

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Все цвета, кроме черного» реализуется в соответствии с планом внеурочной деятельности основного общего образования в 8 классе - 34 часа (1 час в неделю, 34 учебные недели).

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

1. 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 здоровьесберегающих технологий, правил поведения в ситуациях социального риска, в том числе связанного с употреблением ПАВ.

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

Регулятивные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- основам целеполагания в сфере проектирования планов жизнедеятельности и создания проектов по тематике ЗОЖ, предупреждения потребления ПАВ;
- самостоятельно анализировать условия достижения цели в сфере проектирования планов жизнедеятельности и создания проектов по тематике ЗОЖ, предупреждения потребления ПАВ;
- 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.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Выпускник 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.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

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

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 аддиктивные (зависимые) формы поведения.

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

Формы работы: круг знакомства, рефлексивное общение. Игра как метод моделирования поведения в совместной деятельности.

— Тема 2. Навыки реагирования негативных эмоциональных состояний в условиях группового взаимодействия. Профилактика агрессивных проявлений. В подростковом возрасте негативные переживания могут спровоцировать начало употребления ПАВ. Способность распознавать и дифференцировать свои эмоциональные состояния и эмоциональные состояния окружающих, умение регулировать своё эмоциональное состояние и контролировать своё поведение помогают подростку преодолеть негативные переживания, чувство беспомощности, несостоятельности и способствуют повышению авторитета в кругу сверстников, приобретению друзей. Однако в процессе общения подростков со взрослыми и сверстниками возможно возникновение конфликтов, появление негативных эмоций, в том числе агрессивных. Важное значение для конструктивного выхода из данных состояний имеет обладание обучающимися практическими умениями 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 и причины агрессивного

поведения. Способы работы с агрессией, гневом. Профилактика агрессивных проявлений. Эмпатия как осознанное понимание и сопереживание чувствам других, выражающаяся в поступках, направленных на помощь и обеспечение эмоционального благополучия. Основы саморегуляции и аутотренинга. Способы улучшения настроения без применения ПАВ.

— *Формы работы:* интерактивная беседа, практикум (тренинг), психогимнастика (этюды на выражение различных эмоций).

— Тема 1.1. Интерактивная беседа «Эмоции и чувства. Как распознавать эмоциональные состояния других людей на основе наблюдения за внешними проявлениями эмоций (мимика, пантомимика, голос и т.д.)».

— Тема 1.2. Практикум (тренинг) «Технологии отреагирования и саморегуляции негативных эмоциональных состояний».

— Тема 3. Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ. Продуктивное поведение в конфликте

— Между людьми часто происходят конфликты. Многие из этих конфликтов люди могут разрешить сами, своевременно осознав их незначительность. Но случаются и более сложные конфликты, с серьёзными последствиями для обеих сторон, с которыми люди не могут справиться сами. Чаще всего это такие конфликты, в которых с правовой точки зрения есть виновник и пострадавший. Например, избиение, кража, вымогательство, угрозы, оскорбления. Из таких ситуаций трудно выйти самому — нелегко справиться с последствиями, загладить вину. Именно в таких случаях проводятся Программы примирения, которые помогают понять друг друга и прийти к совместному решению, принять на себя долю ответственности за возникновение конфликта и его разрешение. Уверенные в себе подростки, которые умеют эффективно решать конфликты с помощью переговоров, правильно оценивают свои чувства и потребности, в большей степени способны противостоять негативному влиянию группы сверстников, приобретают способность сознательно выстраивать своё поведение, направленное на достижение здорового образа жизни. Обучающиеся должны осознавать всю силу такого фактора, как влияние подростковой среды (компании сверстников), и осознавать, что каждый из нас в ответе за своё собственное здоровье и что, кроме того, мы должны беречь также и здоровье окружающих нас людей.

— *Основные понятия:* психология конфликта. Профилактика конфликтов. Поведение в конфликте. Способы разрешения конфликтов. Психологические принципы общения и сотрудничества. Влияние сверстников. Команда как форма сотрудничества в современном мире. Положительное значение конфликта. Техники, способствующие взаимопониманию. Позитивное мышление.

