

Управление социального развития Администрации Щучанского МО
Курганской области
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Песчанская средняя общеобразовательная школа»

ПРИНЯТА
на заседании методического
совета
от «31» августа 2023г.
протокол № 1



Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая)
программа социально-гуманитарной направленности
«Профилактика употребления психоактивных веществ»
Возраст обучающихся 7-14 лет
Срок реализации 3 года

Автор-составитель: Баркина Маргарита Александровна
Социальный педагог

1. Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Профилактика употребления психоактивных веществ» ориентирована на младших подростков (7-10 лет) и старших подростков (11-14 лет).

Направленность программы социально-гуманитарная (Приказ Минпросвещения РФ от 9.11.2018 года № 196).

Актуальность программы

Курс ПУПАВ воплотили в себе современный научный подход к превентивному обучению школьников: они не только предоставляют детям необходимые по возрасту знания о табаке и алкоголе, но и формируют здоровые установки и ответственное поведение. Данный курс, рассчитан на обучающихся 7-14лет, сосредоточен на предупреждении приобщения к употреблению широко распространенных табака и алкоголя, его долговременная задача – предупреждение приобщения к наркотикам.

Объем программы

Программа рассчитана на 51час в год в трех возрастных группах 7-9лет, 10-12лет, 13-14. 7-9лет – 17часов, 10-12лет-17часов, 13-14лет – 17часов.

Формы обучения, особенности организации образовательного процесса

Ведущими формами обучения предполагаются:

- чтение и обсуждение;
- практические занятия;
- конкурсы рисунков;
- сюжетно - ролевые игры;
- творческие задания.

Уровень сложности содержания программы данного курса - стартовый (ознакомительный).

Цель программы: Овладение обучающимися объективными, соответствующими возрасту знаниями, а также формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя, других психоактивных веществ.

Задачи:

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

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты будут достигнуты в рамках когнитивного, ценностного и эмоционального, деятельностного (поведенческого) компонентов.

В рамках когнитивного компонента будут сформированы:

— знания законодательства Российской Федерации в сфере предупреждения распространения и потребления ПАВ немедицинского характера;

— ориентация в системе моральных норм и ценностей как условий законопослушного поведения, здорового образа жизни, предупреждения потребления ПАВ;

— основы социально-критического мышления, способность ориентироваться в особенностях социальных отношений и взаимодействий, устанавливать взаимосвязи между общественными и политическими событиями;

— знание основ здорового образа жизни и здоровье сберегающих технологий, правил поведения в ситуациях социального риска, в том числе связанного с употреблением ПАВ.

В рамках ценностного и эмоционального компонентов будут сформированы:

— готовность к равноправному сотрудничеству;

— уважение к личности и её достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия;

— устойчивость к давлению сверстников и группы, направленному на вовлечение в потребление ПАВ, и готовность противостоять им;

— уважение к ценностям семьи, любовь к природе, признание ценности здоровья, своего и других людей, оптимизм в восприятии мира как условие противостояния попыткам вовлечения в потребление ПАВ;

— потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании как важное условие предупреждения потребления ПАВ;

— позитивная моральная самооценка и моральные чувства — чувство гордости при следовании моральным нормам, переживание стыда и вины при их нарушении как условие предупреждения потребления ПАВ.

В рамках деятельностного (поведенческого) компонента будут сформированы:

— готовность и способность к участию в пределах возрастных компетенций к организации и проведению школьных и внешкольных мероприятий, в деятельности детских и молодёжных общественных организаций, имеющих социальную направленность, в волонтерской деятельности в сфере предупреждения потребления ПАВ;

— готовность и способность к выполнению правовых норм и требований, в том числе в сфере, касающейся немедицинского употребления, незаконного распространения и оборота ПАВ;

— умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия;

— умение конструктивно разрешать конфликты;

— готовность и способность к соблюдению моральных норм в отношении взрослых и сверстников;

— потребность в участии в общественной жизни ближайшего социального окружения и в общественно полезной деятельности, связанной с проектированием моделей ЗОЖ и профилактикой потребления ПАВ;

— готовность делать осознанный выбор в ситуациях социального риска, в том числе связанного с употреблением ПАВ на основе ценностей правовой культуры и здорового образа жизни.

В рамках деятельностного (поведенческого) компонента ученик получит возможность для формирования:

— готовности к самообразованию и самовоспитанию как условий позитивной самореализации;

— адекватной позитивной самооценки и Я-концепции как условий предупреждения вовлечения в употребление ПАВ;

— компетентности в реализации основ здорового образа жизни в поступках и деятельности.

Метапредметные результаты будут достигнуты путём формирования у обучающихся ряда универсальных учебных действий.

Регулятивные универсальные учебные действия.

Ученик научится:

- планировать пути достижения названных целей;
- устанавливать целевые приоритеты;
- уметь самостоятельно контролировать своё время и время, отведённое на командную работу, и управлять им;
- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров, противостоять давлению группы, взрослых, в ситуациях риска потребления ПАВ;
- адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия в ситуациях риска потребления ПАВ и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;
- основам прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса, в том числе прогнозирования рисков, связанных с употреблением ПАВ.

Ученик получит возможность научиться:

- самостоятельно ставить перспективные жизненные цели и задачи;
- построению жизненных планов во временной перспективе, основанных на ценностях здорового образа жизни;
- при планировании достижения целей самостоятельно и адекватно учитывать условия и средства их достижения;
- выделять альтернативные способы достижения цели и выбирать для этого наиболее эффективные способы;
- основам саморегуляции в форме осознанного управления своим поведением и деятельностью, направленной на достижение поставленных целей;
- адекватно оценивать свои возможности достижения цели определённой сложности в различных сферах самостоятельной деятельности;
- основам саморегуляции эмоциональных состояний;
- прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения целей и противостояния рискам употребления ПАВ.

Коммуникативные универсальные учебные действия.

Ученик научится:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве в сообществах, имеющих конструктивную направленность;
- формулировать собственное мнение и позицию, в том числе по проблематике, связанной с ПАВ, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;
- обосновывать собственную позицию, особенно в сфере сохранения своего права на здоровый образ жизни и свободу от употребления ПАВ;
- выражать уверенный отказ, не требующий оправданий, в ситуациях, связанных с риском употребления ПАВ;
- аргументировать свою точку зрения, в том числе по проблематике ПАВ, спорить и отстаивать свою позицию невраждебным для оппонентов образом;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;

- осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, в том числе связанных с рисками употребления ПАВ, уметь убеждать;
- работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;
- владеть основами коммуникативной рефлексии.

