

Государственное бюджетное
учреждение социального
обслуживания
«Селенгинский центр социальной
помощи семье и детям»



Гүрэнэй бюджетэй
нийгэмэй туһа хангамжын
эмхи зургаан
«Гэр бүлэдэ ба хүүгэдтэ нийгэмэй
туһаламжын Сэлэнгын түб»

ул.Карла Маркса, д.11,г.Гусиноозерск,
Селенгинский район, Республика Бурятия,671160
E-mail: selenga_cspsd@govrb.ru
Официальный сайт: www.semia03.ru



Утверждаю
Директор ГБУСО
«Селенгинский ЦСПСиД»
С.М. Киргизова
«12» 01. 2026г.

**Программа
подготовки воспитанников
к самостоятельной жизни
«Построй свое будущее сам»**

2026г.

Введение

Воспитание детей в условиях центра помощи детям (далее Центр) - это одна из наиболее важных, актуальных и сложных проблем воспитательного процесса.

Именно центр помощи детям является для ребенка первым коллективом, где происходит его развитие, закладываются основы будущей личности. Именно в Центре формируются первые представления ребенка о той или иной социальной роли: отца, матери, друга, соседа и т.д., о бытовых навыках, трудовых, правовых, медицинских и профессиональных.

Такие представления у детей-сирот, поступивших в детские дома в основном из дезадаптированных семей, существенно искажены. Эти дети воспитывались в домах ребенка, в дошкольных детских домах, а те, которые поступили из семей, имеют печальный опыт жизни. Они создают свой, часто неверный, образ той или иной роли. Для адекватного вхождения воспитанника центра в систему социальных отношений должна проводиться специальная педагогическая работа, обеспечивающая овладение ребенком комплексом социальных ролей, подготовку к самостоятельной жизни в современном обществе.

В центре помощи детям воспитываются дети, попавшие сюда по разным ситуациям. Дети понимают всю сложность жизни, и, в то же время стремятся в какой-то степени создать особые условия, при которых ищут оправдание поведению своих родителей, ищут то, что дает им возможность сформировать искаженное впечатление об окружающем.

Сегодня, несмотря на развитие семейных форм устройств детей, находящихся в центрах помощи детям, остается проблема подростков 14-18 лет в ориентации их в самостоятельной жизни. Поэтому большое значение предается повышению социальной компетентности наших воспитанников, для того чтобы выйдя из центра, они могли жить и общаться с окружающими их людьми, чтобы они знали, как устроено общество, в котором им предстоит жить, работать, создавать семью, растить детей. Эта программа рассчитана на решение этой непростой задачи.

Программа предназначена для подростков 8-9, 10 классов (14-18л.) Реализуется программа в течение 1 года, с частотой групповых занятий 1 раз в месяц по каждому блоку.

Направленность программы

Программа подготовки воспитанников центра помощи детям к самостоятельной жизни имеет социально - педагогическую направленность,

так как помогает воспитанникам социализироваться и само реализовать в самостоятельной жизни.

Актуальность

Актуальность данной программы состоит в том, что она позволяет сформировать у ребенка представление о жизни в обществе, о взаимоотношениях между людьми, о жизненных проблемах. Они должны быть готовы к ведению домашнего хозяйства, в организации быта.

Цель программы: оказать содействие в повышении социальной компетенции воспитанников, способствующих их успешной адаптации в обществе через овладение социально-психологическими знаниями и формирование основных жизненных навыков, необходимых для самостоятельной жизни.

Данная цель реализуется через развитие следующих способностей и формирование следующих навыков:

- развитие способностей понимать себя и других
- развитие способностей прогнозировать межличностные ситуации и свое поведение в них
- формирование навыков самостоятельного проживания (как устроиться на работу, как оплатить за квартиру, куда обратиться за помощью в конкретных случаях, как и где продолжить обучение и др.)
- формирование навыков взаимодействия с разными социальными группами и институтами (медицинскими учреждениями, образовательными учреждениями и др.)

Для формирования необходимых способностей и навыков все занятия разделены на 5 тематических блоков.

Программа включает в себя 60 тематических занятия, проводимых в группе 1 раз в месяц по каждому блоку.

