

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского края

Управление образования администрации муниципального образования Щербиновский район

МБОУ СОШ № 3 им. Е.И. Гришко ст. Старощербиновская

РАССМОТРЕНО
РМО педагогов-психологов.

Лавриненко Л.И.

Протокол №1

от "30" 08 2022 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР

Марченко - Майстер Л.Н.

Протокол №1

от "30" 08 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ СОШ №3 имени Е.И.
Гришко

Попова А.В.

Приказ № 301

от "31" 08 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности
по профилактике употребления
наркотических средств и психотропных веществ
«Я принимаю вызов!»

для 5 класса основного общего
образования на 2022-2023 учебный год

Составитель: Белая Оксана Ивановна
на основе программы «Я принимаю
вызов!» 5-9 классы
Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих.

Учитель: педагог-психолог

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Рабочая программа внеурочной деятельности по социальному направлению

«Я принимаю вызов», 5 класс составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 г. № 1897 (М-во образования и науки РФ. – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2014) и на основе Основной образовательной программой основного общего образования МБОУ «Кокинская основная общеобразовательная школа» и на основе учебно-методического комплекта «Я принимаю вызов!», разработанного при содействии Министерства образования РФ в рамках федеральной целевой программы «Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту, а также планируемых результатов реализации программы внеурочной деятельности по социальному направлению «Я принимаю вызов!». В программе внеурочной деятельности учтены идеи и положения Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, Программы развития и формирования универсальных учебных действий, которые обеспечивают формирование российской гражданской идентичности, овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу для саморазвития и непрерывного образования, целостность общекультурного, личностного и познавательного развития учащихся и формирования коммуникативных качеств личности.

Цели курса внеурочной деятельности «Я принимаю вызов!» —

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 нарушение 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 с 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 копинг-стратегий и внутренних защит от употребления ПАВ.

Задачи курса внеурочной деятельности «Я принимаю вызов!»

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 необходимости следовать социальным 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) правопослушного ответственного поведения, исполнения законов.
4. Способствовать формированию здорового стиля жизни и отрицательного отношения к употреблению ПАВ.
5. Создать предпосылки для формирования готовности принимать осознанные раз 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, исключающей 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.

Курс внеурочной деятельности «Я принимаю вызов» представлен по социальному направлению и ориентирован на учащихся 7 класса. Назначение курса внеурочной деятельности «Я принимаю вызов» состоит в том, что он направлен на развитие у подростков познавательных интересов, способности эффективно строить взаимоотношения с окружающими (в том числе сопротивляться негативному давлению), умения анализировать свои чувства и переживания и т. д. Все эти свойства и качества обеспечивают подростку личностную устойчивость к любым внешним негативным влияниям, а значит, снижают вероятность его знакомства с наркотическими веществами.

Тематическое планирование рассчитано на 1 учебный час в неделю, что составляет 34 учебных часа в год.

Для реализации программы внеурочной деятельности по социальному направлению «Я принимаю вызов » используются

методическое обеспечение:

- 1) Программа курса по профилактике употребления наркотических средств и психотропных веществ «Я принимаю вызов!». 5-9 классы. Н. И. Цыганкова, О. В. Эрлих. М.: Русское слово, 2018 г

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

«Я принимаю вызов!» к концу 5 класса.

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.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

« Я принимаю вызов!»

5 класс

(1 час в неделю; 34 часов)

1. Навыки вступления в контакт в условиях группового взаимодействия как фактор предупреждения вовлечения в употребление ПАВ. Первичная диагностика (2 ч.)

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 так же в ситуациях предложения попробовать наркотики. Важное значение в аспекте профилактики приобретают коммуникативные навыки, включающие в себя умение понимать и учитывать намерения и способы коммуникации партнера 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, 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 партнера. Языковые средства для отображения как основы коммуникативной компетенции.

Формы работы: игровые упражнения и задания, рефлексивное общение, аутотренинг гармонизации эмоционального состояния.

1.1. Первичная диагностика:

- «шкала наблюдений», за личностными особенностями обучающихся, которые могут стать факторами риска употребления ПАВ Н.И. Циганкова
- методика «Выявление и оценка коммуникативных и организаторских склонностей (качеств)» В.В. Синявского, Б.А. Федоршина

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

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

В подростковом возрасте агрессия подкрепляется как активно протекающими гормональными процессами, так и внешним окружением:

ощущением собственной силы и потребностью повышения авторитета в кругу сверстников, приобретением друзей. Нередко, в случае, если ребенок или подросток сам подвергается насилию (например, в 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 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 и причины агрессивного поведения. Способы работы с агрессией, гневом. Профилактика агрессивных проявлений. Эмпатия, как осознанное понимание и сопереживание чувствам других, выражающаяся в поступках, направленных на помощь и выражение эмоциональной поддержки. Основы саморегуляции и аутотренинга. Способы улучшения настроения, повышения эмоционального тонуса без применения ПАВ.

