

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение гимназия №2

РАССМОТРЕНО:

Заместитель директора по ВВВР

Протокол № _____

от «29» _____ 2022г.

Т.В. Дивнич / Т.В. Дивнич

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ гимназии №2

Протокол № _____

от «31» _____ 2022 г.

И.В. Лемешева / И.В. Лемешева



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Я ПРИНИМАЮ ВЫЗОВ»**

Направление: социальное

Класс: 8

Срок реализации: 1 год (35 часов)

Составитель: Тулапина Е.Н.

СУРГУТ
2022 г.

Курс внеурочной деятельности: «Я принимаю вызов».

Направление: социальное

Год обучения: 2022-2023 уч. год

Класс: 8 В

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

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

Составитель: Тулапина Е.Н.

Пояснительная записка

Рабочая программа курса «Я принимаю вызов» для 8-х классов направлена на реализацию ФГОС основного общего образования (2010). Содержание программы соответствует Концепции преподавания курса «Я принимаю вызов», составлена на основе авторской программы: Авторы: Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих 5-9 классы. «Рекомендовано» Министерством образования и науки Российской Федерации. Москва, издательский центр «Просвещение», 2019 г; разработана в соответствии с Инструктивно-методическим письмом АУ ДПО ХМАО-Югры «Института развития образования» об организации образовательной деятельности в общеобразовательных организациях ХМАО – Югры в 2020-2021 учебном году.

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования к организации внеурочной деятельности основной школе, с учётом возрастных особенностей обучающихся, соблюдением правил безопасности подачи информации, с опорой на современную нормативно-правовую базу деятельности образовательных организаций.

Программа «Я принимаю вызов!» имеет аксиологический (ценностный) и одновременно профилактический характер, направлена на трансформацию системы ценностей подростка, ориентирована также на формирование правовой культуры подростка, как одного из условий успешности социализации молодёжи.

Программа по профилактике употребления наркотических средств и психотропных веществ "Я принимаю вызов" нацелена на то, чтобы помочь обучающимся подготовиться к успешному решению сложных, трудных жизненных задач и ситуаций, в том числе ситуаций, связанных с риском для здоровья в связи с употреблением психоактивных веществ, осознать свою личную ответственность за поведение в ситуациях социального риска. Программа построена таким образом, чтобы у учащихся во время занятий была возможность внутренне принять ценности и нормы здорового образа жизни, основы правовой культуры как ключевого вектора, определяющего поведение человека в обществе, научиться осознавать свои эмоциональные состояния и управлять ими, совершенствовать умения проектирования для достижения учебных целей и успешной социальной самореализации.

Цели:

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 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 копинг-стратегий и внутренних защит от употребления ПАВ.

Задачи программы:

- ✓ Создать психологические условия, средовые характеристики, способствующие приобретению подростками нового положительного опыта межличностного и группового содержательного общения как фактора защиты личности от употребления ПАВ.
- ✓ Способствовать формированию здорового стиля жизни и отрицательного отношения к употреблению ПАВ.
- ✓ Создать предпосылки для формирования готовности принимать осознанные решения в повседневных жизненных ситуациях, в том числе ситуациях, связанных с социальными рисками, риском употребления ПАВ.
- ✓ Содействовать развитию мотивации к социально одобряемой деятельности, исключающей употребление ПАВ.
- ✓ Создать условия для приобретения опыта целеполагания, разработки и реализации собственных идей и проектов в сфере пропаганды здорового образа жизни, законопослушного поведения, предупреждения употребления ПАВ.

Дидактические особенности курса:

- ✓ Наличие единых тематических блоков в программе, что обеспечивает последовательное и систематическое овладение содержанием курса.
- ✓ Дифференцированный подход при подборе упражнений информационных блоков для обучающихся, учитывающий их возрастные особенности и познавательные возможности.
- ✓ Реализация усложнения от класса к классу степени информационной насыщенности предлагаемого учебного материала и упражнений.
- ✓ Ориентация на системный характер усвоения предлагаемого материала и получения практического опыта в ходе выполнения упражнений и тренингов.
- ✓ Возможность реализации программы на модульно-вариативной основе ввиду определённой целостности, автономности завершённости содержания различных тематических блоков.
- ✓ Опора на знания о ведущих типах деятельности ребёнка на разных этапах развития.
- ✓ Применение единого инструментария диагностики результативности обучения для обеспечения мониторингового характера оценки результатов.

