

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
города Иркутска гимназия № 2

РАССМОТРЕНО:

Руководитель НМС

О.В.Иванова *Иванова*

Протокол № 1 от 27.08.2020г.

СОГЛАСОВАНО:

Зам. директора по УВР

Ю.Н.Иванова *Иванова*

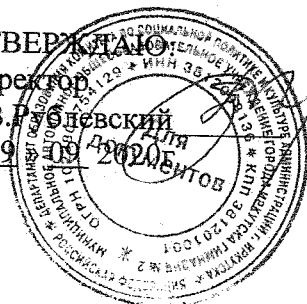
«28» 08 2020г

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Д.В.Романовский *Романовский*

«29» 08 2020г



Рабочая программа

Превентивная программа «Полезные навыки!»

Возраст обучающихся: 13 – 15 лет

срок реализации программы: 2020 – 2023г (34 часа/год)

Составитель:

Зубкова Анна Романовна,
социальный педагог

г. Иркутск

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Полезные навыки» составлена на основе авторской программы курса для 7-9 классов «Полезные навыки» Л. Колесовой, О. Романовой Project NOPE, некоммерческая организация, осуществляющая образовательные программы в области здравоохранения 2014г. Данная программа придерживается концепции ранней профилактики аддиктивного поведения в детской среде, провозглашенной Всемирной организацией Здравоохранения.

Цель программы:

Создание условий для овладения обучающимися объективными, соответствующими возрасту знаниями, а также формирования здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие

Задачи:

- Предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке и алкоголе; способствовать увеличению знаний обучающихся путем обсуждения проблем, связанных с табаком и алкоголем.
- Учить детей лучше понимать самих себя и критически относиться к собственному поведению; способствовать стремлению детей понять окружающих и анализировать свои отношения с ними.
- Учить детей эффективно общаться.
- Учить детей делать здоровый выбор и принимать ответственные решения.
- Помочь школе и родителям в предупреждении приобщения обучающихся начальной школы к табаку и алкоголю.

Общая характеристика учебного предмета

Целями первичной деятельности по профилактике злоупотребления ПАВ являются: изменение ценностного отношения детей к ПАВ, формирование личной ответственности за свое поведение, обуславливающие снижение спроса на психоактивные вещества в детско-молодежной популяции; сдерживание вовлечения детей в прием ПАВ за счет пропаганды здорового образа жизни, формирования антинаркотических установок и профилактической работы, осуществляемой сотрудниками образовательных учреждений. Образовательная профилактическая программа «Полезные навыки» предполагает реализацию целей первичной профилактики в образовательном учреждении.

Программа содержит несколько основных блоков:

Блок «Положительный образ «Я»

Блок «Общение»

Блок «Принятие решений»

Блок «Информация о ПАВ и ВИЧ»

Блок «Положительный образ «Я»

Способность к самосознанию и самопознанию – исключительное достояние человека, который в своем самосознании осознает себя как субъекта сознания, общения и действия, становясь в непосредственное отношение к самому себе. Итоговым продуктом процесса самопознания является динамическая система представлений человека о самом себе («Образ-Я»), сопряженная с их оценкой («самооценкой»), называемая термином «Я-концепция».

Формирование позитивного «Образ-Я», т.е. целостной, относительно динамичной системы положительных когнитивных и эмоционально-оценочных представлений подростка о себе и адекватных им способов построения поведения существенно влияет на личность подростка. Напротив, формирование негативного «Образ-Я» может привести к деформации личности.

Данный блок содержит изучение основных элементов, входящих в Образ-Я подростка. Сюда входит изучение таких тем, как мои ценности, красота и здоровье.

Задачами данного блока являются помощь в осознании собственных ценностей, объяснение влияния ценностей на осуществление жизненных целей, акцентирование внимания на ценности здоровья и его связи с красотой.

Блок «Общение»

Одна из главных тенденций переходного возраста – переориентация общения с родителей, учителей и других взрослых людей на ровесников, более или менее равных по положению.

Интимно-личностное общение – это основная возрастная задача подростков. От того, каким образом они строят свои межличностные отношения, проявляют себя среди сверстников, зависит дальнейшее становление личности подростка.

Данный блок содержит в себе изучение следующих тем: возраст, доверие, независимость, мое настроение и общение с людьми, тренинг навыков невербального общения, тренинг неагрессивного отстаивания своего мнения.

Изучение данного блока способствует осознанию подростков возрастных изменений, формированию навыков взаимодействия с людьми, навыков невербального общения, тренировка неагрессивного отстаивания своего мнения.

Блок «Принятие решений»

Главной особенностью подросткового возраста является самостоятельное принятие решений и принятие ответственности за эти решения. Особенно это касается принятия решений в среде сверстников, компании друзей.