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

Тема 2.1. Интерактивная беседа «Мир человеческих отношений – мир эмоций»

Тема 2.2. Практикум (тренинг) «Отреагирование негативных эмоциональных состояний»

Тема 2.3. Организация выставки и представление (презентация) творческих работ участников «Я и мои эмоции»

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

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, сотрудничество, помощь способствует формированию социальной компетентности подростков в целом.

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

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

Тема 3.1. Интерактивная беседа «Конфликты и технологии разрешения конфликтов»

Тема 3.2. Практикум (тренинг) «Технологии разрешения конфликтных ситуаций»

Тема 3.3. Игровой практикум (тренинг) «Навыки позитивного общения в эмоционально напряженных ситуациях»

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

Способность к саморазвитию, самореализации, ответственность являются фактором внутренней защиты личности от риска начала употребления ПАВ. Поэтому важное значение имеет создание педагогических условий для личностного 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.

Тема 4.1. Интерактивная беседа «Психология жизненного успеха»

Тема 4.2. Практикум (тренинг) «Развитие критического мышления в отношении информации, связанной с ПАВ»

Тема 4.3. Практикум (тренинг) «Технологии принятия ответственного решения»

Тема 4.4. Викторина «Мир моего Я»

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

Копинг – механизмы и копинг – стратегии – способы преодоления трудностей в различных сферах психической деятельности, стратегии поведения, которые применяет человек, попав в трудную жизненную ситуацию. Определено 8 основных типов стратегий копинг-поведения, которые охватывают разные аспекты личности: конфронтационный 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, как правило, 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, уменьшив её значимость, усилия, 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).

Тема 5.1. Интерактивная беседа «Что такое стресс»

Тема 5.2. Практикум (тренинг) «Как совладать со стрессом. Стратегии совладающего поведения (копинг-стратегии)»

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

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 приобщения 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 свои решения разумно, учитывая информацию о ЗОЖ. Сиюминутная выгода зачастую имеет для подростка значительно больший вес, чем долгосрочная. 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).

Тема 6.1. Интерактивная беседа «Безопасное поведение и социальные риски, связанные с ПАВ»

Тема 6.2. Диспут «Употребление ПАВ – риск для здоровья и жизни: моя личная позиция»

Тема 6.3. Практикум (тренинг) «Навыки уверенного поведения в ситуации социального риска «Спасибо, нет!»

Тема 6.4. Практикум (тренинг) с элементами арт-педагогике. Создание коллективных творческих работ (группа делится на 3-4 подгруппы) «Я принимаю вызов: ПАВ как риск здоровья и успеха!»

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

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 принимать 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).

Тема 7.1. Интерактивная беседа «Реклама как метод воздействия на поведение человека»

Тема 7.2. Практикум (тренинг) «Как противостоять давлению рекламы в сфере предложения ПАВ»

Тема 7.3. Выставка и представление (презентация) рекламных продуктов, разработанных обучающимися по пропаганде ЗОЖ и формированию негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ «Мое здоровье и безопасность»

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

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).

Тема 8.1. Интерактивная беседа «Правовая культура и правила делового межличностного общения как условие безопасного поведения в обществе»

Тема 8.2. Практикум (тренинг) с элементами ролевой игры «Моя правовая ответственность»

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

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).

Тема 9.1. Интерактивная беседа. «информационно-коммуникативная сеть Интернет как поле рисков и сфера возможностей в профилактике употребления ПАВ подростками и молодежью»

Тема 9.2. Практикум (тренинг) «Как обеспечить свою безопасность в интернет-пространстве»?

Тема 10. Пропаганда здорового образа жизни и профилактика употребления ПАВ (6 ч.)

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, вырабатывать 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).

Тема 10.1 Интерактивная беседа «Здоровье человека как ценность и как сфера личной ответственности»

Тема 10. 2. Практикум (тренинг) с элементами подготовки к добровольчеству в сфере пропаганды здорового образа жизни: «Здоровый образ жизни - для меня!»

Тема 10.3. Социальное проектирование. Разработка и реализация проектов по пропаганде здорового образа жизни и негативному отношению к немедицинскому употреблению ПАВ.

