

Департамент образования города Нижневартовска
Муниципальное образовательное учреждение
«Средняя школа №22»

Принята на заседании
методического (педагогического) совета
от "___" _____ 20__ г.
Протокол N _____



Дополнительная общеразвивающая
программа социальной направленности
"Я принимаю вызов"
Возраст обучающихся: 13-15 лет (для обучающихся 8-9 классов)
Срок реализации: 1 год
Автор-составитель:
Хакимова Камилла Самигулловна,
педагог-психолог

Пояснительная записка к рабочей программе внеурочной деятельности "Я принимаю вызов" 8 класс

Данная программа разработана на основе следующих документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями, в актуальной редакции).
- Федеральный компонент государственного образовательного стандарта начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования (Приказ Минобрнауки РФ от 05.03.2004 № 1089, с изменениями и дополнениями, в актуальной редакции)
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях» (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010 г. N 189 с изменениями и дополнениями, в актуальной редакции).
- Основная образовательная программа НОО и ООО МБОУ СШ № 22, утвержденная Приказом от 29.08.2017 г. № 12-Ш24-13-625\17.
- Учебный план МБОУ СШ № 22»
- Календарный учебный график на 2019-2020 учебный год, утвержденный приказом МБОУ СШ № 22»;
- Программа курса по профилактике употребления наркотических средств и психотропных веществ "Я принимаю вызов!" 8 класс. Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих - М.: "Русское слово-учебник", 2015.

Общий объём программы составлен из расчёта 1 час в неделю, 35 часов в год.

Планируемые результаты обучения

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

В рамках когнитивного компонента будут сформированы:

- знания законодательства Российской Федерации в сфере предупреждения распространения и потребления ПАВ немедицинского характера;
- ориентация в системе моральных норм и ценностей как условий законопослушного поведения, здорового образа жизни, предупреждения потребления ПАВ;
- основы социально-критического мышления, способность ориентироваться в особенностях социальных отношений и взаимодействий, устанавливать взаимосвязи между общественными и политическими событиями;
- знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий, правил поведения в ситуациях социального риска, в том числе связанного с употреблением ПАВ.

В рамках ценностного и эмоционального компонентов будут сформированы:

- готовность к равноправному сотрудничеству;
- уважение к личности и её достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия;
- устойчивость к давлению сверстников и группы, направленному на вовлечение в потребление ПАВ, и готовность противостоять им;
- уважение к ценностям семьи, любовь к природе, признанно ценности здоровья, своего и других людей, оптимизм в восприятии мира как условие противостояния попыткам вовлечения в потребление ПАВ;
- потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании как важное условие предупреждения потребления ПАВ;
- 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 (поведенческого) компонента будут сформированы:

- готовность и способность к участию в пределах возрастных компетенций к организации и проведению школьных и внешкольных мероприятий, в деятельности детских и молодёжных общественных организаций, имеющих социальную направленность, в волонтерской деятельности в сфере предупреждения потребления ПАВ;

- готовность и способность к выполнению правовых норм и требований, в том числе в сфере, касающейся немедицинского употребления, незаконного распространения и оборота ПАВ;
- умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия;
- умение конструктивно разрешать конфликты;
- готовность и способность к соблюдению моральных норм и отношении взрослых и сверстников;
- потребность в участии в общественной жизни ближайшего социального окружения и в общественно полезной деятельности, связанной с проектированием моделей ЗОЖ и профилактикой потребления ПАВ;
- умение строить жизненные планы создавать и реализовывать социальные проекты в сфере здорового образа жизни, профилактики потребления ПАВ;
- готовность делать осознанный выбор в ситуациях социального риска, в том числе связанного с употреблением ПАВ на основе ценностей правовой культуры и здорового образа жизни.

В рамках деятельностного (поведенческого) компонента выпускник получит возможность для формирования:

- готовности к самообразованию и самовоспитанию как условий позитивной самореализации;
- адекватной позитивной самооценки и Я-концепции как условий предупреждения вовлечения в употребление ПАВ;
- компетентности в реализации основ здорового образа жизни в поступках и деятельности;
- морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм в ситуациях социальной неопределённости и ситуациях, сопряжённых с риском употребления ПАВ;
- устойчивого следования в поведении моральным нормам и этическим требованиям, эмпатии как осознанного понимания и сопереживания чувствам других, выражающейся в поступках, направленных на помощь и обеспечение эмоционального благополучия.