Формы занятий: Интерактивная и рефлексивная беседа, диспут, дискуссия, деловая и ролевая игра, практикум (тренинг).

Основная форма работы — групповое взаимодействие, участие в работе всего класса (с ориентацией на подростков, требующих особого педагогического внимания). Занятия при реализации программы, как это рекомендовано для всех форм работы в рамках внеурочной деятельности, не должны походить на традиционные уроки по общеобразовательным предметам, важным условием проведения рефлексивных и интерактивных бесед является соблюдение формы круга как пространства партнёрского педагогического общения обучающихся и учителя, учёт правил и закономерностей организации групповой работы. Важным при реализации программы является обучение подростков принятию правил работы в группе: постоянство работе над имеющейся целью как важное условие формирования произвольной регуляции деятельности, умение подчиняться правилам и организовывать свою деятельность во времени.

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 также через такие формы, как круглые столы, учебные конференции, диспуты, поисковые и научные исследования, социальное проектирование. В программу занятий включены психогимнастические упражнения, элементы аутотренинга, предусмотрено чередование приоритетов эмоциональных, интеллектуальных, поведенческих нагрузок при выполнении заданий и упражнений.

Особенности возрастной группы детей: Тематическое содержание программы сформировано с учётом психолого-педагогических особенностей развития обучающихся 8-х классов.

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. Срок реализации рабочей программы 2022-2023 учебный год.

Учебно-методическое обеспечение

| Класс | Учебная программа | Методические материалы для учителя (методические рекомендации, пособия и т.п.) | Учебно-методические материалы для учащихся (рабочие тетради). Электронные цифровые образовательные ресурсы (мультимедийные программы, электронные учебники и задачки, электронные библиотеки, виртуальные лаборатории, игровые программы, коллекции цифровых образовательных ресурсов) |
|-------|--|--|---|
| 8 | <p>Программа курса по профилактике употребления наркотических средств и психотропных веществ «Я принимаю вызов!». 5—9 классы / авт.-сост. Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих — М.: ООО «Русское слово—учебник», 2018 г., (ФГОС. Внеурочная деятельность).</p> | <p>✓ Методические рекомендации для организации занятий курса «Я принимаю вызов!». 6 класс / авт.-сост. Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих — М.: ООО «Русское слово», 2018 г.</p> <p>✓ Практическая психология образования: учебное пособие. 4-е изд. / под ред. В. Дубровиной. — СПб.: Питер, 2004.— 592 с.</p> <p>✓ М.М.Безруких, А.Г.Макеева, Т.А.Филиппова «Все цвета, кроме черного» для начальных классов</p> <p>✓ «Мой выбор» под ред. П.Г. Половожец,</p> <p>✓ «Педагогика здоровья» под ред. В.Н. Касаткиной,</p> <p>✓ «Предупреждение употребления алкоголя и наркотиков в школе» под ред. «Программа профилактики курения в школе» под ред. В.Н.Касаткиной</p> <p>✓ 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», 8 класс. Тесты, анкеты Дидактические карточки Практические задания разного уровня</p> |

I. Планируемые результаты освоения курса

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

В рамках когнитивного компонента будут сформированы:

1. знания законодательства РФ в сфере предупреждения распространения и потребления ПАВ немедицинского характера;
2. ориентация в системе моральных норм и ценностей как условий законопослушного поведения, здорового образа жизни, предупреждения потребления ПАВ;

3. основы социально-критического мышления, способность ориентироваться в особенностях социальных отношений и взаимодействий устанавливать взаимосвязи между общественными и политическими событиями;

4. 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:

1. готовность к равноправному сотрудничеству;

2. уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия;

3. устойчивость к давлению сверстников и группы, направленному на вовлечение в потребление ПАВ, и готовность противостоять им;

4. 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;

5. потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании как важное условие предупреждения потребления ПАВ;

6. позитивная моральная самооценка и моральные чувства – чувство гордости при следовании моральным нормам, переживание стыда и вины при их нарушении как условие предупреждения потребления ПАВ.

