомить его и (или) его родителей (законных представителей) с уставом Центра, лицензией на право ведения

образовательной деятельности, со свидетельством о государственной аккредитации образовательного учреждения, основными образовательными программами, реализуемыми Центром, и другими документами, регламентирующими организацию образовательного процесса.

В Центр принимаются дети, по инициативе родителей (законных представителей), направленные другим образовательным учреждением с согласия родителей (законных представителей), в том числе:

- с высокой степенью педагогической запущенности, отказывающиеся посещать общеобразовательные учреждения;
- с нарушением эмоционально-волевой сферы;
- подвергшиеся различным формам психического и физического насилия;
- обучающиеся общеобразовательных школ города Ярославля и другие

Зачисление детей производится на основании приказа руководителя Центра.

Продолжительность обучения на каждом этапе обучения определяется индивидуально образовательной программой. Обучение в Центре осуществляется:

- по индивидуально-ориентированным коррекционно-развивающим программам;
- по общеобразовательным дополнительным программам.

Обучающиеся могут быть отчислены из центра: в связи с окончанием обучения; по личному заявлению обучающегося (его родителя, законного представителя); по инициативе администрации Центра за систематическое нарушение устава Центра, правил внутреннего распорядка, за грубое нарушение устава, в том числе однократное, выражающееся в действии, последствиями которого является создание угрозы жизни и здоровью обучающихся и работников Центра, уничтожению имущества, унижение чести и достоинства участников образовательного процесса.

Дисциплина поддерживается на основе уважения человеческого достоинства участников образовательного процесса. Применение методов физического и психического насилия по отношению к обучающимся не допускается.

Родителям (законным представителям) несовершеннолетних обучающихся должна быть обеспечивается возможность ознакомления с ходом и содержанием образовательного процесса, а также с оценками успеваемости обучающихся.

#### **Обучение по общеобразовательным программам центра.**

Обучение по общеобразовательным программам осуществляется в форме урочной системы.

Зачисление детей на обучение проводится на личного заявления родителей (законных представителей).

По результатам обучения по индивидуально-ориентированным коррекционно-развивающим программам составляются количественные и качественные отчеты специалистов.

Режим занятий обучающихся регламентируется правилами внутреннего распорядка Учреждения и расписанием занятий. Продолжительность 1 занятия устанавливается в соответствии с гигиеническими требованиями, предъявляемыми к условиям обучения в общеобразовательном учреждении (СаНПиН).

#### **Обучение по индивидуально-ориентированным коррекционно-развивающим программам.**

Обучение по индивидуально-ориентированным коррекционно-развивающим программам осуществляется в форме индивидуальных занятий.

Зачисление детей на обучение по индивидуально-ориентированным коррекционно-развивающим программам проводится на личного заявления родителей (законных представителей), рекомендации специалистов Центра.

По результатам обучения по индивидуально-ориентированным коррекционно-развивающим программам составляются количественные и качественные отчеты специалистов.

Режим занятий обучающихся регламентируется правилами внутреннего распорядка Учреждения и расписанием занятий. Продолжительность 1 занятия устанавливается в соответствии с гигиеническими требованиями, предъявляемыми к условиям обучения в общеобразовательном учреждении (СаНПиН).

#### **Индивидуальное консультирование.**

Индивидуальное консультирование специалистами Центра производится с согласия и в присутствии родителей (законных представителей), по запросу родителей (законных представителей) или по направлению специалистов Центра. По итогам консультирования родителям (законным представителям) выдаются письменные (устные) рекомендации по обучению, лечению и способам взаимодействия с ребенком.

Обучение в Центре проводится в виде занятий, тренингов, лекций, семинаров, консультаций.

Продолжительность занятия устанавливается в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями, предъявляемыми к условиям обучения в общеобразовательном учреждении (СаНПиН).

Продолжительность учебного года в МУ ГЦ ППМС

Формирование учебных групп: в течение года в зависимости от графика работы в ОУ

Начало учебного года: 01 сентября.

Конец учебного года: 31 мая

Продолжительность учебного года для каждой группы обучающихся (воспитанников) зависит от продолжительности реализуемой программы.

#### **Продолжительность каникул в течение учебного года:**

МУ ГЦ ППМС организует обучение в течение всего учебного года, включая каникулы. Занятия по программам, реализуемым для обучающихся

ОУ, в период каникул заменяются на тренинговые занятия для действующих лагерей.