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

Регулятивные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- основам целеполагания в сфере проектирования планов жизнедеятельности и создания проектов по тематике ЗОЖ, предупреждения потребления ПАВ;
- самостоятельно анализировать условия достижения цели в сфере проектирования планов жизнедеятельности и создания проектов по тематике ЗОЖ, предупреждения потребления ПАВ;
- планировать пути достижения названных целей;
- уметь самостоятельно контролировать своё время и время, отведённое на командную работу, и управлять им;
- адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия в ситуациях риска потребления ПАВ и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;
- основам прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса, в том числе прогнозирования рисков, связанных с употреблением ПАВ.

Выпускник получит возможность научиться:

- самостоятельно ставить перспективные жизненные цели и задачи;
- построению жизненных планов во временной перспективе, основанных на ценностях здорового образа жизни;
- при планировании достижения целей самостоятельно и адекватно учитывать условия и средства их достижения;
- выделять альтернативные способы достижения цели и выбирать для этого наиболее эффективные способы;
- основам саморегуляции в форме осознанного управления своим поведением и деятельностью, направленной на достижение поставленных целей;

— осуществлять рефлексию в отношении своих действий и поведения, связанного с риском вовлечения в употребление ПАВ;

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

— основам саморегуляции эмоциональных состояний;

— прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения целей и противостояния рискам употребления ПАВ.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

— учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве в сообществах, имеющих конструктивную направленность;

— формулировать собственное мнение и позицию, в том числе по проблематике, связанной с ПАВ, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;

— устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;

— обосновывать собственную позицию, особенно в сфере сохранения своего права на здоровый образ жизни и свободу от употребления ПАВ;

— выражать уверенный отказ, не требующий оправданий, в ситуациях, связанных с риском употребления ПАВ;

— аргументировать свою точку зрения, в том числе по проблематике ПАВ, спорить и отстаивать свою позицию невраждебным для оппонентов образом;

— задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;

— осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;

— организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками в сфере социального проектирования по тематике здорового образа жизни и предупреждения употребления ПАВ, определять цели и функции участников в командной работе, способы взаимодействия; планировать общие способы работы;

— осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, в том числе связанных с рисками употребления ПАВ, уметь убеждать;

— работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;

— владеть основами коммуникативной рефлексии.

Выпускник получит возможность научиться:

— учитывать и координировать отличные от собственной позиции других людей в сотрудничестве;

— учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию, особенно в сфере сохранения своего права на здоровый образ жизни и свободу от воздействия ПАВ;

— понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы, при этом иметь чёткую сформированную позицию о недопустимости употребления ПАВ;

— продуктивно разрешать конфликты на основе учёта интересов и позиций всех участников, поиска и оценки альтернативных способов разрешения конфликтов;

— договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

— брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) в разработке и реализации проектов в сфере ЗОЖ и предупреждения потребления ПАВ;

— оказывать поддержку и содействие тем, от кого зависит достижение цели в совместной деятельности;

— осуществлять коммуникативную рефлексию как осознание оснований собственных действий и действий партнёра;

— в процессе коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;

— следовать морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества на основе уважительного отношения к партнёрам, внимания к личности другого, адекватного межличностного восприятия, готовности реагировать на нужды других, в частности оказывать помощь и эмоциональную поддержку партнёрам в процессе достижения общей цели совместной деятельности;

— устраивать эффективные групповые обсуждения и обеспечивать обмен знаниями между членами группы для принятия эффективных совместных решений по проблематике здорового образа жизни и рисков употребления ПАВ;

— в совместной деятельности в сфере проектирования по тематике ЗОЖ и предупреждения потребления ПАВ чётко формулировать цели группы и позволять её участникам проявлять собственную энергию для достижения этих целей.

