

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
гимназия № 2

РАССМОТРЕНО:

Заместитель директора по ВВВР

От « 09 » 08 2022г.

 / Т.В. Дивнич

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ гимназии №2

От « 09 » 08 2022 г.

 / И.В. Лемешева



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Я ПРИНИМАЮ ВЫЗОВ»

Направление: социальное

Класс: 5

Срок реализации: 1 год (35 часов)

Составитель: Исламова С.Ш.

Курс внеурочной деятельности: «Я принимаю вызов».

Направление: социальное

Год обучения: 2022-2023 уч. год

Класс: 5А, 5Г классы

Тип программы: авторская, **Авторы:** Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих

Количество часов: в год – 35 часов, в неделю – 1 час

Составитель: Исламова С.Ш.

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности по профилактике употребления наркотических средств и психотропных веществ для обучающихся 5 классов «Я принимаю вызов!» имеет **социальную направленность**.
Актуальность.

В настоящее время тревогу государства и общества вызывает проблема роста потребления наркотических средств и психоактивных веществ, что отрицательно влияет на здоровье населения страны в силу того, что большинство наркозависимых людей – молодежь репродуктивного возраста.

Подростковый возраст является исключительно важным для формирования социального здоровья личности, поскольку это время, когда человек уже способен и пытается делать самостоятельный выбор своих жизненных приоритетов. Социальное здоровье может проявляться как внешне, в межличностных отношениях человека (отношения в производственном и школьном коллективе, в семье, с друзьями и др.), так и на внутреннем уровне во внутриличностных отношениях (особенности мотивации и социализации личности, готовность к обучению, самоопределению, непрерывному образованию).

Таким образом, адаптированность к социальной среде (эмоционально благополучные отношения подростка в семье, школьным коллективе со сверстниками), социальная направленность личности подростка (стремление занять определённое социальное приемлемое место в обществе, коллективе), развитое самосознание (принятие себя, интерес и мотивированность к социально значимой деятельности и др.) выступают важными показателями социального здоровья подростков.

Профилактика употребления наркотических средств и психотропных веществ (ПАВ) в образовательной среде – это комплексная работа по созданию условий для формирования показателей социальной здоровья обучающихся и содействию в устранении причин, которые способствуют формированию аддиктивного (зависимого поведения) подростков.

Поскольку ведущей деятельностью и важнейшей потребностью подросткового возраста является общение, в программе большое внимание уделяется формированию навыков коммуникативной компетентности как средства, с помощью которого формируются защищающие от употребления ПАВ установки и способы поведения. Программа основана на методологии компетентного подхода и предполагает не ставшее традиционной формой профилактики информирование подростков о наркотиках и последствиях их действия, а практику, тренировку, направленную на развитие у подростков личностных качеств, предоставляющих возможность решения возникающих проблем конструктивными путями, ориентированными на достижение успеха и удовлетворенности в жизни. Программа ориентирована

одновременно на профилактику потребления ПАВ и формирование правовой культуры подростка, как одного из условий успешности профилактической деятельности, и опирается на современную нормативную правовую базу.

Предлагаемая программа внеурочной деятельности одновременно рассматривается как комплексная - то есть предполагающая последовательный переход от общих воспитательных результатов первого уровня к специфическим личностным результатам третьего уровня в различных видах внеурочной деятельности, и как возрастная, то есть соотносящаяся с возрастными категориями обучающихся 5 классов.

Место учебного предмета в учебном плане

В учебном плане гимназии изучение данного курса внеурочной деятельности входит в обязательную часть образовательного процесса. Для реализации курса «Я принимаю вызов» в учебном плане общеобразовательного учреждения выделен один час из обязательной части учебного плана, всего на курс - 35 часов в год (1 час в неделю). Срок реализации рабочей программы 2021-2022 учебный год.

Рабочая программа составлена на основе рекомендованной авторской программы курса по профилактике употребления наркотических средств и психотропных веществ «Я принимаю вызов!» для 5-9 классов авторов Н.И. Цыганковой, О.В. Эрлих, которая была разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта основного общего образования, с учётом возрастных особенностей обучающихся и соблюдением правил безопасности подачи информации.

Программа разработана с учётом тематического планирования курсов ОБЖ, биологии, физической культуры и включает в себя профилактику употребления обучающимися табака, алкоголя, наркотиков и других ПАВ, влияющих на состояние сознания, в том числе, пиво и джин-тоники, культуру жизни без наркотиков.