### **Промежуточная аттестация**

Отметки обучающимся на занятиях не выставляются. Результат продвижения в развитии и коррекции определяется по окончании прохождения программы на основе стартовой и выпускной диагностики, предусмотренной программой.

### **Регламентирование образовательного процесса в неделю:**

Продолжительность рабочей недели: 5-ти дневная рабочая неделя.

## **Раздел 6. Программно-методическое обеспечение образовательного процесса**

Автор, название, место издания, издательство, год издания учебной литературы, вид и характеристика иных информационных ресурсов
3
<b>ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>
«Выбор профессии. Становление профессионала» Е.Н. Рогов
«Твоя профессиональная карьера» М.С. Гуткин
«Психологическое сопровождение. Становление обучающихся» Т.П. Демидова
Справочник выпускника 2012
«Психодиагностика и профориентация в образовательных учреждениях».
«Твоя жизнь – твой выбор» Т.М.Журова
«Профориентационные возможности игры «Что? Где? Когда?»
«Рынок и новые профессии» М.Е. Салтыков-Щедрин
Комплект программ «Учимся в месте» для организации работы с детьми и их родителями на профилактике употребления ПАВ в учреждениях образования. М.А. Ковальчук, Ю.А.Ходнева, И.Ю. Тарханова
«Разумный выбор, правильное решение» А.Г.Макеева
Сборник методических рекомендаций для организации родительского собрания «Вместе по верному пути».
«Памятка для родителей по профилактике употребления детьми и подростками ПАВ» М.А. Ковальчук, Ю.А.Ходнева, Е.Г. Заверткина, Е.Н. Корнеева,
«Профилактика наркомании среди детей и подростков» М.И.Рожков, М.А. Ковальчук, А.В. Волков, А.М. Малыгин
«Не попадись» А.Г. Макеева
Профилактика ВИЧ\СПИД и других инфекций передающихся половым путём.
«Сказка о тебе и других»
«Подросток и проблемы наркомании» М.И.Рожков, М.А.Ковальчук
Профилактика злоупотребления ПАВ
«Педагогическая профилактика наркотизма школьников» А.Г.Макеева
«Организация профилактики аддиктивного поведения подростков в учреждениях начального и среднего профессионального образования»
«Медицинское и психологические проблемы школьников-подростков учителя с врачом»
«Педагогическая профилактика наркотизма школьников»А.Г.Макеева
«Направление профессиональной переподготовки и повышение квалификации»

«Употребление ПАВ»
«Образование против наркотиков»
«Профилактика употребления ПАВ среди учащихся образовательных учреждений»
«Методика комплексной оценки и организация системной работы по сохранению и укреплению здоровья школьников»
«Расти здоровым» 5-6 кл. А.Н. Моюров, Л.А. Моюров
«Здоровье в твоих руках» 7-9 кл.
«Трезвый выбор» 10-11 кл.
«Психологическое формирование сознательной трезвости»
«Жизнь прекрасна» А.Н. Мороз, Я.А. Моюров
«Живём в радости»
Большой психологический словарь Под редакцией Б.Г.Мещерякова, В.П.Зинченко С-П., М., 2005 г.
Психология человека. От рождения до смерти /Полный курс психологии, развития/ Под редакцией А.А.Реана с-п., М., 2005 г.
Психология общения . Рудольф Вердербер, Кэтлин Вердербер, С-П., М, 2005 г.
Психология для учителя, Ги Лефрансуа. С-П., М., 2005 г.
Психопатология развития детского и подросткового возраста /5-е издание/ Чарльз Венар, Патрисия Кериг, С-П., М., 2004 г.
Психология подростка /учебник/ под редакцией А.А.Реагна, С-П., М.. 2004 г.
Агрессия и антисоциальное поведение у детей и подростков /Исследования и терапевтические стратегии/, Дэниел Коннор , С-П-, М., 2005 г.
Образ, символ, метафора в современной психотерапии, О.А.Свирепо, О.С Туманова, М., 2004 г.
Магия высшей практической психологии. Коучинг с помощью НЛП, Роберт Дилтс, С-П., М.,2004 г.
Выбор профессии /становление профессионала/, Е.И.Рогов , М., 2003 г.
<b>МЕДИЦИНА</b>
Современные лекарственные средства, /клинико-фармакологический справочник практического врача/ 3-е издание, 2004 г А.Т.Бурбелло, А.В.Шабров, П.П.Денисенко.
Диагностика заболеваний в домашних условиях. /Полный справочник/ М.,2004 г.
Здоровье вашего ребенка. /Новейший справочник/.»Сова» С-П., Эксмо М.,2004 г. В.А.Александрова, Ф.Н.Рябчук, М.А.Красновская.
Правильное питание и режим дня
Профилактика заболеваний
Уход за больным ребенком
Психологическое здоровье
Наркология /Новейший справочник/ Эксмо М., 2005 г. А.И.Минко, И.В.Линский
Гинекология /Новейший справочник/ Эксмо М., «Сова» С-П., 2005 г.
Немедикаментозное лечение /Новейший справочник/ Эксмо М., 2005-08-25
Диагностика и лечение детских заболеваний /Новейший справочник/ Эксмо М.,2004 г.
Медицинская помощь при экстремальных ситуациях /Справочник/ Эксмо М., 2005 г.
Все секреты здорового питания М., Мед.лит., 2003 г., Н.П.Базеко , С.И.Пиманов
Валеология /Книга для учителей и студентов педагогических специальностей/ БАХРАХ-М