В рамках деятельностного компонента будут сформированы:

1. 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;

2. умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия;

3. умение конструктивно разрешать конфликты;

4. готовность и способность к соблюдению моральных норм в отношении взрослых и сверстников;

5. потребность в участии в общественной жизни ближайшего социального окружения и общественно полезной деятельности, связанной с проектированием моделей ЗОЖ и профилактикой потребления ПАВ;

6. умение строить жизненные планы, создавать и реализовывать социальные проекты в сфере ЗОЖ, профилактики потребления ПАВ.

В рамках деятельностного компонента выпускник получит возможность для формирования:

1. готовности к самообразованию и самовоспитанию как условий позитивной самореализации;

2. компетентности в реализации основ ЗОЖ в поступках и деятельности;

3. морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм в ситуациях социальной неопределённости и ситуациях, сопряжённых с риском употребления ПАВ.

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

Регулятивные универсальные учебные действия

1. планировать пути достижения названных целей;

2. устанавливать целевые приоритеты;

3. уметь самостоятельно контролировать свое время и время, отведённое на командную работу, и управлять им;

4. принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров, противостоять давлению группы, взрослых, в ситуациях риска потребления ПАВ.

5. самостоятельно ставить перспективные жизненные цели и задачи;

6. при планировании достижения целей самостоятельно и адекватно учитывать условия и средства их достижения;

7. выделять альтернативные способы достижения цели и выбирать для этого наиболее эффективные способы;

8. адекватно оценивать свои возможности достижения цели определённой сложности в различных сферах самостоятельной деятельности;

9. основам саморегуляции эмоциональных состояний.

Коммуникативные универсальные учебные действия

1. учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве в сообществах, имеющих конструктивную направленность;
2. устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;
3. обосновывать собственную позицию, особенно в сфере сохранения своего права на ЗОЖ и свободу от употребления ПАВ;
4. аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию невраждебным для оппонентов образом;
5. задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
6. владеть основами коммуникативной рефлексии.
7. учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
8. договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
9. оказывать поддержку и содействие тем, от кого зависит достижение цели в совместной деятельности;
10. следовать морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества на основе уважительного отношения к партнёрам, внимания к личности другого.

Познавательные универсальные учебные действия

1. осуществлять расширенный поиск информации по тематике ЗОЖ и предупреждения употребления ПАВ с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
2. строить логические рассуждения, включающие установление причинно-следственных связей, направленные на выработку отрицательного отношения к употреблению ПАВ;
3. объяснять явления, процессы, связи и отношения, связанные с риском употребления ПАВ, выявляемые в ходе исследования.
4. ставить проблему предупреждения употребления ПАВ, аргументировать ее актуальность;
5. делать умозаключения и выводы на основе аргументации по проблематике ЗОЖ и ПАВ;
6. организовывать исследование с целью проверки данных гипотез.

Таким образом, реализация программы способствует достижению трёх уровней результатов:

Первый уровень результатов – приобретение и усвоение обучающимися в процессе взаимодействия ученика с ведущим взрослым как значимыми для него носителем положительного социального знания и повседневного опыта социальных знаний (об общественных нормах, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), 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 защищённой, 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.

Предметные результаты

Воспитанник научится:

- применять активную жизненную позицию на основе информации о влиянии ПАВ на здоровье человека, причинах начала употребления и альтернативных возможностях поведения в ситуациях социального риска и организации досуга;
- применять на практике навыки проектирования успешного и здорового будущего, целеполагания и умения адекватно оценивать свои возможности для достижения поставленных целей, выделять альтернативные способы достижения цели и выбирать наиболее эффективный способ;
- управлять своими эмоциями в условиях группового взаимодействия со сверстниками, успешной адаптации в школе, класса;
- принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- навыкам позитивного и эффективного общения со сверстниками как фактора предупреждения вовлечения в употребление ПАВ;

- навыкам волевого поведения, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ;
- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека; использовать для решения коммуникативных задач различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных.

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 фестиваля достижений участников «Шаги к здоровью: “Я принимаю вызов!”»;
- ✓ анкетирование участников (заполнение анкеты обратной связи);
- ✓ обратная связь (рефлексия) участников (устные высказывания участников по определённой заданной ведущим схеме).