Цели курса:

Образовательные: формирование у обучающихся представлений о понятиях «здоровье», «здоровый образ жизни», «социальная ответственность»; ознакомление с причинами и последствиями употребления ПАВ; изучение социальных и правовых норм для понимания ответственности за нарушения законодательства в сфере незаконного оборота наркотических веществ.

Воспитательные: формирование у обучающихся ценностей здорового образа жизни, готовности осмысленно решать повседневные жизненные ситуации, связанные с риском, в том числе, риском употребления ПАВ, внутренних установок сопротивления социальному давлению группы, связанному с рисками употребления ПАВ

Развивающие: развитие у обучающихся критического мышления в отношении информации связанной с ПАВ и мотивации к социально одобряемой деятельности; формирование у подростков нового положительного опыта для личностного развития в процессе межличностного и группового содержательного общения; создание в процессе совместной деятельности педагогов и школьников благоприятных условий для становления и развития личности обучающихся, присвоения ими внутренней ответственности за принятие на когнитивном, эмоциональном, поведенческом уровнях ценностей и норм здорового образа жизни; формирование внутренних защит от употребления ПАВ.

Задачи курса:

1. Создать психологические условия, средовые характеристики, способствующие приобретению подростками нового положительного опыта межличностного и группового содержательного общения как фактора защиты личности от употребления ПАВ.
2. Способствовать формированию основ правовой культуры как необходимым и правовым нормам общества на основе ознакомления с этими нормами, в том числе, в сфере незаконного оборота наркотических средств и психотропных веществ.
3. Способствовать формированию паттернов (повторяющихся образцов) правоопослушного поведения, исполнения законов.
4. Способствовать формированию здорового стиля жизни и отрицательного отношения к употреблению ПАВ.
5. Создать предпосылки для формирования готовности принимать решения в повседневных жизненных ситуациях, в том числе, ситуациях, связанных с социальными рисками, с риском употребления ПАВ.
6. Способствовать развитию критического отношения к информации, связанной с ПАВ и предложениям их приобретения и употребления.
7. Содействовать развитию мотивации к социально одобряемой деятельности, исключаящей употребление ПАВ.
8. Создать условия для приобретения опыта целеполагания, разработки и реализации собственных идей и проектов в сфере пропаганды здорового образа жизни, законопослушного поведения, предупреждения употребления ПАВ.

Формы организации образовательного процесса

Формы работы по программе: интерактивное взаимодействие в больших и малых группах. Использование групповой работы - важнейший элемент современного обучения. Работа в группе позволяет обучающимся приобрести ряд важнейших качеств: умение выработать совместное решение; терпимость к другим людям и позициям; необходимость поиска компромиссов; способность аргументировать свою точку зрения; стремление к диалогу; умение строить отношения с учётом эмоционального состояния других людей, своего собственного, общей атмосферы в группе.

Профилактические занятия реализуются так же через такие формы, как интерактивные беседы, практикумы, игры, диспуты, поисковые и научные исследования, социальное проектирование, выставки. В программу занятий включены психогимнастические упражнения, элементы аутотренинга, предусмотрено чередование приоритетов эмоциональных, интеллектуальных, поведенческих нагрузок при выполнении заданий и упражнений.

Группа/категория учащихся, для которых актуальна программа

Рабочая программа «Я принимаю вызов!» рассчитана на учащихся 5-х классов.

Объем программы

Рабочая программа рассчитана на 1 учебный год, 35 недель. Режим занятий – 1 раз в неделю по 40 минут.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Материально-технические условия

Для реализации курса внеурочной деятельности необходимо помещение, оснащенное столами, стульями, доской, мультимедийным оборудованием. Столы и стулья должны быть мобильными, с возможностью передвижения их в помещении с учетом формы организации занятия.