2003 г., Г.К.Зайцев, А.Г.Зайцев.	
Научите детей не болеть /Семейная библиотека/ М.,2004 г. И.П.Брызгунов	
Основы здорового образа жизни, 2006 г.	
<b>ДИАГНОСТИКА</b>	
«Настольная книга практического психолога в образовании»	
Справочник психолога средней школы	
«Практикум по психологии личности»	
«Психология семейных отношений. Методики и тесты. Диагностика семьи» Г.А.Прохорова	
«Тренинг педагогического общения» Л.И. Пересленс	
«Психологическая диагностика» Т.В.Румянцева	
«Психологические рисуночные тесты» Н.В.Серебрякова	
«Психологические методы изучения личности»	
«Психологическое обследование детей 7-11 лет при проведении всероссийской диспансеризации» (выпуск 2) Л.Р.Лизунов	
«Психологическое обследование детей 7-11 лет при проведении всероссийской диспансеризации» (выпуск 4) Г.Д.Зинкевич-Евстигнеева	
«Диагностика интеллекта методом рисуночного теста» Б.З.Вульф, М.М.Потамник	
«Диагностика познавательной сферы ребенка» (выпуск 1) Людмила Анн	
«Диагностическое обследование детей» В.Родионов, М.Ступницкая, К.Ступницкая	
Компьютерная технология коррекции общего недоразвития речи "Игры для тигры" М.В.Ильина	
<b>ПРАКТИКА</b>	
«Психологическая зависимость» И.А.Морозова, М.А.Пушкарёва	
Психология и психоанализ беременности, «БАХРАХ», 2003 г.	
Психологическое консультирование /учебник для ВУЗов/, Р.С.Немов, М., 2003 .	
Теория и практика группового консультирования, Джеральд Кори, М.,2003 .	
Беспокойство (путешествие в себя), Финн Скэрдеруд, БАХРАХ-М, 2003 г. Порядки любви (Разрешение семейно-системных конфликтов и противоречий), Берг Хеллингер , М., 2003 г.	
Родители и дети, (учебное пособие по педагогике), Д.Я.Райгородский. «БАХРАХ-М2, 2003 г.	
Психология и менеджмент (Психологический тренинг навыков управления), Дэвид Статт, М., Эксмо,2003 г.	
Сны, маски и образы (Практикум по арт-терапии),Сью Дженнингс, Асе Минде, М., Эксмо, 2003 г.	
Тренинг преодаления социофобии (Руководство по самопомощи), ДЖ.У.Биик, М.,2003 г.	
Тренинг эмоциональной устойчивости педагога (Советы психолога учителю), Е.М.Семенова, М., 2005 г.	
Психолго-педагогическое консультирование и сопровождение развития ребенка (Пособие для учителя-дефектолога), Л.М.Шипицына, М., 2003 г.	
Терапия супружеских пар, Линда Берг-Кросс, М.,2004 г.	
Саморегуляция психического здоровья (Практическое руководство), В.Н.Панкратов, М., 2001 г.	
Психотехнология управления людьми (Практическое руководство), А.Н.Панкратов, В.Н.Панкратов, М.,2004 г.	
Защита от стресса (Физиологически -ориентированный подход к решению психологических проблем. Метод РЕТРИ), М.Е.Сандомирский, М., 2001 г.	
Психология и психоанализ власти .Том 1, Д.Я.Райгородский, «БАХРАХ», Самара, 1999 г.	

