



Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Окунайская средняя общеобразовательная школа №1»

Рассмотрено на
заседании
методического
объединения
Руководитель МО
Тюрина Н.И.



Протокол № 1 от
«31» августа 2023
г.

«Согласовано»
Заместитель директора
по УВР Ревва А.В.


«31» августа 2023
г.

«Утверждаю»
Директор школы
Миськова О.В.


Приказ № _____ от
«01» сентября 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Мой выбор» 10-11 кл

Программа для 10– 11 классов «Мой выбор»

Актуальность разработки курса.

Модернизация современного образования направлена на совершенствование педагогической системы, так как социально - экономические изменения, происходящие в обществе, требуют нового социального содержания и новых технологий преподавания. В личности современного школьника происходят серьёзные и глубокие изменения. Его интерес и потребности уже не ограничиваются получением разносторонних знаний, которые с развитием компьютерных технологий, он может получать самостоятельно. Старшим школьникам необходимо иметь такие знания, которые дадут возможность понять особенности своей личности, сформировать навыки активной жизненной позиции, осуществить полезный выбор и предположить его возможные последствия, осознать личную ответственность за принятое решение. Эти запросы обучающихся определяют необходимость введения специального курса для учеников 10-11 классов «Полезный выбор». Данный курс позволит учителю продолжить систематическую воспитательную работу по снижению факторов риска и усилению защитных механизмов старшеклассников. Возможность разговора о насущных проблемах: предстоящей учебе и работе, свиданиях и конфликтах с родителями и сверстниками, создаст подходящие моменты для акцентирования опасных для здоровья ситуаций, и предоставит учителю возможность обратить внимание старшеклассников на ответственное и безопасное поведение, которое позволит сохранить им здоровье - важнейшую жизненную ценность человека, залог его благополучия и его долголетия. Особенности программы «Полезный выбор». Отличительной чертой программы является акцент на формирование полезного выбора из множества его вариантов, личной ответственности обучающегося за свои поступки и здоровье.

Ключевые понятия:

- Полезный выбор.

- Личная ответственность.

Программа направлена на формирование следующих навыков в своей личности:

- положительного образа Я школьника;
- навыков принятия ответственных решений и эффективного общения;
- навыков сопротивления давлению средств массовой информации и сверстников;
- навыков личностной и социальной компетентности.

Курс «Полезный выбор» базируется на психо-социальном подходе-развитии личностной и социальной компетентности детей. Теоретическую основу программы оставляют научные разработки Бандуры (развитие саморегуляции и самоконтроля через положительное подкрепление приемлемого поведения и подражания ребенка) и Джессора (теория отклоняющегося поведения, обусловленного воздействием социальных, психологических, физиологических и генетических факторов). Курс «Полезный выбор» продолжает, развивает и дополняет превентивное обучение, начатое «Полезными привычками» в начальной школе, «Полезные навыки» (5-8 классы), «Полезный выбор» (9 классы).

Методы превентивного обучения:

- групповая работа;
- кооперативное обучение;
- мозговой штурм;
- групповая дискуссия;
- ролевое моделирование;
- упражнения – энергизаторы.

Роль курса - помочь обучающимся увидеть множество возможных вариантов выбора, его положительные и отрицательные стороны, а также осознать свою собственную выбранную линию поведения, сформировать навыки активной гражданской позиции. Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как «Основы Безопасности Жизнедеятельности», «Обществознание». Курс «Полезный выбор» адресован классным руководителям для проведения классных часов 10-11 классов и учителям-предметникам для преподавания в качестве предмета вариативной части учебного плана образовательного учреждения.

Обучающиеся должны знать:

- влияние социальных стереотипов на употребление ПАВ;
- признаки ИПП, меры профилактики;
- проблемы дискриминации и насилия в современном обществе;
- связь между употреблением ПАВ и преступностью;
- осознавать собственные потребности;
- положительные и отрицательные стороны собственного выбора;
- стили семейного воспитания;
- собственные профессиональные предпочтения.

