

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №22»

Утверждена
Педагогическим советом
Протокол 128 от 18 августа 2019г

Рабочая программа
«Тропинка к своему здоровью»
разработана на основе профилактической программы для
детей и подростков «Сталкер»
проводится в рамках внеурочной деятельности

Составитель:
Хакимова К.С.,
педагог-психолог

Пояснительная записка

Рабочая программа «Тропинка к своему здоровью» составлена на основе профилактической программы «Сталкер», разработанной специалистами НПФ «Амалтея».

Программа является профилактической психолого-педагогической программой.

Контингент детей, на которых ориентирована данная программа:

подростки в возрасте от 10 до 14 лет. Количественный состав группы: от 10 до 12 обучающихся.

В рамках взаимодействия педагога-психолога с заместителем директора по УВР (воспитательной работе), классными руководителями общеобразовательного учреждения набор подростков в группы осуществляется через психологическую диагностику, детей с проблемами в поведении, детей «группы риска», где с учетом результатов могут быть включены в групповую работу.

Цель программы: выработка навыков уверенного поведения в проблемных ситуациях, создание условий для личностного роста подростков.

Задачи программы:

1. Обеспечение подростков адекватной и актуальной информацией о проблеме ПАВ.

2. Выявление и разрушение мифов о ПАВ, существующих в подростковой среде.

3. Формирование критичной установки по отношению к позитивной информации о применении ПАВ, воспитание критичности и независимости мышления.

4. Формирование индивидуального навыка уверенного поведения в сложных ситуациях и эмоциональной, когнитивной и поведенческой установки на неприятие употребления ПАВ.

5. Осознание личностной ответственности за своё поведение, за выбор жизненного пути и причинно-следственных связей, лежащих в основе взаимодействия людей и общества.

6. Развитие системы мировоззрения и иерархической системы ценностей, как системы определяющей жизненные позиции, реализующиеся в поведении.

7. Развитие коммуникативных навыков, самосознания и индивидуальных особенностей.

8. Осознание причинно-следственных связей, лежащих в основе взаимодействия людей и общества.

Научные, методологические и методические основы программы

Профилактическая работа с детьми, являясь практической областью, должна опираться на глубокое понимание теоретических основ.

Научными, методологическими и методическими основами программы являются следующие положения:

-феликсологический подход предполагает формирование у ребенка способности быть счастливым (Щуркова Н.Е.);

-гумастический: ребенок выступает в роли субъекта и носителя способности быть стратегом собственного поведения, деятельности, осознающего наивысшие ценности жизни и себя в них, как непреходящую ценность и реализующую их в «Я – глобальном» в позитивной «Я – концепции» (Я – реальное, Я – ситуативное, Я – перспективное)) (Маслоу А., Роджерс К.);

-субъектный подход - обеспечение субъектности ребенка в коррекционно-развивающем процессе как важнейшее условие развития индивидуальности личности (А. Н. Тубельский, Е. Д. Божович);

-функционально-уровневый подход (В.А. Пермякова) - развитие и формирование функциональных систем в зависимости от социального окружения, обучения и воспитания с опорой на индивидуально-типологические, здоровьесберегающие аспекты;

-подход единства психолого-педагогической теории и практики в развитии и деятельности (теория развития личности в деятельности Гальперина-Выготского).

В качестве одного из методологических оснований могут выступать **принципы** - исходные положения, определяющие подходы к реализации программы:

-Принцип гуманизма - вера в возможности ребенка, субъектного, позитивного.

-Принцип системного подхода - предполагает понимание человека как целостной системы.

-Принцип реальности - предполагает, прежде всего, учет реальных возможностей ребенка и ситуации его развития.

-Принцип деятельностного подхода предполагает опору профилактической работы на ведущий вид деятельности, свойственный возрасту, а также его целенаправленное формирование, так как только в деятельности происходит развитие и формирование личности ребенка.

-Принцип индивидуально-дифференцированного подхода предполагает изменения форм и методов профилактической работы в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка, целей и задач работы.

-Принцип «Не навреди!».

-Принцип рефлексивности - целенаправленно организованная рефлексия способствует осмыслению и оцениванию обучающимися себя, собственного ценностного выбора и своей деятельности.