Данный блок содержит в себе изучение темы о поведении подростка во время развлечений в компании. Занятия направлены на выработку сознательности действий. Подростка важно научить выбирать здоровые и безопасные способы развлечения в компании сверстников.

Важно показать, какие бывают последствия необдуманных решений, почему не стоит следовать мнению большинства и почему так важно сохранять свою индивидуальную позицию. Также этот блок содержит информацию о психоактивных веществах и последствиях их употребления.

Блок «Информация о ВИЧ/СПИД»

Самыми высокими темпами ВИЧ распространяется среди подростков и молодёжи в возрасте от 15 до 25 лет. При отсутствии надёжной вакцины против ВИЧ и радикального метода лечения СПИДа только превентивное образование в сочетании с изменением поведения подростков способно сдержать распространение эпидемии.

Подростки постоянно слышат и ВИЧ и СПИДе, и большинство из них уже знает, что СПИД смертелен. Тем не менее, аккуратное информирование учащихся о симптомах заболевания, путях его передачи и способах защиты будет способствовать не только просвещению подростков, но и преодолению необоснованных страхов, связанных с ним. Важным элементом превентивного образования является также формирование навыков, снижающих риск заражения ВИЧ: отказ от употребления наркотиков и воздержание от незащищенных половых контактов, соблюдение правил личной гигиены.

Данный блок содержит информацию о воздействии ВИЧ на иммунную систему человека, о симптомах ВИЧ и СПИД, о пунктах анонимной диагностики ВИЧ.

Описание места учебного предмета

Учебный предмет «Полезные навыки» изучается в 7 классах. В соответствии с авторской программой курса для 7-9 классов «Полезные навыки» Л. Колесовой, О. Романовой. Эта программа «Полезные навыки» включает в себя 34 часа.

Особенности содержания и структуры учебного предмета

Программа «Полезные навыки» 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. «Полезные навыки» служат важным источником объективной информации и комплекса упражнений для развития личностной и социальной компетенции.

Превентивная программа «Полезные навыки» направлена на приобретение учащимися соответствующих знаний, которые способствуют формированию у них здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к ПАВ.

Программа построена на принципах интерактивного обучения, т. е. для ее внедрения и успешной работы педагогические работники образовательного учреждения должны овладеть групповыми методами работы.

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

потребность у детей в здоровом образе жизни;

создание системы профилактики в образовательном учреждении;

разработку программ и проектов по другим направлениям профилактической деятельности образовательного учреждения,

формирование потребностей у педагогических работников ОУ в повышении своего профессионального мастерства,

взаимодействие ОУ с другими субъектами профилактики.

Структура курса «Полезные навыки» построена по типу спирали: по мере обучения повторяющиеся темы усложняются и развиваются.

Учебно-тематический план 7 класс

№ п/п	Наименование разделов курса, тем уроков	Кол-во часов	Дата	Характеристики основных видов деятельности учащихся	Основные требования к уровню подготовки учащихся		Формы и виды контроля
					Знать	Уметь	
1	Я и мои поступки.	2	01.09.20 08.09.20	Групповая дискуссия	Положительные и отрицательные стороны своего выбора	Всегда поступать правильно.	Открытое обсуждение
2	Самооценка и самовоспитание.	2	15.09.20 22.09.20	Групповая дискуссия	Воспитание самого себя.	Умение повышать самооценку.	Открытое обсуждение
3	Как преодолевать стеснительность.	2	29.09.20 06.10.20	Мозговой штурм	Воспитание самого себя.	Умение работать над собой	Открытое обсуждение
4	Ответственность. Принятие решений.	2	13.10.20 20.10.20	Групповая дискуссия	Положительные и отрицательные стороны своего выбора	Умение работать над собой	Открытые рассуждения
5	Ответственность перед другими и за других.	2	27.10.20 10.11.20	Групповая дискуссия	Положительные и отрицательные стороны своего выбора	Умение работать над собой	Открытые рассуждения

