

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №42»  
муниципального образования города Братска

«Согласовано»  
Заместитель директора по ВР  
МБОУ «СОШ № 42»  
 /Буркина Л.И./  
« 31 » августа 2017г.



«Утверждено»  
Директор МБОУ «СОШ №42»  
 /Н.В.Саункина/  
Приказ № 321  
от «01» сентября 2017г.

Дополнительная  
общеразвивающая программа  
«ВСЁ, ЧТО ТЕБЯ КАСАЕТСЯ»  
социально-педагогической направленности  
для обучающихся 6Б, 7В,8А, 9В классов

Программа рассчитана на 1 год обучения.  
Разработала: Васильева В.Л., социальный педагог

Братск

2017г.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №42»  
муниципального образования города Братска

**«Согласовано»**

Заместитель директора по ВР  
МБОУ «СОШ № 42»  
\_\_\_\_\_ /Бурнина Л.Ю./

«\_\_\_\_\_» августа 2017г.

**«Утверждено»**

Директор МБОУ «СОШ №42»  
\_\_\_\_\_ /Н.В.Саункина/

Приказ № \_\_\_\_\_  
от «01» сентября 2017г.

Дополнительная  
общеразвивающая программа  
«ВСЁ, ЧТО ТЕБЯ КАСАЕТСЯ»  
социально-педагогической направленности  
для обучающихся 6Б, 7В, 8А, 9В классов

Программа рассчитана на 1 год обучения.  
Разработала: Васильева В.Л., социальный педагог

**Братск**

**2017г.**

## СОДЕРЖАНИЕ

- 1 Пояснительная записка
- 2 Учебный план
- 3 Календарно-тематический график
- 4 Оценочный материал
- 5 Методический материал

## **1. Пояснительная записка**

Рабочая программа «Всё, что тебя касается», предназначенная для учащихся 6-9 классов, составлена на основе программы формирования здорового образа жизни у подростков «Все, что тебя касается», разработанной коллективом авторов Фонда «Здоровая Россия» (Бернова Ю.Е. – канд. фил. наук, Дмитриева Е.В. – доктор соц. наук, Рюмина И.И. – доктор мед. наук, Фомина Е.В. – педагог, Фролов С.А. – социолог, психолог) при активном участии независимых экспертов в области социологии и психологии, и поддержанной Министерством образования и науки РФ, Министерством спорта, туризма и молодежной политики РФ и ведущими профильными ведомствами – региональными департаментами образования, здравоохранения, социальной защиты, молодежной политики, комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав.

Рабочая программа «Все, что тебя касается» направлена на формирование навыков здорового образа жизни у подростков, так как данное направление в настоящий момент является приоритетным в системе воспитания.

В нашей стране от 3 до 8 миллионов человек потребляют наркотики, почти 2/3 из них молодёжь в возрасте до 30 лет. Наркотизация в России сопровождается такими негативными тенденциями, как неуклонное омоложение, средний возраст начала употребления наркотиков снизился до 14 лет. Социологические исследования, проведенные Государственным научным центром психиатрии и наркологии РФ, показывают, что среди подростков в возрасте от 14 до 16 лет спиртные напитки потребляют 93% мальчиков и 88% девочек, употребляли наркотические и токсикоманические вещества хотя бы один раз в жизни – 56% мальчиков и 20% девочек, потребляют наркотики в настоящее время 45% мальчиков и 18% девочек. Также вызывает тревогу тот факт, что наркотики становятся все более и более доступными для молодежи, что на российский рынок во все возрастающем объеме выбрасываются новые наркотические вещества, в том числе мощного разрушающего действия.

Основы федерального нормативного регулирования в сфере профилактики распространения наркомании среди несовершеннолетних заложены в Стратегии государственной антинаркотической политики до 2020 года, Федеральном законе «О наркотических средствах и психотропных веществах» 1998 г. и Федеральном законе «Об охране здоровья граждан» 2011 г. В соответствии с этими федеральными нормативными правовыми актами, сохранение физического, нравственного и психического здоровья является одной из главных задач образовательного учреждения.