II. Содержание учебного курса

1. Тема 1. Позитивное мышление и эффективное общение со сверстниками как факторы предупреждения вовлечения в употребление ПАВ. Первичная диагностика (2 ч)

Для профилактики употребления ПАВ восьмиклассниками важное значение имеет совершенствование навыков позитивного мышления, эффективного общения и сотрудничества, развитие навыков командного взаимодействия и средств общения - вербальных и невербальных коммуникативных навыков и умений, обеспечивающих контакт с партнером или с группой людей, определяющих процесс и уровень понимания другого человека. Подростку необходимы знания, направленные на понимание другого человека, развитие эмпатии, то есть эмоциональной отзывчивости на переживания другого человека, способности представлять себя на его месте. Возможность прочувствовать свои эмоции в ситуациях успеха или неудачи способствует развитию социальной восприимчивости, способности к рефлексии.

Основные понятия: деловое и межличностное общение. Техники эффективного общения. Установление контакта. Обратная связь. Правила группового взаимодействия. Позитивное мышление. Языковые средства для отображения своих чувств, мыслей и потребностей. Регуляция собственного речевого поведения как основа коммуникативной компетентности. Коммуникативная рефлексия. Эмпатия. Технологии невербального общения. Самопрезентация. Навыки командного взаимодействия.

Форма работы: практикум (тренинг). Игра как метод моделирования эмоциональных переживаний и поведения в совместной деятельности.

Тема 2. Навыки управления своими эмоциональными состояниями в условиях группового взаимодействия со сверстниками. Профилактика агрессивных проявлений (2 ч)

На данной возрастной стадии у подростка возможно появление значительных субъективных трудностей и переживаний. Умение регулировать эмоциональное состояние и контролировать свое поведение помогает подростку преодолеть негативные переживания, чувство беспомощности, несостоятельности и способствует приобретению авторитета в кругу сверстников.

Для профилактики употребления ПАВ подростками с целью компенсации негативных эмоциональных состояний важную роль играют наличие сформированных практических умений понимания и ненасильственного выражения своих негативных эмоциональных состояний, умение учитывать и координировать отличные от собственной позиции других людей в сотрудничестве.

Основные понятия: эмоции и чувства. Агрессия и причины агрессивного поведения. Способы работы с агрессией, гневом. Профилактика агрессивных проявлений. Основы саморегуляции и аутотренинга. Способы повышения настроения без применения ПАВ.

Формы работы: интерактивная беседа, практикум (тренинг), психогимнастика (этюды на выражение различных эмоций).

Тема 3. Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ (3 ч)

В связи со скачкообразным характером продолжающегося у восьмиклассников процесса перехода от детства к взрослости резко возрастает критичность отношения подростков на эмоциональном и поведенческом уровнях к ценностям и нормам «взрослых» и соответственно вероятность интенсификации конфликтов в их жизни и взаимоотношениях. Уверенные в себе

подростки, которые умеют эффективно решать конфликты, в большей степени способны отстаивать свою позицию, противостоять негативному влиянию группы сверстников и сознательно выстраивать свое поведение на достижение здорового образа жизни.

Основные понятия: продуктивное поведение в конфликте. Способы разрешения конфликтов. Технологии посредничества. Влияние сверстников. Положительное значение конфликта.

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

Тема 4. Формирование критического мышления, волевого поведения, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ (6 ч)