Психология и психоанализ власти. Том 2 , Д.Я.Райгородский, «БАХРАХ», Самара, 1999 г.
Психология и психотерапия семейных конфликтов, БАХРАХ-М, 2003г.
Психология и психоанализ любви, БАХРАХ-М, Самара ,2002 г.
Семейная терапия. Концепции и Методы., Майкл Николс, Ричард Шварц, ЭКСМО, 2004 г.
Помощь разведенным родителям и их детям - от трагедии к надежде, Диана Видра, М., 2000 г.
Техники транзактного анализа и психосинтеза /Справочник практического психолога/, И.Г. Малкина-Пых. М., Эксмо,2004 г.
Техники психоанализа и терапии Адлера. /Справочник практического психолога/, М., Эксмо,2004 г.
Техники позитивной терапии и НЛП. /Справочник практического психолога/, И.Г.Малкина-Пых, М., Эксмо, 2004 г.
Техники Гештальта и когнитивной терапии. /Справочник практического психолога/, И.Г.Малкина-Пых, М., Эксмо, 2004 г.
Психология детства. /Практикум Тесты, методики для психологов, педагогов, родителей/, А.А.Реана, С-П., «прайм-Еврознак», М., «Олма-Пресс», 2004 г.
Диагностика и психотерапия внутреннего конфликта. Фанталова Е.Б., БАХРАХ-М, 2001 г.
Психолог и подросток – коммуникативно-двигательный тренинг, С.А.Левашова, Ярославль, Академия развития, Академия Холдинг, 2004 г.
Психология отношений мужчины и женщины, Е.И.Рогов, М., ВЛАДОС-Пресс, 2003 г.
Исследуем ложь, /Теории, практика, обнаружения/, Под редакцией Майкла Льюиса, Кэролин Саарни, С-П., «прайм-Еврознак», М., «Олма-пресс», 2004 г.
Психологическая помощь при нарушениях раннего эмоционального развития, /Методическое пособие для педагогов, психологов, врачей/, Е.Р.Баенская, М.М.Либлинг, М., «Экзамен», 2004 г.
Психология подростка. /Практикум. Тесты, методики для психологов, педагогов, родителей/, под редакцией А.А.Реана, С-П., М., 2004 г.
Тренинг самостоятельности у детей, Г.Н.Сартан, Екатеринбург,2004 г.
Как научиться думать быстрее и запоминать лучше. /Психологический практикум. Тесты/, С.Коноваленко, М., Эксмо, 2004 г.
Как сохранить и укрепить здоровье детей. /Психологические установки и упражнения/, Н.Ю.Синягина, И.В.Кузнецова, М., ВЛАДОС. 2004 г.
Здоровье-сберегающие технологии. /Принципы, средства, и методы. Технологии современного урока. Подвижные игры. Сценарии занятий. Физкультминутки от А до Я. Программа здорового образа жизни. Школа здоровья/, В.И.Ковалько, М., «ВАКО». 2004 г.
Родительские собрания /1-4 классы/, Н.И.Дереклеева, МС, «ВАКО», 2005 г.
Родительские собрания /5-11 классы/, Н.И.Дереклеева, М., «ВАКО», 2005 г.
Школа физкультминуток /1-4 классы/, В.И.Ковалько, М. «ВАКО».2005 г.
Физкультминутки, С.А.Левина, С.И.Тукачева, Волгоград, «Учитель», 2004 г.
Школьный летний лагерь /1 -5 классы/, М, «ВАКО», 2004 г.
Справочник практического психолога, Малкина-Пых, 2006 г.
Экстремальные ситуации, Малкина-Пых, 2005 г.
Я — целый мир./Методические программы/, 2009 г.
Жизнь и как в ней выжить, Р.Скиннер, Д.Клииз, 2008 г.
Комментарий к трудовому кодексу Российской Федерации, М., Эксмо, 2005 г
Арт. терапия. Авторская сказкотерапия. Дым старинного камина. Сказки доктора Балугнездилов А.В.), 2004 г.
Арт. терапия. Психотерапевт, сказки и игры (Черняева С.А.), 2005г.
. А и Б = Формула успеха. Почему мужчины врут, а женщины ревут. Новая важная книга о взаимоотношениях полов (Пиз А., Пиз Б.), 2004г.
Биб. выпускника. Твоя будущая профессия. Сб. тестов по проф. ориентации (Тутубалина