Когда ребенку 13-16 лет здоровье и здоровый образ жизни не являются ценностью. В этот период ребенок не может быть сосредоточен на том, чем и так обладает в полной мере. У него другие приоритеты: он активно познает мир вокруг себя и себя в этом мире. Здоровье – не самоцель, а средство для достижения цели. Средство для того, чтобы стать независимой личностью, яркой индивидуальностью, признанным авторитетом и успешным профессионалом.

С другой стороны, подростковый возраст и рискованное поведение – почти синонимы. Стремление испытать себя, комплекс неполноценности и жажда самоутверждения – все это закономерности полового созревания. Подростковый период –

время потенциальных опасностей (никотиновой, алкогольной, наркотической зависимости, опасности заражения ВИЧ). Все это наносит вред не только здоровью молодого человека, но и оказывает влияние на его социально-психологическое благополучие, возможность получения образования, профессии, создание семьи и т.д.

**Цель** профилактической программы «Все, что тебя касается» – способствовать формированию уверенной в себе личности, уважающей себя и других, умеющей анализировать и контролировать ситуацию и свое поведение, осознающей ответственность за свое здоровье.

Для успешного достижения цели, поставлены следующие **задачи**:

- создание у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
- формирование познавательных представлений о том, как можно сделать свою жизнь увлекательной и интересной, не прибегая к потреблению психоактивных веществ;
- формирование способностей эффективно строить взаимоотношения со взрослыми и сверстниками;
- развитие личностных ресурсов детей за счет расширения кругозора, сферы актуальных интересов и способностей;
- развитие у детей и подростков умения оценивать свои действия и поступки, прогнозировать их возможные результаты;
- формирование представления о личной ответственности за своё поведение;
- формирование единого воспитательного пространства, в котором осуществляется педагогическая профилактика.
- **Общая характеристика учебного предмета**

Данная профилактическая программа подразумевает работу в двух направлениях:

- 1) улучшение информированности подростков о факторах риска, создаваемых наркоманией для здоровья и для личности в целом;
- 2) содействие в становлении здорового образа жизни подростков.

Содержание программы «Всё, что тебя касается» подчеркивает необходимость обучать подростков здоровому образу жизни, противостоянию давлению среды, сознательному отказу от единичных проб психоактивных веществ.

Многие профилактические программы рассказывают, как делать нельзя, но редко говорят, что же делать вместо этого. Они не учат подростка пользоваться своими ресурсами так, чтобы его кипучая энергия была направлена в мирное русло. Иными словами, взрослый человек, который позитивно решил задачи подросткового возраста, в ситуации, когда ему понадобятся деньги, будет искать способ заработать их, ему и в голову не придет грабить банк или пользоваться другими деструктивными способами добычи денег. Точно так же, если он попадет в сложную жизненную ситуацию, он будет стремиться найти позитивный выход из нее, а не прибегнет к алкоголю или наркотикам.

Содержание и структура программы отвечают следующим **принципам**:

- **актуальность** – программа основана на ценностях, актуальных для ребенка 13-17 лет. В этом возрасте идет активный поиск ответов на множество вопросов. Кто я? Какой я? С кем я? Как меня воспринимают? Почему я так поступаю? Почему так поступают со мной? Кем и каким я буду? Именно на эти вопросы участники (самостоятельно!) должны найти ответы в процессе занятий;
- **позитивность** – программа учит подростка пользоваться своими ресурсами так,

чтобы его кипучая энергия была направлена в мирное русло, что все его потребности можно реализовать позитивно, и даже проблемные ситуации имеют конструктивный способ их разрешения. Человек, который попадет в сложную жизненную ситуацию, будет стремиться найти позитивный выход из нее, а не прибегнет к алкоголю или наркотикам. Способ подобного мышления формируется именно в подростковом возрасте;

- **активное участие группы** – древнее высказывание гласит: «Скажи мне - я забуду, покажи мне - я запомню, дай мне поучаствовать - я пойму». Занятия строятся с максимальным вовлечением участников в работу с помощью интерактивных методик: мозгового штурма, работы в мини-группах, ролевых игр.

