

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 17 имени А.А. Герасимова

Рассмотрена  
на заседании ПК  
протокол № 1 от 28 августа 2020 г.

Согласована  
на заседании научно-методического совета  
протокол №1 от 28 августа 2020 г.

Утверждена  
приказом по школе  
№01-02/121-1 от 28 августа 2020 г.  
Директор школы С.В. Серебрякова



Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Я принимаю вызов!»

Направленность программы: социально-педагогическая

Возрастная категория: учащиеся 6 класс

Срок реализации: 1 год

Составитель программы:  
Юдина Елена Николаевна

г. Рыбинск  
2020-2021 учебный год

## Оглавление

Пояснительная записка .....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
Цели и задачи .....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
Содержание программы.....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
Календарно-учебный график.....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
Оценка достижений планируемых результатов: .....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
Список литературы .....	11

## Пояснительная записка

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 социально 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 социального здоровья обучающихся и содействию в устранении причин, которые способствуют формированию аддиктивного (зависимого поведения) подростков.

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.

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.

### **Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность.**

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 компетентностного подхода и предполагает не ставшее традиционной формой профилактики информирование подростков о наркотиках и последствиях их действия, а практику, направленную на развитие у подростков личностных качеств, предоставляющих возможности решения возникающих проблем конструктивными путями, ориентированными на достижение успеха и удовлетворенности в жизни. Предлагаемая программа 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 7 классов.

## Организационные условия реализации программы

Нормативный срок освоения программы « Я познаю мир» рассчитан на один год. Занятия проходят 1 раз в неделю, продолжительностью 1 часа. Всего 34 часа в год.

Программа строится на основе знаний возрастных, психолого-педагогических, физических особенностей обучающихся 13-14 лет.

На занятиях предусматриваются следующие формы организации деятельности:

- участие в школьных мероприятиях;
- семинары, практикумы, конференции;
- просмотр учебных кинофильмов и видеоматериалов;
- изучение материалов по теме в средствах массовой информации и сети Интернет;
- психогимнастические упражнения;
- представление проектов

Основная форма работы - групповое взаимодействие, участие в работе всей группы.

**Цель программы:** формирование у подростков ценности здорового образа жизни, осознание личной ответственности за свои поступки, свои успехи и достижения, научить обучающихся прогнозировать возможные положительные и отрицательные последствия различных вариантов своего возможного поведения, давать правовую и нравственную оценку.

### **Задачи программы:**

#### Образовательные:

- ознакомление с причинами и последствиями употребления ПАВ;
- изучение социальных и правовых норм для понимания ответственности за нарушение законодательства в сфере незаконного оборота наркотических средств;

- формирование паттернов (повторяющихся образцов) правопослушного ответственного поведения, исполнения законов.

Развивающие:

- развитие у обучающихся критического мышления в отношении информации, связанной с ПАВ;  
 - создать предпосылки для формирования готовности принимать осознанные решения в повседневных жизненных ситуациях, в том числе, ситуациях, связанных с социальными рисками, с риском употребления ПАВ.

Воспитательные:

□ формирование у обучающихся ценностей здорового образа жизни;  
 □ формирование внутренних установок сопротивления социальному давлению группы, связанных с рисками употребления ПАВ

### Учебный план

№ п/п	Разделы, темы	Теоретические занятия	Практические занятия	Всего часов
1	<b>Навыки эффективного общения. Первичная диагностика</b>	1	1	2
	<b>Навыки отреагирования негативных эмоциональных состояний в условиях группового взаимодействия. Профилактика агрессивных проявлений</b>	1	1	2
2.	Беседа «Эмоции и чувства»	1	0	1
3	Практикум «Технологии отреагирования и саморегуляции негативных эмоциональных состояний»	0	1	1
	<b>Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ. Продуктивное поведение в конфликте</b>	1	2	3
4	Беседа «Эффективное общение и конфликты»	1	0	1
5	Ролевая игра «Влияние сверстников: способы отстаивания собственной позиции»	0	1	1
6	Практикум «Технологии сотрудничества и позитивного мышления как профилактика конфликтов»	0	1	1

