

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Окунайская средняя общеобразовательная школа №1»

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

Тюрина
Протокол № 1 от
«31» августа 2023
г.

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

Ревва
«31» августа 2023
г.

«Утверждаю»
Директор школы
Миськова О.В.

Миськова
Приказ № 1 от
«31» августа 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Полезные привычки» 1-4кл

Профилактическая программа

«Полезные привычки»(1-4классы)

Программа реализуется комплексно- в ходе работы классных руководителей, социального педагога, педагога-психолога, администрации школы на протяжении учебного года.

Пояснительная записка

Школьная программа по профилактике – «Полезные привычки», ориентирована на начальную школу – 1-4 классы.

Программа "Полезные привычки" придерживается концепции ранней профилактики аддитивного поведения в детской среде, провозглашенной Всемирной организацией Здравоохранения.

Целями : первичной профилактической деятельности профилактики являются:

1. изменение ценностного отношения детей, формирование личной ответственности за свое поведение, обуславливающие снижение спроса на психоактивные вещества в детско-молодежной популяции;
2. сдерживание вовлечения детей на совершение общественно – опасного деяния, правонарушения, преступления за счет пропаганды здорового образа жизни ;
3. формирование антинаркотических установок и профилактической работы, осуществляемой сотрудниками образовательных учреждений.

Образовательная профилактическая программа «Полезные привычки» предполагает реализацию целей первичной профилактики в образовательном учреждении.

Программа «Полезные привычки» воплотила в себе современный подход к превентивному обучению школьников, она не только предоставляет детям необходимые по возрасту знания о табаке и алкоголе, но и формирует здоровые установки и ответственное поведение. Хотя «Полезные привычки» рассчитаны на обучающихся начальной школы и сосредоточены на предупреждение приобщения к употреблению широко распространенных табачных изделий и алкоголя. Их долговременная задача – предупреждение приобщения к наркотикам. «Полезные привычки» служат важным источником объективной информации и комплекса упражнений для развития личности и социальной компетенции.

Программа «Полезные привычки» направлена на приобретение обучающимися соответствующих знаний, которые способствуют формированию у них здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность совершения общественно – опасного деяния, правонарушения, преступления.

Учебный комплект дифференцирован по возрастам обучающихся.

Перечисленные особенности программы позволяют сделать вывод о том, что ее внедрение в практику должно инициировать:

1. потребность у детей в здоровом образе жизни;
2. создание системы профилактики в образовательном учреждении;
3. разработку программ и проектов по другим направлениям профилактической деятельности образовательного учреждения;
4. формирование потребностей у педагогических работников ОУ в повышении своего профессионального мастерства;
5. взаимодействие ОУ с другими субъектами профилактики.

Основные цели и задачи программы.

Цель программы - формирование единого социально-педагогического пространства в сфере профилактики правонарушений, девиантного поведения обучающ

Задачи программы:

- 1). Обеспечение сохранения здоровья, защиты прав и законных интересов несовершеннолетних;
- 2). Создание условий по предупреждению правонарушений и антиобщественных действий несовершеннолетних;
- 3). Своевременное выявление детей с трудностями адаптации, обусловленными ограниченными возможностями здоровья;
- 4). Анализ факторов социальной дезадаптации детей и подростков;
- 5). Систематизация антинаркотической, антиалкогольной пропаганды среди учащихся; 6). Формирование здорового образа жизни;
- 7). Оздоровление системы межличностных отношений детей, восстановление его социального статуса в коллективе сверстников;
- 8). Организация изучения психических состояний детей, особенностей его личностного развития и поведения;
- 9). Становление и снятие психотравматических ситуаций среди ближайшего окружения детей ;
- 10). Отработка навыков общения с взрослыми и сверстниками на основе общепринятых норм ;
- 11). Разработка и реализация индивидуальных и групповых занятий для детей с выраженным нарушением физического и психического развития;
- 12). Привлечение обучающихся к общественно-полезной деятельности;
- 13). Включение детей и подростков в коллективные творческие виды деятельности; 14). Содействие профессиональной ориентации и получению специальности;
- 15). Оказание консультативной и методической помощи родителям (законным представителям) детей по психологическим, социальным, правовым и другим вопросам.