— *Формы работы:* интерактивная беседа. Ролевая игра. Практикум (тренинг).

— Между людьми часто происходят конфликты. Многие из этих конфликтов люди могут разрешить сами, своевременно осознав их незначительность. Но случаются и более сложные конфликты, с серьёзными последствиями для обеих сторон, с которыми люди не могут справиться сами. Чаще всего это такие конфликты, в которых с правовой точки зрения есть виновник и пострадавший. Например, избиение, кража, вымогательство, угрозы, оскорбления. Из таких ситуаций трудно выйти самому — нелегко справиться с последствиями, загладить вину. Именно в таких случаях проводятся Программы примирения, которые помогают понять друг друга и прийти к совместному решению, принять на себя долю ответственности за возникновение конфликта и его разрешение. Уверенные в себе подростки, которые умеют эффективно решать конфликты с помощью переговоров, правильно оценивают свои чувства и потребности, в большей степени способны противостоять негативному влиянию группы сверстников, приобретают способность сознательно выстраивать своё поведение, направленное на достижение здорового образа жизни. Обучающиеся должны осознавать всю силу такого фактора, как

влияние подростковой среды (компании сверстников), и осознавать, что каждый из нас в ответе за своё собственное здоровье и что, кроме того, мы должны беречь также и здоровье окружающих нас людей.

— *Основные понятия:* психология конфликта. Профилактика конфликтов. Поведение в конфликте. Способы разрешения конфликтов. Психологические принципы общения и сотрудничества. Влияние сверстников. Команда как форма сотрудничества в современном мире. Положительное значение конфликта. Техники, способствующие взаимопониманию. Позитивное мышление.

— *Формы работы:* интерактивная беседа. Ролевая игра. Практикум (тренинг).

— Тема 3.1. Интерактивная беседа «Эффективное общение и конфликты».

— Тема 3.2. Ролевая игра «Влияние сверстников: способы отстаивания собственной позиции».

— Тема 3.3. Практикум (тренинг) «Технологии сотрудничества и позитивного мышления как профилактика конфликтов».

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 3: самооценка участниками своих навыков продуктивного поведения в конфликте со сверстниками, отстаивания собственной позиции в условиях влияния сверстников, владения навыками позитивного мышления (по пятибалльной шкале) до и после освоения темы. Обратная связь (рефлексия) участников.

Тема 4. Формирование критического мышления, потребности в саморазвитии, самореализации, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ

Развитие критического мышления, позитивного образа Я, рефлексии в форме осознанного управления своим поведением и деятельностью, формирование практических умений принятия ответственных решений, знаний о здоровом образе жизни имеют важное значение в профилактике употребления ПАВ подростками и их личностном самоопределении. В задачи занятия входит не только изучение влияния ПАВ, и в частности курения, на организм, но также выполнение определённых упражнений, способствующих укреплению в обучающихся чувства уважения к самому себе. Каждый человек имеет право на свободу выбора: курить или не курить, но наш выбор не может быть по-настоящему свободным и отвечать нашим интересам, если мы не познали самого себя, свои нравственные ценности и цели, и человек находится в неведении относительно внешних воздействий, которые влияют на принятие решений. Важно донести до подростков информацию о том, что оптимальное решение относительно употребления ПАВ можно принять, только осознав, что ты за человек, кем хочешь быть, как стать тем, кем тебе бы хотелось. Очень важно, чтобы подростки положительно оценивали себя и свои возможности и были информированы о пагубных последствиях употребления ПАВ, сформировали собственное адекватное критическое отношение к ПАВ и их потребителям.

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

Формы работы: интерактивная беседа. Практикум (тренинг). Дискуссия.

Тема 4.1. Интерактивная беседа «Понятие Я-концепции и личностное самоопределение».

Тема 4.2. Практикум (тренинг) «Развитие критического мышления в отношении информации, связанной с ПАВ, и предложений об их приобретении и употреблении».

Тема 4.3. Игровой практикум (тренинг) моделирования ситуаций принятия ответственного решения.

Тема 4.4. Дискуссия «Здоровый образ жизни: моя свобода и ответственность».

Тема 4.5. Интерактивная беседа «Психология жизненного успеха. Постановка целей и пути их достижения».