Ученик получит возможность научиться:

- учитывать и координировать отличные от собственной позиции других людей в сотрудничестве;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию, особенно в сфере сохранения своего права на здоровый образ жизни и свободу от воздействия ПАВ;
- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы, при этом иметь чёткую сформированную позицию о недопустимости употребления ПАВ;
- продуктивно разрешать конфликты на основе учёта интересов и позиций всех участников, поиска и оценки альтернативных способов разрешения конфликтов;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство);
- оказывать поддержку и содействие тем, от кого зависит достижение цели в совместной деятельности;
- в процессе коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- следовать морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества на основе уважительного отношения к партнёрам, внимания к личности другого, адекватного межличностного восприятия, готовности реагировать на нужды других, в частности оказывать помощь и эмоциональную поддержку партнёрам в процессе достижения общей цели совместной деятельности.

Познавательные универсальные учебные действия.

Ученик научится:

- осуществлять расширенный поиск информации по тематике ЗОЖ и предупреждения употребления ПАВ с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- устанавливать причинно-следственные связи в сфере социальных рисков, асоциального поведения, связанные с употреблением ПАВ;
- строить логические рассуждения, включающие установление причинно-следственных связей, направленные на выработку отрицательного отношения к употреблению ПАВ;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, связанные с риском употребления ПАВ.

Ученик получит возможность научиться:

- основам рефлексивного восприятия информации, как условия предупреждения вовлечения в употребление ПАВ;
- ставить проблему предупреждения употребления ПАВ, аргументировать её актуальность;
- самостоятельно проводить исследования в сфере профилактики употребления ПАВ на основе применения методов наблюдения и эксперимента;
- выдвигать гипотезы о связях и закономерностях событий, процессов, объектов в сфере социальных рисков, связанных с вовлечением в употребление ПАВ;
- организовывать исследование с целью проверки данных гипотез;
- делать умозаключения (индуктивное и по аналогии) и выводы на основе аргументации по проблематике здорового образа жизни и ПАВ.

**Рабочая программа
Учебный план**

7-9 лет

№ п/п	Название раздела программы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		всего	теория	практика	
1.	Я – неповторимый человек	1	0,5	0,5	
2.	Культура моей страны и Я	1	0,5	0,5	
3.	Чувства О чем говорят чувства	1	1	1	
4.	Множество решений Решение и здоровье	1	0,5	0,5	
5.	Нужные и ненужные тебе лекарства	1	0,5	0,5	
6.	Пассивное курение: учись делать здоровый выбор	1	0,5	0,5	
7	Вкусы и увлечения	1	0,5	0,5	
8	Учусь находить новых друзей и интересные занятия	1	0,5	0,5	
9	О чем говорят выразительные движения	1	0,5	0,5	
10	Учусь понимать людей	1	0,5	0,5	
11	Опасные и безопасные ситуации Учусь принимать решения в опасных ситуациях	1	1	1	
12	Реклама табака и алкоголя. Правда об алкоголе.	1	0,5	0,5	
13	Мой характер	1	0,5	0,5	
14	Учусь оценивать себя сам	1	0,5	0,5	
15	Учусь взаимодействовать	1	0,5	0,5	
16	Учусь настаивать на своем. Я становлюсь увереннее	1	1	1	
17	Когда на меня оказывают давление. Промежуточная аттестация	1	0,5	0,5	Выставка работ обучающихся
	Итого	17			

Учебный план для обучающихся 10-12 лет

№ п/п	Название раздела программы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		всего	теория	практика	
1.	Самоуважение	1	0,5	0,5	
2.	Привычки	1	0,5	0,5	
3.	Дружба	1	0,5	0,5	
4.	Учусь сопротивляться давлению Учусь говорить «нет»	1	1	1	
5.	И снова алкоголь	1	0,5	0,5	
6.	Алкоголь и компания	1	0,5	0,5	
7.	Курение	1	0,5	0,5	
8	Навыки вступления в контакт в условиях группового взаимодействия как фактор предупреждения вовлечения в употребление ПАВ. Первичная диагностика	1	0,5	0,5	
9	Профилактика агрессивных проявлений	1	1	-	
10	Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ	1	0,5	0,5	
11	Стрессоустойчивость как фактор профилактики употребления ПАВ	1	0,5	0,5	
12	Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ	1	0,5	0,5	
13	Пропаганда ЗОЖ и профилактика употребления ПАВ.	1	0,5	0,5	
14	Формирование представлений о социальной ответственности в сфере употребления ПАВ	1	1		
15	Навыки вступления в контакт в условиях группового взаимодействия как фактор предупреждения вовлечения в употребление ПАВ. Первичная диагностика	1	0,5	0,5	
16	Профилактика агрессивных проявлений	1	1	1	
17	Промежуточная аттестация				
	Итого	17			

Учебный план для обучающихся 13-14 лет

№ п/п	Название раздела программы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		всего	теория	практика	
1	Эффективное общение как фактор предупреждения вовлечения обучающихся в употребление ПАВ. Первичная диагностика	1	0,5	0,5	
2	Позитивное мышление и эффективное общение со сверстниками	1	0,5	0,5	
3	Навыки управления своими эмоциональными состояниями в условиях группового взаимодействия	1	0,5	0,5	
4	Формирование критического мышления как личностных факторов защиты от употребления ПАВ	1	0,5	0,5	
5	Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ	1	0,5	0,5	
6	Интернет-пространство и профилактика употребления ПАВ: риски и возможности	1	0,5	0,5	
7	Формирование представлений об административной и уголовной ответственности в сфере употребления ПАВ	1	0,5	0,5	
8	Первичная диагностика	1	0,5	0,5	
9	Коммуникативная компетентность и психология успеха	1	0,5	0,5	
10	Я – концепция и здоровый образ жизни	1	0,5	0,5	
11	Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ	1	0,5	0,5	
12	Табак, алкоголь, наркотики как риск для здоровья и успеха	1	1	1	
13	Пропаганда ЗОЖ в сфере профилактики	1	1		

	немедицинского употребления ПАВ				
14	Проектирование будущего.	1	0,5	0,5	
15	Закрепление навыков целеполагания и поиска ресурсов для достижения цели	1	-	-	
16	Обобщающий урок по курсу ПУПВ	1	0,5	0,5	
17	Итоговая аттестация	1			
	Итого	17			

Содержание программы 7-9 лет

Тема 1. Я неповторимый человек (1 ч)

Неповторимость человека – это сочетание его способностей, внешности и черт характера. Каждый человек, каждый ученик неповторим. Благодаря своей неповторимости каждый ученик дополняет класс. Неповторимость каждого ученика ценна для класса.

Тема 2. Культура моей страны и Я (1 ч)

Культура – это книги, картины, музыка, танцы, а также традиции, созданные людьми на протяжении столетий. Культура России – одна из самых богатых и развитых культур мира. Нам повезло, что мы можем продолжать культурные традиции России. Одна из традиций, которую мы должны продолжать, - это традиция здорового образа жизни.