Познавательные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

— основам реализации проектно-исследовательской деятельности по тематике ЗОЖ и предупреждения употребления ПАВ;

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

— устанавливать причинно-следственные связи в сфере социальных рисков, асоциального поведения, связанные с употреблением ПАВ;

— строить классификацию на основе дихотомического деления (на основе отрицания) в сфере рисков употребления ПАВ;

— строить логические рассуждения, включающие установление причинно-следственных связей, направленные на выработку отрицательного отношения к употреблению ПАВ;

— объяснять явления, процессы, связи и отношения, связанные с риском употребления ПАВ, выявляемые в ходе исследования.

Выпускник получит возможность научиться:

— основам рефлексивного восприятия информации, как условия предупреждения вовлечения в употребление ПАВ;

— ставить проблему предупреждения употребления ПАВ, аргументировать её актуальность;

— самостоятельно проводить исследования в сфере профилактики употребления ПАВ на основе применения методов наблюдения и эксперимента;

— выдвигать гипотезы о связях и закономерностях событий, процессов, объектов в сфере социальных рисков, связанных с вовлечением в употребление ПАВ;

— организовывать исследование с целью проверки данных гипотез;

— делать умозаключения (индуктивное и по аналогии) и выводы на основе аргументации по проблематике здорового образа жизни и ПАВ.

Содержание блока «Планируемые результаты» составлено с учётом целей программы и требований к оценке результатов, изложенных в тексте Примерной основной образовательной программы образовательной организации (Основная программа).

Наряду с решением непосредственных задач курса, в рамках реализации программы происходит решение ряда задач, направленных на социализацию и развитие ребёнка и подростка в группе, сплочение класса, формирование или в случае необходимости восстановление (реабилитацию) позитивного социального статуса ребёнка в классном коллективе.

Таким образом, реализация программы способствует достижению трёх 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 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 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 занятий

Занятия могут проводиться учителями, классными руководителями, педагогами-организаторами, педагогами-психологами, педагогами организаций дополнительного образования и рамках внеурочной деятельности и в части образовательной программы, формируемой участниками образовательных отношений.

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 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.

Учебно-тематический план программы внеурочной деятельности для обучающихся 8 класса «Я принимаю вызов» (34 ч)

№ п/п	Разделы, темы	Теоретические занятия	Практические занятия	Всего часов
1.	Позитивное мышление и эффективное общение со сверстниками как факторы предупреждения вовлечения в употребление ПАВ. Первичная диагностика	0	2	2
2.	Навыки управления своими эмоциональными состояниями в условиях группового взаимодействия со сверстниками. Профилактика агрессивных проявлений	1	1	2
3.	Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ	1	2	3
4.	Формирование критического мышления, волевого поведения, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ	2	4	6
5.	Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ	2	4	6
6.	Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (все участники независимо от наличия либо отсутствия имеющегося опыта употребления ПАВ)	1	5	6
7.	Пропаганда здорового образа жизни и социальное проектирование в сфере профилактики немедицинского употребления ПАВ	0	6	6
8.	Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поиска ресурсов для достижения цели. Заключительная диагностика	0	4	4

Содержание курса

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 партнёром или с группой людей, определяющих процесс и уровень понимания другого человека. Подростку необходимы знания, направленные на понимание другого человека, развитие эмпатии, то эмоциональной отзывчивости на переживания другого человека, способности представлять себя на его месте. Возможность чувствовать свои эмоции в ситуациях успеха или неудачи способствуют 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, мотивов и потребностей. Регуляция собственного речевого поведения как основа коммуникативной компетентности. Коммуникативная рефлексия. Эмпатия. Технологии невербального общения. Самопрезентация. Навыки командного взаимодействия.

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

Тема 1.1. Практикум (тренинг) командообразования.

Тема 1.2. Практикум (тренинг) «Позитивное мышление и эффективное общение со сверстниками как факторы предупреждения вовлечения в употребление ПАВ».

Первичная диагностика:

— «шкала наблюдений» за личностными особенностями обучающихся, которые могут стать факторами риска употребления ПАВ (Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих);

— методика «Выявление и оценка коммуникативных и организаторских склонностей (качеств)» В.В. Синявского, Б.А. Федоршина.