I. Блок «Совершенствование личности»

Цели и задачи:

1. Формировать мотивацию на участие в занятиях; выработать правила поведения в группе; познакомить с программой работы; актуализировать опыт отношений с другими людьми и представления о свободе выбора, об ответственности за свой выбор.
2. Расширить представления о себе; дать представление о мире внутренних переживаний, о личностных ценностях и уникальности каждого человека;
3. Научить осознавать собственные ресурсы; способствовать адекватной самооценке; формировать представление о социальных ролях; ознакомить с основными документами гражданина РФ.
4. Формировать навыки эффективного общения (вербального и невербального); дать представление о коммуникативных барьерах и путях их преодоления; обучить навыкам уверенного поведения в общении; формировать представление о сети социальной поддержки и навыки дружеских отношений; рассмотреть значение конфликтов и формировать навыки бесконфликтного общения; рассмотреть понятие стресса и выработать навыки борьбы со стрессом; познакомить с понятием «толерантность»

I. Блок «Дом. Семья. Общество»

Цели и задачи:

1. Расширить представление о взрослении – баланс возможностей и ответственности (ГК РФ); расширить представления о гендерных ролях; формирование ответственного отношения к жизни; помочь понять и принять чувства, связанные с взрослением; выработка навыка противостояния манипуляциям.
2. Помочь осознать и принять свой опыт проживания в семье; помочь осознать значение семьи в жизни человека;
3. дать возможность представить себя в воображаемом семейном будущем; дать представление о нормах и правилах жизни людей за стенами центра помощи; формировать представление о семье и браке, знакомство с Семейным Кодексом РФ;
4. способствовать осознанию важности предстоящей роли родителя и мере ответственности (Конвенция о правах ребенка);
5. дать представления о конфликтных ситуациях в семье о путях их решений; формировать позитивный образ семьи в жизни человека.
6. дать представление об основных правах и обязанностях нанимателей и собственника жилья (понятия договор, ордер, договор безвозмездного пользования); формировать ответственное отношение к своему жилью; дать представление о жилищных организациях; формировать навык взаимодействия с жилищными организациями.
7. Актуализировать опыт проведения свободного времени (способы проведения досуга, сознательное отношение к планированию свободного времени);
8. формировать навык организации досуга (умение просить и оказывать поддержку); формирование умения планирования и проведения досуга.

III. Блок «Мое здоровье»

Цели и задачи:

1. Формировать ответственное отношение к своему здоровью;
2. акцентировать внимание на жизненную важность заботы о здоровье;
3. дать представление о симптомах некоторых наиболее распространенных заболеваний;
4. дать представление о медицинских учреждениях и их назначении;
5. учиться ответственно относиться к лечению.

IV. Блок «Профориентация и трудовая деятельность»

Цели и задачи:

1. Расширить представление о мире профессий; актуализировать знания о способах поиска информации, связанной с выбором профессии;
2. дать представление о том, как выбирать профессию (понятие способности); помочь детям осознать собственные способности; познакомить с классификацией профессий; мотивировать на получение

- образования (дать представление о связи собственных потребностей с получением образования);
3. формировать навык поиска работы;
 4. дать представления о «ловушках», встречающихся при поиске работы;
 5. дать представление о документах необходимых для поиска работы и трудоустройства (правовые аспекты, резюме и др.)

V. Блок «Финансы».

Цели и задачи:

1. Формирование основ финансовой грамотности, представлений о личной финансовой безопасности;
2. Повышение уровня финансовой грамотности подростков;
3. Формирование ответственного отношения к личным финансам и эффективного финансового поведения;
4. Воспитание терпения, силы воли

VI. Блок «Мои права. Мои обязанности»

Цели и задачи:

1. Актуализировать знания об основных документах регулирующих права и обязанности граждан; формировать ответственное поведение; познакомить с организацией ОВД;
2. научить обращаться по интересующим вопросам в разные отделы организации, научить получать информацию со стендов;
3. Расширить представление о системе социального обеспечения;
4. познакомить с видами государственной помощи и системой льгот;
5. формировать навык обращения в организации системы социального обеспечения, дать опыт взаимодействия с различными организациями.

