

Муниципальное образование Успенский район Краснодарского края  
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
Средняя общеобразовательная школа №2  
Имени Героя Советского Союза Юрия Алексеевича Гагарина  
Муниципального образования Успенский район

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по  
УВР

Черкесова Т.В.

Приказ №1 от «31» 08  
2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Кулиева А.Р.

Приказ №1 от «31» 08  
2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**курса внеурочной деятельности**  
**«Я принимаю вызов»**  
для обучающихся 5-9 классов

Успенское 2023 год

## ***Пояснительная записка к программе внеурочной деятельности «Я принимаю вызов».***

Проблема употребления наркотических средств и психоактивных веществ среди молодежи в России находится в зоне особого внимания государства и общества. Приоритетным направлением деятельности в сфере сохранения и укрепления здоровья населения является забота о состоянии здоровья молодого поколения, поскольку именно от этой группы зависит общий уровень популяционного здоровья страны. В наибольшей степени здоровью подрастающего поколения угрожает аддиктивное поведение – поведение, зависимое от потребления определенной группы психоактивных веществ. Вовлечение молодежи в употребление алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ выступает фактором риска развития неизлечимых, по сути, заболеваний – алкоголизм, наркомании, ВИЧ, туберкулеза, а так же сопутствующих соматических заболеваний.

Здоровье, по определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), - это «не отсутствие болезни как таковой или физических недостатков, а состояние полного физического, душевного и социального благополучия». На состояние здоровья в рамках медицинского подхода оказывают прежде всего внутренние (возраст, пол, наследственность) и внешние (экологические, социальные) факторы. В рамках психолого-педагогического подхода к пониманию состояния здоровья обоснованно считается, что не меньшее влияние на состояние здоровья оказывают такие факторы, как: специфика развития личности (внутренние факторы), характер межличностных отношений, внешние социальные средовые характеристики (информационное поле, социально-экономические условия жизни), структура и качество организации и оказания психолого-педагогической поддержки личности.

Подростковый возраст является исключительно важным для формирования социального здоровья личности, поскольку это время, когда человек уже способен и пытается делать самостоятельный выбор своих жизненных приоритетов. Социальное здоровье может проявляться как внешне, в межличностных отношениях человека (отношения в производственном и школьном коллективе, в семье, с друзьями и др.), так и на внутреннем уровне во внутриличностных отношениях (особенности мотивации и социализации личности, готовность к обучению, самоопределению, непрерывному образованию).

Адаптированность к социальной среде (эмоционально благополучные отношения подростка в семье, школьном коллективе со сверстниками), социальная направленность личности подростка (стремление занять определенное социально приемлемое место в обществе, коллективе), развитое самосознание (принятие себя, интерес и мотивированность к

социально значимой деятельности и др.) выступают важными показателями социального здоровья подростков.

В подростковом возрасте, когда ведущей деятельностью становится общение, друзья играют в ряде случаев решающую роль в принятии решений и поведении подростка. В целом в группе риска по признаку «Уровень поддержки обучающихся общеобразовательных организаций со стороны друзей» можно отнести сегодня небольшую часть респондентов, которым трудно получить от друзей тепло и поддержку, большую часть которым трудно обсудить с друзьями личные проблемы и остальные испытывающие трудности в получении от друзей реальной помощи в делах. Таким образом, исследование обозначило сравнительно новый феномен – достаточно высокий уровень личностной отчужденности значительной части современных подростков друг о друга (косвенно – высокий уровень их одиночества), поверхностность их «дружеских отношений» (подростки в большинстве своем отмечают, что им легко получить от друзей «тепло и заботу», но при этом значительная часть из них не имеет возможности обсудить с друзьями свои личные проблемы). Серьезной проблемой является и то, что существующую у подростков потребность в обсуждении личных проблем сегодня недостаточно удовлетворяют как родители, так и окружающие. Таким образом, уровень фактического периодического употребления ПАВ респондентами, возможно, значительно выше указанного ими, и в целом уровень наркогенности (наркочараженности) в подростковой среде с учетом мнения респондентов достаточно высокий.

Альтернативу риску употребления психоактивных веществ выступает здоровый образ жизни. К сожалению ценности, поведенческие установки, представления о здоровом образе жизни подростков амбивалентны (внутренне противоречивы), рассогласованны, неадекватны, а сама ценность здорового образа жизни не интериоризирована (лично не присвоена и не оказывает существенного влияния на поведение). Об этом свидетельствует полученная от респондентов внутренне противоречивая информация о том, что большинство сверстников из их компании употребляют различные виды ПАВ и наряду с этим занимаются спортом и здоровье для них является основной целью.

В качестве трёх основных причин первых проб и начала употребления наркотических средств и психоактивных веществ (по количественным показателям) обучающиеся общеобразовательных организаций указали:

- Разнообразные причины, обусловленные особенностями подросткового возраста – в том числе преимущественно «интересом и любопытством».

- Различные жизненные ситуации, которые можно характеризовать как «ситуативный фактор» в сочетании с незанятостью (отсутствием адекватных потребностям подростков форм досуга).
- Различные психоэмоциональные проблемы, в том числе связанные с депрессиями, ссорами, одиночеством и др.