Тема 3. Чувства. О чем говорят чувства (1 ч)

Чувства – это переживания, которые человек испытывает в разных ситуациях. Каждый человек переживает разные чувства в разных ситуациях своей жизни. Каждый человек может научиться управлять своими чувствами.

Чувства говорят о том, что человек хочет и ждет, что ему нравится. Неприятных чувств можно избежать, если думать о последствиях своих поступков.

Тема 4. Множество решений Решения и здоровье (1 ч)

Решение – это то, что ты решил/а делать после обдумывания ситуации, из которой нужно найти выход. Поступки каждого человека и его отношения с людьми зависят от принимаемых им решений. Принимая решения, соблюдай следующие шаги: остановись, подумай, выбери. Принимая решение, важно думать о его последствиях.

Здоровье – это когда ты чувствуешь себя прекрасно, а не только когда ты не болеешь. Здоровье зависит от многого, а прежде всего – от принимаемых тобой решений и твоих поступков. Чтобы расти и учиться, тебе надо заботиться о своем здоровье.

Тема 5. Нужные и ненужные тебе лекарства (1 ч)

Лекарство – это средство для лечения болезни. Яд – это вещество, которое может убить человека. В зависимости от ситуации, лекарства для тебя могут быть нужными и ненужными. Дети не должны принимать лекарства сами и пробовать незнакомые вещества. Дети не должны брать лекарства и другие похожие вещества у незнакомых людей.

Тема 6. Пассивное курение: учись делать здоровый выбор (1 ч)

Пассивное курение – это вдыхание некурящими дыма чужих сигарет и дыма, выдыхаемого курильщиками. Если кто-то при тебе курит, значит он/а заставляет и тебя пассивно курить. Пассивное курение вредно для здоровья. Дети могут попросить взрослого не курить в их присутствии или отойти от курильщика.

Тема 7. Вкусы и увлечения (1 ч)

Твои вкусы – это то, что тебе нравится, например: музыка, одежда, еда. Твои увлечения – это то, чем ты любишь заниматься в свободное от учебы время. У каждого ученика разные вкусы и увлечения. Полезные увлечения укрепляют здоровье.

Тема 8. Учусь находить новых друзей и интересные занятия (1 ч)

Рядом с нами всегда есть интересные люди, у которых многому можно научиться. Постарайся быть рядом с теми, кто занимается интересными делами, полезными для здоровья.

Тема 9. О чем говорят выразительные движения (1 ч)

Общение – это когда разные люди обсуждают что-то их всех интересующее. Общаться можно с помощью слов и без них. Общение без слов – это когда люди что-то сообщают друг другу с помощью выразительных движений. Выразительные движения – это позы, жесты, мимика. Они говорят о чувствах, настроении человека и его отношении к собеседнику. Это важный способ общения.

Тема 10. Учусь понимать людей (1 ч)

Учиться понимать человека – это значит не только прислушиваться к его словам, но и пытаться понять его чувства и настроение по выразительным движениям. Чтобы люди лучше понимали друг друга, их слова и выразительные движения не должны различаться по смыслу. Чтобы люди лучше понимали друг друга, общение должно быть искренним и правдивым.

Тема 11. Опасные и безопасные ситуации. Учусь принимать решения в опасных ситуациях (1 ч)

Опасность – это когда человеку кто-то или что-то угрожает. Существуют опасные для детей ситуации. Для того чтобы их избежать, следует выполнять «Шаги принятия решений». В опасных для здоровья ситуациях люди поступают по-разному. Принимая решение в опасной для здоровья ситуации, следует придерживаться «Шагов принятия решения».

Тема 12. Реклама табака и алкоголя. Правда, об алкоголе (1 ч)

Потребитель – это тот, кто покупает и использует товары. Прием – это способ что-то сделать. Рекламный прием – это способ продать потребителю товар. Реклама сигарет и алкоголя нужна только для того, чтобы продать их.

Алкоголь – это вредное для здоровья вещество, которое содержится в пиве, вине, шампанском и водке. Дети всегда должны говорить «нет», если им предлагают алкоголь. По-настоящему веселиться лучше без алкоголя.

Тема 13. Мой характер (1 ч)

Самоанализ – это когда ты разбираешь, оцениваешь свои переживания, поступки, внешность, черты характера. У каждого человека есть внешние качества, которые все вместе составляют его внешность. У каждого человека есть внутренние черты качества, которые все вместе составляют его характер. Черты характера можно изменить.

Тема 14. Учусь оценивать себя сам (1 ч)

Самооценка – это когда человек оценивает себя сам. Заниженная самооценка – это когда человек принижает свои способности. Это делает его неуверенным и тревожным. Завышенная самооценка – это когда человек превозносит свои способности, а успехи окружающих принижает. Реалистичная самооценка – это когда человек видит себя таким, какой он есть на самом деле. Реалистичная самооценка – важное условие развития ученика. Есть множество способов изменить свои качества в нужную сторону.

Тема 15. Учусь взаимодействовать (1 ч)

Взаимодействие – это когда человек делает что-то вместе с другими людьми, например, играет, учится, работает. Агрессивное поведение – это когда один человек так выражает свое мнение, что другой чувствует себя глупо, пугается или злится. Чтобы успешно взаимодействовать друг с другом, нужно вести себя неагрессивно.

Тема 16. Учусь настаивать на своем. Я становлюсь увереннее (1 ч)

Давление одного человека на другого – это когда один человек пытается заставить другого делать то, чего тот не хочет. Пассивное поведение – это когда человек ничего не делает. Агрессивное поведение – это когда один человек так выражает свое мнение, что другой чувствует себя глупо, пугается или злится. Неагрессивное отстаивание своего мнения – это когда человек так выражает свое мнение, что другой не чувствует себя глупым, не пугается и не злится. Когда на тебя давят, отстаивай свое мнение неагрессивно.

Тема 17. Когда на меня оказывают давление (1 ч)

Давление сверстников – это когда несколько человек пытаются заставить одного делать что-то такое, чего тот не хочет. Влияние, которое оказывают на нас другие люди, может быть полезным или вредным. Если нас заставляют сделать что-то, не объяснив, зачем это нужно, то такое влияние называется давлением. Мы должны сопротивляться давлению.

Промежуточная аттестация

**Содержание программы
для обучающихся 10-12 лет**

Тема 1. Самоуважение (1 ч)

Уважение – это хорошее отношение окружающих людей к человеку, который много знает и умеет. Самоуважение – это уважение к самому себе. Цель – это то к чему стремится человек. Многих людей можно уважать за их знания и умения. Каждый человек может уважать себя сам. Целеустремленность достойна уважения.

Тема 2. Привычки (1 ч)

Привычка – это то, что ты делаешь постоянно. Существуют разные привычки: вредные и полезные. Надо стараться вести себя так, чтобы не приобретать вредных привычек.