Н. В.), 2004г.
Биб. практ. психолога. Агрессивное поведение. Коррекция поведения дошкольников (Заостровцева М.Н., Перешина Н.В.), 2005г.
Выбираем профессию. Советы практ. психолога (Грецов А.Г.), 2007г.
Горилла и Динозавр, или чувствуют дети. Записки детского психоаналитика (Васильева Н.Л.), 2007г.
Детская Психология и психотерапия (о) «Трудный класс». Диагностическая и корр. Работа (Микляева А.В., Румянцева П.В.), 2003г.
Детская психология и психотерапия. Дневные и ночные страхи у детей (Захаров А.И.), 2003г.
Детская психология и психотерапия (о). Притчи, сказки, метафоры в развитии ребёнка (Савченко С.Ф., Ивановская О.Г., Барабохина В.А. и др.), 2004г.
Детская психология и психотерапия (о). Психологич. проблемы детей дошкольного возраста (Алексеева Е.Е.), 2005г.
Детская психология и психотерапия (о). Работа с образами животных Я ты и тигр (Огненко Н.М.), 2004г.
Детская психология и психотерапия (о). Школьная тревожность. Диагностика, коррекция, развитие (Микляева А.В., Румянцева П.В.), 2005г.
Для «Чайников» психология (Кэш А.), 2003г.
Для «Чайников» Стресс для сомневающих (Элкин А.), 2003г.
Лучшая в мире мама. Хочу в школу? Как пробудить у ребёнка интерес к учёбе (Луговская А., Кравцева М., Шевнина О.), 2006г.
Навыки общения. Как обрести уверенность в общении и повысить свой харизматический потенциал (Маккена К.), 2005г.
Общаться с ребёнком Как? (Гиппнрейтер Ю.Б.), 2004г.
Папочки и Деточки. Когда дети сводят друг друга с ума (Ле Шан Э.), 2004г.
Папочки и Деточки. Когда эти взрослые сводят вас с ума ( Ле Шан Э.), 2005г.
Папочки и деточки (тв.) Когда ваш ребёнок сводит вас с ума (Ле Шан Э.), 2006г.
Педагогика Психология Управление Классные часы по гражд. и правовому воспитанию 5-11кл. (Великородная В.А., Жиренко, Кумицкая Т.М.), 2003г.
Полный курс за 3 дня. Семейное право. Уч. пособие для ВУЗов (Грудцына Л.Ю.), 2004г.
Практика Самопознания. Тесты «Говорящий» рисунок 100 граф. тестов (Королева), 2005г.
Практикум тренинг интеллект. способностей. Задачи и упражнения (Коняхин А.В.), 2005г.
Практическая психология (Питер) (111 баек для тренеров) (Скрипюк И.И.), 2006г.
Практическая психология (Питер) Как сохранить психологическое здоровье семьи (Куртышева М.А.), 2004г.
Практическая психология (Питер) Подросток трудности взросления. Книга для психологов, педагогов, родителей (Казанская В.Г.), 2004г.
Практическая психология в школе. Прививка от стресса. Метод. рекомендации. (Радионов В.А., Ступицкая М.А., Ступеицкая), 2005г.
Психологические рисуночные тесты. Методика «Дом. Дерево» (Семенова З.Ф., Семенова С.В.), 2005г.
Психологическое консультирование. Диагностика отношений. Д/вузов (Румянцева Т.В.), 2007г.
Психология детства. Практикум Память – на пять! Эффективные мнемотехники для детей и взрослых (Акимова Г.Е.), 2007г.
Психология для всех (Владос) (о) Психология неблагополучной семьи (Целуйко В.М.), 2004г.
Психология лучшее (ц) Психология подростка «Трудный» возраст от 11 до 18 лет. Полный курс уч. (ред. Реан А.А.), 2005г.
Психологический практикум (Речь) (о) Арт-терапия в работе с детьми. Рук-во д/детских

психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. (Киселева), 2006г.
Психологический практикум (Речь) (о) Практика арт-терапии. Подходы, диагностика, система занятий (Лебедева Л.Д.), 2006г.
Психологич. практикум (Речь) (о) Психологическая помощь в кризисных ситуациях Уч. д/вузов (Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И.), 2005г.
Психологич. практикум (Феникс) (тв) Наши дети – наши проблемы. Проблемы раннего возраста/Ребёнок идёт в школу/в семье – подросток (Росс А.), 2005г.
Психологич. практикум (Феникс) (тв.) Психохирургия, или психотехники нового поколения (Васютин А.М.), 2007г.
Психологич. практикум (Феникс) (ц) Детская психология в вопросах и отв. (Кузин М.В.), 2007г.
Психологич. Тренинг (о) Практика сказкотерапии (ред. Сакович Н.А.), 2006г.
Психологич. Тренинг (о) Тренинг д/подростков Профилактика асоциального поведения (Макартычева Г.И.), 2006г.
Психологич. Тренинг (о) Тренинг преодоления конфликтов (Васильев Н.Н.), 2007г.
Психол. Тренинг (о) Тренинг уверенности в межличностных отношениях (Ромек В. Г.), 2003
Психологич. Тренинг (о) Тренинг эффект. Взаимодействия с детьми комплексная программа (Лютлова Е. К., Моница Г, Б.), 2003
Сам себе психолог (АСТ/Астрель) (о) Как повысить самооценку (Феннел М.), 2003
Теор. И практ. Психол. Помощи (о) Процесс травмы (Трубицина Л. В.), 2003
. Эффект. Тренинг (ТВ.) Психол. Тренинг с подростками (Анн Л. Ф.), 2003
Твоя будущая профессия. Сборник тестов по профориентации, 2003
Диагностика отношений в пире, 2003
Семейное право, 2003
. Психология неблагополучной семьи, 2003
Жизнеустройство детей-сирот, 2003
Как сохранить психологическое здоровье семьи, 2003
Классные часы по гражд. и правовому воспитанию, 2003
Трезвый выбор (10-11 кл.), 2003
Здоровье в твоих руках (7-9 кл.), 2003
Расти здоровым (5-6 кл.), 2003
Жизнь прекрасна (3-4 кл.), 2003
Живем в радости (2 ул.), 2003
Азбука счастливой жизни (1 кл.), 2003
Психология формирования сознательной трезвости (пособие для учителя) 2 экз., 2003
Как сбываются и разбиваются мечты 2 экз., 2003
. Мир, который мы натворили, М., 2006
Психология человека от рождения до смерти (под редакцией Рекна) Психологическая энциклопедия С – П, М. 2005
Псих. Тренинг Сказка в тренинге Стишенок И. В. Речь С-П 2006
Дети и деньги Детская психология, 2003
Как научиться оптимизму, 2003
Хохлов С. И. «Психология эффективного взаимодействия педагога и учащегося», 2003
Классные часы (Диалоги о здоровье) автор Брагина, Авдощенко, 2003
Профилактика адидактивного поведения шк-ков (Колеченко), 2003
Социально-трудовая реабилитация детей и подростков, как условие их социального включения в жизнь (Программа внедрения новых технологий), 2003
Сыренский В. И., Родина Е. А. «Психофизиология здоровья: книга для педагогов,