На основании проводимых исследований и в целях предупреждения и противодействия выявленным социальным проблемам и рискам реализации для обучающихся 5-9 классов программ профилактики употребления психоактивных веществ, включение их в учебную, воспитательную, внеурочную деятельность является актуальной задачей современной школы.

Программа «Я принимаю вызов!» имеет аксиологический (ценностный и одновременно профилактический характер, направлена на трансформацию системы ценностей подростка из деструктивной области, связанной с рисками употребления ПАВ, в созидательное, творческое русло.

По сколько ведущей деятельностью и важнейшей потребностью подросткового возраста является общение, в программе большее внимание уделяется формированию навыков коммуникативной компетентности как средства, с помощью которого формируются защищающие от употребления ПАВ установки и способы поведения. Программа основана на методологии компетентного подхода и предполагает не ставшее традиционной формой профилактики информирование подростков о наркотиках и последствиях из действия, а практику, тренировку, направленную на развитие у подростков личностных качеств, предоставляющих возможности решения возникающих проблем конструктивными путями, ориентированными на достижение успеха и удовлетворенности в жизни.

### ***Цели и задачи курса «Я принимаю вызов!»***

#### **Цели**

- Образовательные: формирование у обучающихся представлений о понятиях «здоровье», «здоровый образ жизни», «социальная ответственность». Ознакомление с причинами и последствиями употребления ПАВ; изучение социальных и правовых норм для понимания ответственности за нарушения законодательства в сфере незаконного оборота наркотических веществ.
- Воспитательные: формирование у обучающихся ценностей здорового образа жизни, готовности осмысленно решать повседневные жизненные ситуации, связанные с риском употребления ПАВ,

внутренних установок сопротивления социальному давлению группы, связанному с рисками употребления ПАВ.

- Развивающие: развитие у обучающихся критического мышления в отношении информации, связанной с ПАВ, и мотивации к социально одобряемой деятельности; формирование у подростков нового положительного опыта для личностного развития в процессе межличностного и группового содержательного общения; сознание в процессе совместной деятельности педагогов и школьников благоприятных условий для становления и развития личности обучающихся, присвоения ими внутренней ответственности за принятие на когнитивном, эмоциональном, поведенческом уровнях ценностей и норм здорового образа жизни; формирования копинг-стратегий и внутренних защит от употребления ПАВ.

## **Задачи**

1. Создать психологические условия, средовые характеристики, способствующие приобретению подростками нового положительного опыта межличностного и группового содержательного общения как фактора защиты личности от употребления ПАВ.
2. Способствовать формированию основ правовой культуры как необходимости следовать социальным и правовым нормам общества на основе ознакомления с этими нормами, в том числе в сфере незаконного оборота наркотических средств и психотропных веществ.
3. Способствовать формированию паттернов (повторяющихся образов) правопослушного ответственного поведения, исполнения законов.
4. Способствовать формированию здорового стиля жизни и отрицательного отношения к употреблению ПАВ.
5. Создать предпосылки для формирования готовности принимать осознанные разрешения в повседневных жизненных ситуациях, в том числе ситуациях, связанных с социальными рисками, с риском употребления ПАВ
6. Способствовать развитию критического отношения к информации, связанной с ПАВ, и предложениями их приобретения и употребления.
7. Содействовать развитию мотивации к социально одобряемой деятельности, исключающей употребление ПАВ.
8. Создать условия для приобретения опыта целеполагания, разработки и реализации собственных идей и проектов в сфере пропаганды здорового образа жизни, законопослушного поведения, предупреждения употребления ПАВ.

Личностные результаты у обучающихся будут достигнуты в рамках когнитивного, ценностного и эмоционального, поведенческого компонентов:

- ✓ Знания законодательства РФ в сфере предупреждения распространения и потребления ПАВ немедицинского характера;
- ✓ Ориентация в системе моральных норм и ценностей как условий законопослушного поведения, здорового образа жизни, предупреждение потребления ПАВ.
- ✓ Основы социально-критического мышления, способность ориентироваться в особенностях социальных норм, отношений и взаимодействий, устанавливать взаимосвязи между общественными и политическими событиями;
- ✓ Знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий, правил поведения в ситуациях социального риска, в том числе связанного с употреблением ПАВ;
- ✓ Готовность к равноправному сотрудничеству, уважение к личности и ее 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;
- ✓ Потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании как важное условие предупреждения потребления ПАВ;
- ✓ Умение конструктивно решать конфликты;
- ✓ Умение строить планы создавать и реализовать социальные проекты в сфере здорового образа жизни, профилактики потребления ПАВ;

## **Формы занятий**

Интерактивное взаимодействие в больших и малых группах. Использование групповой работы – важнейший элемент современного обучения. Работа в группе позволяет обучающимся приобрести ряд важнейших качеств: умение выработать совместное решение; терпимость к другим людям и позициям; необходимость поиска компромиссов; способность аргументировать свою точку зрения; стремление к диалогу; умение строить отношения с учетом эмоционального состояния других людей, своего собственного, общей атмосферы в группе.