Программа построена в виде курса занятий, который состоит из 17 тематических модулей, направленных на формирование у детей навыков эффективной адаптации в обществе, позволяющей предупредить вредные привычки: курение, употребление алкоголя и наркотиков, а также заключительного итогового занятия, которое по выбору учащихся может проходить в виде спортивной акции (можно организовать футбольный/волейбольный/баскетбольный матч; позвать всех покататься на коньках (роликах), поучаствовать в эстафете и т.д.); проведения уличных акций и флеш-мобов (раздача листовок, тематические мероприятия (например, День борьбы с курением, День молодежи, Международный день «Спасибо» и т.д.)); проектно-исследовательской деятельности (этот вид деятельности осуществляется только по желанию учащихся и направлен на удовлетворение потребности подростка в самореализации, в успехе и проверке своих возможностей).

## 2. Учебный план

№ п/п	Название модуля	Количество часов
1	Давайте знакомиться	1
2	Искусство общения	1
3	Жизненные ценности	1
4	Эмоции	1
5	Мужчина и женщина	1
6	Разрешаем конфликты	1
7	Конструктивное поведение в конфликтах	1
8	Критическое мышление	1
9	Курить или не курить	1
10	Соппротивление давлению	2
11	Умей сказать «нет»!	1
12	Наркотики: не влезай – убьёт!	1
13	ВИЧ/СПИД как себя защитить	1
14	Развитие характера	1
15	Уверенное поведение	1
16	Я абсолютно спокоен	1
17	Поведение в стрессовых ситуациях	1
18	Кризис: выход есть	1
19	Кризисы в жизненной ситуации	1
20	Поведение в конфликтной ситуации	1
21	Алкоголь: мифы и реальность	1
22	Последствия алкогольной интоксикации.	2

	Пивной алкоголизм	
23	Мое мнение	1
24	Я и другие, индивидуальность	1
25	Толерантность.	1
26	Критика и поддержка	1
27	Мое будущее	1
28	Стратегии успеха	1
29	Линия жизни (Я через... лет).	1
30	Мои достижения	1
31	Подводим итоги	2
	итого	34ч

### 3. Календарно-тематический график

№ п/п	Тема занятия	Содержание Задачи	Дата проведения		корректировка
			план	факт	
1	Давайте знакомиться	-формировать позитивный настрой на общение; -способствовать формированию единой группы.	06.09.2017г 09.09.2017г		<b>1 четверть (8 занятий)</b>
2	Искусство общения	-познакомить с техниками общения; -способствовать овладению навыков коммуникативной и социальной компетентности.	13.09.2017г 16.09.2017г		
3	Жизненные ценности	-познакомить с понятием; -ценность – важная составляющая личности, определяющая отношение к жизни; -выявление ценностей в конфликтах.	20.09.2017г 23.09.2017г		
4	Эмоции	-виды эмоций; -эмоция как «предупредительный сигнал»; -научить определять эмоции.	27.09.2017г 30.09.2017г		
5	Мужчина и женщина	-формировать навыки общения с противоположным полом; -предназначение в социуме.	04.10.2017г 07.10.2017г		
6	Разрешаем конфликты	-что такое конфликт; -предвестники конфликта.	11.10.2017г 14.10.2017г		
7	Конструктивное поведение в	-формировать умение разрешать конфликт,	18.10.2017г 21.10.2017г		