Тема 4.6. Практикум (тренинг) «Открытие себя и своих возможностей». Тема 5. Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ

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 психоактивными веществами может стать способом разрядить стресс или временно справиться с проблемами, которые подросток не способен 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. 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: 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. Риски и безопасное поведение в информационно-коммуникативной сети Интернет.

Формы работы: интерактивная беседа. Практикум (тренинг).

Тема 5.1. Интерактивная беседа «Стресс как реакция организма на нестандартную жизненную ситуацию. Как справиться со стрессом в школьной жизни».

Тема 5.2. Практикум (тренинг) «Ситуации социального риска и стратегии совладающего с трудностями поведения (ко-пинг-стратегии)».

Тема 5.3. Ролевая игра «Как совладать со стрессом».

Тема 5.4. Практикум (тренинг) «Навыки уверенного поведения в ситуации социального риска “Спасибо, нет!”».

Тема 5.5. Интерактивная беседа «Реклама табака и алкоголя как метод воздействия на принятие решения и поведение человека».

Тема 5.6. Интерактивная беседа «Информационно-коммуникативная сеть Интернет как поле возможностей и сфера рисков».

Тема 6. Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (все участники, независимо от наличия либо отсутствия имеющегося опыта употребления ПАВ) Употребление ПАВ подростками является актуальной социальной проблемой. Когда подростку предлагают попробовать ПАВ, его решение основывается на различных факторах, в том числе на истинных или ложных

представлениях о ПАВ. Под давлением противоречивых влияний молодой человек не всегда принимает свои решения разумно, с учётом информации о вреде ПАВ и преимуществах здорового образа жизни. Формирование и укрепление антинаркотических установок (неприятие любых форм наркотизации, понимание употребления психоактивных веществ как угрозы внутренней стабильности, здоровью, социальному благополучию) — условие предупреждения вовлечения в употребление ПАВ.

В процессе реализации программы важно не просто говорить о вреде и пользе ПАВ, предлагая тем самым участникам пассивную позицию «объекта информирования», а способствовать формированию у них ценностей здорового стиля жизни, обучать их ставить реальные и достижимые цели, вырабатывать план действий, реализовывать своё право на выбор и ответственность. Для решения этих задач необходимо обучать подростков технологиям рефлексивного общения, отстаивания своей позиции, точки зрения.

Основные понятия: безопасное поведение. Социальные риски. Причины начала употребления ПАВ. 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: интерактивная беседа. Практикум (тренинг).

Тема 6.1. Рефлексивная беседа «Употребление ПАВ как риск для здоровья и жизни».

Тема 6.2. Дискуссия «Употребление ПАВ — риск для здоровья и жизни: моя личная позиция».

Тема 6.3. Практикум (тренинг) формирования негативного отношения к употреблению ПАВ.

Тема 6.4. Ролевые игры или проигрывание проблемных ситуаций, связанных с ПАВ.

Тема 6.5. Создание выставки коллективных творческих работ (группа делится на 3—4 подгруппы) «Я принимаю вызов: ПАВ как риск для здоровья и успеха».

Тема 7. Формирование представлений о социальной ответственности, правовой культуре, административной и уголовной ответственности в сфере употребления и распространения ПАВ и незаконного оборота наркотиков

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

Основные понятия: правовая культура. Административная и уголовная ответственность. Права и обязанности несовершеннолетних.

Формы работы: интерактивная беседа. Практикум (тренинг).

Тема 7.1. Деловая игра «Административная и уголовная ответственность в сфере употребления и распространения ПАВ и незаконного оборота наркотиков».

Тема 7.2. Практикум (тренинг) с элементами ролевой игры «Моя правовая ответственность».

Тема 8. Пропаганда здорового образа жизни и социальное проектирование в сфере профилактики немедицинского употребления ПАВ

Социальное проектирование направлено на удовлетворение потребности подростка в самореализации, в успехе и проверке своих возможностей. Именно в ходе социального проектирования могут сформироваться те значимые, одобряемые обществом навыки социального поведения, выбор которых мотивируется и осуществляется в ходе теоретических уроков. Разработка и реализация индивидуальных и групповых проектов по пропаганде ЗОЖ и негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ.