6	Мое здоровье.	2	17.11.20 24.11.20	Групповая дискуссия	Пониман ие взаимосв язанност и здоровья и красоты	Ценить и сохранять свое здоровье и здоровье окружающих	Откры тое обсуж дение
7	Положительн ый образ Я.	2	01.12.20 08.12.20	Мозговой штурм	Знать свое Я.	Умение работать над собой	Откры тые рассу ждени я
8	Тревожность.	2	15.12.20 22.12.20	Групповая дискуссия	Виды тревножн остей.	Умение работать над собой	Откры тые рассу ждени я
9	Преодоление тревожности.	2	12.01.21 19.01.21	Групповая дискуссия	Знать способы преодоле ния.	Умение работать над собой	Откры тые рассу ждени я
10	Как начать разговор?	2	26.01.21 02.02.21	Ролевое моделиров ание	особенно сти и важность вербальн ого общения	Владеть навыками вербального общения	Откры тое обсуж дение
11	Как поддерживать и завершать разговор?	2	09.02.21 16.02.21	Мозговой штурм	особенно сти и важность вербальн ого общения	Владеть навыками вербального общения	Откры тые рассу ждени я
12	Манипулиров ание.	2	23.02.21 02.03.21	Групповая дискуссия	Виды манипул ирования	Умение владеть ситуацией.	Откры тые рассу ждени я
13	Манипулиров ание и давление.	2	09.03.21 16.03.21	Групповая дискуссия	Способы и действия.	Умение владеть ситуацией.	Откры тые рассу ждени я
14	Моя внешность.	2	23.03.21 30.03.21	Ролевое моделиров ание	Парамет ры своей внешнос ти.	Следить за своим здоровьем и красотой	Откры тое обсуж дение

15	Характер.	2	06.04.21 13.04.21	Мозговой штурм	Знать свой характер.	Умение работать над собой.	Открытое обсуждение
16	Темперамент.	2	20.04.21 27.04.21	Групповая дискуссия	Знать виды темпераментов.	Умение использовать свои знания.	Открытое обсуждение
17	Виды темперамента	2	04.05.21 11.05.21	Групповая дискуссия	Знать свой темперамент.	Умение использовать свои качества.	Открытые рассуждения
1	КТП 8-9 классы Мои ценности	2	28.01, 04.02	Групповая дискуссия	Осознание собственных ценностей и важности ценности здоровья	Ценить и сохранять своё здоровье и здоровье окружающих	Фронтальный опрос
2	Красота и здоровье	2	11.02, 18.02	Ролевое моделирование	Понимание взаимосвязанности и здоровья и красоты	Следить за своим здоровьем и красотой	Рефлексия
3	О вреде курения	1	25.02	Мозговой штурм	Основные причины привычки курения и последствия	Противостоять социальным стереотипам	Открытое обсуждение
4	Возраст, доверие и независимость	2	04.03, 11.03	Групповая дискуссия	Понимание возрастных изменений	Доверять людям и быть независимым в своих решениях	Открытые рассуждения
5	Мое настроение и общение с людьми	2	18.03, 08.04	Ролевое моделирование	Как настроение влияет на общение с	Контролировать свои негативные порывы и вести себя в соответствии	Фронтальный опрос

					другими людьми	с нормами общества	
6	Тренинг навыков невербального общения	2	15.04, 22.04	Выполнение тренинговых упражнений	Основные особенности и важность невербального общения	Владеть навыками невербального общения	Рефлексия
7	Тренинг неагрессивного отстаивания своего мнения	2	29.04, 06.05	Выполнение тренинговых упражнений	Положительные и отрицательные стороны своего выбора	Отстаивать собственную точку зрения	Рефлексия
8	Развлечения в компании	2	13.05, 20.05	Ролевое моделирование	Влияние социальных стереотипов на употребление ПАВ	Принимать самостоятельные решения и нести за них ответственность	Открытое обсуждение
9	ВИЧ/СПИД	2	27.05,	Учащиеся слушают учителя	Негативное воздействие ВИЧ на организм	Преодолевать жизненные трудности	Фронтальный опрос

Материально-технического обеспечения

Учебные пособия, разработанные в рамках авторской программы «Полезные навыки» для 7-9 классов, содержат в себе следующие учебные материалы: рабочая тетрадь для учеников, материалы для учителя.

Аппаратное обеспечение: компьютер, проектор, клавиатура и мышь, колонки.

Список используемой литературы

Романова О.Л.; Колесова С.; Рабочая тетрадь 7 класс средней школы. Под редакцией О.Л. Романова. Москва, 2002.

Романова О.Л.; Колесова С.; Рабочая тетрадь 8 класс средней школы Под редакцией О.Л. Романова. Москва, 2002.

Романова О.Л.; Колесова С.; Рабочая тетрадь 9 класс средней школы. Под редакцией О.Л. Романова. Москва, 2002.

Романова О.Л.; Колесова С.; Учебное пособие 8 -9 классов средней школы по предупреждению употребления наркотиков и заражения ВИЧ. Под редакцией О.Л. Романова. Москва, 2002.

Интерактивные формы профилактической и консультативной антинаркотической работы в СМИ и Интернет – сети. Под ред. Н.К.Харитоновой, Л.О.Пережогина, А.Ю. Лесогорова – М. «Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания», 2004.

Профилактическая работа с несовершеннолетними различных групп социального риска по злоупотреблению психоактивными веществами. Под ред. Л.М. Шипицыной, Л.С. Шпилени и др. – М. «Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания», 2004.