Учебно-методическое обеспечение

Класс	Учебная программа	Методические материалы для учителя (методические рекомендации, пособия и т.п.)	Материалы для учащихся (рабочие тетради и т.п.)
5А,Г	<p>Цыганкова Н.И., Эрлих О.В. Программа курса по профилактике употребления наркотических средств и психотропных веществ «Я принимаю вызов!». 5-9 классы/ Н.И. Цыганкова, О.В.Эрлих авт.-сост. Н.И.Цыганкова, О.В. Эрлих – М.: ООО «Русское слово - учебник», 2015. – 120 с. – (ФГОС. Внеурочная деятельность).</p>	<p>1. Цыганкова Н.И., Эрлих О.В. Методические рекомендации для организации занятий курса по профилактике употребления наркотических средств и психотропных веществ «Я принимаю вызов!» для 5 класса общеобразовательных организаций / Н.И. Цыганкова, О.В.Эрлих авт.-сост. Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих – М.: ООО «Русское слово - учебник», 2016. – 80 с. – (ФГОС. Внеурочная деятельность).</p> <p>2. Практическая психология образования: учебное пособие. 4-е изд. / под ред. В. Дубровиной. — СПб.: Питер, 2004.— 592 с.</p> <p>3. М.М.Безруких, А.Г.Макеева, Т.А.Филиппова «Все цвета, кроме черного» для начальных классов «Мой выбор» под ред. П.Г.Половожец</p> <p>4. «Педагогика здоровья» под ред. В.Н.Касаткиной</p> <p>5. А.Л.Соловова «Навыки жизни» (программа ранней профилактики химической зависимости для детей 9-12 лет).</p> <p>6. «Предупреждение употребления алкоголя и наркотиков в школе», «Программа профилактики курения в школе» под ред. В.Н.Касаткиной</p> <p>7. А.Г. Жилиев, Т.И. Палачёва «Формирование жизненных ценностей и развитие поведенческих навыков у учащихся» 5-6, 7-9 классов.</p>	<p>Рабочая тетрадь «Я принимаю вызов», 5 класс.</p> <p>Тесты, анкеты</p> <p>Дидактические карточки</p> <p>Практические задания разного уровня</p>

Раздел I. «Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности»

Личностные результаты будут достигнуты в рамках когнитивного, ценностного и эмоционального, деятельностного компонентов.

В рамках когнитивного компонента будут сформированы:

- знания законодательства РФ в сфере предупреждения распространения ПАВ немедицинского характера;
- ориентация в системе моральных норм и ценностей как условий законопослушного поведения, здорового образа жизни, предупреждения потребления ПАВ;
- знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий, правил поведения в ситуациях социального риска, в том числе связанного с употреблением ПАВ.

В рамках ценностного и эмоционального компонентов будут сформированы:

- готовность к равноправному сотрудничеству;
- уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия;
- уважение к ценностям семьи, любовь к природе, признание ценности здоровья, своего и других людей, оптимизм в восприятии мира как условие противостояния попыткам вовлечения в потребление ПАВ;

В рамках деятельностного компонента будут сформированы:

- готовность и способность к участию в пределах возрастных компетенций к организации и проведению школьных и внешкольных мероприятий, в деятельности детских и молодежных общественных организаций, имеющих социальную направленность, в волонтерской деятельности в сфере предупреждения потребления ПАВ;
- умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия;
- готовность и способность к соблюдению моральных норм в отношении взрослых и сверстников;

Метапредметные результаты будут достигнуты путём формирования у обучающихся ряда универсальных учебных действий.

Регулятивные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- устанавливать целевые приоритеты;
- уметь самостоятельно контролировать свое время и время, отведённое на командную работу, и управлять им;
- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров, противостоять давлению группы, взрослых, в ситуациях риска потребления ПАВ.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;
- обосновывать собственную позицию, особенно в сфере сохранения своего права на ЗОЖ и свободу от употребления ПАВ;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- владеть основами коммуникативной рефлексии.

Познавательные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- осуществлять расширенный поиск информации по тематике ЗОЖ и предупреждения употребления ПАВ с использованием ресурсов библиотек и Интернета;

- строить логические рассуждения, включающее установление причинно-следственных связей, направленные на выработку отрицательного отношения к употреблению ПАВ;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, связанные с риском употребления ПАВ, выявляемые в ходе исследования.

Формы контроля уровня усвоения содержания

Программа предусматривает вариативные формы контроля уровня освоения обучающимися содержания разделов (тем):

- тематические выставки творческих работ участников; викторины;
- заключительным этапом программы является организация и проведение Праздников достижений участников «Шаги к здоровью»;
- анкетирование участников (заполнение анкет обратной связи);
- обратная связь (рефлексия) участников (устные высказывания участников по определённой заданной ведущим схеме).