<b>Формирование критического мышления, потребности в саморазвитии, самореализации, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ</b>		2	4	6
7	Рефлексивная беседа «Образ Я и мои жизненные цели»	1	0	1
8	Практикум «Нравственные ценности и цели человека»	0	1	1
9	Ролевая игра «Неудачники и победители»	0	1	1
10	Диспут «Здоровый образ жизни: я вчера, я сегодня, я в будущем»	0	1	1
11	Рефлексивная беседа «Свобода и ответственность».	1	0	1
12	Создание и презентация творческих работ «Мой выбор»	0	1	1
<b>Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ</b>		3	3	6
13	Рефлексивная беседа «Безопасность и социальные риски, связанные с ПАВ»	1	0	1
14	Практикум «Развитие стрессоустойчивости и совладение с трудностями поведения»	0	1	1
15	Игровой практикум «Как совладать со стрессом»	0	1	1
16	Практикум «Навыки уверенного поведения»	0	1	1
17	Беседа «Реклама табака и алкоголя как метод воздействия»	1	0	1
18	Беседа «Интернет как поле возможностей и сфера рисков»	1	0	1
<b>Формирования устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (все участники независимо от наличия либо отсутствия имеющегося опыта употребления ПАВ)</b>		1	5	6
19	Рефлексивная беседа «Здоровье как важнейшая социальная ценность»	1	0	1
20	Ситуационная игра «Аргументы отказа от пробы ПАВ»	0	1	1
21	Практикум «Мой ЗОЖ»	0	1	1
22	Ролевые игры или пьесы о проблемных ситуациях, связанных с ПАВ.	0	1	1
23	Практикум «Административная и уголовная ответственность»	0	1	1
24	Создание выставки творческих работ: «ПАВ как риск для здоровья и успеха»	0	1	1
<b>Пропаганда ЗОЖ и социальное проектирование в сфере профилактики немедицинского употребления ПАВ</b>		0	6	6
25	Диспут «Здоровье человека как ценность и как сфера личной ответственности»	0	1	1
26	Практикум с элементами подготовки к добровольчеству в сфере пропаганды ЗОЖ	0	1	1
27	Социальное проектирование. Разработка и реализация проектов по пропаганде ЗОЖ	0	3	3
28	Выставка и представление проектов.	0	1	1
<b>Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания, и поиска ресурсов для достижения цели. Заключительная диагностика</b>		0	4	4
29	Практикум «Проектирование планов жизненной самореализации». Заключительная диагностика.	0	2	2
30	Фестиваль достижений «Шаги к здоровью!»	0	1	2

	ИТОГО	9	25	34
--	-------	---	----	----

## Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов
1	<b>Навыки эффективного общения. Первичная диагностика</b>	2
	<b>Навыки отреагирования негативных эмоциональных состояний в условиях группового взаимодействия. Профилактика агрессивных проявлений</b>	2
2.	Беседа «Эмоции и чувства»	1
3	Практикум «Технологии отреагирования и саморегуляции негативных эмоциональных состояний»	1
	<b>Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ. Продуктивное поведение в конфликте</b>	3
4	Беседа «Эффективное общение и конфликты»	1
5	Ролевая игра «Влияние сверстников: способы отстаивания собственной позиции»	1
6	Практикум «Технологии сотрудничества и позитивного мышления как профилактика конфликтов»	1
	<b>Формирование критического мышления, потребности в саморазвитии, самореализации, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ</b>	6
7	Рефлексивная беседа «Образ Я и мои жизненные цели»	1
8	Практикум «Нравственные ценности и цели человека»	1
9	Ролевая игра «Неудачники и победители»	1
10	Диспут «Здоровый образ жизни: я вчера, я сегодня, я в будущем»	1
11	Рефлексивная беседа «Свобода и ответственность».	1
12	Создание и презентация творческих работ «Мой выбор»	1
	<b>Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ</b>	6
13	Рефлексивная беседа «Безопасность и социальные риски, связанные с ПАВ»	1
14	Практикум «Развитие стрессоустойчивости и совладение с трудностями поведения»	1
15	Игровой практикум «Как совладать со стрессом»	1
16	Практикум «Навыки уверенного поведения»	1
17	Беседа «Реклама табака и алкоголя как метод воздействия»	1
18	Беседа «Интернет как поле возможностей и сфера рисков»	1
	<b>Формирования устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (все участники независимо от наличия либо отсутствия имеющегося опыта употребления ПАВ)</b>	6
19	Рефлексивная беседа «Здоровье как важнейшая социальная ценность»	1
20	Ситуационная игра «Аргументы отказа от пробы ПАВ»	1
21	Практикум «Мой ЗОЖ»	1
22	Ролевые игры или пьесы о проблемных ситуациях, связанных с ПАВ.	1