В связи с сохранением тенденций к конфликтному взаимодействию со взрослыми важное значение в работе с восьмиклассниками имеет развитие у них критического мышления, позитивного образа Я, рефлексии в форме осознанного управления своим поведением и деятельностью, формирование практических умений принятия ответственных решений. Знания о здоровом образе жизни играют важную роль в профилактике употребления ПАВ подростками и их личностном самоопределении. В задачу занятия входит не только изучение влияния ПАВ на организм, а также выполнение определённых упражнений, способствующих укреплению в обучающихся чувства уважения к самому себе, уверенности в способности противостоять вызовам, опасным для их здоровья. Подростки получают знания и учебный опыт, помогающий им понять, как взаимосвязаны свобода выбора и самопознание, осознание и сформированность своих нравственных ценностей и на этой основе - жизненных целей. Важно донести до подростков информацию о том, что оптимальное решение относительно употребления ПАВ можно принять, только представляя свои ценности, жизненные цели, способы их достижения. Очень важно, чтобы подростки положительно оценивали себя и свои возможности и были информированы о пагубных последствиях табакокурения, употребления алкоголя и наркотиков, сформировали собственное адекватное критическое отношение к ПАВ и их потребителям. Необходимо показать подросткам чрезвычайную значимость определения собственных жизненных целей как условия, которое позволит им стать в жизни не неудачниками, а победителями, научить использовать свои лучшие сильные стороны для того, чтобы достигать этих целей.

В процессе занятий необходимо обращать внимание подростка на то, какие позитивные чувства связаны с «победой над собой», над своим нежеланием что-либо делать, собственным страхом.

Основные понятия: Я - концепция. Саморазвитие, самореализация. Мотивация достижения успеха. Рефлексия как свойство личности. Свобода и ответственность. Умение делать выбор, самоопределение и принятие ответственных решений. Постановка и пути достижения жизненных целей.

Формы работы: рефлексивная беседа. Практикум (тренинг). Дискуссия

Тема 5. Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного ПАВ (6 ч)

Ситуации социального риска, влияющие на развитие и поведение подростков, возникают в процессе как реального, так и виртуального общения. Интернет-пространство является обширной зоной риска для подростков в аспекте предложения распространения информации о ПАВ. Обучение подростков и навыкам безопасного поведения в ситуациях, связанных с риском вовлечения в пробы ПАВ, формирование стратегий совладающего поведения и стрессоустойчивости, с учетом того, что вероятность интенсификации конфликтов, стрессов в этом возрастном периоде велика, способствуют снижению рисков причинения вреда здоровью или жизни подростков.

Основные понятия: 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).

Тема 6. Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (6 ч)

Когда подростку предлагают попробовать ПАВ, его решение основывается на различных факторах, зависит от эмоционального состояния, личностной позиции и социального окружения. Для принятия разумных решений важное значение имеет наличие у подростка сформированных антинаркотических установок на понимание им употребления психоактивных веществ как угрозы внутренней стабильности, здоровья, социального благополучия и жизненного успеха. Важно при этом организовать занятия так, чтобы формирование антинаркотических установок происходило как процесс собственного выбора восьмиклассников, основанного на интерактивном рефлексивном

обсуждении в группе и в ходе выполнения заданий ценностей здорового образа жизни и рисков, связанных с наркопотреблением.

Основные понятия: употребление ПАВ как социальная проблема. Правовая культура. Административная и уголовная ответственность. Права и обязанности несовершеннолетних. Истинные или ложные представления о ПАВ. Критическое мышление. Навыки принятия ответственного решения.

Формы работы: интерактивная беседа. Практикум (тренинг).

Тема 7. Пропаганда здорового образа жизни и социальное проектирование в сфере профилактики немедицинского употребления ПАВ (6 ч)

Социальное проектирование в программе призвано удовлетворять продолжающие возрастать к 8 классу потребности подростка в самореализации, успехе и проверке своих возможностей. Особое значение для поддержки названных выше социальных потребностей восьмиклассников приобретает рефлексивное общение и правильно организованная (позитивная, формирующая) обратная связь со стороны педагога. На основе методов социального проектирования организуется разработка и реализация индивидуальных и групповых проектов по пропаганде ЗОЖ и формированию негативного отношению к немедицинскому употреблению ПАВ. Участниками может быть проведено небольшое социологическое исследование в школе. Выбирается тема, которая может заинтересовать участников, например, «Как мои ровесники относятся к проектированию собственного направления здорового образа жизни?», «Здоровый образ жизни у подростка: миф или реальность?».

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

Формы работы: дебаты. Практикум (тренинг). Социальное проектирование.