Пакет оценочных материалов и критерии оценивания

✓ *Диагностика:* «шкала наблюдений» за личностными особенностями обучающимися, которые могут стать факторами риска употребления ПАВ (Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих);

✓ *Методика* «Выявление и оценка коммуникативных организаторских склонностей (качеств)» В.В. Синявского, Б.А. Федоршина.

С целью оценки степени усвоения положительного социального знания и представлений о социальной реальности и повседневной жизни, в которой существуют риски, связанные с проблемой распространения и употребления ПАВ, на первом и заключительном занятии заполняется бланк "Шкала наблюдений" и фиксируется динамика показателей у каждого из участников программы. Необходимо наблюдение за личностными особенностями обучающихся, которые могут стать факторами риска употребления ПАВ.

С целью оценки динамики развития социально значимых отношений, получения опыта ценностного отношения к социальной реальности в целом используется методика "Выявление и оценка коммуникативных и организаторских склонностей".

Реализация программы способствует достижению *трех уровней результатов*.

Первый уровень результатов - приобретение и усвоение обучающимися в процессе взаимодействия ученика с ведущим взрослым как значимым для него носителем положительного социального знания и повседневного опыта социальных знаний (об общественных нормах, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе), представлений о социальной реальности и повседневной жизни, в которой существуют риски, связанные с проблемой распространения и употребления ПАВ.

Второй уровень результатов - развитие социально значимых отношений, получение опыта ценностного отношения к социальной реальности в целом, способствующих формированию установок к здоровому образу жизни и неприятию ПАВ в процессе взаимодействия обучающихся между собой в защищенной, дружественной среде.

Третий уровень результатов - приобретение подростком опыта самостоятельного социально значимого действия, направленного на пропаганду ценностей здорового образа жизни и отрицательного отношения к употреблению ПАВ.

Раздел II. «Содержание курса внеурочной деятельности»

Тема 1. Навыки эффективного общения. Первичная диагностика (2 часа)

Для профилактики употребления ПАВ обучающимися важное значение имеет степень сформированности у них личностных качеств, обеспечивающих возможность выбора эффективных стратегий поведения в различных ситуациях социального взаимодействия, в том числе в ситуациях, связанных с риском вовлечения в группы сверстников, демонстрирующих аддиктивные (зависимые) формы поведения, а также в ситуациях предложения попробовать наркотики. Важное значение в аспекте профилактики приобретают коммуникативные навыки, включающие в себя умение понимать и учитывать намерения и способы коммуникации партнёра по общению, наличие опыта позитивного межличностного

общения в группе сверстников без использования ПАВ, первичная диагностика актуальной социальной ситуации в классе и индивидуальных психолого-педагогических характеристик обучающихся – участников занятий.

Основные понятия: формирование группы, интеграция в группу сверстников и построение продуктивного взаимодействия со сверстниками и ведущим – взрослым. Правила группового взаимодействия, правила круга. Общение как базовая потребность человека. Правила установления контакта как первый этап эффективного группового взаимодействия. Техники общения. Коммуникативная рефлексия как способ осознания оснований собственных действий и действий партнёра. Языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей. Регуляция собственного речевого поведения как основы коммуникативной компетентности.

Формы работы: игровые упражнения и задания, рефлексивное общение.

Первичная диагностика: — «шкала наблюдений» за личностными особенностями обучающихся, которые могут стать факторами риска употребления ПАВ (Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих); — методика «Выявление и оценка коммуникативных и организаторских склонностей (качеств)» В.В. Сивявского, Б.А. Федоршина.

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 1: анкета обратной связи.

Тема 2. Навыки отреагирования негативных эмоциональных состояний в условиях группового взаимодействия. Профилактика агрессивных проявлений (3 часа)

В подростковом возрасте агрессия подкрепляется как активно протекающими гормональными процессами, так и внешним окружением. Нередко, в случае, если ребёнок или подросток сам подвергается насилию (например, семье), агрессивное поведение является способом преодолеть собственные негативные переживания, чувство беспомощности и несостоятельности.

Все эти негативные переживания могут спровоцировать начало употребления такими подростками ПАВ.

В процессе адаптации к новым социальным условиям 5 класса, появления новых фигур значимых взрослых – педагогов, формирования в новых условиях классного коллектива возможно возникновение конфликтов, проявление негативных эмоций, в том числе агрессивных. Важное значение для конструктивного выхода из данных состояний имеет наличие у обучающихся навыков анализа и понимания своих собственных эмоциональных состояний и состояний окружающих, практических умений справляться с негативными эмоциями и выражать их. Для профилактики употребления ПАВ важную роль играет наличие сформированных практических умений понимания и ненасильственного выражения своих негативных эмоциональных состояний, умения учитывать и координировать отличные от собственной позиции других людей в сотрудничестве, наличие навыков саморегуляции эмоциональных состояний.