Тема 3. Дружба (1 ч)

Дружба – это когда люди хотят быть вместе, когда они интересуют друг друга, доверяют друг другу. Дружбу можно создавать, укреплять, разрушить. Дружба зависит от наших качеств и качеств наших друзей. Конструктивная, или созидательная, критика – это когда разные качества человека обсуждают для того, чтобы похвалить за достоинства и предложить способы устранения недостатков. Критиканство, или разрушающая критика, – это способность во всем находить только недостатки. Настоящая дружба – когда уважают права друга и критикуют конструктивно. Не надо поддаваться плохому влиянию друзей.

Тема 4. Учись сопротивляться давлению. Учись говорить «нет» (1 ч)

Давление – это когда тебя заставляют сделать что-то такое, чего ты не хочешь. Давление на человека могут оказывать по-разному. Необходимо сопротивляться давлению. Чтобы успешно сопротивляться давлению, надо самостоятельно решать, как поступать в каждом случае. В ситуациях, опасных для здоровья, необходимо говорить «нет». Можно научиться вежливо, но твердо отказываться. Существует много эффективных способов отказаться.

Тема 5. И снова алкоголь (1 ч)

Тема 6. Алкоголь и компания (1 ч)

Тема 7. Курение (1 ч). Никотин – это яд, который содержится в табаке и вызывает привыкание. Смолы – это название нескольких веществ, которые возникают при горении табака. Угарный газ – это один из ядов, содержащихся в табачном дыме. Привыкание – это такое состояние, когда кажется, что бросить курить невозможно. Курение табака вредно для здоровья. Курение может привести к излишним тратам денег, конфликтам с некурящими людьми, пожарам. Курение и спорт несовместимы. Курение подрывает здоровье человека, осложняет его отношения с некурящими людьми. Правду о табаке и содержащихся в нем ядах можно узнать у родителей или учителей.

Тема 8. Навыки вступления в контакт в условиях группового взаимодействия как фактор предупреждения вовлечения в употребление ПАВ. Первичная диагностика (1 ч)
Для профилактики употребления ПАВ обучающимися важное значение имеет степень сформированности у них личностных качеств, обеспечивающих возможность выбора эффективных стратегий поведения в различных ситуациях социального взаимодействия, в том числе в ситуациях, связанных с риском вовлечения в группы сверстников, демонстрирующих зависимые формы поведения, а также в ситуациях предложения попробовать наркотики. Важное значение в аспекте профилактики приобретают коммуникативные навыки, включающие в себя умение понимать и учитывать намерения и способы коммуникации партнёра по общению, наличие опыта позитивного межличностного общения в группе сверстников без использования ПАВ, первичная диагностика актуальной социальной ситуации в классе и индивидуальных психолого-педагогических характеристик обучающихся — участников занятий.

Основные понятия: формирование группы, интеграция в группу сверстников и построение продуктивного взаимодействия со сверстниками и ведущим — взрослым. Правила группового взаимодействия, правила круга. Общение как базовая потребность человека. Техники общения.

Формы работы: первичная диагностика: анкета обратной связи.

Тема 9. Профилактика агрессивных проявлений. Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ (1 ч)

В подростковом возрасте агрессия подкрепляется как активно протекающими гормональными процессами, так и внешним окружением: ощущением собственной силы и потребностью повышения авторитета в кругу сверстников, приобретением друзей. Нередко, в случае, если ребёнок или подросток сам подвергается насилию (например, в семье), агрессивное поведение является способом преодолеть собственные негативные переживания, чувство беспомощности и несостоятельности. Все эти негативные переживания могут спровоцировать начало употребления такими подростками ПАВ. В процессе адаптации к новым социальным условиям 5 класса, появления новых фигур значимых взрослых — педагогов, формирования в новых условиях классного коллектива возможно возникновение конфликтов, проявление негативных эмоций, в том числе агрессивных. Важное значение для конструктивного выхода из данных состояний имеет наличие у обучающихся навыков анализа и понимания своих собственных эмоциональных состояний и состояний окружающих, практических умений справляться с негативными эмоциями и выражать их. Для профилактики употребления ПАВ важную роль играет наличие сформированных практических умений понимания и ненасильственного выражения своих негативных эмоциональных состояний, умения учитывать и координировать отличные от собственной позиции других людей в сотрудничестве, наличие навыков саморегуляции эмоциональных состояний.

Основные понятия: эмоции и чувства. Агрессия. Способы работы с агрессией, гневом. Основы саморегуляции.

Формы работы: Интерактивная беседа «Мир человеческих отношений — мир эмоций». Практикум (тренинг) «Отреагирование негативных эмоциональных состояний».

Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ
Важную роль для профилактики употребления ПАВ играет формирование у обучающихся практических умений взаимодействия при решении проблемных ситуаций, в том числе в ситуации столкновения интересов в группе и команде (семья, школа, компания сверстников), понимание ими относительности мнений и подходов к решению проблемы употребления ПАВ, умений аргументировать свою точку зрения, дискутировать и отстаивать свою позицию невраждебным для оппонентов образом. Развитие у подростков умения выдерживать негативное давление группы, успешно преодолевать конфликты, общаться с другими людьми без предубеждений, принимать их достоинства и недостатки,

организовывать взаимоподдержку, сотрудничество, помощь способствует формированию социальной компетентности подростков в целом.

Основные понятия: психология конфликта, две стороны конфликта. Профилактика конфликтов. Поведение в конфликте. Способы разрешения конфликтов. Способы обоснования и отстаивания собственной позиции.

Формы работы: Интерактивная беседа «Конфликты и технологии разрешения конфликтов». Игровой практикум (ролевая игра) «Навыки позитивного общения в эмоционально напряжённых ситуациях».

Тема 10. Профилактика конфликтов как фактор, провоцирующего начала употребления ПАВ. (1ч)

Тема 11. Стрессоустойчивость как фактор профилактики употребления ПАВ (1 ч)

Способы преодоления трудностей в различных сферах психической деятельности, стратегии поведения, которые применяет человек, попав в трудную жизненную ситуацию. Определено 8 основных типов стратегий поведения, которые охватывают разные аспекты личности: самоконтроль, поиск социальной поддержки, принятие ответственности, избегание, планирование решения проблемы, положительная переоценка. Человек, оказавшись в трудной жизненной ситуации, может использовать одну или несколько стратегий поведения. У подростков, как правило, репертуар использования данных стратегий невелик. Типичным поведением в состоянии стресса, трудных жизненных ситуациях для них является враждебность и готовность к риску, попытки отделиться от ситуации, уменьшив её значимость, усилия, направленные на избегание проблемы, им сложно посмотреть на ситуацию под другим углом зрения и увидеть в ней что-то положительное, контролировать свои переживания и поступки, а также признать свою роль в возникшей проблеме. По окончании занятий у подростков расширяется репертуар стратегий совладающего поведения, что способствует повышению стрессоустойчивости и формированию психологических защит личности подростков в различных жизненных ситуациях, в том числе в ситуациях социального риска, связанных с ПАВ.