В основе содержания программы лежат следующие **педагогические идеи:**

-*субъектности*: программа составлена с учетом индивидуальности, мотивационной направленности и творческой активности обучающихся;

-свободы выбора: обучающиеся овладевают новыми способами деятельности на основе свободного выбора, деятельность обучающихся носит самостоятельный креативный характер;

-кооперации действий: создается безопасное пространство, способствующее самопознанию, самообучению, самовыражению и самоопределению учащихся на основе совместной деятельности и ее экспертизы.

-стратегии собственной жизни: формирование умения прогнозировать будущее, разрешать свои проблемы самостоятельно и нести полную ответственность за все свои поступки.

Обоснование необходимости реализации данной программы для достижения указанных целей и задач. Проблема недостаточной информированности подростков по вопросам ПАВ значительна и актуальна, так как первые пробы ПАВ часто связаны с желанием узнать об их действии и отсутствии представлений о том, к каким неблагоприятным воздействиям на организм это может привести. Недостаточная информированность порождает в подростковой среде массу мифов, старательно поддерживаемых потребителями и распространителями ПАВ, о возможной безвредности или даже о полезности наркотиков, их распространенности в обществе. На представления подростков влияет и реклама, пропагандирующая употребление алкоголя и табачных изделий, связывающая их с личностной и карьерной успешностью.

Учитывая недостаточное внимание, уделяемое образовательными программами этим вопросам, можно сказать, что подростки зачастую оказываются в ситуации информационного дефицита о проблемах, связанных с потреблением ПАВ, или в условиях искаженной информированности и неопределенного социального отношения к потреблению наркотиков.

II. Структура и содержание программы

Содержание программы: программой предусмотрено 10 занятий. Для дифференцированного подхода в программе используются два варианта работы: с детьми среднего возраста (10-14 лет) и старшего возраста (14-18 лет). Оба варианта предполагают одинаковую структуру в проведении всего комплекса работы, но для разных возрастных групп различен уровень сложности в подаче информационного материала.

Каждая из 10 тем предполагает этапы:

1. Психологическое тестирование (входная и выходная диагностика) позволяет выявить изменения в психологическом состоянии подростков.

2. Теоретическое занятие – предоставляется актуальная и достоверная информация о наркотиках, алкоголе, табакокурении, их воздействии на человека, возможностях преодоления зависимости.

Основные содержательные линии программы:

- антинаркотические установки, обеспечивающие реализацию поведения в рамках здорового и безопасного образа жизни;

- основные закономерности протекания стрессовых реакций и возможность их преодоления;
- объективная информация о проблеме потребления ПАВ, их воздействие на физическое и психическое здоровье;
- личностные качества, помогающие преодолевать сложные ситуации, контролировать своё поведение и эмоциональное состояние.

Программа включает:

1. Психологическое тестирование (входная и выходная диагностика) до и после прохождения всего курса, которое позволяет выявить изменения в психологическом состоянии подростков.
2. Теоретическое занятие – предоставляют актуальную и достоверную информацию о наркотиках, алкоголе, табакокурении, их воздействии на человека, возможностях профилактики зависимости.
3. Психологический тренинг проводится после работы с каждой темой или в виде самостоятельного психологического тренинга.
4. Заключительный этап включает в себя подведение итогов, определение эффективности программы.

Структурные компоненты занятий:

1. **Подготовительная часть** включает в себя психологические игры и упражнения, направленные на снятие эмоционального напряжения, создания благоприятной, дружеской атмосферы, психологического комфорта и безопасности для каждого участника, а также ритуала приветствия и принятия правил работы.

2. **Основная часть**, направленная на формирование новых знаний и представлений, обретение новых навыков и установок, конструирование и отработку личной стратегии поведения, осмысление полученного опыта, формирование ценностно-значимой личностной концепции взаимодействия с миром, осуществляется с использованием мини-лекций и бесед психолога, сюжетно-ролевых игр, мини-тренингов, дискуссий и обсуждений и т.д.

3. **Заключительная часть** включает в себя подведение итогов, интеллектуальную и эмоциональную рефлекссию и ритуал прощания.