	конфликтах	предотвращать.			
8	Критическое мышление	-доверие-недоверие к получаемой информации; -формировать позитивное отношение к критике.	25.10.2017г 28.10.2017г		
1	Курить или не курить	-причины и последствия курения; -критическое отношение к курению.	08.11.2017г 11.11.2017г		<b>2четверть (8занятий)</b>
2	Сопrotивление давлению	-социальное давление;	15.11.2017г 18.11.2017г		
3	Сопrotивление давлению	-автономность и индивидуальность личности.	15.11.2017г 18.11.2017г		
4	Умей сказать «нет»!	-формирование навыков сопротивления давлению.	22.11.2017г 25.11.2017г		
5	Наркотики: не влезай – убьёт!	-последствия употребления ПАВ; -умение сказать «нет».	29.11.2017г 02.12.2017г		
6	ВИЧ/СПИД как себя защитить	-определить уровень информированности; -научить избегать ситуаций с высокой степенью риска.	06.12.2017г 09.12.2017г		
7	Развитие характера	-способы поведения, развивающие характер.	13.12.2017г 16.12.2017г		
8	Уверенное поведение	-способствовать развитию воли и желания работать над собой.	20.12.2017г 23.12.2017г		
1	Я абсолютно спокоен	-познакомить с типами темперамента; -самоконтроль и оценка собственного эмоционального состояния.	27.12.2017г 30.12.2017г		<b>3четверть (10занятий)</b>
2	Поведение в стрессовых ситуациях	-техники снятия напряжения и релаксации;	17.01.2018г 20.01.2018г		
3	Кризис: выход есть	-стратегия выхода из кризисных ситуаций.	24.01.2018г 27.01.2018г		
4	Кризисы в жизненный ситуациях	-ситуации ведущие к кризису и их осознание и поведение.	31.01.2018г 03.02.2017г		
5	Поведение в конфликтной ситуации	-формировать умение предотвращать конфликт, сотрудничать в создавшейся ситуации.	07.02.2018г 10.02.2018г		
6	Алкоголь: мифы и реальность	-причины и последствия алкоголизма;	14.02.2018г 17.02.2018г		
7	Последствия алкогольной	-формировать навыки, помогающие удержаться	21.02.2018г 24.02.2018г		

	интоксикации.	от употребления алкоголя.			
8	Пивной алкоголизм	-формировать представления о культуре употребления спиртных напитков.	28.02.2018г 03.03.2018г		
9	Мое мнение	-формировать умение аргументировать, уметь отстаивать своё мнение неагрессивно.	07.03.2018г 10.03.2018г		
10	Я и другие, индивидуальность	-личность, индивидуальность; -различие и похожесть; -своя точка зрения на ситуации и умение сказать «нет».	14.03.2018г 17.03.2018г		
1	Толерантность.	-понятие «толерантность»; -виды поддержки и ситуации, в которых они применяются.	28.03.2018г 31.03.2018г		<b>4четверть (8занятий)</b>
2	Критика и поддержка	-критика справедливая и несправедливая; -способы поведения личности во время критики.	11.04.2018г 14.04.2018г		
3	Мое будущее	-формировать представление о том, как здоровье соотносится с будущим.	18.04.2018г 21.04.2018г		
4	Стратегии успеха	-будущее зависит от намерений, целей и действий.	25.04.2018г 28.04.2018г		
5	Линия жизни (Я через... лет).	-формировать навык проектирования собственного будущего.	02.05.2018г 05.05.2018г		
6	Мои достижения	-степени реализации поставленных целей; -степень удовлетворённости достигнутым.	08.05.2018г 12.05.2018г		
7	Подводим итоги 1 Я и другие	Обобщение и конкретизация полученной информации.	16.05.2018г 19.05.2018г		
8	Подводим итоги 2	Я – творческая личность.	23.05.2018г 26.05.2018г		

#### 4. Оценочный материал

В результате освоения содержания программы подросток получает возможность совершенствоваться и расширить круг умений, навыков и способов деятельности. Это

является существенными элементами культуры и необходимы условием развития и социализации школьников.

## **Предполагаемые результаты реализации программы:**

### **Личностные УУД:**

#### **1) *самоопределение:***

- мотивация учения;
- осознание себя частью семьи, страны;
- ведение здорового образа жизни и приобретение навыка самостоятельного физического совершенствования;

#### **2) *смыслообразования:***

- убежденность и активность в пропаганде ЗОЖ, как необходимого элемента сохранения своей жизни;
- самостоятельность в принятии правильного решения;

#### **3) *нравственно-этического оценивания:***

- оценивание усваиваемого содержания, исходя из социальных и личностных ценностей, обеспечивающее личностный моральный выбор;
- внимательность и вежливость во взаимоотношениях с окружающими.

### **Предметные УУД:**

- создание у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
- знания и навыки, связанные с предупреждением возможного приобщения к одурманивающим веществам, умение отказываться от предложений, которые считают опасными;
- сформированность важнейших учебных умений и действий.