Принципы программы определяют:

- соблюдение интересов ребенка;
- системность;
- непрерывность;
- вариативность;
- рекомендательный характер оказания помощи.

Основные компоненты работы:

- 1). Потребностно-мотивационный – обеспечивает у детей потребность в саморазвитии, самореализации.
- 2). Аксиологический – предполагает осознание ребенком ценности, уникальности себя, окружающих, единства мира во всей его полноте.
- 3). Образовательный – обеспечивает детей знаниями о: чувствах, эмоциях, конструктивных способах разрешения проблем, о психоактивных веществах. Аксиологичность: формирование у детей и подростков представления о здоровье как о важнейшей общечеловеческой ценности, ответственного отношения к своему здоровью из здоровья окружающих.

Многоаспектность: сочетание различных направлений профилактической работы в рамках программы «Полезные привычки»:

- социальный аспект (формирование моральных и нравственных ценностей, определяющих выбор здорового образа жизни, отрицательного отношения к употреблению алкоголя и наркотических веществ);
- психологический аспект (формирование адекватной самооценки, освоение навыков “быть успешным”, самостоятельно принимать решения и нести за них ответственность, прежде всего, перед самим собой);
- образовательный аспект (формирование системы представления о негативных последствиях употребления наркотических веществ).

Легитимность: профилактическая работа по данной программе должна осуществляться в рамках правовой базы (с учетом нормативных актов о правах и обязанностях лиц, которые в пределах своей компетенции и статуса обязаны заниматься профилактикой, а также правобязанностей детей и молодежи).

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса

В результате освоения учебного предмета будут формироваться *личностные, регулятивные, познавательные и коммуникативные* универсальные учебные действия как основа умения учиться.

Во сфере личностных универсальных учебных действий будут формироваться внутренняя позиция обучающегося, адекватная мотивация учебной деятельности, включая учебные и познавательные мотивы, ориентация на моральные нормы и их выполнение, способность к моральной децентрации.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

В *сфере регулятивных универсальных учебных действий* учащиеся будут овладевать всеми типами учебных действий, направленными на организацию своей работы в образовательном учреждении и вне его, включая способность принимать и сохранять учебную цель и задачу, планировать её реализацию (в том числе во внутреннем плане), контролировать и оценивать свои действия, вносить соответствующие коррективы в их выполнение.

Регулятивные УУД:

- *определять и формулировать* цель деятельности на уроке с помощью учителя;
- *проговаривать* последовательность действий на уроке;
- учиться *высказывать* своё предположение (версию) на основе работы с материалом учебника;
- учиться *работать* по предложенному учителем плану

Средством формирования регулятивных УУД служат технология продуктивного чтения и проблемно-диалогическая технология.

В *сфере познавательных универсальных учебных действий* учащиеся будут учиться воспринимать и анализировать сообщения и важнейшие их компоненты — тексты, использовать знаково-символические средства, в том числе будут учиться действиям моделирования, а также широким спектром логических действий и операций, включая общие приёмы решения задач.

Познавательные УУД:

- *ориентироваться* в учебнике (на развороте, в оглавлении, в условных обозначениях);
- *находить ответы* на вопросы в тексте, иллюстрациях;
- *делать выводы* в результате совместной работы класса и учителя;
- *преобразовывать* информацию из одной формы в другую: подробно *пересказывать* небольшие тексты.

Средством формирования познавательных УУД служат тексты учебников и их методический аппарат, обеспечивающие формирование функциональной грамотности (первичных навыков работы с информацией).

В *сфере коммуникативных универсальных учебных действий* дети приобретут умения учитывать позицию собеседника (партнёра), организовывать и осуществлять сотрудничество и кооперацию с учителем и сверстниками, адекватно воспринимать и передавать информацию, отображать предметное содержание и условия деятельности в сообщениях, важнейшими компонентами которых являются тексты.

Коммуникативные УУД:

- *оформлять* свои мысли в устной и письменной форме (на уровне предложения или небольшого текста);
- *слушать и понимать* речь других;
- *договариваться* с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;
- *учиться работать в паре, группе*; выполнять различные роли (лидера, исполнителя).