В программу входят теоретические занятия по следующим темам:

1. Стрессы.
2. Факторы, способствующие вовлечению в наркозависимость.
3. Зависимые состояния.
4. Воздействие наркотиков на организм.
5. Воздействие наркотиков на личность.
6. Отказ от наркотиков.
7. Алкоголизм.
8. СПИД.
9. Курение.
10. Возможность достижения состояния психического комфорта.

**Календарно – тематическое планирование
(дети 10-14 лет)**

№ п/п	Тема занятия	Содержание занятия	Количество часов
1.	<p>Вводное занятие. Правила групповой работы и техники безопасности. Диагностика.</p>	<p><i>Подготовительная часть.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомство. 2. Ритуал приветствия. 3. Принятие правил групповой работы и техники безопасности. 4. Диагностика. 5. Информационный материал «Стрессы». <p><i>Основная часть.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Цвет» - определение эмоционального состояния участников. 2. Упражнение «Опрос» - выявление наиболее часто встречающихся трудных ситуаций. 3. Упражнение «Воздушный шар» - работа с переживаниями стресса, моделирование эмоционально значимой стрессовой ситуации. 4. Диафрагмально-релаксационное занятие-знакомство с методами саморегуляции. <p><i>Заключительная часть.</i> Рефлексия занятия.</p>	45 минут
2.	<p>Вовлечение в наркоманию.</p>	<p><i>Подготовительная часть.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ритуал приветствия. 2. Информационный материал «Вовлечение в наркоманию». <p><i>Основная часть.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «История» - 	50 минут

	выявить установки на восприятие ситуаций, связанных с наркотиками. 2. Дискуссия - понимание	
--	--	--

		<p>взрослости, как зрелости, а не как возрастной или статусной категории.</p> <p>3.Ролевая игра – навык поведения в провоцирующей ситуации.</p> <p><i>Заключительная часть.</i></p> <p>Рефлексия занятия.</p>	
3.	Формирование зависимости.	<p><i>Подготовительная часть.</i></p> <p>1.Ритуал приветствия.</p> <p>2.Информационный материал «Формирование зависимости».</p> <p><i>Основная часть.</i></p> <p>1.Упражнение «Мои привычки» - осознание множества различных привычных действий, «плохие» и «хорошие» привычки.</p> <p>2.Упражнение «Охмурение» - демонстрация возможности и незаметности формирования зависимого состояния.</p> <p>3.Упражнение «Поводырь» - актуализация переживания состояния зависимого от другого человека.</p> <p><i>Заключительная часть.</i></p> <p>Рефлексия занятия.</p>	45 минут
4.	Воздействия наркотиков на организм.	<p><i>Подготовительная часть.</i></p> <p>1.Ритуал приветствия.</p> <p>2.Информационный материал «Воздействие наркотиков на организм».</p> <p><i>Основная часть.</i></p> <p>1.Упражнение «Разговор с телом» - развитие умения понимать импульсы, идущие от тела.</p> <p>2.Упражнение «Полёт - падение» - формирование опыта «идеального» состояния.</p> <p>3.Упражнение «Доверие» -</p>	45 минут

		<p>уяснение действия наркотиков на личность.</p> <p>4. Упражнение «Я люблю себя, потому что...».</p> <p><i>Заключительная часть.</i></p> <p>Рефлексия занятия.</p>	
5.	Воздействие наркотиков на личность.	<p><i>Подготовительная часть.</i></p> <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Информационный материал «Воздействие наркотиков на личность».</p> <p><i>Основная часть.</i></p> <p>1. Упражнение «Похвала» - выявление значимых и социально одобряемых качеств.</p> <p>2. Подгрупповая работа – уяснение значимости личностных качеств.</p> <p>3. Упражнение «Хорошо - плохо» - выработка установок на оценивание.</p> <p>4. Упражнение «Доверие» - уяснение действия наркотиков на личность.</p> <p><i>Заключительная часть.</i></p> <p>Рефлексия занятия.</p>	45 минут
6.	Отказ от наркотиков.	<p><i>Подготовительная часть.</i></p> <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Информационный материал «Отказ от наркотиков».</p> <p><i>Основная часть.</i></p> <p>1. Упражнение «Опрос» - понимание того, что зависимость это болезнь.</p> <p>2. Упражнение «Ценности» - выявление ценностей, которые могут противостоять вовлечению в наркозависимость.</p> <p>3. Упражнение «Решения» - связь принятых решений и тех</p>	50 минут