VII Блок. Профилактика правонарушений и самовольных уходов»

Формы организации и методы работы с воспитанниками

В процессе работы с воспитанниками предусматривается использование следующих **методов и форм работы:**

- Беседы
- Рассказы воспитателя
- Разбор ситуации на определенную тему
- Дискуссия, диспут
- Разговор за столом
- Демонстрация фильмов
- Выставка высказываний на определенную тему
- Практические занятия
- Семейные походы, экскурсии
- Онлайн-встречи с интересными людьми и специалистами разных областей
- Вечера на выбранную тему
- Развлечения
- Анкеты, тесты
- Час семейного отдыха

Ожидаемый результат

1. Рост уровня общей социализированности воспитанников.
2. Адекватная самоидентификация подростков, освоение ими социальных ролей в семье.
3. Установление прочных дружеских отношений с членами своей группы-семьи, готовность молодых людей к семейной жизни.
4. Преобладание личностной направленности воспитанников на здоровый образ жизни.
5. Знание детьми и подростками норм и правил поведения в обществе, общения и взаимодействия с окружающими.
6. Предупреждение правонарушений воспитанников.
7. Готовность к самостоятельной жизни.
8. Повышение качества жизни и социальной защищенности воспитанников.
9. Повышение учебной и профессиональной мотивации воспитанников и выпускников организаций к обучению в организациях профессионального образования.
10. Увеличение числа выпускников, успешно адаптированных в новых социальных условиях; трудоустроенных по полученным специальностям.

Критерии эффективности

Для оценки эффективности программы используются критерии, позволяющие оценить достижение поставленных целей и задач (подробнее о целях и задачах в программе). Таким образом, в рамках исследования эффективности программы изучается ее влияние на следующие показатели (критерии эффективности):

- Принятие ответственности за свою жизнь и свой выбор
- Осознание ответственности за свой выбор и способность его сделать.
- Готовность делать выбор и действовать
- Наличие знаний и умений по пройденным мероприятиям,
- Сформированность и уровень развития навыков, помогающих решать поставленные задачи

Основными диагностическими инструментами могут выступить:

- Тестирование, опросники самооценки, анкетирование, проективные методики;
- Наблюдения (в том числе, при проведении мероприятий программы или в ходе проведения диагностических заданий по итогам программы);
- Сведения, полученные из бесед с социальным педагогом, учителями, воспитателями, психологом.

Содержание

№ п/п	Тема	Количество часов
1	«Совершенствование личности»	12ч.
2	«Дом. Семья. Общество»	12ч.
3	«Мое здоровье»	12ч.
4	«Профориентация и трудовая деятельность»	12ч.
5	«Финансы»	12ч.
6	«Мои права. Мои обязанности»	12ч.
7	Профилактика правонарушений и самовольных уходов	12ч.

Календарно-тематическое планирование

№п/п	Содержание	Кол-во часов	Дата	
			План	Факт
I. Блок «Совершенствование личности»				
1	«Что такое общение?»	1	12.01.2026	
2	««Представление о себе»»	1	02.02. 2026	
3	«Коммуникативные барьеры»	1	02.03. 2026	
4	«Правила убеждения собеседника»	1	06.04. 2026	
5	«Умение слушать»	1	04.05. 2026	
6	«Как мы общаемся»	1	02.06. 2026	
7	«Этика делового общения»	1	06.07. 2026	
8	«Конфликты»	1	03.08. 2026	
9	«Виды взаимодействия людей»	1	07.09. 2026	
10	«Критика»	1	05.10. 2026	
11	«Похвала»	1	02.11. 2026	
12	Заключительное/обобщающее занятие.	1	01.12. 2026	

II. Блок «Дом. Семья. Общество»				
1	«Семья и семейные ценности. Традиции и праздники семейного календаря»	1	19.01.2026	
2	«Семейный долг, последствия нарушений семейных отношений»	1	09.02.2026	
3	«Бюджет и хозяйство семьи» (деньги и их функция; экономика и планирование семейного бюджета; экономия, доходы, расходы)	1	09.03.2026	
4	«Физическое здоровье членов семьи, организация активного досуга семьи, половое воспитание»	1	13.04.2026	
5	«Создание уюта в семье, красота и самобытность дома»	1	11.05.2026	
6	«Мое. Чужое. Общее»	1	08.06.2026	
7	Практикум «Гостевой этикет. Чем угостить гостей»	1	13.07.2026	
8	«Я - будущая хозяйка»	1	10.08.2026	
9	«Культура поведения в храме»	1	07.09.2026	
10	«Человек среди людей»	1	12.10.2026	
11	"Салаты. Совместимость продуктов."	1	09.11.2026	
12	Практикум «У меня зазвонил телефон»	1	07.12.2026	
III Блок «Мое здоровье»				
1	«Мое здоровье»	1	19.01.2026	
2	«Больницы, поликлиники, диспансеры, медицинское страхование, аптеки»	1	16.02.2026	
3	«Социальные роли врач – больной»	1	16.03.2026	
4	«Посещение поликлиники»	1	20.04.2026	
5	Склонность или пагубная привычка?	1	18.05.2026	
6	«Распорядок дня»	1	15.06.2026	
7	Соблюдение правил личной гигиены, закаливание	1	20.07.2026	
8	Рациональное питание	1	17.08.2026	