Участниками может быть проведено небольшое социологическое исследование в школе. Выбирается тема, которая может заинтересовать участников, например, «Что делают мои ровесники, чтобы сохранить своё здоровье?».

Основные понятия: здоровье и здоровый образ жизни. Ценностное отношение к здоровью. Ценности здорового образа жизни. Критическое мышление. Рефлексивное общение. Целеполагание в сфере пропаганды здорового образа жизни. Создание условий для пропаганды и формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни в образовательной организации. Добровольчество подростков в сфере пропаганды ЗОЖ как механизм интериоризации современного человека и формирования лидерских качеств личности. Привлечение внимания подростков к проектированию собственного направления здорового образа жизни. Социальная проба, социальная практика, социальный проект как виды социального проектирования.

Формы работы: интерактивная беседа. Практикум (тренинг).

Тема 8.1. Диспут «Здоровье человека как ценность и как сфера личной ответственности».

Тема 8.2. Практикум (тренинг) с элементами подготовки к добровольчеству в сфере пропаганды ЗОЖ: «Здоровый образ жизни — для меня!»

Тема 8.3. Социальное проектирование. Разработка и реализация проектов по пропаганде ЗОЖ и негативному отношению к немедицинскому употреблению ПАВ.

Тема 8.4. Выставка и представление (презентация) проектов по пропаганде ЗОЖ и формированию негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ «Здоровый образ жизни для меня!».

Тема 9. Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поиска ресурсов для достижения цели. Заключительная диагностика. Представление о будущем является показателем социальной зрелости подростка. Если эти представления ориентированы на успешное будущее — это дополнительный фактор профилактики от рисков наркопотребления. Если такие представления отсутствуют или имеют негативную направленность — это дополнительный фактор риска наркопотребления. В подростковом возрасте начинает складываться способность к построению жизненных планов во временной перспективе. Важным фактором предупреждения и отказа от употребления ПАВ является способность к прогнозированию как способу предвидения будущих событий. Поэтому в рамках профилактики употребления наркотических средств и психотропных веществ обучающимися важное значение приобретает овладение ими на практике навыками проектирования успешного и здорового будущего, целеполагания и умения адекватно оценивать свои возможности для достижения цели в различных сферах самостоятельной деятельности, прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения поставленных целей, выделять альтернативные способы достижения цели и выбирать наиболее эффективный способ.

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

Формы работы: интерактивная беседа. Практикум (тренинг). Заключительная диагностика.

Тема 9.1. Практикум (тренинг) «Проектирование планов жизненной самореализации после окончания занятий по программе. Ресурсы и пути достижения поставленных целей». Заключительная диагностика.

Тема 9.2. Фестиваль достижений «Шаги к здоровью: “Я принимаю вызов!”». Заключительная диагностика:

— «шкала наблюдений» за личностными особенностями обучающихся, которые могут стать факторами риска употребления ПАВ (Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих);

— методика «Выявление и оценка коммуникативных и организаторских склонностей (качеств)» В.В. Синявского, Б.А. Федоршина;

— приобретение подростком опыта самостоятельного социально значимого действия, направленного на пропаганду ценностей здорового образа жизни и отрицательного отношения к употреблению ПАВ, можно зафиксировать, наблюдая за характером (степенью мотивированности, активности, компетентности) его участия в разработке и реализации социальных проектов, мероприятиях по контролю усвоения знаний в рамках тематических блоков.

3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности

№ п\п	Название разделов и тем программы	Количество академических часов	Тема занятия	Формы проведения занятий	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Формы реализации воспитательного потенциала раздела
1	Эффективное общение как фактор предупреждения вовлечения обучающихся в употребление ПАВ. Первичная диагностика	4	Навыки эффективного общения как фактор предупреждения вовлечения в употребление ПАВ. Первичная диагностика	Опрос, беседа	multiurok.ru > files/metodicheskie...temu-pozitivnaia...	Навыки эффективного общения способствуют становлению личности подростка и его успешной интеграции в общество.
			Навыки отреагирование негативных эмоциональных состояний в условиях группового взаимодействия. Профилактика Агрессивных проявлений	Опрос, беседа		