		ценностей, которые они затрагивают: обсуждение возможных последствий, умение нести за них ответственность. 4. Упражнение: «Лес рук», «Путаница» - актуализация ощущений «освобождения, преодоления», снятие эмоционального напряжения. <i>Заключительная часть.</i> Рефлексия занятия.	
7.	Алкоголизм.	<i>Подготовительная часть.</i> 1. Ритуал приветствия. 2. Информационный материал «Алкоголизм». <i>Основная часть.</i> 1. Упражнение «Реклама» - умение противостоять рекламе алкоголя. 2. Упражнение «Голосование» - формирование образа друга, надёжного человека. 3. Упражнение – конкурс «Плакат»- выражение своего отношения к алкоголю. <i>Заключительная часть.</i> Рефлексия занятия.	45 минут
8.	Курение.	<i>Подготовительная часть.</i> 1. Ритуал приветствия. 2. Информационный материал «Курение». <i>Основная часть.</i> 1. Обсуждение темы – проявление установки на отношение к курению и обеспечение полноты информации. 2. Ролевая игра: «Закури», «Не курите» – приобретение опыта поведения в часто встречающихся ситуациях, ведущих к вовлечению	45 минут

		<p>в курение.</p> <p>3. Упражнение «Отказ» - закрепление навыка уверенного отказа.</p> <p><i>Заключительная часть.</i></p> <p>Рефлексия занятия.</p>	
9.	СПИД.	<p><i>Подготовительная часть.</i></p> <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Информационный материал «СПИД».</p> <p><i>Основная часть.</i></p> <p>1. Упражнение «Сюрприз» - продемонстрировать наличие мотивов, ведущих к неконструктивному поведению.</p> <p>2. Ролевые игры - усвоение знаний о способах передачи ВИЧ.</p> <p>3. Упражнение «Молодец» - эмоциональная разрядка.</p> <p><i>Заключительная часть.</i></p> <p>Рефлексия занятия.</p>	50 минут
10.	Итоговое занятие. Диагностика. Возможности добиваться состояния психического комфорта без употребления ПАВ.	<p><i>Подготовительная часть.</i></p> <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Упражнение «Пру» - актуализация ощущений групповой сплочённости.</p> <p><i>Основная часть.</i></p> <p>1. Игра «Волшебник» - осознание широких возможностей в достижении оптимального эмоционального состояния.</p> <p>2. Упражнение «Цвет» - определение эмоционального состояния участников.</p> <p>3. Упражнение «Общий рисунок» - переживание эмоционального комфорта, групповой сплочённости.</p> <p><i>Заключительная часть.</i></p>	50 минут

		Рефлексия занятия.	
--	--	--------------------	--

**Учебно-тематический план
(подростки 14-18 лет)**

№ п/п	Тема занятия	Содержание занятия	Количество часов
1.	Правила групповой работы и техники безопасности. Диагностика. Стрессы.	<p><i>Подготовительная часть.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомство. 2. Ритуал приветствия. 3. Принятие правил групповой работы и техники безопасности. 4. Диагностика. 5. Информационный материал «Стрессы». <p><i>Основная часть.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Минута» - определение адаптивных способностей организма. 2. Упражнение «Списки» - выявление значимых для данной группы стрессовых ситуаций. 3. Упражнение «Стаканчик» - моделирование эмоционально значимой стрессовой ситуации, работа с переживаниями стресса, выявление типичных реакций на стрессовые ситуации. 4. Диафрагмально-релаксационное занятие-знакомство с методами саморегуляции. <p><i>Заключительная часть.</i></p> <p>Рефлексия занятия.</p>	45-50 минут
2.	Вовлечение в наркоманию.	<p><i>Подготовительная часть.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ритуал приветствия. 2. Информационный материал «Вовлечение в наркоманию». <p><i>Основная часть.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Упражнение «Манифест» - 	50 минут