Обучающиеся должны уметь:

- ценить и сохранять своё здоровье и здоровье окружающих;
- преодолевать социальные стереотипы;
- оказывать сопротивление давлению сверстников;
- составлять резюме;
- работать с источниками информации в акансиях
- правильно вести себя на собеседовании;
- отстаивать собственную точку зрения;
- анализировать социальные ситуации;
- делать обоснованный выбор;
- нести ответственность за принятое решение
- преодолевать жизненные трудности.

Цель программы:

Формирование у старшеклассников положительного образа Я, активной жизненной позиции, навыков эффективного общения и принятия рациональных решений в различных жизненных ситуациях.

Ожидаемые результаты реализации программы:

1. Повышение уровня воспитанности и правового воспитания обучающихся.
2. Поддержание благоприятной эмоциональной психологической атмосферы в образовательном учреждении.
3. Проявление навыков ЗОЖ в повседневной практической деятельности обучающихся.

Содержание программы «Полезный выбор» в 10 классе:

1. «Всё меняется». Подростковый период. Перемены. План. Планирование. Ресурсы.
2. «Потребности». Потребность. Качество жизни. Здоровье.
3. «Семья». Семья. Брак. Права и обязанности в семье. Функции семьи. Социальная роль члена семьи.
4. «Отношения с родителями». Стили родительства и воспитания.
5. «Как выбрать профессию». Самоопределение. Профессия. Специальность. Должность. Пути достижения профессионального успеха. Безработица - фактор риска употребления ПАВ.
6. «Куда пойти учиться». Профильное обучение. Учебные заведения. Вступительные экзамены.
7. «Инфекции, передающиеся половым путём». ИПП. Пути передачи ИПП. Профилактика ИПП.
8. «Тестирование на ВИЧ». Анонимное тестирование. Конфиденциальное тестирование. Врачебное консультирование.

Учебно-тематический план (10 класс)

№	Тема	Количество часов теоретических занятий	Количество часов практических занятий
1	Всё меняется	2	3
2	Потребности	2	3
3	Семья	3	1
4	Отношения с родителями	2	1
5	Как выбрать профессию	2	3
6	Куда пойти учиться	2	3
7	Инфекции, передающиеся половым путём	2	2
8	Тестирование на ВИЧ	2	1
	Итого	17	17
			34

Содержание программы «Полезный выбор» в 11 классе:

1. «Какискатьработу». Вакансия. Поиск информации о работе
2. «Резюме». Резюме. Цель резюме. Структура резюме.
3. «Собеседование». Собеседование. Цель собеседования. Невербальные признаки поведения. Внешний вид. Поведение. Вежливость в разговоре. Навыки эффективного общения.
4. «Социальные стереотипы». Социальный стереотип. Типичные социальные стереотипы мужского и женского поведения. Влияние СМИ на формирование стереотипа. Социальные стереотипы и проблемы употребления ПАВ. Роль социальных стереотипов.
5. «Дискриминация, сила, власть». Дискриминация. Привилегия. Санкционирование. Социальные группы в обществе. Социальная обусловленность отношений власти.

6. «Свидания». Насилие. Ревность. Жестокость. Влияние ПАВ на сексуальную активность.
7. «Свидания (часть 1)». Секс. «Золотое правило секса». Изнасилование. Правила личной безопасности.
8. «Это должен знать каждый (часть 2)». Предвестники криминального будущего человека. Учреждения экстренной помощи. Телефоны служб спасения.

Учебно-тематический план (11 класс)

№	Тема	Количество часов теоретических занятий	Количество часов практических занятий
1	Какискатьрабoту	2	2
2	Резюме	2	2
3	Собеседование	2	2
4	Социальные стереотипы	3	2
5	Дискриминация, сила, власть	3	1
6	Свидания	2	2
7	Золотое правило секса	2	2
8	Это должен знать каждый	2	2
	Итого	18	15
			33

ПЛАН РАБОТЫ

Аналитическое направление.

Составление списков обучающихся ОУ:

- стоящих на учете ПДН;
- на списочном учете;
- на учете КДН и ЗП;
- опекаемых детей;
- детей из многодетных семей.

Обновление базы данных ОУ. Анализ социально-материального положения неполных и многодетных семей.

Обновление списков детей с ОВЗ, обучающихся в ОУ.

Консультирование классных руководителей по заполнению социальных паспортов классов.

Сбор и анализ достоверной информации.

