**Методическая разработка**

**в рамках** **курса по социальной педагогике «Перекресток»**

**с учащимися 8 класса.**

**Тема:** **«Я – подросток – но уже не ребенок, но еще и не взрослый»**

*Побережникова Екатерина Александровна,*

*социальный педагог*

*МБОУ «Буретская СОШ»*

**Форма проведения:** дискуссия

**ФИО воспитателя:** Побережникова Екатерина Александровна.

**Пояснительная записка**

Подростковый период — важнейший этап жизни человека, время выборов, которые во многом определяют последующую судьбу. Через агрессию, непослушание, вредные привычки, школьные трудности или какими-то иными способами. заявляют об этом подростки с особой остротой переживая свое взросление

Кризис подросткового возраста обусловлен различными причинами – быстрым темпом физического развития, появлением разнообразных потребностей, притязаний. И все это проявляется на фоне несоответствия физического, психического развития социального развития личности подростка.

 Поэтому подросток должен быть «охвачен» особым вниманием социального окружения, социальных институтов и, прежде всего, родителей, учителей школы, психологов, которым принадлежит роль координатора и инициатора подростковой активности. У социального педагога в этой ситуации две задачи – привлечь к участию в судьбе подростка социальные институты и обеспечить социально-психологическое *сопровождение.*

Основная цель этого сопровождения – выявлять ситуации, несущие критические симптомы, создавать условия для расширения навыков, способов взаимодействия подростка с окружающим миром, со сверстниками, учителями и родителями. Социальный педагог помогает растущему человеку войти в «зону развития», расширяя при этом зоны его личной ответственности. Самое главное – «сопровождающий» должен быть для подростка надежной личностью, значимой для него и способной принять его, но и предъявить объективную сторону окружающего мира (Я принимаю тебя, но не всегда принимаю то, что ты делаешь). Поэтому так важно, чтобы у подростков была возможность поговорить о себе, исследовать себя, получить некоторые знания о себе

**Цель:** ознакомить учащихся с трудностями этого периода и способах выхода из жизненных ситуаций.

**Задачи:**

* Дать и сформировать представления о подростковом возрасте;
* Расширить представление воспитанников об особенностях подросткового возраста, познакомить со спецификой физиологической, психологической, социальной перестройки организма в период отрочества.

**Использование современных педагогических технологий:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название современных педагогических технологий, применяемых в воспитательном процессе** | **Этапы мероприятия, на которых технологии применяются** |
| 11 | Элементы технологии личностно-ориентированного обучения | Организационный момент |
| 22 | Элементы технологии целеполагания | Основной этапДискуссия |
| 33 | Элементы технологии групповой деятельности | Практическое задание |
| 4 | Элементы личностно-ориентированной технологии | Заключение. Рефлексия. |

**Методическое оснащение:**

1. Интерактивная доска

2. Карточки, анкеты

3. Памятки для учащихся

**Ход мероприятия:**

1. **Мотивация**

Учитель: здравствуйте ребята, наше занятие мы начнем с обсуждения стихотворения Григория Остера «Вредные советы»:

Ну, попробуй объясни родителям,

Что поскольку мальчик ты стеснительный

И не любишь привлекать внимание,

Отличаясь чем-нибудь от сверстников.

То тебе, естественно, приходится

Покрывать себя татуировками,

В нос кольцо вставлять и красить — волосы

То зелёной краской, то малиновой.

Учитель: почему так описывает поэт Остер подростка? Почему и какие изменения происходят в подростковом возрасте? Давайте вместе разбираться!

Ответы детей.

Учитель: ещё не взрослый, но уже и не ребёнок. Почему? Как вы думаете?

Давайте проверим, как много вы знаете о подростках. А поможет нам в этом тест «Правду ли все это о нас, подростках?»?»  Если согласны поднимите правую руку, если нет-левую если с утверждением не согласны - поднимите обе руки.

**ВОПРОСЫ для рассуждения:**

1. Нам кажется, что нас не понимают.
2. Делают всё на зло.
3. Мальчик или девочка становятся подростками, когда им исполняется 13 лет.
4. Мальчики-подростки взрослее, чем девочки того же возраста.
5. Подростки ленивы.
6. Неряшливость – это признак подросткового возраста.
7. Девочки-подростки более романтичны, чем мальчики того же возраста.
8. Для подростков время бежит быстрее, чем для взрослых.
9. Яркие цвета в одежде предпочитают, неуравновешенные, вспыльчивые люди.

**(Правильные ответы на все вопросы – отрицательные)**

Учитель: иногда с людьми происходят странные вещи. То, что очень нравилось, перестает нравиться, с кем дружил, с тем рассорился, кого очень любишь - обидел. Люди задают себе вопрос: почему я совершаю такие поступки, и кто виноват в том, что я их совершаю?