		<p>осознание своей уникальности и независимости.</p> <p>2.Упражнение «Только ты» - выделение и осознание отличительных индивидуальных особенностей.</p> <p>3.Упражнение «Предложение» - моделирование ситуации вовлечения и противостояния групповому мнению.</p> <p>4.Упражнение «Отказ» - формирование навыка уверенного отказа.</p> <p><i>Заключительная часть.</i></p> <p>Рефлексия занятия.</p>	
3.	Зависимые состояния.	<p><i>Подготовительная часть.</i></p> <p>1.Ритуал приветствия.</p> <p>2.Информационный материал «Зависимые состояния».</p> <p><i>Основная часть.</i></p> <p>1.Упражнение «Я и мои привычки» - выявление значимости полезных привычек и их характера.</p> <p>2.Упражнение «Праздник независимости» - осознание своей свободы и необходимости некоторых ограничений.</p> <p>3.Упражнение «Я должен» - работа с иррациональными идеями, умение определять степень рациональности идеи.</p> <p><i>Заключительная часть.</i></p> <p>Рефлексия занятия.</p>	45 минут
4.	Воздействия наркотиков на организм.	<p><i>Подготовительная часть.</i></p> <p>1.Ритуал приветствия.</p> <p>2.Информационный материал «Воздействие наркотиков на организм».</p> <p><i>Основная часть.</i></p>	45 минут

		<p>1. Упражнение «Знакомство рук» - снятие запрета на телесный контакт, работа с напряжением тела, осознание чувственных переживаний от телесного контакта.</p> <p>2. Упражнение «Марионетка» - актуализация и переживание телесного ощущения несвободы.</p> <p>3. Метод прогрессивной мышечной релаксации – обучение навыкам мышечного расслабления.</p> <p><i>Заключительная часть.</i> Рефлексия занятия.</p>	
5.	Влияние наркотиков на личность.	<p><i>Подготовительная часть.</i></p> <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Информационный материал «Воздействие наркотиков на личность».</p> <p><i>Основная часть.</i></p> <p>1. Упражнение «Жизнь с болезнью» - продемонстрировать неизбежность потерь при употреблении наркотиков.</p> <p>2. Упражнение «Эпитафия» - переживание конечности своей жизни, осознание существования смерти, осмысление своей жизни и личного участия в ней.</p> <p>3. Упражнение «Конверт для добрых пожеланий» - эмоциональная разрядка, получение участниками эмоциональной поддержки от группы.</p> <p><i>Заключительная часть.</i> Рефлексия занятия.</p>	45 минут
6.	Отказ от наркотиков.	<p><i>Подготовительная часть.</i></p> <p>1. Ритуал приветствия.</p>	45 минут

		<p>2. Информационный материал «Отказ от наркотиков».</p> <p><i>Основная часть.</i></p> <p>1. Упражнение «Потери и находки» - переоценка жизненных потерь и находок.</p> <p>2. Упражнение «Планирование жизни» - осознание целей и ценностей своей жизни.</p> <p>3. Упражнение «Просьба о помощи» - обучению навыку обращения за помощью к окружающим.</p> <p><i>Заключительная часть.</i></p> <p>Рефлексия занятия.</p>	
7.	Алкоголизм.	<p><i>Подготовительная часть.</i></p> <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Информационный материал «Алкоголизм».</p> <p><i>Основная часть.</i></p> <p>1. Мозговой штурм «За и против алкоголя» - принятие группового решения об отношении к употреблению спиртных напитков.</p> <p>2. Упражнение «Альтернативная реклама» - принятие на личном уровне выработанных группой решений. Умение критически относиться к рекламной информации.</p> <p><i>Заключительная часть.</i></p> <p>Рефлексия занятия.</p>	45 минут
8.	Курение.	<p><i>Подготовительная часть.</i></p> <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Информационный материал «Курение».</p> <p><i>Основная часть.</i></p> <p>1. Опрос – выявление тех, кто имеет опыт курения, и отношение группы к проблеме курения.</p>	45 минут