Проведение

«круглых столов» с классными руководителями (по параллелям) о проблемах детей с сложным поведением.

Раннее выявление обучающихся ОУ с проблемами поведения.

Социально – педагогическая диагностика «итоги четверти» - «круглый стол» для классных руководителей.

Выявить обучающихся с проблемами успеваемости, поведения. Выявить затруднения во межличностном общении, определить приемы их преодоления.

Диагностика семьи

Определение типов семей.

Беседы с детьми, родителями, анкетирование.

Изучить условия воспитания, адаптации к новым условиям обучения.

Для обеспечения эффективной помощи семье в вопросах успешной социализации детей и подростков (организация досуга и отдыха детей)

Организация работы с семьей, оказавшейся в социально опасном положении. Тест «Родительские отношения» - для родителей

Определить родительское отношение к ребенку (рациональный, эмоциональный и поведенческий компоненты)

Корректировка списка учащихся, семей, находящихся в социально-опасном положении. Профилактика правонарушений и коррекция поведения детей и подростков. Профилактика насилия и жестокого обращения с детьми. Диагностические методики изучения классного коллектива

- социометрия;
- фотография класса;
- дом, в котором я живу;
- письмо от родителю;
- продолжи предложения;
- фильм о моем классе.

Изучение взаимоотношений учащихся в коллективе, определение лидеров.

Профилактическая работа.

Консультации классных руководителей:

-способы работы классных руководителей с различными типами семей. Повышение психолого-педагогической компетенции всех участников УВП. Работа с родителями. Анкета «Определение детско-родительских отношений». Понимание родителями необходимости поиска путей коррекции возможных отклонений в поведении ребенка.

Профилактика жестокого обращения в семье. Консультации для классных руководителей:

1. критерии семейного благополучия,
2. критерии семейного неблагополучия,
3. признаки семейного неблагополучия. Консультации для классных руководителей:

«О влиянии родителей, зависимых от алкоголя, на социально-психологическое развитие подростков»

Профилактика дезадаптивного поведения.

Повышение психолого-педагогической компетенции всех участников УВП.

«Факторы риска, обуславливающие положительное отношение подростков к алкоголю» Профилактика дезадаптивного поведения.

Профилактика употребления ПАВ.

Индивидуальная работа социального педагога с семьями (один или оба родителя) употребляющими алкоголь.

Раскрыть родителям отрицательное влияние алкоголя на семейные взаимоотношения, показать ущерб, который пьянство наносит семье, воспитанию детей.

Оказание посреднической социально-педагогической помощи, для дальнейшего формирования мотивации семьи на безалкогольное существование и построение другой системы взаимоотношений.

Составление индивидуального плана работы социального педагога с подростком из семьи зависимых от алкоголя родителей.

Осуществление комплекса мер по воспитанию, образованию и социальной защителичности в учреждениях и по месту жительства подростка. Профилактика дезадаптивного поведения.

Семейное консультирование социальным педагогом:

- организация пространства жизнедеятельности ребенка в домашних условиях;
- организация свободного (внешкольного) пребывания ребенка, его досуга. Групповые занятия для родителей «Азбука учебного труда», как помочь ребенку?
-как выработать внимание?
-память и ее развитие;
- учение и воля;
- что такое способности и как их развивать?

Повышение психолого-педагогической компетенции всех участников

УВП. Групповые занятия для детей, имеющих признаки школьной дезадаптации

«Азбука учебногo труда»:

- как правильно работать с текстом?
- как выполнять письменные домашние задания?
- как выработать внимание?
- память и ее развитие;
- общие приемы учебной работы;
- учение и воля;

Память кародителям:

«Принципы отношений взрослых и детей».

Помощь в налаживании нормального общения внутри семьи и ее ближайшим окружением, содействие в разрешении внутрисемейных конфликтов. Проф илактика дезадаптивного поведения.

Повышение психолого-педагогической компетенции всех участников

УВП. Индивидуальные беседы с учащимися, имеющими отклонения в поведении:

- причины постановки на учет инспектора ПДН,
- что такое хулиганство?
- что такое вандализм?
- что такое вред здоровью?

Профилактика правонарушений и коррекция поведения детей и подростков. Профилактика дезадаптивного поведения.