Основные понятия: стресс. Стрессоустойчивость личности. Представление о ситуациях социального риска. Самоконтроль, поиск социальной поддержки, социальная ответственность, принятие ответственности, принятие решения, положительная переоценка.

Формы работы: Интерактивная беседа «Что такое стресс». Практикум (тренинг) «Как совладать со стрессом».

Тема 12. Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ (1 ч)

Тема психоактивных веществ (в аспекте употребления алкоголя, табака, наркотиков) должна обсуждаться с обучающимися в случае актуализации темы, связанной конкретно с алкоголем, пивом или наркотиками. Если данные темы в конкретном классе в момент проведения занятия не актуальны, целесообразно в целях обеспечения информационной безопасности обучающихся обсуждать только социальные риски, связанные с табакокурением.

Человек в подростковом возрасте наиболее уязвим, и ему свойственны потребности в переживаниях. У подростка происходит переоценка ценностей, ему просто необходимо ощущение насыщенного переживания, поэтому он стремится к экстремальным ощущениям, таким, где есть неопределённость, риск. В таких ситуациях может возникнуть риск приобщения подростка к ПАВ. Употребление ПАВ как социальная проблема. Истинные или ложные представления о ПАВ. Когда подростку предлагают курить, его решение основывается на различных факторах. Под давлением противоречивых влияний молодой человек не всегда принимает свои решения разумно, учитывая информацию о здоровом образе жизни. Сиюминутная выгода зачастую имеет

для подростка значительно больший вес, чем долговременная. На принятие решения также влияет прежний опыт молодого человека, полученный в подобных ситуациях. Благодаря активному включению в обучение участники осознают причины начала употребления ПАВ, учатся принимать осмысленные решения.

Основные понятия: безопасное поведение. Социальные риски. Употребление ПАВ как социальная проблема. Истинные или ложные представления о ПАВ. Навыки принятия ответственного решения. Модификация и коррекция присущих некоторым участникам группы дезадаптивных моделей поведения.

Формы работы: Диспут «Употребление ПАВ — риск для здоровья и жизни: моя личная позиция».

Тема 13. Пропаганда здорового образа жизни и профилактика употребления ПАВ (1 ч)

В процессе реализации программы предлагается не просто говорить о вреде и пользе ПАВ, предлагая тем самым участникам лишь пассивную позицию слушателей, а способствовать формированию у подростков ценностей здорового стиля жизни, обучать постановке реальных и достижимых целей, вырабатывать план действий, осуществлять своё право на выбор и ответственность. Для решения этих задач необходимо обучать подростков технологиям рефлексивного общения, отстаивания своей позиции, точки зрения. Создание условий для пропаганды и формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни в образовательной организации. Добровольчество подростков в сфере пропаганды ЗОЖ как механизм интериоризации представлений о здоровом образе жизни современного человека и формирования лидерских качеств личности.

Основные понятия: здоровье и здоровый образ жизни. Ценностное отношение к здоровью. Критическое мышление. Рефлексивное общение. Целеполагание в сфере пропаганды здорового образа жизни. Выбор и ответственность (понятия могут изучаться, например, в ходе проведения дискуссии «Что делают мои ровесники, чтобы сохранить своё здоровье?»).

Формы работы: Интерактивная беседа «Здоровье человека как ценность и как сфера личной ответственности». Выставка и представление (презентация) социальных проектов, по пропаганде здорового образа жизни и негативному отношению к немедицинскому употреблению ПАВ «Здоровый образ жизни — для меня!».

Тема 14. Формирование представлений о социальной ответственности в сфере употребления ПАВ (1 ч)

Для профилактики употребления ПАВ подростками большое значение имеет формирование у них основ правовой культуры, представлений о правах и обязанностях, в том числе в сфере ответственности за применение и распространение ПАВ. Факторами защиты личности в данной сфере в определённой степени могут выступать умение вступать в диалог и вести его на основе равноправных отношений, взаимного уважения и принятия, а также участвовать в коллективном обсуждении проблем, участвовать в дискуссии и аргументировать свою позицию.

Основные понятия: правовая культура. Права и обязанности несовершеннолетних, в том числе в сфере ответственности за применение и распространение ПАВ.

Формы работы: Интерактивная беседа «Правовая культура и правила делового межличностного общения как условие безопасного поведения в обществе».

Тема 15. Навыки вступления в контакт в условиях группового взаимодействия как фактор предупреждения вовлечения в употребление ПАВ. Первичная диагностика. (1ч)

Навыки эффективного общения способствуют становлению личности подростка и его успешной интеграции в общество. Индивидуально-психологические способности к общению включают в себя: желание вступать в контакт с окружающими: «Я хочу», умение организовать общение: «Я умею», то есть умение слушать, эмоционально сопереживать, решать конфликтные ситуации, знание норм и правил поведения, которым необходимо следовать в общении: «Я знаю». Развитие навыков эффективного общения и

сотрудничества помогает созданию позитивной мотивации общения, это способствует формированию личностью защитных механизмов, обеспечивающих преодоление возникающих проблем и барьеров в общении со взрослыми и сверстниками. Для профилактики употребления ПАВ обучающимися важное значение имеет степень сформированности коммуникативных навыков, обеспечивающих возможность выбора эффективных стратегий поведения в различных ситуациях социального взаимодействия, в том числе в ситуациях, связанных с риском вовлечения в группы сверстников, демонстрирующих зависимые формы поведения.

Основные понятия: общение как базовая потребность человека. Техники общения. Коммуникативная рефлексия. Технологии невербального общения. Формирование умения выполнять совместные задания.

Формы работы: Первичная диагностика: анкета обратной связи.

Тема 16. Профилактика агрессивных проявлений (1ч)

Промежуточная аттестация 1ч

Содержание программы для обучающихся 13-14лет

Тема 1. Эффективное общение как фактор предупреждения вовлечения обучающихся в употребление ПАВ. Первичная диагностика (1ч)

Навыки эффективного общения способствуют становлению личности подростка и его успешной интеграции в общество. Индивидуально-психологические способности к общению включают в себя: желание вступать в контакт с окружающими: «Я хочу», умение организовать общение: «Я умею», то есть умение слушать, эмоционально сопереживать, решать конфликтные ситуации, знание норм и правил поведения, которым необходимо следовать в общении: «Я знаю». Развитие навыков эффективного общения и сотрудничества помогает созданию позитивной мотивации общения, это способствует формированию личностью защитных механизмов, обеспечивающих преодоление возникающих проблем и барьеров в общении со взрослыми и сверстниками. Для профилактики употребления ПАВ обучающимися важное значение имеет степень сформированности коммуникативных навыков, обеспечивающих возможность выбора эффективных стратегий поведения в различных ситуациях социального взаимодействия, в том числе в ситуациях, связанных с риском вовлечения в группы сверстников, демонстрирующих зависимые формы поведения.