Тема 8. Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поиска ресурсов для достижения цели. Заключительная диагностика (3 ч)

Представление о будущем является показателем социальной зрелости подростка. Потребность подростков -восьмиклассников к построению жизненных планов во временной перспективе возрастает. Важным фактором предупреждения и отказа от употребления ПАВ является способность к прогнозированию как способу предвидения будущих событий. В 8 классе обучающиеся получают представление о новом для них способе анализа и прогнозирования в проектной деятельности - SWOT-анализе. На занятиях продолжается работа по овладению на практике навыками проектирования успешного и здорового будущего, целеполагания и умения 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 достижения цели и выбирать наиболее эффективный способ.

Основные понятия: навыки построения будущего на основе полученных в ходе освоения программы знаний и практического опыта.

Формы работы: практикум (тренинг). Заключительная диагностика.

Заключительная диагностика:

- «шкала наблюдений» за личностными особенностями обучающихся, кот 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 образа жизни и отрицательного отношения к употреблению ПАВ, можно зафиксировать, наблюдая за характером его участия в разработке и реализации социальных проектов, мероприятиях по контролю усвоения знаний в рамках тематических блоков.

Тема 9. Подведение итогов работы за год (1 час)

Формы и методы организации внеурочной деятельности «Я принимаю вызов!». 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 вырабатывать 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 круглые столы, учебные конференции, диспуты, поисковые и научные исследования, социальное проектирование. В программу занятий включены психогимнастические упражнения, элементы аутотренинга, предусмотрено чередование приоритетов эмоциональных, интеллектуальных, поведенческих нагрузок при выполнении заданий и упражнений.

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 анкеты обратной связи);
- обратная связь (рефлексия) участников (устные высказывания участников по определённой заданной ведущим схеме).

III. Календарно - тематическое планирование

| № п/п | Разделы, темы | Теоретическое занятия | Практическое занятия | Всего часов | Проведено (неделя) | |
|----------|---|-----------------------|----------------------|-------------|--------------------|------|
| | | | | | План | Факт |
| 1 | Позитивное мышление и эффективное общение со сверстниками как факторы предупреждения вовлечения в употребление ПАВ. Первичная диагностика (2 часа) | | | | | |
| 1.1 | Практикум (тренинг) командообразования | 0 | 1 | 1 | 1 | |
| 1.2 | Практикум (тренинг) «Позитивное мышление и эффективное общение со сверстниками как факторы предупреждения вовлечения в употребление ПАВ» | 0 | 1 | 1 | 2 | |
| 2 | Навыки управления своими эмоциональными состояниями в условиях группового взаимодействия со сверстниками. Профилактика агрессивных проявлений (2 часа) | | | | | |
| 2.1 | Интерактивная беседа «Эмоции и чувства. Как распознавать переживания других людей и собственные эмоциональные состояния» | 1 | 0 | 1 | 3 | |
| 2.2 | Практикум (тренинг) «Технологии отреагирования и саморегуляции эмоциональных состояний» | 0 | 1 | 1 | 4 | |
| 3 | Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ (3 часа) | | | | | |
| 3.1 | Интерактивная беседа «Две стороны конфликта» | 1 | 0 | 1 | 5 | |
| 3.2 | Игровой практикум (тренинг) «Технологии разрешения конфликтов. Способы отстаивания собственной позиции в конфликте» | 0 | 1 | 1 | 6 | |
| 3.3 | Практикум (тренинг) «Посредничество в разрешении конфликта как способ восстановления отношений» | 0 | 1 | 1 | 7 | |
| 4 | Формирование критического мышления, волевого поведения, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ (6 часов) | | | | | |
| 4.1 | Рефлексивная беседа «Я-концепция, потребность в саморазвитии, самореализации и ценностные ориентации человека» | 1 | 0 | 1 | 8 | |
| 4.2 | Практикум (тренинг) «Я и мои жизненные цели» | 0 | 1 | 1 | 9 | |
| 4.3 | Занятие с элементами арт-педагогики «Нарисую будущее...» | 0 | 1 | 1 | 10 | |