Тема 10.4. Выставка и представление (презентация) социальных проектов по пропаганде здорового образа жизни и негативному отношению к немедицинскому употреблению ПАВ «Здоровый образ жизни - для меня!»

Тема 11. Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поиска ресурсов для достижения цели (2 ч.)

Представления о будущем являются показателем социальной зрелости подростка. В предпододростковом 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 обучающимся важное значение приобретает подготовка пятиклассников к овладению навыками проектирования успешного и здорового будущего, целеполагания 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.

Тема 11.1. Практикум (тренинг) «Проектирование планов жизненной самореализации после окончания занятий по программе. Ресурсы и пути достижения поставленных целей». Заключительная диагностика.

Тема 11.2. 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, 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. 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).

5 класс

№ п/п	Название тематического модуля	Количество часов
1	Навыки вступления в контакт в условиях группового взаимодействия как фактор предупреждения вовлечения в употребление ПАВ. Первичная диагностика	2
2	Навыки отреагирования негативных эмоциональных состояний в условиях группового взаимодействия. Профилактика агрессивных проявлений	3
3	Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ. Продуктивное поведение в конфликте	3
4	Формирование критического мышления, потребности в саморазвитии, самореализации, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ	4
5	Стрессоустойчивость и стратегии совладающего поведения как фактор профилактики употребления ПАВ	2
6	Формирования устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (все участники независимо от наличия либо отсутствия имеющегося опыта употребления ПАВ)	5
7	Представления о воздействии рекламы в сфере предложения ПАВ на принятие решений	3
8	Формирование представлений о социальной ответственности, правовой культуре, административной и уголовной ответственности в сфере употребления и распространения ПАВ и незаконного оборота наркотиков	2
9	Интернет-пространство и профилактика употребления ПАВ: риски и возможности	2
10	Пропаганда здорового образа жизни и профилактика употребления ПАВ	6

11	Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поиска ресурсов для достижения цели	2
		Итого 34

Календарно-тематическое планирование

«Я принимаю вызов!»

5 класс

№ занятия	№ занятия по теме	Наименование разделов и тем урока	Дата занятия (план)	Дата занятия (факт)
1. Навыки вступления в контакт в условиях группового взаимодействия как фактор предупреждения вовлечения в употребление ПАВ. Первичная диагностика (2ч)				
1	1	Навыки вступления в контакт в условиях группового взаимодействия как фактор предупреждения вовлечения в употребление ПАВ. Теория	07.09.22-А 07.09.22-Б	
2	2	Навыки вступления в контакт в условиях группового взаимодействия как фактор предупреждения вовлечения в употребление ПАВ. Первичная диагностика. Практика	14.09.22-А 14.09.22-Б	
2. Навыки отреагирования негативных эмоциональных состояний в условиях группового взаимодействия. Профилактика агрессивных проявлений (3 ч)				
3	1	Интерактивная беседа «Мир человеческих отношений – мир эмоций»	11.09.22-А 17.09.22-Б	
4	2	Практикум (тренинг) «Отреагирование негативных эмоциональных состояний»	21.09.22-А 21.09.22-Б	
5	3	Организация выставки и представление (презентация) творческих работ участников «Я и мои эмоции»	28.09.22-А 28.09.22-Б	
3. Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ. Продуктивное поведение в конфликте (3 ч)				
6	1	Интерактивная беседа «Конфликты и технологии разрешения конфликтов»	05.10.22-А 05.10.22-Б	

7	2	Интерактивная беседа «Конфликты и технологии разрешения конфликтов»	12.10.22-А 12.10.22-Б	
8	3	Игровой практикум (тренинг) «Навыки позитивного общения в эмоционально напряженных ситуациях»	19.10.22-А 19.10.22-Б	
4. Формирование критического мышления, потребности в саморазвитии, самореализации, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ (4 ч)				
9	1	Интерактивная беседа «Психология жизненного успеха»	26.10.22-А 26.10.22-Б	
10	2	Практикум (тренинг) «Развитие критического мышления в отношении информации, связанной с ПАВ»	09.11.22-А 09.11.22-Б	
11	3	Практикум (тренинг) «Технологии принятия ответственного решения»	16.11.22-А 16.11.22-Б	
12	4	Викторина «Мир моего Я»	23.11.22-А 23.11.22-Б	
5. Стрессоустойчивость и стратегии совладающего поведения как фактор профилактики употребления (2 ч)				
13	1	Интерактивная беседа «Что такое стресс»	30.11.22-А 30.11.22-Б	
14	2	Практикум (тренинг) «Как совладать со стрессом. Стратегии совладающего поведения (копинг- стратегии)»	07.12.22-А 07.12.22-Б	
6. Формирования устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (все участники независимо от наличия либо отсутствия имеющегося опыта употребления ПАВ) (5 ч)				
15	1	Интерактивная беседа «Безопасное поведение и социальные риски, связанные с ПАВ»	14.12.22-А 14.12.22-Б	
16	2	Диспут «Употребление ПАВ – риск для здоровья и жизни: моя личная позиция»	21.12.22-А 21.12.22-Б	