Основные понятия: эмоции и чувства. Агрессия. Способы работы с агрессией, гневом. Профилактика агрессивных проявлений. Основы саморегуляции.

Формы работы: интерактивная беседа, практикум (тренинг), методы гармонизации эмоционального состояния.

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 2: выставка и представление (презентация) творческих работ участников «Я и мои эмоции».

Тема 3. Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ. Продуктивное поведение в конфликте (3 часа)

Важную роль для профилактики употребления ПАВ играет формирование у обучающихся практических умений взаимодействия при решении проблемных ситуаций, в том числе в ситуации столкновения интересов в группе и команде (семья, школа, компания сверстников), понимание ими относительности мнений и подходов к решению проблемы употребления ПАВ, умений аргументировать свою точку зрения, дискутировать и отстаивать свою позицию невраждебным для оппонентов образом. Развитие у подростков умения выдерживать негативное

давление группы, успешно преодолевать конфликты, общаться с другими людьми без предубеждений, принимать их достоинства и недостатки, организовывать взаимоподдержку, сотрудничеству формированию социальной компетентности подростков в целом.

Основные понятия: психология конфликта, две стороны конфликта. Профилактика конфликтов. Поведение в конфликте. Способы разрешения конфликтов. Способы обострения и оттаивания собственной позиции.

Формы работы: интерактивная беседа. Практикум (тренинг). Ролевая игра.

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 3: обратная связь (рефлексия) участников.

Тема 4. Формирование критического мышления, потребности в саморазвитии, самореализации, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ (4 часа)

Способность к саморазвитию, самореализации, ответственность являются фактором внутренней защиты личности от риска начала употребления ПАВ. Поэтому важное значение имеет создание педагогических условий для личного самоопределения подростков, развитие у них критического мышления и рефлексии в форме осознанного управления своим поведением и деятельностью, направленной на достижение поставленных целей, формирование практических умений принятия ответственных решений.

Основные понятия: психология жизненного успеха. Я – концепция, самооценка, мотивация достижения успеха. Эмпатия как осознанное понимание и сопереживание чувствам других, выражающаяся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия. Саморегуляция деятельности. Рефлексия как свойство личности. Самоопределение и принятие ответственных решений.

Формы работы: интерактивная беседа. Практикум (тренинг). Викторина.

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 4: викторина «Мир моего Я».

Тема 5. Стрессоустойчивость и стратегии совладающего поведения как фактор профилактики употребления ПАВ (2 часа)

Копинг – механизмы и копинг – стратегии – способы преодоления трудностей в различных сферах психической деятельности копинг-поведения, которые применяет человек, попав в трудную жизненную ситуацию. Определено 8 основных типов стратегий копинг-поведения, которые охватывают разные аспекты личности: кофронтационный копинг, дистанцирование, самоконтроль, поиск социальной поддержки, принятие ответственности, избегание, планирование решения проблемы, положительная переоценка. Человек, оказавшись в трудной жизненной ситуации, может использовать одну или несколько стратегий копинг-поведения. У подростков, репертуар использования данных стратегий невелик. Типичным поведением в состоянии стресса, трудных жизненных ситуациях для них является враждебность и готовность к риску, попытки отделиться от ситуации, уменьшить её значимость, усилить, направленные на избегание проблемы, им сложно посмотреть на ситуацию под другим углом зрения и увидеть в ней что-то положительное, контролировать свои переживания и поступки, а также признать свою роль в возникшей проблеме. По окончании занятий у подростков расширяется репертуар стратегий совладающего поведения, что способствует повышению стрессоустойчивости и формированию психологических защит личности подростков в различных жизненных ситуациях, в том числе в ситуациях социального риска, связанных с ПАВ.

Основные понятия: стресс. Стрессоустойчивость личности. Представление о ситуациях социального риска. Самоконтроль, поиск социальной поддержки, социальная ответственность, принятие ответственности, принятие решения, положительная переоценка.

Формы работы: интерактивная беседа. Практикум (тренинг).