23	Практикум «Административная и уголовная ответственность»	1
24	Создание выставки творческих работ: «ПАВ как риск для здоровья и успеха»	1
<b>Пропаганда ЗОЖ и социальное проектирование в сфере профилактики немедицинского употребления ПАВ</b>		<b>6</b>
25	Диспут «Здоровье человека как ценность и как сфера личной ответственности»	1
26	Практикум с элементами подготовки к добровольчеству в сфере пропаганды ЗОЖ	1
27	Социальное проектирование. Разработка и реализация проектов по пропаганде ЗОЖ	3
28	Выставка и представление проектов.	1
<b>Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания, и поиска ресурсов для достижения цели. Заключительная диагностика</b>		<b>4</b>
29	Практикум «Проектирование планов жизненной самореализации». Заключительная диагностика.	2
30	Фестиваль достижений «Шаги к здоровью!»	2
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>

## **Планируемые результаты:**

### **I. Личностные:**

п-знание законодательства Российской Федерации в сфере предупреждения распространения и потребления ПАВ немедицинского характера;

знание основ здорового образа жизни  
и здоровьесберегающих технологий;

п-устойчивость к давлению сверстников и группы ,направленному на вовлечение в потребление ПАВ и готовность противостоять им

п-готовность и способность к организации и участию в школьных мероприятиях

п-умение конструктивно разрешать конфликты

п-потребность участия в общественной жизни школы;

### **II. Метапредметные:**

#### **Регулятивные:**

п-формулировать целевые приоритеты в сфере проектирования здорового образа жизни на основе выявления определенной проблемы и существующих возможностей.

п-оценивать свою деятельность по проектированию в сфере здорового образа жизни аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата

▫наблюдать и анализировать собственную учебную деятельность

### **Познавательные:**

▫выделять явление, относящееся к проблематике здорового образа жизни, из общего ряда других явлений;

▫определять свое отношение к природной среде как к среде, свободной от распространения растительных культур, синтетических веществ , содержащих ПАВ

▫овладеть культурой активного использования печатных изданий и интернет-ресурсами.

### **Коммуникативные:**

▫определять возможные роли в совместной деятельности

▫играть определенную роль в совместной деятельности

▫договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей

▫целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы ,необходимые для решения учебных т практических задач в сфере проектирования здорового образа жизни и предотвращения рисков для здоровья, с помощью средств ИКТ

### **III. Предметные (на конец освоения курса):**

#### **Обучающиеся научатся:**

▫соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата

▫оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения

▫сформируют паттерн (повторяющийся образец) право послушного ответственного поведения, исполнения законов.

### **Календарный учебный график**

Количество часов в неделю Количество часов в месяц Количество часов в год

## **Учебно-методическое и материально-техническое обеспечения программы.**

В ходе занятий применяются методы: объяснительный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический. В ходе практических занятий обучающиеся выполняют практические задания по пройденным темам, сначала под наблюдением преподавателя, а затем самостоятельно.

### Формы занятий.

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.

### **Дидактические материалы.**

- п-рабочая программа курса «Я принимаю вызов!»
- п-рабочие тетради для обучающихся
- п-информационные ресурсы сети интернет

### **Оценка достижений планируемых результатов:**

1. Текущий контроль:

- устные ответы,
- выполнение упражнений,
- выполнение проектов,
- участие в мероприятиях

## 2. Итоговый контроль:

- фестиваль достижений
- выставка творческих работ

### **Мониторинг эффективности усвоения программы:**

#### 1. Низкий уровень усвоения:

Теоретические знания в полном объеме не усвоены. Овладел навыками взаимодействия не в полном объеме.

#### 2. Средний уровень усвоения:

Теоретические знания в целом усвоены. Нормативы выполняются на оценку «удовлетворительно». Овладел навыками взаимодействия, не овладел навыками управления.

#### 3. Уровень усвоения выше среднего:

Теоретические знания усвоены в полном объеме. Нормативы выполняются на оценку «хорошо». Овладел навыками взаимодействия и первичными навыками управления.

#### 4. Высокий уровень усвоения:

Теоретические знания усвоены в полном объеме. Выполняет нормативы на оценку «отлично». Овладел навыками взаимодействия и навыками управления в полном объеме.

### **Для оценки результатов усвоения программы используются:**

- наблюдение,
- выполнение упражнений,
- результаты тематической выставки
- желание участвовать в школьных мероприятиях.

### **Список литературы.**

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).

Цыганкова Н.И., Эрлих О.В. Методические рекомендации для организации занятий курса по профилактике употребления наркотических средств и психотропных веществ «Я принимаю вызов!» для 7 класса общеобразовательных организаций / Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих авт.-сост. Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих – М.: ООО «Русское слово - учебник», 2016. – 72 с. – (ФГОС. Внеурочная деятельность).