Планируемые результаты освоения учебной программы по курсу к концу 1-го года обучения

В результате изучения курса обучающиеся получат возможность:

- приобрести навыки кооперативного обучения, навыки общения;
- сравнивать признаки людей, находя сходство и различия;
- узнать о богатстве родной культуры;
- показывать связь культуры семьи с культурой народа;
- критически относиться к употреблению табака, алкоголя;
- определять связь поступков и решений;
- объяснять шаги принятия решений;
- узнать о факторах, влияющих на здоровье;
- получить представление о признаках здорового человека;
- получить представление о том, что лекарства могут оказаться полезными и вредными;
- узнать, что пассивное курение вредно для здоровья;
- научиться делать здоровый выбор в ситуации пассивного курения.

Планируемые результаты освоения учебной программы по курсу к концу 2-го года обучения

В результате изучения курса обучающиеся получат возможность:

- рассказывать о своих вкусах и увлечениях;
- перечислять здоровые увлечения;
- узнавать новое об одноклассниках и находить друзей по интересам;

- тренироваться в невербальном общении;
- научиться использовать вербальные и невербальные компоненты общения для понимания сообщения;
- определять безопасные ситуации и опасные ситуации;
- говорить о разных вариантах решения проблемных ситуаций и их последствиях;
- узнать о вреде сигарет и алкоголя;
- приобрести навыки кооперативного обучения, навыки общения.
-

Планируемые результаты освоения учебной программы по курсу к концу 3-го года обучения

В результате изучения курса обучающиеся получат возможность:

- узнать о внешности и чертах характера людей;
- получить представление о самооценке;
- научиться оценивать себя;
- узнать о роли уважительных отношений в взаимодействии;
- научиться отстаивать свои интересы в неагрессивной форме;
- узнать о способах неагрессивного отстаивания своей позиции;
- получить представление о возможности отказа в ситуации давления;
- научиться преодолению неуверенности в себе;
- узнать о вредном влиянии курения на здоровье;
- научиться использовать безопасные и интересные способы проводить время;
- приобрести навыки кооперативного обучения, навыки общения.

Планируемые результаты освоения учебной программы по курсу к концу 4-го года обучения

В результате изучения курса обучающиеся получат возможность:

- узнать о качествах, достойных уважения;
- научиться анализировать свои привычки учениками;
- узнать о привычках, укрепляющих здоровье;
- узнать о важных для дружбы условиях, качествах связи дружбы и социального здоровья;
- познакомиться с видами давления;
- узнать о способах сопротивления давлению;
- познакомиться с формами отказа от табака и алкоголя;
- приобрести навыки кооперативного обучения, навыки общения.

Методы обучения по программе «Полезные привычки»

Кооперативное обучение – это метод, когда в группах ученики взаимодействуют, решая общую задачу.

Мозговой штурм используется для стимулирования высказывания детей по теме или вопросу. Групповая дискуссия – это способ организации совместной деятельности учеников с целью решить групповые задачи или воздействовать на мнения и установки участников в процессе обучения.

Ролевое моделирование осуществляется в форме драматических представлений, ролевых игр, передач, телевизионных шоу и др. в этих видах деятельности дети тренируют социально желательное поведение под руководством учителя.

Подвижные физические групповые игры, оживляющие активность группы.

Характеристика содержания.

1). Программа ориентирована на особенности организации учебного процесса, являющегося в школе главным.

2). Занятия не должны напоминать школьные уроки, поэтому из них стоит исключить задания, характерные для традиционных уроков. Это – тренинги, семинары, круглые столы, интерактивные занятия с преобладанием вопросов открытого типа и т.д.

3). Содержание программы реализуется посредством воспитательных мероприятий - на классных часах.

Для каждой возрастной ступени разработаны темы, разделенные на 4 блока.

1 класс – «Я»

1. Я – неповторимый человек.
2. Культура моей страны.
3. Чувства.
4. О чем говорят чувства.
5. Множество решений.
6. Решение и здоровье.
7. Нужные и ненужные тебе лекарства.
8. Учуся делать здоровый выбор.
9. «Что значит – быть здоровым?» просмотр видеороликов.