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 5: обратная связь (рефлексия) участников

Тема 6. Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (все участники независимо от наличия либо отсутствия имеющегося опыта употребления ПАВ) (5 часов)

В 5 классе тема психоактивных веществ (в аспекте употребления алкоголя, табака, наркотиков) должна обсуждаться с обучающимися в случае актуализации темы, связанной конкретно с алкоголем, пивом или наркотиками. Если данные темы в конкретном классе в момент проведения занятия не актуальны, целесообразно в целях обеспечения информационной безопасности обучающихся обсуждать только социальные риски, связанные с табакокурением.

Человек в подростковом возрасте наиболее уязвим, и ему свойственны потребности в переживаниях. У подростка происходит переоценка ценностей, ему просто необходимо ощущение насыщенного переживания, поэтому он стремится к экстремальным ощущениям, таким, где есть неопределённость, риск. В таких ситуациях может возникнуть риск приобретения подростка к ПАВ.

Употребление ПАВ как социальная проблема. Истинные или ложные представления о ПАВ. Когда подростку предлагают курить, его решение основывается на различных факторах. Под давлением противоречивых влияний молодой человек не всегда принимает свой решения разумно, учитывая информацию о ЗОЖ. Сиюминутная выгода зачастую имеет для подростка значительно больший вес, чем долговременная. На принятие решения также влияет прежний опыт молодого человека, полученный в подобных ситуациях. Благодаря активному включению в обучение участники осознают причины начала употребления ПАВ, учатся принимать осмысленные решения. Коллективная творческая работа «Я принимаю вызов: ПАВ как риск для здоровья и успеха» как символическая коммуникация между участниками группы в процессе создания ими общего рисунка является средством предупреждения социальной изоляции и развития социальных навыков подростков, поскольку она предоставляет участникам возможность использовать символические средства коммуникации в качестве более психологически безопасных, по сравнению с речью. На основе полученного опыта символической коммуникации участники групповых занятий могут затем развивать и иные формы контакта друг с другом. Результатом применения таких техник нередко также являются модификация и коррекция присущих некоторым участникам группы дезадаптивных моделей поведения.

Основные понятия: безопасное поведение. Социальные риски. Употребление ПАВ как социальная проблема. Истинные или ложные представления о ПАВ. Навыки принятия ответственного решения. Модификация и коррекция присущих некоторым участникам группы дезадаптивных моделей поведения.

Формы работы: интерактивная беседа. Практикум (тренинг).

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 6: анкета обратной связи.

Тема 7. Представления о воздействии рекламы в сфере предложения ПАВ на принятие решений (3 часа)

Реклама построена на использовании образов, которые воздействуют на потенциальных потребителей, символизируют свободу, независимость и приключения. В свою очередь, базовые потребности подростков – это также потребности в большей степени свободы, независимости, в приключениях и острых ощущениях. Таким образом, рекламные предложения и подростки «находят» друг друга, а отсутствие у подростков опыта и навыков критического мышления, возрастные установки принимают решения не на основе взвешенного анализа ситуации, а на основе импульсивных побуждений приводят к тому, что воздействие рекламы выступает для подростков серьёзным социальным риском, особенно если дело касается явных или косвенных предложений рекламного характера о приобретении и употреблении ПАВ.

Основные понятия: реклама как форма привлечения потребителей ПАВ. Пути влияния на восприятие человека, создание мифов о ПАВ. Формирование у обучающихся представлений о рисках воздействия рекламы на безопасность поведения в сфере предложения ПАВ.

Формы работы: Интерактивная беседа. Практикум (тренинг).

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 7: анкета обратной связи.

Тема 8. Формирование представлений о социальной ответственности, правовой культуре, административной и уголовной ответственности в сфере употребления и распространения ПАВ и незаконного оборота наркотиков (2 часа)

Для профилактики употребления ПАВ подростками большое значение имеет формирование у них основ правовой культуры, представлений о правах и обязанностях, в том числе в сфере ответственности за применение и распространение ПАВ. Факторами защиты личности в данной сфере в определённой степени могут выступать умение вступать в диалог и вести его на основе равноправных отношений, взаимного уважения и принятия, а также участвовать в коллективном обсуждении проблем, участвовать в дискуссии и аргументировать свою позицию.

Основные понятия: правовая культура. Права и обязанности несовершеннолетних, в том числе в сфере ответственности за применение и распространение ПАВ.

Формы работы: интерактивная беседа. Практикум (тренинг).