Основные понятия: общение как базовая потребность человека. Техники общения. Коммуникативная рефлексия. Технологии невербального общения. Формирование умения выполнять совместные задания.

Формы работы: Первичная диагностика: анкета обратной связи.

Тема 2. Позитивное мышление и эффективное общение со сверстниками как факторы предупреждения вовлечения в употребление ПАВ. Навыки управления своими эмоциональными состояниями в условиях группового взаимодействия (1 ч)

Для профилактики употребления ПАВ шестиклассниками важное значение имеет совершенствование навыков позитивного мышления, эффективного общения и сотрудничества, развитие навыков командного взаимодействия и средств общения— вербальных и невербальных коммуникативных навыков и умений, обеспечивающих контакт с партнёром или с группой людей, определяющих процесс и уровень понимания другого человека. Подростку необходимы знания, направленные на понимание другого человека, развитие эмпатии, то есть эмоциональной отзывчивости на переживания другого человека, способности представлять себя на его месте. Возможность прочувствовать свои эмоции в ситуациях успеха или неудачи способствует развитию социальной восприимчивости, способности к рефлексии.

Основные понятия: деловое и межличностное общение. Техники эффективного общения. Установление контакта. Обратная связь. Правила группового взаимодействия. Позитивное мышление. Языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей. Коммуникативная рефлексия. Технологии невербального общения. Самопрезентация. Навыки командного взаимодействия.

Формы работы: Игра как метод моделирования поведения в совместной деятельности.

На данной возрастной стадии у подростка возможно появление значительных субъективных трудностей и переживаний. Умение регулировать эмоциональное состояние и контролировать своё поведение помогает подростку преодолеть негативные переживания, чувство беспомощности, несостоятельности и способствует приобретению авторитета в кругу сверстников.

Для профилактики употребления ПАВ подростками с целью компенсации негативных эмоциональных состояний важную роль играют наличие сформированных практических умений понимания и ненасильственного выражения своих негативных эмоциональных состояний, умение учитывать и координировать отличные от собственной позиции других людей в сотрудничестве.

Основные понятия: эмоции и чувства. Агрессия и причины агрессивного поведения. Способы работы с агрессией, гневом. Профилактика агрессивных проявлений. Основы саморегуляции и аутотренинга. Способы повышения настроения без применения ПАВ.

Формы работы: Интерактивная беседа «Эмоции и чувства. Как распознавать переживания других людей и собственные эмоциональные состояния». Практикум (тренинг) «Технологии отреагирования и саморегуляции негативных эмоциональных состояний».

Тема 3. Навыки управления своими эмоциональными состояниями в условиях группового взаимодействия. 1ч

Тема 4. Формирование критического мышления как личностных факторов защиты от употребления ПАВ (1 ч)

В связи с сохранением тенденций к конфликтному взаимодействию со взрослыми важное значение в работе с шестиклассниками имеет развитие у них критического мышления (чтобы принимаемые решения воспринимались подростками не как навязываемые сверху, а как результат собственного выбора), позитивного образа Я (принятие себя выступает важным условием принятия личности других), рефлексии в форме осознанного управления своим поведением и деятельностью, формирование практических умений принятия ответственных решений. Знания о здоровом образе жизни играют важную роль в профилактике употребления ПАВ подростками и их личностном самоопределении. Подростки получают знания и учебный опыт, помогающий им понять, как взаимосвязаны свобода выбора и самопознание, осознание и сформированность своих нравственных ценностей и на этой основе — жизненных целей. Важно донести до подростков информацию о том, что оптимальное решение относительно употребления ПАВ можно принять, только представляя свои ценности, жизненные цели, способы их достижения. Очень важно, чтобы подростки положительно оценивали себя и свои возможности и были информированы о пагубных последствиях табако- курения, употребления алкоголя и наркотиков, сформировали собственное адекватное критическое отношение к ПАВ и их потребителям. Необходимо показать подросткам чрезвычайную значимость определения собственных жизненных целей как условия, которое позволит им стать в жизни не неудачниками, а победителями, научить использовать свои лучшие сильные стороны для того, чтобы достигать этих целей. В процессе занятий необходимо обращать внимание

подростка на то, какие позитивные чувства связаны с «победой над собой», над своим нежеланием что-либо делать, собственным страхом.

Основные понятия: Я-концепция. Саморазвитие, самореализация. Мотивация достижения успеха. Рефлексия как свойство личности. Свобода и ответственность. Умение делать выбор, самоопределение и принятие ответственных решений. Постановка и пути достижения жизненных целей.

Формы работы: Рефлексивная беседа «Я-концепция, потребность в саморазвитии, самореализации и ценностные ориентации человека».

Тема 5. Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ (1 ч)

Подростковый возраст — период, когда закладываются основные черты характера, стиль поведения человека, его привычки, жизненные ориентации и т.д. Одним из факторов, способных помешать нормальному (без отклонений) становлению личности подростка, может стать перенесённый стресс. Реакцией подростков на стресс зачастую становится появление эмоциональных и поведенческих проблем. Злоупотребление психо- активными веществами может стать способом разрядить стресс или временно справиться с проблемами, которые подросток неспособен решить более адаптивно. У подростков, как правило, репертуар использования стратегий совладающего с проблемами поведения невелик. Важной педагогической задачей становится расширение репертуара стратегий совладающего поведения подростков, что способствует повышению стрессоустойчивости и формированию механизма психологических защит личности подростков в различных жизненных ситуациях, в том числе в ситуациях социального риска, связанных с ПАВ. Человек в подростковом возрасте наиболее уязвим, и ему свойственны потребности в переживаниях. У подростка происходит переоценка ценностей, ему просто необходимо ощущение насыщенного переживания, поэтому он стремится к экстремальным ощущениям, таким, где есть неопределённость, риск. В таких ситуациях может возникнуть риск приобщения подростка к ПАВ. Важной задачей становится обучение подростков навыкам безопасного поведения в ситуациях, связанных с риском вовлечения в пробы ПАВ, с риском причинения вреда здоровью или жизни ребёнка лицами, находящимися в состоянии алкогольного или наркотического опьянения. Интернет-пространство является обширной зоной риска для подростков в аспекте предложения и распространения информации о ПАВ.

Основные понятия: стрессоустойчивость личности. Стрессы в школьной жизни. Представление о ситуациях, связанных с предложением и употреблением ПАВ, как ситуациях социального риска. Понятия и представления о безопасном поведении и социальных рисках, связанных с ПАВ.

Формы работы: Дискуссия «Стрессы в школьной жизни: моя личная позиция».

Тема 6. Интернет-пространство и профилактика употребления ПАВ: риски и возможности (1 ч)

Интернет-пространство является обширной зоной риска для подростков в аспекте предложения и распространения информации о ПАВ. ФЗ от 29 декабря 2010 г. № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».