		<p>2. Упражнение «Психодрама» – выявить причины, которые толкают человека к курению, и возможные пути отказа от него.</p> <p>3. Заключение-обсуждение – вызвать у подростков осознание необходимости самим принимать решения, касающиеся их судьбы.</p> <p><i>Заключительная часть.</i></p> <p>Рефлексия занятия.</p>	
9.	СПИД.	<p><i>Подготовительная часть.</i></p> <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Информационный материал «СПИД».</p> <p><i>Основная часть.</i></p> <p>1. Групповая дискуссия.</p> <p>2. Игра «Вакцина от СПИДА» или «Степной огонь» - игра дает возможность наглядно и подробно представить участникам особенности одного из кризисных моментов для человека, живущего в обществе, где распространяется ВИЧ-инфекция. Переживание состояния человека, ожидающего результат анализа на СПИД.</p> <p>3. Упражнение «Я знаю» - получение обратной связи и поддержки от членов группы.</p> <p><i>Заключительная часть.</i></p> <p>Рефлексия занятия.</p>	45 минут
10.	Итоговое занятие. Диагностика. Возможности добиваться состояния психического комфорта без	<p><i>Подготовительная часть.</i></p> <p>1. Ритуал приветствия.</p> <p>2. Упражнение «Минута» - выявление изменения адаптивных способностей.</p> <p><i>Основная часть.</i></p> <p>1. Упражнение «Удовольствия» - осознание возможности</p>	45-50 минут

	использования ПАВ.	<p>раскрепощения как способа приведения себя в состояние психологического комфорта. Снятие напряжения через регрессию.</p> <p>2. Упражнение «Детский сад» - осознание многообразия способов коррекции своего эмоционального состояния.</p> <p>3. Упражнение «Солнце радости» - совместный рисунок.</p> <p><i>Заключительная часть.</i></p> <p>Рефлексия занятия.</p>	
--	--------------------	--	--

Используемые методы и приемы работы:

- психологические упражнения и игры;
- мини-лекции и беседы;
- сюжетно-ролевые игры;
- групповые дискуссии и мозговой штурм;
- ролевые игры;
- обсуждение конкретных жизненных ситуаций;
- рефлексия различных состояний;
- самодиагностика и диагностика;
- конструирование позитивных моделей поведения и т.д
- использование наглядных пособий;
- использование специальных техник и их элементов: медитации, визуализации, релаксации, сказкотерапии, арт-терапии.

Принципы работы:

- полное доверие к подросткам на протяжении всего курса работы;
- уважительное отношение, признание наличия внутренней мотивации к обучению и развитию у любого подростка;
- открытость в общении с подростками, готовность всегда предоставить им поддержку и в работе по программе, и в разрешении личностных проблем;
- искренность в выражении своих чувств, эмпатическая поддержка участников групп;
- активное участие в групповом взаимодействии.

Сроки реализации программы: программой предусмотрен полный курс для 2-х возрастных групп, который состоит из 10-ти занятий. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 45-50 мин. В каждом занятии разбирается новая тема. Программа реализуется на протяжении 2 месяцев

Ожидаемые результаты реализации программы:

1. Эмоциональная, когнитивная и поведенческая установка на неприятие употребления ПАВ.

2. Достаточный уровень информативности о влиянии ПАВ на организм и личность человека.

3. Стабильное положительное психоэмоциональное состояние обучающихся.

4. Способность использовать оптимальные поведенческие стратегии в различных ситуациях.

Личностными результатами изучения курса в 6-м классе является формирование следующих умений:

- Определять и высказывать под руководством педагога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы).

- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами изучения данного курса в 6-м классе являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- Определять и формулировать цель деятельности.

- Проговаривать последовательность действий .

- Учиться высказывать своё предположение (версию) на основе работы с группой.

- Учиться работать по предложенному плану.

- Учиться отличать верные пути от неверного в различных жизненных ситуациях..

- Учиться совместно с психологом и другими участниками давать эмоциональную оценку своей деятельности и товарищей.

Познавательные УУД:

- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя различные источники, свой жизненный опыт и информацию, полученную от психолога.

- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

- Перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать их на «верные» и «неверные утверждения».