| | | | | | | |
|----------|---|---|---|---|----|--|
| 4.4 | Диспут «Мой здоровый образ жизни» | 0 | 1 | 1 | 11 | |
| 4.5 | Рефлексивная беседа «Свобода и ответственность. Выбор и принятие ответственных решений» | 1 | 0 | 1 | 12 | |
| 4.6 | Создание и презентация творческих работ, организация выставки «Мой выбор: здоровье и успешное будущее» | 0 | 1 | 1 | 13 | |
| 5 | Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ (6 часов) | | | | | |
| 5.1 | Рефлексивная беседа «Социальные риски, связанные с ПАВ, и безопасное поведение» | 1 | 0 | 1 | 14 | |
| 5.2 | Практикум (тренинг) «Развитие стрессоустойчивости и совладающего с трудностями поведения (копинг-стратегий)» | 0 | 1 | 1 | 15 | |
| 5.3 | Игровой практикум (тренинг) «Как совладать со стрессом» | 0 | 1 | 1 | 16 | |
| 5.4 | Диспут «Употребление ПАВ – риск для здоровья и жизни: моя личная позиция» | 0 | 1 | 1 | 17 | |
| 5.5 | Интерактивная беседа «Реклама как метод воздействия на принятие решения и поведение человека» | 1 | 0 | 1 | 18 | |
| 5.6 | Интерактивная беседа «Информационно – коммуникативная сеть Интернет как поле возможностей и сфера рисков» | 1 | 0 | 1 | 19 | |
| 6 | Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (6 часов) | | | | | |
| 6.1 | Рефлексивная беседа «Здоровье как важнейшая социальная ценность» | 1 | 0 | 1 | 20 | |
| 6.2 | Рефлексивная беседа «Негативное отношение к употреблению ПАВ: моя личная позиция» | 0 | 1 | 1 | 21 | |
| 6.3 | Практикум (тренинг) «Мой здоровый образ жизни» | 0 | 1 | 1 | 22 | |
| 6.4 | Практикум (тренинг) с элементами арт-педагогики «Мои эмоции и чувства, связанные с употреблением | 0 | 1 | 1 | 23 | |

| | | | | | | |
|----------|---|----------|-----------|-----------|-----------|--|
| | ПАВ подростками и молодыми людьми» | | | | | |
| 6.5 | Практикум (тренинг) с элементами ролевой игры «Моя правовая ответственность в сфере незаконного оборота наркотиков» | 0 | 1 | 1 | 24 | |
| 6.6 | Создание выставки коллективных творческих работ «Я принимаю вызов: ПАВ как риск для здоровья и успеха» | 0 | 1 | 1 | 25 | |
| 7 | Пропаганда ЗОЖ и социальное проектирование в сфере профилактики немедицинского употребления ПАВ (6 часов) | | | | | |
| 7.1 | Дебаты «Здоровье человека – сфера личной ответственности» | 0 | 1 | 1 | 26 | |
| 7.2 | Практикум (тренинг) с элементами подготовки к добровольчеству в сфере пропаганды ЗОЖ: «Наше будущее в наших руках!» | 0 | 1 | 1 | 27 | |
| 7.3 | Социальное проектирование. Разработка и реализация проектов по пропаганде ЗОЖ и негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ | 0 | 3 | 3 | 28-30 | |
| 7.4 | Выставка и представление (презентация) реализованных проектов по пропаганде ЗОЖ и формированию негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ | 0 | 1 | 1 | 31 | |
| 8 | Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поиска ресурсов для достижения цели. Заключительная диагностика(3 часа) | | | | | |
| 8.1 | Практикум (тренинг) «Проектирование планов жизненной самореализации после окончания занятий по программе. Ресурсы и пути достижения поставленных целей». Заключительная диагностика | 0 | 2 | 2 | 32-33 | |
| 8.2 | Фестиваль достижений «Здоровье, будущее, успех: “Я принимаю вызов!”» | 0 | 1 | 1 | 34 | |
| 9 | Подведение итогов работы за год | 1 | 0 | 1 | 35 | |
| | ИТОГО | 9 | 26 | 35 | 35 | |

Пакет оценочных материалов и критерии оценивания

- ✓ **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 организаторских склонностей (качеств)» В.В. Синявского, Б.А. Федоршина.

С целью оценки степени усвоения положительного социального знаний 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.

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 фестиваля достижений участников «Шаги к здоровью: "Я принимаю вызов!"»;
- ✓ анкетирование участников (заполнение анкеты обратной связи);
- ✓ обратная связь (рефлексия) участников (устные высказывания участников по определённой заданной ведущим схеме).