17	3	Практикум (тренинг) «Навыки уверенного поведения в ситуации социального риска «Спасибо, нет!»	28.12.22-А 28.12.22-Б	
18	4	Практикум (тренинг) с элементами арт-педагогики. Создание коллективных творческих работ (группа делится на 3-4 подгруппы) «Я принимаю вызов: ПАВ как риск здоровья и успеха!»	11.01.23-А 11.01.23-Б	
19	5	Практикум (тренинг) с элементами деловой игры «Административная и уголовная ответственность в сфере употребления и распространения ПАВ и незаконного оборота наркотиков»	18.01.23-А 18.01.23-Б	
7. Представления о воздействии рекламы в сфере предложения ПАВ на принятие решений (3 ч)				
20	1	Интерактивная беседа «Реклама как метод воздействия на поведение человека»	25.01.23-А 25.01.23-Б	
21	2	Практикум (тренинг) «Как противостоять давлению рекламы в сфере предложения ПАВ»	01.02.23-А 01.02.23-Б	
22	3	Выставка и представление (презентация) рекламных продуктов, разработанных обучающимися по пропаганде ЗОЖ и формированию негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ «Мое здоровье и безопасность»	08.02.23-А 08.02.23-Б	
8. Формирование представлений о социальной ответственности, правовой культуре, административной и уголовной ответственности в сфере употребления и распространения ПАВ и незаконного оборота наркотиков (2ч.)				
23	1	Интерактивная беседа «Правовая культура и правила делового межличностного общения как	15.02.23-А 15.02.23-Б	

		условие безопасного поведения в обществе»		
24	2	Практикум (тренинг) с элементами ролевой игры «Моя правовая ответственность»	22.01.23-А 22.01.23-Б	
9. Интернет-пространство и профилактика употребления ПАВ: риски и возможности (2 ч.)				
25	1	Интерактивная беседа. «информационно-коммуникативная сеть Интернет как поле рисков и сфера возможностей в профилактике употребления ПАВ подростками и молодежью»	01.03.23-А 01.03.23-Б	
26	2	Практикум (тренинг) «Как обеспечить свою безопасность в интернет-пространстве?»	08.03.23-А 08.03.23-Б	
10. Пропаганда здорового образа жизни и профилактика употребления ПАВ (6 ч.)				
27	1	Интерактивная беседа «Здоровье человека как ценность и как сфера личной ответственности»	15.03.23-А 15.03.23-Б	
28	2	Практикум (тренинг) с элементами подготовки к добровольчеству в сфере пропаганды здорового образа жизни: «Здоровый образ жизни - для меня!»	22.03.23-А 22.03.23-Б	
29	3	Социальное проектирование. Разработка и реализация проектов по пропаганде здорового образа жизни и негативному отношению к немедицинскому употреблению ПАВ. Теория	05.04.23-А 05.04.23-Б	
30	4	Социальное проектирование. Разработка и реализация проектов по пропаганде здорового образа жизни и негативному отношению к немедицинскому употреблению ПАВ. Практикум	12.04.23-А 12.04.23-Б	
31	5	Социальное проектирование. Разработка и реализация проектов	19.04.23-А 19.04.23-Б	

		по пропаганде здорового образа жизни и негативному отношению к немедицинскому употреблению ПАВ. Практикум		
32	6	Выставка и представление (презентация) социальных проектов по пропаганде здорового образа жизни и негативному отношению к немедицинскому употреблению ПАВ «Здоровый образ жизни - для меня!» Практика.	26.04.23-А 26.04.23-Б	
11. Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поиска ресурсов для достижения цели (2 ч.)				
33	1	Практикум (тренинг) «Проектирование планов жизненной самореализации после окончания занятий по программе. Ресурсы и пути достижения поставленных целей». Заключительная диагностика.	03.05.23-А 03.05.23-Б	
34	2	Фестиваль достижений «Шаги к здоровью: «Я принимаю вызов!» Практика	10.05.23-А 10.05.23-Б	