2 класс – «Я и другие»

1. Вкусы и увлечения.
2. Учуся находить новых друзей и интересные занятия.
3. О чем говорят выразительные движения.
4. Учуся понимать людей.
5. Опасные и безопасные ситуации.
6. Учуся принимать решения в опасных ситуациях.

3 класс – «Формы неагрессивного противодействия чуждому давлению»

1. Мой характер.
2. Учуся оценивать себя сам.
3. Учуся взаимодействовать.
4. Учуся настаивать на своем.
5. Я становлюсь увереннее.
6. Когда на меня оказывают давление.

4класс– «ИнформацияПАВ»

1. Самоуважение.
2. Привычки.
3. Дружба(часть1)
4. Дружба(часть2)
5. Учусьсопротивлятьсядавлению.
6. Учусьговорить«нет».

Календарно- тематическое планирование 1 класс (33ч)

Дата	№	Темаурока	Целии задачи,ЗУН
	1	Вводныйурок.	исследованиеуровня информированности о проблемеупотребленияПАВ
	2	Вводныйурок.Опросу чащихся.Пре-тест	исследованиеуровня информированности о проблемеупотребленияПАВ
	3	Диагностированиеучащихся.	исследоватьуровень сформированностиответственного поведения
	4	Упражнения-энергизаторы	Навыки кооперативного обучения,навыкиобщения
	5-6	Я-неповторимыйчеловек	показатьуникальностькаждогоу ченика
	7-8	Тренинг "Я - неповторимыйчеловек"	показатьуникальностькаждогоу ченика,самопознание
	9-10	КультурамоейстраныиЯ	показатьуникальностькультурыид ревноикорниздоровогообраза жизни
	11	Упражнения-энергизаторы	Навыки кооперативного обучения,навыкиобщения
	12-13	Чувства	датьпредставлениео различныхч увствах людей и возможностиуправленияими
	14-15	Тренинг"Секретыобщения"	управлениеэмоциямиистрессом,н авыкиобщения
	16-17	Очемговорятчувства	показатьспособыпредупрежденияи преодоленияотрицательныхчувств

	18-19	Тренинг "О чем говорят чувства"	управление эмоциями и стрессом
	20	Упражнения-энергизаторы	Навыки кооперативного обучения, навыки общения
	21-22	Множественных решений	показать многообразие принимаемых людьми решений
	23-24	Тренинг "Множественных решений"	критическое мышление и креативность
	25-26	Решения о здоровье	способствовать формированию у детей отношения к здоровью как ценности
	27-28	Нужные и ненужные тебе лекарства	познакомить с понятиями "лекарство" и "яд"
	29-30	Пассивное курение: учусь делать здоровый выбор	дать сведения о вреде пассивного курения
	31	Упражнения-энергизаторы	Навыки кооперативного обучения, навыки общения
	32	Опрос учащихся. Пост-тест	исследовать уровень информированности о проблеме употребления ПАВ
	33	Итоговое занятие. Игра "Пойми меня"	обобщение, подведение итогов

2 класс (34ч)

Дата	№	Тема урока	Цели и задачи, ЗУН
	1	Вводный урок «Что такое полезные привычки?»	исследование уровня информированности о проблеме употребления ПАВ
	2	Опрос учащихся. Пре-тест	исследовать уровень информированности о проблеме употребления ПАВ
	3-4	Тренинги, упражнения-энергизаторы	Навыки кооперативного обучения, навыки общения, управление эмоциями и стрессом
	5-6	Вкусы и увлечения	показать разнообразие вкусов и увлечений
	7	Тренинг "Вкусы и увлечения"	показать разнообразие вкусов и увлечений