Индивидуальные беседы с учащимися, состоящими на учете в ПДН:

-Что такое самоконтроль, самовоспитание?

Профилактика правонарушений и коррекция поведения детей и подростков. Профилактика безнадзорности и беспризорности.

Индивидуальная, групповая работа с обучающимися, стоящими на списочном учете, «Школьные правила поведения. Кто их будет выполнять?»

Профилактика правонарушений и коррекция поведения детей и подростков. Профилактика дезадаптивного поведения.

Лекции с демонстрацией мидеороликов:

«Железная дорога-зона повышенной опасности».

«Травматизм на железной дороге».

«Транспортные правонарушения и их последствия».

Организация и проведение воспитательного процесса по профилактике детского травматизма на железной дороге.

Участие в межведомственной операции «Подросток»

Выявление и учет несовершеннолетних, не посещающих или систематически пропускающих по неуважительным причинам занятия в ОУ.

Классные часы на тему:

«Твои права и обязанности» на параллели 8

кл. Правовое воспитание.

Ознакомление с правами и обязанностями

учащихся, закрепленным в уставе школы. Повышение психолого-педагогической компетенции всех участников УВП. Групповые занятия для учащихся 8-9 кл. «Как избежать насилия»

Профилактика насилия и жестокого обращения с детьми.

Групповая работа с классными руководителями:

- типы жестокого обращения в семье,
- признаки жестокого обращения с детьми

Профилактика насилия и жестокого обращения с детьми.

«Безопасный интернет»:

- родительские собрания 7-9 классы: тема «Дети и компьютер».
- дать родителям сведения по вопросам компьютерной зависимости;
- повысить уровень культуры семейного воспитания;
- ознакомить с компьютерной культурой пользователя;
- ознакомить с признаками зависимостей;

-проинформировать о результатах вследствие эмоциональных заболеваний.Повышение психолого-педагогической компетенции всех участников УВП.**Выступления на родительских собраниях:**

-«Памятка для родителей, которые стремятся жить в согласии с подростком» памятка родителям.

-«Причины трудностей родительско-детских отношений»

-«Важные правила общения с ребенком» памятка для родителей

-«Чего не должны делать родители, если они узнали, что подросток употребляет ПАВ» памятка родителям.

-«Употребление алкоголя и его последствия» лекция с демонстрацией видеоролика.

-«Семейные правила для детей и родителей»

Профилактика правонарушений и употребления ПАВ в подростковой среде.

Коррекция внутрисемейных отношений. Профилактика насилия и жестокого обращения детьми;

Участие в операции «Семья»

Акция для детей и родителей «Правила на всю жизнь»:

- групповые занятия с учащимися 5 классов «Хороший тон»;

- групповые занятия для родителей «Семейные правила».

Профилактика правонарушений и коррекция поведения детей и подростков, выявление семейно-общественным образом жизни.

Профилактика насилия и жестокого обращения с детьми.

- воспитание культуры поведения.

- правовое воспитание;

- профилактика насилия и жестокого обращения с детьми.

- формирование ответственного отношения родителей к воспитанию детей.

«Родительский всеобуч»

- групповые занятия с родителями не добросовестно исполняющими свои обязанности по воспитанию и содержанию детей:

«Ответственность семьи за воспитание детей», «Семейный кодекс РФ» глава 12. Права и обязанности родителей.

Преодоление конфликтных ситуаций, формирование здорового микроклимата в семье и обеспечение здорового ребенка и ребенка с ОВЗ. Повышение правовой грамотности.

Выступления на общешкольных родительских собраниях 8-9 классы. «Свободное время старшеклассников»

Просмотр видеороликов по наркопрофилактике.

Профилактика правонарушений и коррекции поведения детей и

подростков. Организация контроля летней занятости детей, состоящих на учете инспектора ПДН в списочном учете

Профилактика детской безнадзорности, употребления ПАВ.

Выступление на педсовете «Причины нарушения нормального функционирования семьи». Профилактика насилия и жестокого обращения с детьми.

Групповое занятие для классных руководителей «Внутрисемейные отношения как возможный фактор травматизации личности ребенка»

Профилактика насилия и жестокого обращения с детьми.