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

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 своё 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 2.1. Интерактивная беседа «Эмоции и чувства. Как распознавать переживания других людей и собственные эмоциональные состояния».

Тема 2.2. Практикум (тренинг) «Технологии отреагирования и саморегуляции негативных эмоциональных состояний».

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 2: обратная связь (рефлексия) участников.

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 своё 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 3.1. Интерактивная беседа «Две стороны конфликта».

Тема 3.2. Игровой практикум (тренинг) «Технологии разрешения конфликтов. Способы отстаивания собственной позиции в конфликте».

Тема 3.3. Практикум (тренинг) «Посредничество в разрешении конфликта как способ восстановления отношений».

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 3: самооценка участниками своих способностей к продуктивному поведению в конфликте со сверстниками, отстаивания собственной позиции в условиях влияния сверстников (по пятибальной шкале). Обратная связь (рефлексия) участников.

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 (чтобы принимаемые решения воспринимались подростками не как навязываемые сверху, а как результат собственного выбора), позитивного образа Я (принятие себя выступает важным условием принятия личности других), 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.

Практические задания построены с учётом того, что с 8 класса начинают актуализироваться процессы личностного и профессионального самоопределения, поэтому они должны помочь юношам и девушкам ответить на трудный вопрос «Чего я хочу?», научить их формулировать свои цели, делать их действенными. Задания также должны помочь подросткам достигать сознательно поставленной цели, преодолевая при этом внешние и внутренние препятствия.

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 4.1. Рефлексивная беседа «Я-концепция, потребность в саморазвитии, самореализации и ценностные ориентации человека» .

Тема 4.2. Практикум (тренинг) «Я и мои жизненные цели».

Тема 4.3. Занятие с элементами арт-педагогике «Нарисую будущее...».

Тема 4.4. Диспут «Мой здоровый образ жизни».

Тема 4.5. Рефлексивная беседа «Свобода и ответственность. Выбор и принятие ответственных решений».

Тема 4.6. Создание и презентация творческих работ, организация выставки «Мой выбор: здоровье и успешное будущее».

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 4: *обратная связь (рефлексия) участников.*

Тема 5. Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с 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 и распространения информации о ПАВ. Обучение подростков навыкам безопасного поведения в ситуациях, связанных с риском вовлечения в пробы ПАВ, формирование стратегий совладающего поведения и стрессоустойчивости, с учётом 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 5.1. Рефлексивная беседа. «Социальные риски, связанные с ПАВ, и безопасное поведение».

Тема 5.2. Практикум (тренинг) «Развитие стрессоустойчивости и совладающего с трудностями поведения (коппингстратегий)».

Тема 5.3. Игровой практикум (тренинг) «Как совладать со стрессом».

Тема 5.4. Диспут «Употребление ПАВ — риск для здоровья и жизни: моя личная позиция».

Тема 5.5. Интерактивная беседа «Реклама как метод воздействия на принятие решения и поведение человека».

Тема 5.6. Интерактивная беседа «Информационно-коммуникативная сеть Интернет как поле возможностей и сфера рисков».

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

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

В процессе реализации программы необходимо сформировать активную жизненную позицию восьмиклассников на основе информации о влиянии ПАВ на здоровье человека, причинах начала употребления и альтернативных возможностях поведения в ситуациях социального риска и организации досуга.

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. Модификация и коррекция присущих некоторым участникам группы дезадаптивных моделей поведения.

Формы работы: интерактивная беседа. Практикум (тренинг).

Тема 6.1. Рефлексивная беседа «Здоровье как важнейшая социальная ценность».

Тема 6.2. Практикум (тренинг) «Негативное отношение к употреблению ПАВ: моя личная позиция».

Тема 6.3. Практикум (тренинг) «Мой здоровый образ жизни».

Тема 6.4. Практикум (тренинг) с элементами арт-педагогике «Мои эмоции и чувства, связанные с употреблением ПАВ подростками и молодыми людьми».

Тема 6.5. Практикум (тренинг) с элементами ролевой игры «Моя правовая ответственность в сфере незаконного оборота наркотиков».