	8-9	Учусь находить новых друзей и интересные занятия	показать, что у одноклассников можно многому научиться
	10	Тренинг «Учусь находить новых друзей и интересные занятия»	Навыки кооперативного обучения, навыки общения, управления эмоциями и стрессом
	11-12	О чем говорят выразительные движения	познакомить с выразительными движениями как невербальными средствами общения
	13	Тренинг "О чем говорят выразительные движения"	способы невербального общения
	14	Тренинги, упражнения-энергизаторы	Навыки кооперативного обучения, навыки общения, управления эмоциями и стрессом
	15-16	Учусь понимать людей	показать, что эффективное общение предполагает совпадение невербальных и невербальных компонентов общения
	17	Тренинг "Учусь понимать людей"	способы эффективного общения
	18-19	Опасные и безопасные ситуации	обсудить опасные и безопасные ситуации
	20	Тренинги, упражнения-энергизаторы	Навыки кооперативного обучения, навыки общения, управления эмоциями и стрессом
	21-22	Учусь принимать решения в опасных ситуациях	способствовать рациональному принятию решений
	23	Тренинги, упражнения-энергизаторы	Навыки кооперативного обучения, навыки общения, управления эмоциями и стрессом
	24-25	Реклама табака и алкоголя	познакомить с рекламными приемами
	26	Тренинги, упражнения-энергизаторы	Навыки кооперативного обучения, навыки общения, управления эмоциями и стрессом
	27-28	Правда об алкоголе	рассказать о действии алкоголя на организм
	29	Тренинги, упражнения-энергизаторы	Навыки кооперативного обучения, навыки общения, управления эмоциями и стрессом
	30	Опрос учащихся. Пост-тест	исследовать уровень информированности о проблеме употребления ПАВ

	31	Диагностирование учащихся.	исследование эмоционального возбуждения
	32	Диагностирование учащихся.	исследование ценностных ориентаций
	33	Диагностирование учащихся.	исследование уровня самооценки
	34	Итоговое занятие. Игра "Пойми меня"	обобщение, подведение итогов

3 класс (34 ч)

Дата	№	Тема урока	Цели и задачи, ЗУН
	1	Вводный урок. Что такое полезные привычки.	исследование уровня информированности о проблеме употребления ПАВ
	2	Пре-тест. Исследование уровня информированности о проблеме употребления ПАВ	исследовать уровень информированности о проблеме употребления ПАВ
	3	Тренинги, упражнения-энергизаторы на формирование навыков общения.	Навыки кооперативного обучения, навыки общения, управление эмоциями и стрессом
	4	Тренинги на формирование навыков управления эмоциями и стрессом.	Навыки кооперативного обучения, навыки общения, управление эмоциями и стрессом
	5-6	Мой характер	поговорить о внешности и чертах характера людей, дать возможность подумать о чертах своего характера
	7-8	Тренинг «Мой характер»	распознавание внешних и внутренних качеств людей
	9	Что такое самооценка. Учуся оценивать себя.	дать понятие о самооценке, предоставить возможность оценить себя
	10	Учуся оценивать себя.	дать понятие о самооценке, предоставить возможность оценить себя
	11	Тренинг «Учуся оценивать себя»	оценивать себя адекватно и стремиться к самосовершенствованию

	12-13	Учусь взаимодействовать. Роль уважительных отношений во взаимодействии.	объяснить роль уважительных отношений во взаимодействии, объяснить смысл правила "относись к другим так как тебе хочется, чтобы они относились к тебе"
	14	Тренинг «Учусь взаимодействовать»	взаимодействовать с другими людьми неагрессивно вербальные и невербальные компоненты эффективного общения и взаимодействия
	15	Тренинги, упражнения-энергизаторы на формирование навыков общения.	Навыки кооперативного обучения, навыки общения, управление эмоциями и стрессом
	16-17	Учусь настаивать на своем. Неагрессивное отстаивание своей позиции.	показать возможность неагрессивного отстаивания своей позиции, дать представление о возможности отказа в ситуации давления
	18	Тренинг «Учусь настаивать на своем»	пассивное и агрессивное поведение, и неагрессивное отстаивание своего мнения
	19	Я становлюсь увереннее. Причины неуверенности в себе.	поговорить о неуверенности в себе и ее причинах, перечислить способы преодоления неуверенности в поведении
	20	Я становлюсь увереннее. Способы преодоления неуверенности в поведении.	поговорить о неуверенности в себе и ее причинах, перечислить способы преодоления неуверенности в поведении
	21	Тренинг «Я становлюсь увереннее»	распознавание причин и проявлений неуверенности/уверенности в себе
	22-23	Когда на меня оказывают давление.	поговорить об источниках влияния и давления, показать положительные и отрицательные последствия влияния, объяснить, что в ситуации давления действует самостоятельно принимать решения
	24	Тренинг «Когда на меня оказывают давление»	распознавание давления, которое приносит вред здоровью
	25	Тренинги, упражнения-энергизаторы на формирование навыков общения.	Навыки кооперативного обучения, навыки общения, управление эмоциями и стрессом