### **Метапредметные УУД:**

#### **1) *познавательные:***

- формулирование познавательной цели;
- поиск и выделение информации, моделирование;
- анализ с целью выделения признаков (существенных, несущественных);
- синтез как составление целого из частей, восполняя недостающие компоненты;
- выбор оснований и критериев для сравнения, сериации, классификации объектов;
- подведение под понятие, выведение следствий;
- установление причинно-следственных связей;
- построение логической цепи рассуждений;
- доказательство;
- выдвижение гипотез и их обоснование;
- формулирование проблемы;
- самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера;

#### **2) *коммуникативные* УУД:**

- планирование (определение цели, функций участников, способов взаимодействия);
- инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов;
- управление поведением партнёра точно выражать свои мысли;

#### **3) *регулятивные* УУД:**

- целеполагание (постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно);

- планирование (определение последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата; составление плана и последовательности действий);
- контроль (в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона);
- коррекция (внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его продукта);
- оценка (выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что ещё подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения);
- волевая саморегуляция (способность к мобилизации сил и энергии; способность к волевому усилию – к выбору в ситуации мотивационного конфликта и к преодолению препятствий).

#### Механизм оценки результатов:

На входе и выходе работы с участниками профилактической работы проводится анкетирование, опросы, сбор отзывов и предложений, проведение анализа.

### 5. Методический материал

№ п/п	Наименование объектов и средств материально – технического обеспечения
1.	<p><b>Библиотечный фонд:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <i>Методическое пособие по формированию здорового образа жизни у подростков по программе «Всё, что тебя касается» // коллектив авторов «Здоровая Россия».</i></li> <li>➤ <i>Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Все цвета, кроме черного: Книга для родителей.</i> – М.: Вентана-Граф, 2003.</li> <li>➤ <i>Воспитательный потенциал семьи и социализация детей // Педагогика. 1999. № 4.</i></li> <li>➤ <i>Макеева А.Г. Все цвета, кроме черного: Семейная профилактика наркотизма: Книга для родителей / Под ред. М.М.Безруких.</i> – М.: Просвещение, 2005.</li> <li>➤ <i>Макеева А.Г. Не допустить беды: Педагогическая профилактика наркотизма школьников: Пособие для учителя / Под ред. М.М. Безруких.</i> – М.: Просвещение, 2004.</li> <li>➤ <i>Макеева А.Г. Как уберечь ребенка от курения и знакомства с алкоголем.</i> – М.: Вентана-Граф, 2004.</li> <li>➤ <i>Петракова Т.Н. Руководство по профилактике наркомании среди детей и подростков.</i> М., 2007.</li> <li>➤ <i>Спиваховская А.С. Детско-родительские отношения.</i> СПб., 2005.</li> <li>➤ <i>Психология современного подростка / Под ред. Л.А. Редуш.</i> СПб., 2005</li> </ul>
2.	<p><b>Технические средства обучения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Мультимедийный проектор</li> <li>➤ Ноутбук</li> <li>➤ Колонки</li> </ul>
3.	<p><b>Экранно-звуковые пособия:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Подборка музыкальных произведений</li> <li>➤ Презентации</li> </ul>
4.	<p><b>Инструментарий для проведения занятий:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Контрольные карточки (для тестирования)</li> <li>➤ Карточки-задания</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Бумага формата А3, А4</li> <li>➤ Шариковые ручки</li> <li>➤ Маркеры</li> <li>➤ Цветные карандаши</li> <li>➤ Ватман</li> <li>➤ Мячи</li> </ul>
5.	<p><b>Интернет-ресурсы:</b>  <a href="http://www.takzdorovo.ru/nezavisimost">http://www.takzdorovo.ru/nezavisimost</a>  <b>НЕЗАВИСИМОСТЬ</b> (<i>Проект Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации</i>)  <a href="http://youth.fskn.gov.ru/">http://youth.fskn.gov.ru/</a>  <b>Федеральная служба Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков</b>  (раздел <b>МОЛОДЁЖИ</b>)  <a href="http://family.fskn.gov.ru/">http://family.fskn.gov.ru/</a>  <b>Федеральная служба Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков</b>  (раздел <b>РОДИТЕЛЯМ И ДЕТЯМ</b>)</p>