Коммуникативные УУД:

- Донести свою позицию (верную) до других участников.

- Слушать и слышать, понимать речь других.

- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Формируемые компетенции: коммуникативная; рефлексивная, позволяющая осуществлять самоконтроль, саморегуляцию и саморазвитие собственной личности; ценностно-смысловая; компетенции личностного совершенствования, социальные.

Критерии определения уровня достижения планируемых результатов:

1. Сформированность представлений о проблеме потребления ПАВ.
2. Сформированность представлений о возможных последствиях своего поведения и поведения других людей, умений анализировать и оценивать ситуацию.
3. Развитие основных коммуникативных навыков.
4. Расширение и углубление самопознания.
5. Умение принимать конструктивные решения в сложных и проблемных ситуациях общения.
6. Владение навыками саморегуляции и умение моделировать саморазвитие.
7. Развитие рефлексивных умений.

Инструменты оценки эффективности программы:
беседа, наблюдение, тестирование, диагностические методики.

Механизм отслеживания результатов реализации программы:

В рамках программы проводится входная и выходная диагностика:

наблюдение психолога за изменениями в поведении, словах обучающихся, способах разрешения трудностей каждого ребёнка. Возможна как произвольная форма наблюдения, так и наблюдение по определенным критериям.

Изучение эмоционально-личностных и волевых особенностей подростков осуществляется с использованием методики Люшера и опросника «Чувства в школе».

Для оценки эффективности программы рассматриваются динамика изменения следующих показателей:

1. Улучшение самочувствия и повышение самооценки, уверенности (по опроснику «Чувства в школе»).
2. Снижение процентного показателя тревожности (по методике Люшера)

3. Улучшение активности и настроения (по наблюдениям психолога, родителей).

Контроль за осуществлением мероприятий, сроками реализации программы осуществляет заместитель директора по учебно-воспитательной работе.

III. Ресурсы для реализации программы

1. Материально-технические условия реализации программы:

Реализация программы осуществляется на базе МБОУ «СШ№22»

Реализация программы осуществляется в мобильном классе для групповых занятий, оснащенной следующим оборудованием:

1. Столы и стулья для детей
2. Мобильный класс (ноутбуки для каждого ученика)
2. Рабочее место для специалиста
3. Книжные шкафы для специальной литературы, методических, стимульных диагностических и профилактических материалов, детских работ.

2. Учебно-методическое оснащение программы:

1. Комплексная образовательно - профилактическая программа «Сталкер», Н.А.Зубова, В.Ю. Ледина.
2. Гусева Н.А. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей. Программа профилактики злоупотребления психоактивными веществами.- СПб.: Речь, 2005.
3. Василенко М.А. Основы социально-психологического тренинга.- Ростов н/Д : Феникс, 2014.
4. Истратова О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники. – Изд. 4-е – Ростов н./Дону : Феникс, 2010.
5. Щербакова Т.Н., Скрипкина Т.П. Тренинг коммуникативных компетентности для подростков: учебно-методическое пособие. - Ростов н/Д.: Изд-во РО ИПК и ПРО, 2008.
6. Макеева Т.Г. Диагностика развития старшеклассников: психологические тесты .-Ростов н/Д : Феникс, 2008.
7. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие.- Самара: Издательский Дом «БАХРАМ-М», 2008.
8. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии.-3-е изд.-СПб.: Речь, 2014.

3. Работа с родителями (законными представителями):

- психолого-педагогическое консультирование родителей (законных представителей);

- выполнение родителями рекомендаций педагога-психолога по вопросам воспитания и развития детей.

Отличительной особенностью программы является:

формирование критичной установки по отношению к информации о применении ПАВ, воспитание критичности и независимости мышления, формирование индивидуального навыка уверенного поведения и ответственности с учетом индивидуально-возрастных особенностей подростков.

Практическая значимость программы: в жизненных ситуациях подростки смогут ответить на вопросы, как принять адекватное решение по конкретной проблеме, как достойно выйти из трудной жизненной ситуации, как выстроить правильное поведение, как восстановить положительное эмоциональное состояние, как противостоять групповому давлению, а также реализовать приобретенные компетенции.