психологов и родителей, 2003
Психофизиологические основы обучения шк-ков А. Л.Сиротюк, 2003
Программа диагностики психических расстройств у подростков-правонарушителей, 2003
Сборник научно-метод материалов «соц.-психол. Помощь детям - жертвам семейного насилия, 2003
Ресоциализация несовершеннолетних: проектный опыт, 2003
Психология. 10 класс. Разработка занятий с детьми. /сост. Миронова/ Волгоград Учитель- АСТ 2005-1020
. Психология 6 класс Разработка занятий /Сост. Мухаметова Р. М. - Волгоград. ИТД «Корифей», 2006-128с)
т. Л. В. Прикуль – Волгоград: Учитель, 2009 – 217 с.
Профилактика аддиктивного поведения школьников. Уч-мет. пособие – СПб; КАРО; 2006-288 с
Программа «Социально – трудовая реабилитация детей и подростков как условие их социального включения в жизнь» М – 2008.
Овчарова Р. В. Тренинги формирования осознанного родительства. Мет. пособие. – М: ТЦ Сфера 2008.- 256с.
Пробл. ситуации в школе и способы их решения Е. В. Королева, 2003
«Организатор внеклассной и внешкольной воспитательной работы» М.Н.Лукьянова, Н.В.Калинина
«Разноцветные игры»
«Психологические проблемы современного подростка и их решение в тренинге» А.Л.Сиротюк
«Прививка от стресса» Ахмылова
Материалы к занятию «Психолого-педагогический практикум» А.Н.Титар
«Тренируем внимание и память» И.Г.Юдина
«Практикум по возрастной и педагогической психологии» А.В.Худяков
«Тропинка к своему Я» (7-8)
«Тропинка к своему Я» (5-6)
«Диагностика готовности ребенка к школе» Ольга Хухлаева
Папка дошкольника «Логика» Галина Морозова
«Психологический тренинг как метод профилактики аддитивного поведения подростков»
«Как завоевать друзей»
«Развитие, мышления, памяти у младших школьников»
1,2 Упражнения на развитие внимания, памяти, мышления у младших школьников
Тестовое задание для детей 7 лет «Развитие моего ребенка» Часть 2
Тестовое задание для детей 7 лет «Развитие моего ребенка» Часть 1
(Первые шаги) «Развитие предметной деятельности и познавательных способностей»
(Первые шаги) «Развитие предметной деятельности и познавательных способностей» Г.Я. Затулина
(Первые шаги) «Развитие игровой деятельности» Р.А. Жукова
(Первые шаги) «Развитие общения детей со сверстниками» М. Султанова
«Тренинг общения с ребенком» М.Султанова
Веселые домашние задания. Детям 3 лет.
Веселые домашние задания. Детям 4 лет.
«Тесты. Что должен знать ребенок 4 – 5 лет» М.Н. Султанова
«Тесты. Что должен знать ребенок 2-3 лет» М.Н. Султанова
«Тесты. Что должен знать ребенок 3-4 лет» М.Н. Султанова

Конструирование букв и цифр Серия «Читаем детям»	
Что касается меня.... Сомнения и переживания самых младших школьников Л.А. Мартыненко, Л.Д. Постоева	
Лучше зажечь свечу, чем ругать темноту, или как хорошему человеку не дать себя в обиду Г.Б. Монины, Е.В. Панасюк	
Тренинг взаимодействия с неуспевающим учеником Н. Сакович	
Тайн –менеджмент для молодых молодых мам или как все успевать с ребенком А.В. Микляева, П.В. Румянцева	
Диагностика развития ребенка Т.Л. Шишова	
Арт-терапия в развитии персонала	А.И. Дедушка
Цветовой игротренинг В. Ромек	
Успешный учитель: тренинговые и коррекционные программы И.К. Шац	
Как преодолеть детскую застенчивость застенчивый невидимка А.Редлих, Е.Миронов	
Психологическое сопровождение тяжелобольного ребенка И.Авидон, И. Юрова	
Формы и методы работы со сказками Г.Б. Монины, Н.В. Раннала	
Подросток от саморазрушения к саморазвитию (программа психологической помощи) Н. Зверева	
Психология педагогического взаимодействия Е.И. Середа	
Предшкольный бум что нужно знать родителям будущих ервоклассников Е.В. Чех	
Как помочь ребенку избавиться от страхов (Страхи – это серьезно)	
Жизнь любит тех, кто любит ее, или как научиться мыслить красиво Е. Набойкина	
Психологическая работа с подростковыми группами создание дружного коллектива Е. лександрова	
Тренинг уверенности в межличностных отношениях Т. Шульга	
Психологическое сопровождение тяжелобольного ребенка О.Н. Круц	
Модернизация конфликтов в организации И. Артюхова	
Антикризисная книга Т.Сташкова	
Тренинг Социальной адаптации для людей с ограниченными возможностями И. Вачков	
Тренинги и решения семейных проблем М.А. Киселева, Г.Н. Малюченко, О.В. Карина, Н.Е. устова	
Притчи тренера или искусство слов попадать прямо в сердце Н.А. Шкуричева	
Расскажи мне сказку « Я сегодня злюсь» И. Артюхова	
Экспериментальные тренинги на природе	Н. Немчинова
Как подружится с собственным ребенком Н.С. Пряжников, Е.Ю. Пряжникова	
Подросток в кризисной ситуации Е.И. Николаева	
Читаем и играем (цикл занятий для младших школьников) Н.Сарджвеладзе	
Развитие мышления, внимания, памяти, саморегуляции у младших Школьников Е.А. Дьякова	
«Трудный» ребенок практическое пособие для психологов и родителей Н.Ю. Борякова, Т.А. атросова	
Психологическое сказки о лидерстве для младших школьников Е.В. Ларечина	
В ожидании будущего (программа психологического сопровождения подростков) М.С.Кутювая	
Поверь в себя (программа психологического помощи подросткам) Т.Ф. Сергеева, Пронина А.Сечкарева Е.В.	
Формирование межличностных отношений первоклассников в адаптационный период Л.Г. Нуриева	
Профилактика деадаптации первоклассников (психологические технологии)	
Тренинг тренеров (развитие лидерских качеств и навыков взаимодействия с малой группой) В.Ю. Меновщиков	