Роскомнадзором проводится блокировка интернет-сайтов, вредных для здоровья детей. Способность и готовность к использованию ИКТ в целях обучения и развития является одним из механизмов защиты от негативного влияния интернет-пространства при использовании различных гаджетов, в том числе мобильных телефонов.

Основные понятия: риски и безопасное поведение в информационно-коммуникативной сети Интернет.

Формы работы: Интерактивная беседа. «Информационно-коммуникативная сеть Интернет как поле рисков и сфера возможностей в профилактике употребления ПАВ подростками и молодёжью». Практикум (тренинг) «Как обеспечить свою безопасность в интернет-пространстве?».

Тема 7. Формирование представлений об административной и уголовной ответственности в сфере употребления и распространения ПАВ (1 ч)

Для профилактики употребления ПАВ подростками большое значение имеет формирование у них основ правовой культуры, представлений о правах и обязанностях, в том числе в сфере ответственности за применение и распространение ПАВ. Факторами защиты личности в данной сфере в определённой степени могут выступать умение вступать в диалог и вести его на основе равноправных отношений, взаимного уважения и принятия, а также участвовать в коллективном обсуждении проблем, участвовать в дискуссии и аргументировать свою позицию.

Основные понятия: правовая культура. Права и обязанности несовершеннолетних, в том числе в сфере ответственности за применение и распространение ПАВ.

Формы работы: Интерактивная беседа «Правовая культура и правила делового межличностного общения как условие безопасного поведения в обществе».

Тема 8. Первичная диагностика (1 ч)

Формы работы: Первичная диагностика: анкета обратной связи.

Тема 9. Коммуникативная компетентность и психология успеха (1 ч)

Школьники-семиклассники, находясь в целом в рамках подростковой стадии развития, по своим психофизиологическим особенностям относятся большинством исследователей к следующей по сравнению с шестиклассниками возрастной и психосоциальной категории — раннему юношескому возрасту (возрастной период 13—17 лет).

В плане полового развития большинство юношей и девушек этого возраста находятся уже в постпубертатном периоде. Это период серьёзного личного самоопределения. Обращённость в будущее, построение жизненных планов и перспектив, по мнению Л.И. Божович, выступает аффективным центром жизни школьника. Ведущая деятельность этого периода развития школьника может быть охарактеризована как интимно-личностное общение. Для профилактики употребления ПАВ семиклассниками важное значение сохраняют совершенствование навыков позитивного мышления, эффективного общения и сотрудничества, командного взаимодействия и дальнейшее развитие и обогащение средств общения — вербальных и невербальных коммуникативных навыков и умений, обеспечивающих контакт с партнёром или с группой людей, определяющих процесс и уровень понимания другого человека. При этом семиклассники имеют уже достаточно развитые интеллектуальные возможности для прогнозирования воздействия различных коммуникативных навыков и умений на других людей, рефлексивного анализа результатов общения с ними.

Умение регулировать эмоциональное состояние и контролировать своё поведение помогает подростку преодолеть негативные переживания, чувство беспомощности, несостоятельности и способствует приобретению авторитета в кругу сверстников. Вместе с тем ранняя юность — это период, когда в процессе общения подростков со взрослыми и сверстниками сохраняются возможности проявления негативных эмоций, в том числе агрессивных. Для профилактики употребления ПАВ подростками с целью компенсации негативных эмоциональных состояний важную роль играет продолжение деятельности, направленной на формирование практических умений понимания и ненасильственного выражения своих негативных эмоциональных состояний, умений учитывать и координировать отличные от собственной позиции других людей в сотрудничестве.

Основные понятия: эмоции и чувства. Технологии эффективного общения. Понятие «агрессия» и причины агрессивного поведения. Способы работы с агрессией, гневом. Способы разрешения конфликтов. Технологии посредничества. Влияние сверстников. Положительное значение конфликта.

Формы работы: Интерактивная беседа «Психология успеха».

Тема 10. Я-концепция и здоровый образ жизни (1 ч)

Сформированность у семиклассников общих умственных способностей, включающая способности строить умозаключения, выдвигать гипотезы и предположения, создаёт благоприятные возможности для развития у них критического мышления, позитивного образа Я, рефлексии в форме осознанного управления своим поведением и деятельностью, формирования практических умений принятия ответственных решений, знаний о здоровом образе жизни. Всё это имеет важное значение в профилактике употребления ПАВ подростками и в их личностном самоопределении. Примерно начиная с 7 класса в процессе самоанализа и рефлексивного общения подростки чаще начинают обращаться к вопросам и проблемам мировоззренческого характера, что выступает элементом социально-нравственного или личностного самоопределения. Это позволяет организовать рефлексивное обсуждение проблем, связанных с анализом таких достаточно сложных понятий, как ответственный выбор, свобода и ответственность, принятие ответственных решений. Рефлексивное обсуждение названных понятий, соответствующих морально-этических ситуаций в процессе дискуссий и упражнений должно помочь подросткам в получении опыта принятия ответственных решений об отказе от проб и употребления ПАВ и выборе здорового образа жизни. Одновременно необходимо продолжать проводить работу, направленную на формирование у подростков положительной самооценки своей личности и своих возможностей, информирование о пагубных последствиях табакокурения, употребления алкоголя и наркотиков, создание возможностей для выработки собственного адекватного критического отношения к ПАВ и их потребителям. В рамках изучения темы обращается внимание на чрезвычайную значимость определения собственных жизненных целей, проводится обучение целеполаганию, технологиям анализа в сфере проектирования жизненных целей.

Основные понятия: Я-концепция. Саморазвитие, самореализация. Мотивация достижения успеха. Рефлексия как свойство личности. Свобода и ответственность. Умение делать выбор, самоопределение и принятие ответственных решений. Ценностное отношение к здоровью. Ценности здорового образа жизни. Постановка и пути достижения жизненных целей. Здоровье и здоровый образ жизни.

Формы работы: Рефлексивная беседа «Я-концепция, потребность в саморазвитии, самореализации и ценностные ориентации человека». Практикум (тренинг) «Я и мои жизненные цели». Занятие с элементами арт-педагогике «Нарисую будущее...».

Тема 11. Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ. Табак, алкоголь, наркотики как риски для здоровья и успеха

(1 ч)

Ситуации социального риска, влияющие на развитие и поведение подростков, возникают в процессе как реального, так и виртуального общения. Интернет-пространство является обширной зоной риска для подростков в аспекте предложения и распространения информации о ПАВ. Возросшие интеллектуальные способности семиклассников позволяют организовать многоплановое рефлексивное общение, направленное на анализ рисков и возможностей, которыми обладают рекламные сообщения, интернет-пространство. Интеллектуальный уровень и определённая эмоциональная зрелость семиклассников позволяют проводить обучение их навыкам безопасного поведения в ситуациях, связанных с риском вовлечения в пробы ПАВ, формировать стратегии совладающего поведения и стрессоустойчивости, достаточно глубоко знакомя при этом с соответствующими инструментами, понятиями и определениями, что способствует снижению рисков причинения вреда здоровью или жизни подростков.