У каждого подростка свой характер, свои привычки, свои моральные принципы. Но в определенный момент вдруг меняется характер, физиология, привычки, вкусы. Это возраст, когда происходит физиологическая, психическая и социаль­ная перестройка организма, ведущая к зрелости.

И сегодня мы поговорим о проблемах каждого такого периода вашей подростковой жизни, о проблемах с которыми вы сталкиваетесь в переходном возрасте, и не всегда может понять, что в нем не так, почему все это с ним происходит? И начнем разбираться с точки зрения физиологии - ф**изиология подростка — это комплекс особенностей физического развития в этом возрасте,** потому что именно в этом возрасте совершается перестройка деятельности всех органов и систем организма:

В период подросткового возраста у мальчиков происходит быстрый рост всех органов и тканей.

1. рост тела;
2. увеличение массы тела;
3. увеличение окружности грудной клетки;
4. развитие подкожной жировой клетчатки;
5. развитие мускулатуры.

У девочек, наряду с ростом и развитием мышечной системы, подкожный слой с возрастом равномерно нарастает, у них заметнее увеличивается верхняя часть туловища, шире становятся бёдра, отчего фигура девочки выглядит более округлой.

Подростки особенно чувствительны к особенностям своего тела и своей внешности. А как иногда трудно принимать себя таким, как есть. Нравиться самому себе. У кого-то уши торчат, у кого-то веснушки, кто-то считает себя слишком толстым, кто-то – слишком худым. Да ещё если кто – ни будь об этом скажет. Всё, беда! Подростков волнует поддержание некого статуса в среде своих друзей, сверстников. Часто они стараются выделиться не умом и своими достижениями, а наличием айфона планшета, модных джинсов, брендовых маек и т.д. Те, кто по каким-то причинам этого не имеет остаются в стороне.

ВЫВОД: необходимо принимать себя такими, какие вы есть. Каждый красив и хорош по-своему. А для этого необходимо иметь свою твердую самооценку, что не всегда получается у подростков.

**Вопрос.**

Чтобы вы предпочли - быть самым умным или самым красивым человеком на свете и почему?

Учащиеся отвечают.

**Учитель.** Некогда спокойные мальчики и девочки могут полностью измениться в поведении, стать неуправляемыми, делать все назло. Что движет ими? Психология подростка детально объясняет, какие проблемы возникают в таком возрасте, и как сделать так, чтобы у ребенка этот период прошел максимально спокойно.

 **С точки зрения психологии** для подростков характерно активное отстаивание своих границ: они всячески пытаются доказать свою взрослость, часто оспаривают какие-то моменты ради самого спора, очень болезненно реагируют, если с ними не соглашаются. К 14 годам человек все меньше ориентируется на родителей и их мнение. И подросток становится более чувствительным к отвержению: из-за внешнего вида, телосложения, успешности, популярности в соцсетях и многого другого. Многие на этом фоне сталкиваются с травлей – и это не только ситуации, когда группа обидчиков оскорбляет или бьет жертву. Основными причинами проявлений детской агрессивности являются: стремление привлечь к себе внимание сверстников; стремление быть главным, желание ущемить достоинство другого с целью подчеркнуть свое превосходство.

**Общение.** Ведущим мотивом поведения подростка является стремление найти свое место среди сверстников. Чаще всего выделяют следующие виды агрессии:

**Физическая — это** конкретные физические действия, направленные против какого-либо лица, (подросток дерется, кусается, ломает, швыряет предметы и т.п.)

 **вербальную** — выражающуюся в словесной форме (ребенок кричит, угрожает, оскорбляет других) косвенную — непрямая агрессия (ребенок сплетничает, ябедничает, провоцирует сверстников, и т.п.).

Уязвимость из-за отвержения может восприниматься подростком как физическая боль. Поэтому для него очень важно найти свое место, окружить себя компанией, которая будет понимать и которой можно доверять. Чтобы понять, как достойно пройти подростковый возраст, необходимо определить какие задачи нужно решить в данном возрасте и найти оптимальные пути их решении. Психологи называют несколько таких задач и первая из них «Принятие своей внешности».

Самооценка — это мнение о самом себе. Чаще всего самооценка определяется тем, что другие люди думают о человеке, или тем, что, как кажется человеку, о нем думают. В юности человек переосмысливает свои отношения с друзьями, родителями, учителями и другими людьми. Он заново оценивает самого себя. В этот период очень важно для него иметь адекватную самооценку, что это **человек**, который может контролировать свои эмоции.

***Учитель предлагает выполнить задание, на изучение своей самооценки****.*

Перед вами лежит листок, на котором изображена шкала, от 1 –до 10. Я предлагаю вам отметить, где на этой шкале будете вы, оценить себя по 3 параметрам — интеллект, характер, внешность.