	26	Овредекурения.	познакомить с вредным влиянием курения на здоровье, показать способы безопасного и интересного проведения времени
	27	Тренинги на формированиенавыков управления эмоциями истрессом.	Навыки кооперативного обучения,навыкиобщения,управленияэмоциямии стрессом
	28	Овредекурения.	описать последствия курения,объяснить,чтоправдивую информацию о курении можнополучить уучителяилиродителей
	29	Тренинги,упражнения-энергизаторына формированиенавыковобщения.	Навыки кооперативного обучения,навыкиобщения,управленияэмоциямии стрессом
	30	Пост-тест. Исследование уровняинформированности о проблемеупотребленияПАВ	исследоватьуровень информированности о проблемеупотребленияПАВ
	31	Диагностирование учащихся.Исследование эмоциональноговозбуждения.	исследование эмоциональноговозбуждения
	32	Диагностирование учащихся.Исследование ценностныхориентаций	исследованиеценностных ориентаций
	33	Диагностирование учащихся.Исследованиеуровнясамооценки	исследованиеуровнясамооценки
	34	Итоговоезанятие.Игра"Поймим еня"	обобщение,подведениеитогов

4класс (34ч)

Дата	№	Темаурока	Целии задачи,ЗУН
	1	Вводныйурок.Полезныеивредныепривычки.	исследованиеуровня информированности о проблемеупотребленияПАВ
	2	Пре-тест. Исследование уровняинформированностио проблемеупотребленияПАВ	исследоватьуровень сформированностиответственного поведения

	3	Самоуважение. Достижение целии самоуважение	достижениецелиисамоуважение
	4	Самоуважение. Достижение целиисамоуважение	достижениецелиисамоуважение
	5	Тренинг"Самоуважение"	способствовать самоуважениюдетей
	6	Тренинги на формированиенавыков управления эмоциями истрессом.	Навыки кооперативного обучения,навыкиобщения,управленияэмоциямиистрессом
	7	Привычки. Древние корниздоровогообразажизни.	показатьуникальностькультурыидревние корниздоровогообраза жизни
	8	Тренинг"Моипривычки"	способствовать анализу своихпривычек
	9	Тренинги,упражнения-энергизаторына формированиенавыковобщения.	Навыки кооперативного обучения,навыкиобщения,управленияэмоциямиистрессом
	10	Дружба. Важные качествадружбы.	перечислитьважныекачествадружбыздоровья
	11	Тренинг"Дружба"	критерииинавыкидружескихотношений
	12	Тренинги на формированиенавыков управления эмоциями истрессом.	Навыки кооперативного обучения,навыкиобщения,управленияэмоциямиистрессом
	13	Дружба. Связь дружбы исоциальногоздоровья.	показатьсвязьдружбыисоциальногоздоровья
	14	Тренинг"Яимойдрузья"	различие положительного иотрицательноговлиянияв дружескихотношениях
	15	Тренинги,упражнения-энергизаторына формированиенавыковобщения.	Навыки кооперативного обучения,навыкиобщения,управленияэмоциямиистрессом
	16	Учусьсопротивлятьсядавлению. Способысопротивления давлению.	1. познакомитьсвидамидавления 2. обсудить способы сопротивлениядавлению
	17	Учусьсопротивлятьсядавлению. Способысопротивления давлению.	1. познакомитьсвидамидавления 2. обсудить способы сопротивлениядавлению