			Интерактивная беседа «Эмоции и чувства. Как распознавать эмоциональные состояния других людей на основе наблюдения за внешними проявлениями эмоций (мимика, пантомимика, голос и т.д.)»	Опрос, беседа		
			Практикум (тренинг) «Технологии отреагирования и саморегуляции негативных эмоциональных состояний»	Опрос, беседа		
2	Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ. Продуктивное поведение в конфликте	4	Профилактика Конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ. Продуктивное поведение в конфликте	Опрос, беседа	media.foxford.ru	Навыки эффективного общения способствуют становлению личности подростка и его успешной интеграции в общество.
			Интерактивная беседа «Эффективное общение и конфликты»	Опрос, беседа		
			Ролевая игра «Влияние сверстников: способы отстаивания позиции»	Опрос, беседа		
			Практикум (тренинг) «Технологии сотрудничества позитивного мышления как профилактика конфликтов»	Опрос, беседа		
3	Формирование критического мышления, потребности в саморазвитии, самореализации, ответственности за принятие	8	Формирование Критического мышления, в саморазвитии, самореализации, ответственности за принятие решений как личностных	Опрос, беседа	maam.ru	

	решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ		факторов защиты от употребления ПАВ за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ			управления своим поведением и деятельностью, формирование практических умений принятия ответственных решений, знаний о здоровом образе жизни имеют важное значение в профилактике употребления ПАВ подростками и их личностном самоопределении.
			Интерактивная беседа «Понятие Я-концепции и личностное самоопределение»	Опрос, беседа		
			Практикум (тренинг) «Развитие Критического мышления в отношении информации, связанной с ПАВ, и предложений об их приобретении и употреблении»	Опрос, беседа		
			Игровой практикум (тренинг) моделирования ситуаций принятия ответственного решения	Опрос, беседа		
			Дискуссия «Здоровый образ жизни: моя свобода и ответственность»	Опрос, беседа		
			Интерактивная беседа «Психология жизненного успеха. Постановка целей и пути их достижения»	Опрос, беседа		
			Практикум (тренинг) «Открытие себя и своих возможностей»	Опрос, беседа		
			Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ	Опрос, беседа		
4	«Стресс как реакция организма на нестандартную жизненную ситуацию. Как справиться со стрессом в школьной	6	Интерактивная беседа «Стресс как реакция организма на нестандартную жизненную ситуацию. Как справиться со стрессом в школьной жизни»	Опрос, беседа	nsportal.ru	

	жизни».					вост и формированию механизма психологическ их защит личности подростков в различных жизненных ситуациях, в том числе в ситуациях социального риска, связанных с ПАВ.
			Практикум (тренинг) Ситуации Социального риска и стратегии совладающего с трудностями поведения (коппинг-стратегии)»	Опрос, беседа		
			Ролевая игра «Как совладать со стрессом»	Опрос, беседа		
			Практикум (тренинг) «Навыки уверенного поведения в ситуации социального риска Спасибо, нет!»	Опрос, беседа		
			Интерактивная беседа «Реклама табака и алкоголя как метод воздействия на принятие решения и поведение человека»	Опрос, беседа		
			Интерактивная беседа «Информационно-коммуникативная сеть Интернет как поле возможностей и сфера рисков»	Опрос, беседа		
5	Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (все участники, независимо от наличия либо отсутствия имеющегося опыта употребления ПАВ)	6	Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (все участники независимо от наличия либо отсутствия имеющегося опыта употребления ПАВ)	Опрос, беседа	https://ppt4web.ru/pedagogika/klassnyjj-chas-profilaktika-upotreblenija-pav.html? =19eebji18u287601038	Формирование и укрепление антинаркотических установок (непрятие любых форм наркотизации, понимание употребления психоактивных веществ как угрозы внутренней стабильности, здоровью, социальному благополучию) — условие предупреждения вовлечения в употребление ПАВ.
			Рефлексивная беседа «Употребление ПАВ как риск для здоровья и жизни»	Опрос, беседа		
			Дискуссия Употребление ПАВ — риск для здоровья и жизни: моя личная позиция»	Опрос, беседа		