«Какой Я?»

Оцените свои качества по десятибалльной шкале:

1 2 3 4 5 Интеллект 6 7 8 9 10

1 2 3 4 5 Характер 6 7 8 9 10

1 2 3 4 5 Внешность 6 7 8 9 10

*После того, как учащиеся сделали отметки на шкале, учитель рассказывает о самооценке.*

«Люди, которые склонны переоценивать себя - на шкале отмечают себя как можно выше, и наоборот — люди, склонные к заниженной самооценке, отмечают себя на шкале ниже серединки. Большинство же людей, имеющих адекватную самооценку — отмечают себя посередине или чуть выше. Где на вашей шкале оказались вы? Что у вас с самооценкой? *(ответы воспитанников)».*

Обсудим еще несколько проблем подросткового периода.

**Вспыльчивость.**

Подростки отличаются крайне бурным проявлением своих чувств и эмоций: они с большим азартом берутся за интересное дело, страстно отстаивают свои интересы и взгляды, способны «взорваться» от малейшей несправедливости, проявленной к себе или своим друзьям; так подростки долго не прощают обиды и могут длительно находиться в плохом настроении.

Учитель: я попрошу ответить на эти два вопроса:

1. **Как ты думаешь, что лучше, когда тебя боятся или любят? (ответы учащихся)**
2. **Что тебя больше всего раздражает в поведении одноклассников?**

 Решение жизненных задач – это тяжёлый повседневный труд над собой.

**Подведение итогов.**

Подводя итог нашего мероприятия, хочу услышать от вас два основных вывода.

**Первый. Скажите мне чем подросток отличается от ребёнка?**

*(ответы учащихся)*

 **Учитель:**

* подросток в отличие от ребёнка более самостоятелен; он способен сам принимать решения; сам выбирает себе одежду и стиль, на многие вещи имеет собственную точку зрения
* подросток начинает уделять больше внимания своей внешности, появляется первая любовь, более развит физически)

**Второй. Чем подросток отличается от взрослого?**

*(ответы учащихся)*

 **Учитель:**

1. Взрослые люди в отличие от подростка развиты физически .
2. Взрослые люди имеют реальный жизненный опыт, обладают профессиональными знаниями.
3. Взрослый человек несёт ответственность не только за себя , но и за других людей.
4. У подростка степень ответственности только формируется, взрослые люди менее свободны в своих поступках, так как их поведение контролируется нормами взрослой жизни и законами общества, взрослый человек более самостоятелен, он может принимать решения и менять свой образ жизни).

**Заключение.**

**Учитель:** наш классный час подходит к концу. Хочется верить, что вы сделаете правильные выводы.

**Дополните фразы:**

Я понял…

Я узнал…

Я желаю всем…

**Рефлексия.**

**Учитель:** я предлагаю вам послушать несколько простых правил, которые помогут вам в жизни:

* Освободите свое сердце от ненависти — простите всех, на кого вы были обижены
* Освободите свое сердце от волнений — большинство из них бесполезны
* Ведите простую жизнь и цените то, что имеете.
* Отдавайте больше.
* Ожидайте меньше.
* Воспринимайте свою жизнь как единственную, неповторимую в этом мире!
* Смотрите на жизнь только с хорошей стороны!
* Люби то, что делаешь, и делай то, что любишь.
* Уважайте свои достоинства и достоинства другого! Любите ЖИЗНЬ!
* Цените каждую минуту! Радуйтесь жизни! Радуйтесь каждому солнечному дню, первому снегу, весеннему дождику, пению птиц.

И закончить наш такой интересный для вас классный час я хочу стихами:

**Взрослые дети, Геннадия Маркова.**

Вместе с детьми вырастают проблемы,
Горести их нам страшнее своих.
Мучают их уже взрослые темы,
Взрослая жизнь наступает у них.
Хочется их от ошибок сберечь,
Право оставив решать им самим.
Будет за них всегда сердце болеть,
Сколько бы лет не исполнилось им.
Взрослые, но ведь для нас — наши дети,
И когда трудность у них мы не спим.
Ведь ближе их, нет людей нам на свете,
Их поругав, за ошибку простим.
Взрослые дети, вспылив — не желаете,
Слушать что мать и отец говорит.
Я был таким же, вы это не знаете,
Вспомню своё — и душа заболит.
Сколько же раз мама бедная плакала,
Из-за меня, когда я задурил.
Сколько же раз, боль ей душу царапала,
В дни когда я беззаботно кутил.
Взрослые дети с проблемами взрослыми,
В жизни справляться желаете сами.
Мы же не против, одно только просим:
Хоть иногда разделите их с нами!
 Будьте счастливы! У вас все впереди! Спасибо за работу

На этом оптимистической ноте мы и закончим наш классный час.