	18	Тренинг "Учусь сопротивляться давлению"	1. познакомиться с видами давления 2. обсудить способы сопротивления давлению
	19	Тренинги на формирование навыков управления эмоциями и стрессом.	Навыки кооперативного обучения, навыки общения, управления эмоциями и стрессом
	20	Учусь говорить "Нет"	научить отказываться в опасных ситуациях
	21	Формы отказа от табака и алкоголя	познакомить с формами отказа от табака и алкоголя
	22	Тренинг "Учусь говорить "Нет"	познакомить с формами отказа от табака и алкоголя
	23	Тренинги, упражнения-энергизаторы на формирование навыков общения.	Навыки кооперативного обучения, навыки общения, управления эмоциями и стрессом
	24	Информация об алкоголе и его рекламе.	повторить информацию об алкоголе и его рекламе
	25	О вреде алкоголя.	повторить информацию об алкоголе и его рекламе
	26	Тренинг "Сопротивление давлению"	познакомить с формами отказа от табака и алкоголя
	27	Алкоголь в компании	познакомить с последствиями употребления алкоголя в компании
	28	Тренинги, упражнения-энергизаторы на формирование навыков общения.	Навыки кооперативного обучения, навыки общения, управления эмоциями и стрессом
	29	Тренинг "Сопротивление давлению"	познакомить с формами отказа от табака и алкоголя
	30	Пост-тест. Исследование уровня информированности о проблеме употребления ПАВ	исследовать уровень информированности о проблеме употребления ПАВ
	31	Диагностирование учащихся. Исследование эмоционального возбуждения.	исследование эмоционального возбуждения
	32	Диагностирование учащихся. Исследование ценностных ориентаций	исследование ценностных ориентаций
	33	Диагностирование учащихся. Исследование уровня самооценки	исследование уровня самооценки

	34	Итоговое занятие. Игра "Пойми меня"	обобщение, подведение итогов
--	----	-------------------------------------	------------------------------

Тема 6. Интернет-зависимость (4 часа)

Чем опасна компьютерная зависимость. Негативное влияние компьютерной зависимости на человека, пути выхода. Опасности общения в сети. Правила безопасного поведения в социальных сетях. Как уйти от нежелательного общения.

Тема 7. Вперед к здоровью (7 часов). Образовательное событие, направленное на формирование ценности ЗОЖ.

Учебно-тематический план (7 класс)

№	Тема	Количество часов теоретич. занятий	Количество часов практ. занятий
1	Я и мои поступки	2	3
2	Самооценка и самовоспитание	3	3
3	Как преодолеть стеснительность	2	2
4	Ответственность	2	2
5	Зависимость или свобода.	2	2
6	Интернет-зависимость	2	2
7	Вперед к здоровью	3	4
	Итого	16	18
			34

8

класс

Планируемые результаты освоения программы

В результате изучения курса обучающиеся получат возможность:

- приобрести навыки кооперативного обучения, навыки общения;
- приобрести навыки невербального общения;
- объяснять шаги принятия решений;
- узнать о безопасности заражения СПИДом;
- учиться неагрессивно отстаиванию своего мнения.

Примерное содержание программы Тема 1. Мои ценности (4 часа)

Ценность – предмет, явление, идея, важная для человека. Ранжирование ценностей. Ценность – хорошее здоровье. Ценности определяют жизненные цели, средства для их достижения и поведение людей.

Тема 2. Красота и здоровье (5 часов)

Эталон красоты. Мода и красота. Здоровье и красота. Представление человека о красоте может зависеть от мнения окружающих. Принятие решений.

Тема 3. Возраст, доверие и независимость (4 часа)

Доверие – уверенность в чьей-либо добросовестности, искренности и правдивости чувств. Независимость – самостоятельности, свобода, отсутствие подчинения.

Возрастающая независимость предполагает ответственность. Принятие решений.

Тема 4. Мои настроение и общение с людьми (6 часов)

Настроение – сравнительно постоянный (положительный или отрицательный) чувственный (эмоциональный) фон внутренней жизни человека. Вербальное общение. Невербальное общение. Язык невербального общения, язык тела. Изучение настроения. Анализ своих навыков общения, навыков сопротивления давлению.