			Практикум (тренинг) формирования негативного отношения к употреблению ПАВ	Опрос, беседа		
			Ролевые игры или Проигрывание проблемных ситуаций, связанных с ПАВ	Опрос, беседа		
			Создание выставки коллективных творческих работ (группа делится на 3—4 подгруппы) «Я принимаю вызов: ПАВ как риск для здоровья и успеха»	Опрос, беседа		
6	Формирование представлений о социальной ответственности, правовой культуре, административной и уголовной ответственности в сфере употребления и распространения ПАВ и незаконного оборота наркотиков	4	Формирование представлений о социальной ответственности, правовой культуре, административной и уголовной ответственности в сфере употребления и распространения ПАВ и незаконного оборота наркотиков	Опрос, беседа	npo-spo/sotsialnye...12...otvetstvinnost...">nsportal.ru>np o- spo/sotsialnye ...12...otvetstv ennost...	Формирование и укрепление антинаркотических установок (неприятие любых форм наркотизации, понимание употребления психоактивных веществ как угрозы внутренней стабильности, здоровью, социальному благополучию) — условие предупреждения вовлечения в употребление ПАВ.
			Деловая игра «Административная и уголовная ответственность в сфере употребления и распространения ПАВ и незаконного оборота наркотиков»	Опрос, беседа		
			Практикум (тренинг) с элементами ролевой игры «Моя правовая ответственность»	Опрос, беседа		
			Пропаганда здорового образа жизни и социальное проектирование в сфере профилактики	Опрос, беседа	1	

			немедицинского употребления ПАВ			
7	Здоровье человека как ценность и как сфера личной ответственности».	2	Диспут «Здоровье человека как ценность и как сфера личной ответственности»	Опрос, беседа	nsportal.ru>...2 020/04/18/sotsi alnoe- proektirovanie ...	важное значение приобретает овладение ими на практике навыками проектировани я успешного и здорового будущего, целеполагания и умения адекватно оценивать свои возможности для достижения цели в различных сферах самостоятельн ой деятельности, прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения поставленных целей, выделять альтернативны е способы достижения цели и выбирать наиболее эффективный способ.
			Практикум (тренинг) с элементами подготовки к добровольчеству в сфере пропаганды ЗОЖ «Здоровый образ жизни — для меня!»	Опрос, беседа		
ВСЕГО ЧАСОВ: 34 часа						

4. Календарно-тематический план

№п/п	Месяц	Число	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1			Групповое занятие	1	Навыки эффективного общения как фактор предупреждения вовлечения в употребление	Опрос, беседа

					ПАВ. Первичная диагностика	
2			Групповое занятие	1	Навыки отреагирования негативных эмоциональных состояний в условиях группового взаимодействия. Профилактика агрессивных проявлений	Опрос, беседа
3			Групповое занятие	1	Интерактивная беседа «Эмоции и чувства. Как распознавать эмоциональные состояния других людей на основе наблюдения за внешними проявлениями эмоций (мимика, пантомимика, голос и т.д.)»	Опрос, беседа
4			Групповое занятие	1	Практикум (тренинг) «Технологии отреагирования и саморегуляции негативных эмоциональных состояний»	Опрос, беседа
5			Групповое занятие	2	Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ. Продуктивное поведение в конфликте	Опрос, беседа
6			Групповое занятие	1	Интерактивная беседа «Эффективное общение и конфликты»	Опрос, беседа
7			Групповое занятие	1	Ролевая игра «Влияние сверстников: способы отстаивания собственной позиции»	Опрос, беседа
8			Групповое занятие	1	Практикум (тренинг) «Технологии сотрудничества и позитивного мышления как профилактика конфликтов»	Опрос, беседа
9			Групповое занятие	1	Формирование критического мышления, потребности в саморазвитии, самореализации, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ	Опрос, беседа
10			Групповое занятие	1	Интерактивная беседа «Понятие Я-концепции и личностное самоопределение»	Опрос, беседа
11			Групповое занятие	1	Практикум (тренинг) «Развитие критического мышления в отношении информации, связанной с ПАВ, и предложений об их приобретении и употреблении»	Опрос, беседа
12			Групповое занятие	1	Игровой практикум (тренинг) моделирования ситуаций	Опрос, беседа