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 8: анкета обратной связи.

Тема 9. Интернет-пространство и профилактика употребления ПАВ: риски и возможности (2 часа)

Интернет-пространство является обширной зоной риска для подростков в аспекте предложения и распространения информации о ПАВ. Роскомнадзором проводится блокировка интернет-сайтов, вредных для здоровья детей. Способность и готовность к использованию ИКТ в целях обучения и развития является одним из механизмов защиты от негативного влияния интернет-пространства при использовании различных гаджетов, в том числе мобильных телефонов.

Основные понятия: риски и безопасное поведение в информационно-коммуникативной сети Интернет.

Формы работы: интерактивная беседа. Практикум (тренинг).

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 9: анкета обратной связи.

Тема 10. Пропаганда здорового образа жизни и социальное проектирование в сфере профилактики немедицинского употребления ПАВ (5 часов)

В процессе реализации программы предлагается не просто говорить о вреде и пользе ПАВ, предлагая тем самым участникам лишь пассивную позицию слушателей, а способствовать формированию у подростков ценностей здорового стиля жизни, обучать постановке реальных и достижимых целей, выработать план действий, осуществлять свое право на выбор и ответственность. Для решения этих задач необходимо обучать подростков технологиям рефлексивного общения, отстаивания своей позиции, точки зрения. Социальное проектирование направлено на удовлетворение потребности подростка в самореализации, в успехе и проверке своих возможностей. Именно в ходе социального проектирования могут сформироваться те значимые, одобряемые обществом навыки социального поведения, выбор которых мотивируется и осуществляется в ходе теоретических уроков. Разработка и реализация индивидуальных и групповых проектов по пропаганде ЗОЖ и негативному отношению к немедицинскому употреблению ПАВ.

Основные понятия: здоровье и здоровый образ жизни. Ценностное отношение к здоровью. Критическое мышление. Рефлексивное общение. Целеполагание в сфере пропаганды здорового образа жизни. Выбор и ответственность. Создание условий для пропаганды и формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни в образовательной организации. Добровольчество подростков в сфере пропаганды ЗОЖ как механизм интериоризации представлений о здоровом образе жизни современного человека и формирования лидерских качеств личности.

Формы работы: интерактивная беседа. Практикум (тренинг).

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 10: выставка и представление (презентация) социальных проектов, разработанных обучающимися по пропаганде здорового образа жизни и негативному отношению к немедицинскому употреблению ПАВ «Здоровый образ жизни — для меня!».

Тема 11. Проектирование будущего. Закрепление навыков целенаправленного и поиска ресурсов для достижения цели. Заключительная диагностика. Подведение итогов обучения (4 часа)

Представления о будущем являются показателем социальной зрелости подростка. В предподростковом и младшем подростковом возрасте начинает складываться способность к построению жизненных планов во временной перспективе. Важным фактором предупреждения и отказа от употребления ПАВ является способность к прогнозированию как способу предвидения будущих событий. Поэтому в рамках профилактики употребления наркотических средств и психотропных веществ обучающимися важное значение приобретает подготовка подростков к овладению навыками проектирования успешного и здорового будущего, целенаправленного и умений адекватно оценивать свои возможности для достижения цели в различных сферах самостоятельной деятельности, прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения поставленных целей, выделять альтернативные способы и выбирать наиболее эффективный способ достижения цели.

Основные понятия: навыки построения будущего на основе полученных в ходе освоения программы знаний и практического опыта.
Формы работы: интерактивная беседа. Практикум (тренинг). Заключительная диагностика.

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 11: фестиваль достижений «Шаги к здоровью: “Я принимаю вызов!”».

Заключительная диагностика:

- «шкала наблюдений» за личностными особенностями обучающихся, которые могут стать факторами риска употребления ПАВ (Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих);
- «методика «Выявление и оценка коммуникативных и организаторских склонностей (качеств)» В.В. Синявского, Б.А. Федоршина;
- приобретение подростком опыта самостоятельного социально-значимого действия, направленного на пропаганду ценностей здорового образа жизни и отрицательного отношения к употреблению ПАВ.1 можно зафиксировать, наблюдая за характером (степенью мотивированности, активности, компетентности) его участия в разработке и реализации социальных проектов, мероприятиях по контролю усвоения знаний в рамках тематических блоков.