9	Отказ от вредных привычек	1	21.09.2026	
10	О вреде алкоголя, курения	1	19.10.2026	
11	Профилактика вен.заболеваний	1	16.11.2026	
12	Уход за больными в домашних условиях.	1	14.12.2026	

IV. Блок «Профориентация и трудовая деятельность»

1	«Выбирая профессию – выбираешь образ жизни»	1	19.01.2026	
2	«Мои желания, мои возможности»	1	16.02.2026	
3	«Учиться?»	1	23.03.2026	
4	«Ищу работу!»		27.04.2026	
5	«Иду на работу в первый раз»	1	25.05.2026	
6	«Деловое письмо» (заявление, анкета, автобиография)	1	22.06.2026	
7	«Профессии, которые рядом»	1	12.07.2026	
8	«Резюме»	1	24.08.2026	
9	Игра «Приемная комиссия»	1	28.09.2026	
10	Собеседование с работодателем	1	26.10.2026	
11	Сюжетно-ролевая игра «Устройство на работу»	1	26.11.2026	
12	Итоговое занятие	1	21.12.2026	

V Блок. Финансы

1	«Деньги. Бюджет»	1	26.01.2026	
2	«Основы источников доходов, ресурсы, возможности»	1	24.02.2026	
3	«Финансовые записи доходов и расходов»	1	30.03.2026	
4	«Целесообразное распоряжение денежными средствами»	1	07.04.2026	
5	«Экономия. Правила экономии, виды и цели сбережений»	1	05.05.2025	
6	Банковская карта, банкомат, правила их пользования	1	29.06.2026	
7	«Распространенные мошеннические схемы»	1	07.07.2026	
8	«Семейный бюджет. Откуда берутся деньги»	1	31.08.2026	
9	«Развод. Алименты»	1	08.09.2026	
10	«Основные документы на квартиру, дом»	1	06.10.2026	
11	«Перспективы позитивного образа будущего»	1	30.11.2026	
12	Практическое занятие	1	28.12.2026	

VI. Блок «Мои права. Мои обязанности»

1	«Мои права и обязанности»	1	13.01.2026	
2	«Получаю жилье»	1	03.02.2026	
3	«Жилищные организации»	1	03.03.2026	
4	«Система социального обеспечения»	1	14.04.2026	
5	«Умей сказать «нет»	1	12.05.2026	
6	«Правила и законы»	1	02.06.2026	
7	Практикум «ОМВД»	1	14.07.2026	
8	Нотариальные услуги	1	04.08.2026	
9	Платные медицинские услуги	1	15.09.2026	
10	«Звонок в службы спасения» (телефоны экстренного реагирования)	1	13.10.2026	
11	«Незнание законов не освобождает от ответственности»	1	03.11.2026	
12	Ролевая игра «Мы и выборы»	1	01.12.2026	
VII. Блок. Профилактика правонарушений и самовольных уходов				
1	«Уголовная ответственность несовершеннолетних»	1	20.01.2026	
2	«Права и ответственность несовершеннолетних»	1	10.02.2026	
3	«Правила Центра. Ты знай и соблюдай»	1	10.03.2026	
4	«Соблюдение закона – главное правило»	1	21.04.2026	
5	«Навыки личной безопасности»	1	19.05.2026	
6	«Цена поступка»	1	09.06.2026	
7	«Я в ответе за свои поступки»	1	21.07.2026	
8	«О вреде табакокурения и употребления алкогольных напитков»	1	11.08.2026	
9	«Кражи. Ответственность за грабежи, разбои, кражи»	1	22.09.2026	
10	Терроризм	1	20.10.2026	
11	Просмотр документальных фильмов	1	10.11.2026	
12	Заключительное занятие	1	08.12.2026	