					принятия ответственного решения	
13			Групповое занятие	1	Дискуссия «Здоровый образ жизни: моя свобода и ответственность»	Опрос, беседа
14			Групповое занятие	1	Интерактивная беседа «Психология жизненного успеха. Постановка целей и пути их достижения»	Опрос, беседа
15			Групповое занятие	1	Практикум (тренинг) «Открытие себя и своих возможностей»	Опрос, беседа
16			Групповое занятие	1	Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ	Опрос, беседа
17			Групповое занятие	1	Интерактивная беседа «Стресс как реакция организма на нестандартную жизненную ситуацию. Как справиться со стрессом в школьной жизни»	Опрос, беседа
18			Групповое занятие	1	Практикум (тренинг) Ситуации социального риска и стратегии совладающего с трудностями поведения (коппинг-стратегии)»	Опрос, беседа
19			Групповое занятие	1	Ролевая игра «Как совладать со стрессом»	Опрос, беседа
20			Групповое занятие	1	Практикум (тренинг) «Навыки уверенного поведения в ситуации социального риска “Спасибо, нет!”»	Опрос, беседа
21			Групповое занятие	1	Интерактивная беседа «Реклама табака и алкоголя как метод воздействия на принятие решения и поведение человека»	Опрос, беседа
22			Групповое занятие	1	Интерактивная беседа «Информационно-коммуникативная сеть Интернет как поле возможностей и сфера рисков»	Опрос, беседа
23			Групповое занятие	1	Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (все участники независимо от наличия либо отсутствия имеющегося опыта употребления ПАВ)	Опрос, беседа
24			Групповое занятие	1	Рефлексивная беседа «Употребление ПАВ как риск для здоровья и жизни»	Опрос, беседа
25			Групповое	1	Дискуссия «Употребление ПАВ	Опрос, беседа

			е занятие		— риск для здоровья и жизни: моя личная позиция»	
26			Групповое занятие	1	Практикум (тренинг) формирования негативного отношения к употреблению ПАВ	Опрос, беседа
27			Групповое занятие	1	Ролевые игры или проигрывание проблемных ситуаций, связанных с ПАВ	Опрос, беседа
28			Групповое занятие	1	Создание выставки коллективных творческих работ (группа делится на 3—4 подгруппы) «Я принимаю вызов: ПАВ как риск для здоровья и успеха»	Опрос, беседа
29			Групповое занятие	1	Формирование представлений о социальной ответственности, правовой культуре, административной и уголовной ответственности в сфере употребления и распространения ПАВ и незаконного оборота наркотиков	Опрос, беседа
30			Групповое занятие	1	Деловая игра «Административная и уголовная ответственность в сфере употребления и распространения ПАВ и незаконного оборота наркотиков»	Опрос, беседа
31			Групповое занятие	1	Практикум (тренинг) с элементами ролевой игры «Моя правовая ответственность»	Опрос, беседа
32			Групповое занятие	1	Пропаганда здорового образа жизни и социальное проектирование в сфере профилактики немедицинского употребления ПАВ	Опрос, беседа
33			Групповое занятие	1	Диспут «Здоровье человека как ценность и как сфера личной ответственности»	Опрос, беседа
34			Групповое занятие	1	Практикум (тренинг) с элементами подготовки к добровольчеству в сфере пропаганды ЗОЖ «Здоровый образ жизни — для меня!»	Выпуск буклета

Формы аттестации/контроля

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: **входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль.**

Входная диагностика проводится в **сентябре** с целью выявления первоначального уровня знаний, умений и возможностей детей.

Формы:

- собеседование;
- анкетирование;
- педагогическое наблюдение;
- выполнение практических заданий педагога и др.

Текущий контроль осуществляется на занятиях *в течение всего учебного года* (после каждого занятия) для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся.

Формы:

- педагогическое наблюдение;
- творческой работа;
- викторина;
- работа по квест-картам;
- тестирование;
- решение кроссвордов;
- конкурс и др.