1,2...7 «Требования к содержанию и оформлению теоретических и методических разработок педагогов-психологов службы практической психологии системы образования ЯО»
«Службы психолого-педагогической и медико-социальной помощи ЯО»
Регуляция эмоций, тренинги управления чувствами и настроением Р.М.Ткач
Организация экстренной психологической помощи детям и подросткам в России С.В. Крюкова
Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники
Жизнь после утраты: Психология горевания А.Ю.Капская
Психология и психотерапия насилия (ребенок в кризисной ситуации) Ивлева И.А. Млодик И.Ю.Сафуанова О.В.
Саморазкрытие женщины Ивлева И.А.Млодик И.Ю.Сафуанова О.В.
Как родить счастливого ребенка? Г.Б. Моница Е.К.Лютова-Робертс
Женские терапевтические сказки Г.Б. Моница Е.К.Лютова-Робертс
Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь Г.Б. Моница Е.К.Лютова-Робертс
Из мышек в кошки (как стать счастливой, любимой и успешной) Г.Б. Моница Е.К.Лютова-Робертс
Арт-терапия в работе с детьми из неблагополучных семей В.Г.Ромек В.А.Конторович Е.И.Крукович
Подарки фей Н.К.Радица С.В.Радица
Учение без мучения (методическое пособие)
Учение без мучения «Безударные гласные» коррекция дисграфии 4 класс Е.Е.Алексеева
Учение без мучения «Безударные гласные» коррекция дисграфии 2класс
Учение без мучения. Рабочие материалы Г.Э. Бреслав
Учение без мучения «Безударные гласные» коррекция дисграфии 3 класс Дина Басаргина, Татьяна Семёнова
Учение без мучения. Волшебные обводилки. Е.В.Белинская
Индивидуальные особенности детей. Консультирование родителей в детском саду. Практические материалы для психологов дошкольных учреждений.Яро Старак, Тони Кей Джеймс Олдхейм
Возрастные особенности детей. Консультирование родителей в детском саду. Д.М.Маллаев, П.О.Омарова О.А.Бажукова
Психологическая помощь в кризисных ситуациях
Телефон доверия В.П.Дворщенко
Притчи, сказки, метафоры в развитии ребенка Д.Н.Колдина
Психологические проблемы детей дошкольного возраста. Как помочь ребенку?
Приемная семья. Психологическое сопровождение и тренинги О.Ю. Епанчинцева
Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности Л.В.Минкевич
Игры в тренинге. Любимые рецепты успешного тренера
Сказочные тренинги для дошкольников и младших школьников.
Тайна Женственности, или Как Женщине раскрыть свою силу и стать Хозяйкой собственной жизни Т.И.Гризик
Игры для гиперактивных детей Л.Б. Баряева
Учусь красиво говорить любимые сказки для малышей Н.Ю. Куражева, Н.В. Вараева, А.С. Тузаева, И.А. Козлова
Математика для малышей Шипицына Л.М.
Коррекция детских страхов с помощью сказок.Пазухина С.В.
В гостях у Песочной Феи. Организация педагогической песочницы и игр с песком для детей дошкольного возраста. Методическое пособие для воспитателей и психологов дошкольных учреждений.Василькова Ю.В.
Тренинг по сказкотерапии Мерзлякова Е.Л.