Тема 6.6. Создание выставки коллективных творческих работ (группа делится на 3—4 подгруппы) «Я принимаю вызов: ПАВ как риск для здоровья и успеха».

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

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 отношения 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. Привлечение внимания подростков к проектированию собственного направления здорового образа жизни. Социальная проба, социальная практика, социальный проект как виды социального проектирования.

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

Тема 7.1. Дебаты «Здоровье человека — сфера личной ответственности».

Тема 7.2. Практикум (тренинг) с элементами подготовки к добровольчеству в сфере пропаганды ЗОЖ: «Наше будущее в наших руках!»

Тема 7.3. Социальное проектирование. Разработка и реализация проектов по пропаганде ЗОЖ и негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ.

Тема 7.4. Выставка и представление (презентация) реализованных проектов по пропаганде ЗОЖ и формированию негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ.

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 7: выставка и представление (презентация) реализованных проектов по пропаганде ЗОЖ и формированию негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ.

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.

Тема 8.1. Практикум (тренинг) «Проектирование планов жизненной самореализации после окончания занятий по программе. Ресурсы и пути достижения поставленных целей». Заключительная диагностика.

Тема 8.2. Фестиваль достижений «Шаги к здоровью: "Я принимаю вызов!"».

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 8: 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.

Календарно-тематическое планирование (8 класс)

№ п/п	Раздел	№ урока	Тема урока	Дата проведения (план)	Дата проведения (факт)
1.	Коммуникативная компетентность и психология успеха. Первичная диагностика	1.	Тренинг «Командообразования»		
		2.	Тренинг «Позитивное мышление и эффективное общение со сверстниками»		
		3.	Эмоции и чувства.		
		4.	Тренинг «Технологии отреагирования и саморегуляции эмоциональных состояний»		
		5.	Две стороны конфликта		
		6.	Технологии разрешения конфликтов.		
2	Я-концепция и здоровый образ жизни	7.	Способ восстановления отношений		
		8.	Я-концепции ценностные ориентации человека		
		9.	Я и мои жизненные цели		
		10.	Нарисую будущее...		
		11.	Мой здоровый образ жизни		
		12.	Свобода и ответственность.		
3	Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ	13.	Защита проектов «Мой выбор: здоровье и успешное будущее»		
		14.	Социальные риски, связанные с ПАВ, и безопасное поведение		
		15.	Развитие стрессоустойчивости и совладающего с трудностями поведения		
		16.	Как совладать со стрессом		
		17.	Употребление ПАВ — риск для здоровья и жизни		
		18.	Реклама как метод воздействия на принятие решения и поведение человека		
4	Табак, алкоголь, наркотики как риск для здоровья и успеха	19.	Информационно-коммуникативная сеть Интернет как поле возможностей и сфера рисков		
		20.	Здоровье как важнейшая социальная ценность		
		21.	Негативное отношение к употреблению ПАВ		
		22.	Тренинг «Мой здоровый образ жизни»		
		23.	Тренинг «Мои эмоции и чувства, связанные с употреблением ПАВ подростками и молодыми людьми»		
		24.	Игра «Моя правовая ответственность в сфере незаконного оборота наркотиков»		
		25.	Групповая творческая работа «Я		

			принимаю вызов»		
		26.	Здоровье человека — сфера личной ответственности		
5	Пропаганда здорового образа жизни и социальное проектирование в сфере профилактики немедицинского употребления	27.	Тренинг «Наше будущее в наших руках!»		
		28.	Социальное проектирование.		
		29.	Разработка проектов по пропаганде ЗОЖ		
		30.	Разработка проектов по пропаганде ЗОЖ		
		31.	Представление проектов по пропаганде ЗОЖ		
		32.	Тренинг «Проектирование планов жизненной самореализации»		
6	Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поиска ресурсов для достижения цели. Заключительная диагностика	33.	Ресурсы и пути достижения поставленных целей. Заключительная диагностика		
		34.	Фестиваль достижений «Здоровье, будущее, успех: "Я принимаю вызов!"»		
		35.	Подведение итогов курса		
	ИТОГО	35			