Анкетирование (см. анкету 1) перед проведением курса позволяет сориентироваться в ситуации по употреблению ПАВ внутри конкретной группы.

Заключительная анкета (см. анкету 2) позволяет приблизительно оценить эффективность курса и качество его проведения. Сбор результатов анкетирования на протяжении ряда лет может оказать школе помощь в оценке общих тенденций употребления подростками психоактивных веществ и эффективности профилактической работы в целом.

Анкета1

Входная диагностика. Пожалуйста, заполни эту анкету. Свои имя и фамилию писать ненадо. Только отмечай галочкой те варианты ответов, которые тебе подходят. Неподглядывай в чужие анкеты. Если ты случайно сделаешь ошибку, можешь ее исправить –главное, чтобы было понятно, что ты хотел сказать. Когда заполнишь все, сложи листочекпополам, чтобы твоих ответов не было видно, и сдай его. Старайся отвечать честно, иначе наши остальные занятия могут получиться неинтересными.

1. Твой пол: мужск. женск. Твой возраст: _____ лет.
2. Как ты думаешь: много ли твоих одноклассников курит? Все; многие; некоторые; никто.
3. Как ты думаешь: много ли твоих одноклассников употребляет алкоголь? Все; многие; некоторые; никто.
4. Как ты думаешь: много ли твоих одноклассников иногда нюхает клей или похожие вещества? Все; многие; некоторые; никто.
5. Как ты думаешь: много ли твоих одноклассников иногда принимает наркотики? Все; многие; некоторые; никто.
6. Как ты считаешь: много ли молодежи в нашем городе употребляет наркотики? 0%; 10%; 20%; 30%; 40%; 50%; 60%; 70%; 80%; 90%; 100%.
7. Куришь ли ты сам? Нет; один раз; иногда; регулярно.
8. Если да, то где обычно ты куришь? Дома; в школе; в компании; в других местах.
9. Употребляешь ли ты пиво, вино, другие спиртные напитки? Нет; один раз; иногда; регулярно.
10. Если да, то где ты чаще выпиваешь? Дома; на вечеринках; на дискотеках; в других местах.
11. Ты допускаешь, что будешь курить, когда станешь старше? Да; нет.
12. Ты допускаешь, что будешь употреблять алкоголь (включая пиво), когда станешь старше? Да; нет.
13. Ты допускаешь, что будешь принимать какие-нибудь наркотики, когда станешь старше? Да; нет.
14. Считаешь ли ты, что нужно проводить специальную работу, чтобы ребята в нашей школе употребляли меньше алкоголя и наркотиков? Да; нет.
15. Хотел бы ты участвовать в такой работе? Да; нет.

Анкета2

Выходная диагностика. Пожалуйста, заполни эту анкету. Свои имя и фамилию писать ненадо. Только отмечай галочкой те варианты ответов, которые тебе подходят. Неподглядывай в чужие анкеты. Если ты случайно сделаешь ошибку, можешь ее исправить –главное, чтобы было понятно, что ты хотел сказать. Когда заполнишь все, сложи листочекпополам, чтобы твоих ответов не было видно, и сдай его. Старайся отвечать честно.

1. Твой пол: мужск.; женск.
2. Твой возраст: _____ лет
3. Оценив баллах, насколько тебе понравился курс в целом (обведи). 1; 2; 3; 4; 5.
4. Что понравилось?
5. Что не понравилось?
6. На какие вопросы ты не успел получить ответы?
7. Какой процент предоставленной информации был полезен именно тебе? 100%; 80%; 60%; 40%; 20%; 0%.
8. Изменилось ли после курса твое мнение относительно употребления: наркотиков: да; нет; алкоголя (включая пиво): да; нет; табака: да; нет.
9. Как ты считаешь: поможет ли это твоему однокласснику не употреблять наркотики: да; нет; алкоголь (включая пиво): да; нет; табак: да; нет?
10. Хотел бы ты участвовать в работе по профилактике употребления табака, алкоголя и наркотиков в нашей школе, нашем районе? Да; нет.

11. Сколько своего времени ты мог бы тратить на работу по профилактике? В день в среднем _____ час.

12. Какое пожелание ты бы еще хотел добавить? (Этот пункт заполнять необязательно.)