Тема 5. Тренинг навыков невербального общения (4 часа)

Невербальные компоненты общения: поза, мимика, взгляд, жесты, тон голоса. Выполнение заданий по инструкции.

Тема 6. Тренинг неагрессивного отстаивания своего мнения (4 часа).

Четыре вида поведения: пассивное, агрессивное, неагрессивное отстаивание своего мнения, манипулирование. Правила неагрессивного отстаивания своего мнения: вербальные и невербальные навыки. Ролевая игра.

Тема 7. Развлечения в компании (4 часа)

Видыразвлеченийвкампанииподростков.Решениеситуаций.

Тема8.ВИЧ/СПИД(3часа).

Вирус иммунодефицита. СПИД. Антитела. Внешние признаки больного СПИДом. СиндромыВИЧинфекции. ВыявлениеВИЧинфекции. ПутипередачиВИЧинфекции.

Учебно-тематическийплан(8класс)

№	Тема	Количествочасов теоретическихзанятий	Количествочасов практическихзанятий
1	Моиценности	2	2
2	Красотаиздоровье	2	3
3	Возраст,довериеи независимость	2	2
4	Моенастроениеиобщениес людьми	2	4
5	Тренингнавыковневербального общения	1	3
6	Тренингнеагрессивного отстаиваниясвоегомнения	1	3
7	Развлечениявкампании	2	2
8	ВИЧ/СПИД	2	1
	Итого	14	20
			34

9 класс

Планируемырезультатыосвоенияпрограммы

Врезультатеизучениякурсаобучающиесяполучатвозможность:

- приобрестинавыкикооперативногообучения,навыкиобщения;
- приобрестинавыкипреодоленияконфликта;
- объяснятьшагипринятиярешений;
- узнатьовидахнасилияиспособахизбежатьситуации;
- узнатьоправилахбезопасногоповедения,чтобынезаразитьсяВИЧинфекцией.

Примерное содержание программыТема1.Моя внешность(5часов).

Возрастныеестественныеизменениявнешностичеловека.Искусственныеспособыизменения внешности (макияж, пирсинг, татуировка).Имидж.

Тема2. Чувства,которыепереживаем(5 часов).

Эмоции и чувства. Варианты завершения ситуаций. Способы выражения отрицательныхчувств: подавление, агрессивное выражение, конструктивное выражение. Способыпреодоления отрицательных чувств: глубокое дыхание, переговоры, принесениеизвинений, конструктивное предложение, уход, избегание отрицательных чувств, юмор,вымещение отрицательных чувств, замещение отрицательных чувств физическойактивностью, поиск совета, понимания, сочувствия, профессиональная помощь. Принятиерешений.

Тема3.Какпреодолетьконфликт?(4часа).

Способы преодоления конфликтов. Конструктивное разрешение конфликтов. Что такоеконфликт, консенсус, компромисс? Избегание конфликта. Приспособление. Причинывозникновенияконфликтов.

Тема4.Насилие(4часа).

Видынасилия:физическое,психологическое(эмоциональное),сексуальное.Способы избеганиянасилия.Анализинформационногопродукта(телепередач,сайтов)напредметналичияразныхвидов насилия.

Тема 5. Близкие отношения и риск (4 часа).

Чувства, характерные для близких людей. Способы выражения чувств.

Эмоциональный, социальный, физический риск в близких отношениях.

Тема 6. Рискованное поведение и ВИЧ (4 часа).

Как заражаются ВИЧ? Пути передачи ВИЧ-инфекции. Как нельзя заразиться ВИЧ?

Уязвимость

больного ВИЧ. Решение ситуаций. Правила безопасного поведения.

Тема 7. Индивидуальный проект «Я выбираю ЗОЖ» (7 часов)

Учебно-тематический план (9 класс)

№	Тема	Количество часов теоретических занятий	Количество часов практических занятий
1	Моя внешность	2	3
2	Чувства, которые мы переживаем	2	3
3	Как преодолеть конфликт?	2	2
4	Насилие	2	2
5	Близкие отношения и риск	2	2
6	Рискованное поведение и ВИЧ	2	2
7	Индивидуальный проект «Я выбираю ЗОЖ»	3	4
	Итого	15	18