Основные понятия: стрессоустойчивость личности. Представление о ситуациях социального риска. Стратегии совладающего поведения. Самоконтроль, поиск социальной поддержки, социальная ответственность, принятие ответственности, принятие решения, положительная переоценка.

Формы работы: Диспут «Употребление ПАВ — риск для здоровья и жизни: моя личная позиция».

Тема 12. Табак, алкоголь, наркотики как риски для здоровья и успеха. Пропаганда здорового образа жизни в сфере профилактики немедицинского употребления ПАВ (1 ч)
Когда подростку предлагают попробовать ПАВ, его решение основывается на различных факторах, зависит от эмоционального состояния, личностной позиции и социального окружения. Для принятия разумных решений важное значение имеет наличие у подростка сформированных антинаркотических установок на понимание им употребления психоактивных веществ как угрозы внутренней стабильности, здоровью, социальному благополучию и жизненным успехам. Новообразованием ранней юности является социально-психологическая готовность (способность) к личностному и жизненному самоопределению. Для профилактики употребления ПАВ подростками большое значение имеет формирование у них основ правовой культуры, включающей как информацию о правах и обязанностях подростков, в том числе в сфере административной и уголовной ответственности за применение и распространение ПАВ, так и интериоризацию установок к правопослушному поведению. Интеллектуальный уровень семиклассников позволяет выходить при работе над этой темой на достаточно глубокий уровень рефлексивного обсуждения названной проблематики. К факторам защиты личности в данной сфере в определённой степени можно отнести умение вступать в диалог и вести его на основе равноправных отношений, взаимного уважения и принятия, а также участвовать в коллективном обсуждении проблем, аргументировать свою позицию. При этом необходимо на основе интерактивных бесед, тренингов формировать активную жизненную позицию, представляя информацию о влиянии ПАВ на здоровье человека, причинах начала употребления и возможности в ходе групповой работы получить опыт проектирования различных составляющих (образцов поведения) здорового образа жизни, рефлексивного обсуждения альтернативных возможностей поведения в ситуациях социального риска и организации досуга.

Основные понятия: правовая культура. Употребление ПАВ как социальная проблема.

Тема 13. Пропаганда ЗОЖ в сфере профилактики немедицинского употребления ПАВ. (1ч)

Административная и уголовная ответственность в сфере немедицинского употребления и распространения ПАВ. Права и обязанности несовершеннолетних. Истинные или ложные представления о ПАВ. Критическое мышление. Навыки принятия ответственного решения.

Формы работы: Рефлексивная беседа «Здоровье как важнейшая социальная ценность».

Практикум (тренинг) «Мой здоровый образ жизни». Практикум (тренинг) с элементами деловой игры «Административная и уголовная ответственность несовершеннолетних в сфере употребления и распространения ПАВ и незаконного оборота наркотиков».

В ходе социального проектирования семиклассники получают практический опыт структурирования направлений социально активной деятельности, направленной на предупреждение потребления ПАВ и отработку значимых, одобряемых обществом навыков социального поведения, выбор которых мотивируется и осуществляется первоначально на теоретическом уровне. Определённый уровень зрелости суждений у семиклассников позволяет успешно использовать в работе технологию критического мышления «Дебаты», например, по теме «Здоровье человека — сфера личной ответственности». Предметом рефлексивного обсуждения также выступает тема добровольчества в сфере пропаганды ЗОЖ.

Основные понятия: создание условий для пропаганды и формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни в образовательной организации. Мотивация и

целеполагание в сфере пропаганды здорового образа жизни. Добровольчество подростков в сфере пропаганды ЗОЖ как механизм представлений о здоровом образе жизни современного человека и формирования лидерских качеств личности. Привлечение внимания подростков к проектированию собственного направления здорового образа жизни.

Формы работы: Дебаты «Здоровье человека — сфера личной ответственности».

Тема 14. Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поиска ресурсов для достижения цели (2 ч)

Представления о будущем, в зависимости от их содержания (зрелые-незрелые, оптимистичные-пессимистические), являются показателем социальной зрелости подростка. В 7 классе начинает складываться способность к построению жизненных планов во временной перспективе. Поэтому мотивация семиклассников к проектированию будущего уже значительно выше, чем у подростков более младших возрастов. Формирование и развитие способности к прогнозированию как способу предвидения будущих событий и проектированию будущей жизнедеятельности имеет в рамках профилактики употребления наркотических средств и психотропных веществ обучающимся важное значение. В случае формирования представлений об успешном будущем подросток склонён сделать мотивированный выбор социально успешного образа жизни, или, наоборот, в случае отсутствия представлений о своих социальных перспективах — актуализируется риск потребления ПАВ.

Основные понятия: навыки построения будущего на основе полученных в ходе освоения программы знаний и практического опыта.

Формы работы: Фестиваль достижений «Шаги к здоровью: “Я принимаю вызов!”».

Обобщающий урок по курсу ПУПАВ (1ч)

Итоговая аттестация. 1ч

1. Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

Количество учебных недель	34 недели
Первое полугодие	с 01.09.2023 г. по 29.12.2023 г., 17 учебных недель
Каникулы	с 30.12.2023 г. по 08.01.2024 г.
Второе полугодие	с 09.01.2024 г. по 24.05.2024 г., 17 учебных недель

Формы текущего контроля / промежуточной аттестации

- Практические работы
- Мини проекты
- Выставки работ
- Тестирование
- Анкеты

Материально- техническое обеспечение

Технические средства обучения

Классная доска с набором приспособлений для крепления таблиц

Персональный компьютер

Мультимедиапроектор

Информационное обеспечение

- Тематические презентации
- Источники Интернет

Список литературы

1. Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский «Эффективные программы профилактики зависимости от наркотиков и других форм зависимого поведения» для 9-11 классов
2. М.М.Безруких, А.Г.Макеева, Т.А.Филиппова «Все цвета, кроме черного» для начальных классов
3. «Мой выбор» под ред. П.Г.Половожец,
4. «Педагогика здоровья» под ред. В.Н.Касаткиной,
5. А.Л.Соловова «Навыки жизни» (программа ранней профилактики химической зависимости для детей 9-12 лет)
6. «Предупреждение употребления алкоголя и наркотиков в школе» под ред. В.Н.Касаткиной,
7. «Программа профилактики курения в школе» под ред. В.Н.Касаткиной
8. А.Г. Жилиев, Т.И. Палачёва «Формирование жизненных ценностей и развитие поведенческих навыков у учащихся» 5-6,7-9 классов
9. Учебно-методическое пособие для учителей «Здоровье» для 1-11 классов под ред. В.Н.Касаткиной