Профилактические занятия реализуются так же через такие формы, как круглые столы, учебные конференции, диспуты, поисковые и научные исследования, социальное проектирование. В программу занятий включены психогимнастические упражнения, элементы аутотренинга, предусмотрено чередование приоритетов эмоциональных, интеллектуальных, поведенческих нагрузок при выполнении заданий и упражнений.

**Тематическое планирование**  
 программы внеурочной деятельности для обучающихся 6-го класса  
 «Я принимаю вызов!» (34 ч.)

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1	<b>Навыки реагирования негативных эмоциональных состояний в условиях группового взаимодействия. Профилактика агрессивных проявлений.</b>	3
1.1	Интерактивная беседа «Мир человеческих отношений – мир эмоций».	1
1.2	Практическое занятие №1. «Реагирование на негативные эмоции и состояния».	1
1.3	«Я и мои эмоции» представление творческих работ обучающихся.	1
2	<b>Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало потребления ПАВ. Продуктивное поведение в конфликте.</b>	4
2.1	Интерактивная беседа «Конфликты и технологии разрешения конфликтов».	1
2.2	Практическое занятие №2. «Технологии разрешения конфликтных ситуации».	2
2.3	«Навыки позитивного общения в эмоционально напряженных ситуациях» игровой практикум-тренинг.	1
3	<b>Формирование критического мышления, потребности в саморазвитии, самореализации, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты употребления ПАВ.</b>	5
3.1	Интерактивная беседа «Психология жизненного успеха».	1
3.2	Практическое занятие №3. «Развитие критического мышления в отношении информации, связанной с ПАВ».	1
3.3	«Технологии принятия ответственного решения» практикум-тренинг.	2
3.4	Викторина «Мир моего Я».	1
4	<b>Стрессоустойчивость и стратегии совладающего поведения как фактор профилактики употребления ПАВ.</b>	3
4.1	Интерактивная беседа «Что такое стресс».	1
4.2	«Как совладать со стрессом. Стратегии совладающего поведения (коппинг-стратегии) игровой практикум	2

	тренинг.	
<b>5</b>	<b>Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ и в гетерогенной группе.</b>	<b>4</b>
5.1	Интерактивная беседа «Безопасное поведение и социальные риски, связанные с ПАВ».	1
5.2	Диспут на тему «Употребление ПАВ – риск для здоровья и жизни: моя личная позиция».	1
5.3	Практическое занятие №4. «Навыки уверенного поведения в ситуации социального риска («Спасибо, нет!»)».	1
5.4	«Я принимаю вызов: ПАВ как риск для здоровья и успеха» тренинг с элементами арт-педагогики.	1
<b>6</b>	<b>Представление о воздействии рекламы в сфере предложения ПАВ на принятие решений.</b>	<b>3</b>
6.1	Интерактивная беседа «Реклама как метод воздействия на поведение человека».	1
6.2	«Как противостоять давлению рекламы в сфере предложения ПАВ» практикум-тренинг.	1
6.3	Презентация-представление рекламных продуктов, разработанных обучающимися по пропаганде здорового образа жизни и формированию негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ «Мое здоровье и безопасность».	1
<b>7</b>	<b>Формирование представлений о социальной ответственности, правовой культуре, административной и уголовной ответственности в сфере употребления ПАВ и незаконного оборота наркотиков.</b>	<b>2</b>
7.1	Интерактивная беседа «Правовая культура и правила делового межличностного общения как условие безопасного поведения в обществе».	1
7.2	«Моя правовая ответственность» практикум-тренинг с элементами ролевой игры.	1
<b>8</b>	<b>Интернет пространство и профилактика употребления ПАВ: риски и возможности.</b>	<b>2</b>
8.1	Интерактивная беседа «Информационно-коммуникативная сеть интернет как поле рисков и сфера возможностей в профилактике употребления ПАВ подростками и молодежью»	1
8.2	Практическое занятие №5. «Как обеспечить свою безопасность в интернет-пространстве?».	1
<b>9</b>	<b>Пропаганда здорового образа жизни и профилактика</b>	<b>5</b>



	<b>употребления ПАВ.</b>	
9.1	Интерактивная беседа «Здоровье человека как ценность и как сфера личной ответственности».	1
9.2	Практическое занятие №6. «Здоровый образ жизни – для меня!»	1
9.3	Разработка и реализация проектов по пропаганде здорового образа жизни и негативному отношению к употреблению ПАВ.	2
9.4	Представление проектов по пропаганде ЗОЖ и формированию негативного отношения к потреблению ПАВ «ЗОЖ – для меня!».	1
<b>10</b>	<b>Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поиска ресурсов для достижения цели.</b>	<b>3</b>
10.1	«Проектирование планов жизненной самореализации после окончания занятий по программе. Ресурсы и пути достижения поставленных целей» практикум-тренинг.	2
10.2	Завершающее занятие курса. «Шаги к здоровью: Я принимаю вызов!»	1
<b>Итого:</b>		<b>34 ч.</b>