Раздел III. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

№ п/п	Дата	Разделы, темы	Количество часов		Примечание/ Тип занятия
			теория	практика	
1	1	Навыки эффективного общения	1		Урок «открытия» нового знания
2	2	Первичная диагностика	1		Урок общепсихологической направленности
Навыки отреагирования негативных эмоциональных состояний в условиях группового взаимодействия. Профилактика агрессивных проявлений (3 часа)					
3	3	Мир человеческих отношений – мир эмоций	1		Урок общепсихологической направленности
4	4	Отреагирование негативных эмоций	1		Урок рефлексии
5	5	Я и мои эмоции	1		Урок рефлексии
Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ. Продуктивное поведение в конфликте (3 часа)					
6	6	Конфликты и технологии их	1		Урок общепсихологической направленности

	разрешения				направленности
7	Технологии разрешения конфликтов			1	Урок рефлексии
8	Навыки позитивного общения в эмоционально напряженных ситуациях			1	Урок рефлексии
Формирование критического мышления, потребности в саморазвитии, самореализации, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ (4 часа)					
9	Психология жизненного успеха		1		Урок «открытия» нового знания
10	Развитие критического мышления в отношении информации о ПАВ			1	Урок направленности общеметодологической
11	Технологии принятия ответственного решения			1	Урок направленности общеметодологической
12	Мир моего Я			1	Урок рефлексии
Стрессоустойчивость и стратегии совладающего поведения как фактор профилактики употребления ПАВ (2 часа)					
13	Что такое стресс?		1		Урок направленности общеметодологической
14	Как совладать со стрессом			1	Урок направленности общеметодологической
Формирования устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (все участники независимо от наличия либо отсутствия имеющегося опыта употребления ПАВ) (5 часов)					
15	Безопасное поведение и социальные риски		1		Урок «открытия» нового знания
16	Безопасное поведение и социальные риски		1		Урок направленности общеметодологической
17	Употребление ПАВ – риск для здоровья и жизни			1	Урок направленности общеметодологической
18	Навыки уверенного поведения			1	Урок рефлексии
19	Арт-педагогика			1	Урок рефлексии
Представления о воздействии рекламы в сфере предложения ПАВ на принятие решений (3 часа)					
20	Реклама как метод воздействия на поведение человека		1		Урок «открытия» нового знания
21	Как противостоять давлению рекламы в сфере предложения ПАВ			1	Урок направленности общеметодологической
22	Выставка рекламных продуктов «Мое здоровье и безопасность»			1	Урок направленности общеметодологической
Формирование представлений о социальной ответственности, правовой культуре, административной и уголовной ответственности в					

сфере употребления и распространения ПАВ и незаконного оборота наркотиков (2 часа)

23	23	Правовая культура и правила делового межличностного общения	1		Урок направленности	общеметодологической
24	24	Моя правовая ответственность	1		Урок направленности	общеметодологической
Интернет-пространство и профилактика употребления ПАВ: риски и возможности (2 часа)						
25	25	Интернет как поле рисков и возможностей в профилактике употребления ПАВ	1		Урок направленности	общеметодологической
26	26	Как обеспечить свою безопасность в интернете?	1		Урок направленности	общеметодологической
Пропаганда здорового образа жизни и социальное проектирование в сфере профилактики немедленного употребления ПАВ (5 часов)						
27	27	Здоровье человека как ценность и как сфера личной ответственности	1		Урок «открытия» нового знания	
28	28	Практикум с элементами подготовки к добровольчеству в сфере пропаганды ЗОЖ	1		Урок направленности	общеметодологической
29	29	Социальное проектирование	1		Урок направленности	общеметодологической
30	30	Разработка и реализация проектов по пропаганде ЗОЖ	1		Урок рефлексии	
31	31	Выставка и представление проектов по пропаганде ЗОЖ «Здоровый образ жизни – для меня!»	1		Урок рефлексии	
Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания, и поиска ресурсов для достижения цели. (4 часа)						
32	32	Проектирование планов жизненной самореализации	1		Урок «открытия» нового знания	
33	33	Ресурсы и пути достижения поставленных целей.	1		Урок направленности	общеметодологической
34, 35	34-35	Заключительная диагностика. Фестиваль достижений «Шаги к здоровью: "Я принимаю вызов!"». Подведение итогов обучения.	2		Урок направленности	общеметодологической
		Всего	12	23	Урок рефлексии	
		ИТОГО	35 часов			

