2021г

МКОУ « Подволоченская ООШ»

Превентивная программа «Все цвета кроме черного»

для 5-9 классов

«Познаю свои способности»

«Учусь владеть собой и сотрудничать с людьми»

Программа имеет социально-педагогическую направленность. Как показывают результаты многочисленных опросов, современные школьники хорошо осведомлены о том, что «пить, курить — здоровью вредить». Однако это не только не пугает детей, но и, напротив, подстегивает любопытство, толкает их на опасные эксперименты с одурманивающими веществами.

Данная программа направлена на развитие у подростков познавательных интересов, способности эффективно строить взаимоотношения с окружающими (в том числе сопротивляться негативному давлению), умения анализировать свои чувства и переживания и т. д. Все эти свойства и качества обеспечивают подростку личностную устойчивость к любым внешним негативным влияниям. а значит, снижают вероятность его знакомства с наркотическими веществами.

# ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа, предназначенная для учащихся 5-9 классов, составлена на основе учебно-методического комплекта «Все цвета, кроме черного» М.М.Безруких, А.Г.Макеевой, Т.А. Филипповой, разработанного при содействии Министерства образования РФ в рамках федеральной целевой программы «Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту» в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Данная программа вводится впервые, поэтому с целью увеличения охвата превентивным образованием введение регламентировано не классами, а годами обучения по программе.

Так как программа ведется первый год, то тематика занятий в 5 9 классах одна.и вменяются только упражнения, тесты, творческие задания и игры согласно возрасту детей. Программа имеет социально-педагогическую направленность. Традиционно педагоги и родители считают, что основная задача ранней профилактики наркотизма заключается в том, чтобы сформировать у ребенка (подростка) представление о вреде алкоголя, никотина, наркотических и токсических веществ. Если мальчик или девочка узнают о пагубных последствиях употребления наркотических веществ, — рассуждают взрослые, — то этого вполне достаточно для того, чтобы предотвратить знакомство с ними. Но так ли это на самом деле? Как показывают результаты многочисленных опросов, современные школьники хорошо осведомлены о том, что «пить, курить — здоровью вредить». Однако это не только не пугает детей, но и, напротив. подстегивает любопытство, толкает их на опасные эксперименты с одурманивающими веществами. По статистике, уже в 12-13 лет подавляющее большинство мальчиков и девочек пробовали курить, имеют опытупотребления алкоголя. К сожалению, нередки случаи знакомства младших подростков снаркотиками. Наиболее очевидные мотивы, побуждающи ребенка впервые попробовать то или иное наркотическое вещество желание подростка «стать своим в компании»,

«выглядеть взрослым», «избавиться от скуки», «испытать новые, интересные ощущения», «расслабиться». Получается, что наркотизация для него — своеобразный способ решения проблем социальной адаптации взаимодействия со сверстниками и взрослыми, регуляции своего состояния, получения новых впечатлений. Не зная других способов решения этих проблем, подростки начинают курить или выпивать. Чтобы этого не произошло, подростку нужна помощь взрослых. И суть данного курса заключается нетолько и не столько в том, чтобы рассказать детям об опасности одурманиваю щих веществ,сколько в том, чтобы сформировать у них навыки, позволяющие у спешно справляться свозникающими проблемами, реализовывать свои желания и потребности за счет внутренних личностных ресурсов.

Данный курс направлен на развитие у подростков познавательных интересов, способности эффективно строить взаимоотношения с окружающими, сопротивляться негативному давлению, умения анализиро вать свои чувства и переживания. Все эти свойства и качества обеспечивают подростку личностную устойчивость к любым внешним негативным влияниям, а значит, снижают вероятность его знак омства с наркотическими веществами.

Цель профилактической программы «Все цвета, кроме черного» — формирование у детей навыков эффективной адаптации в обществе, позволяющей в дальнейшем предупредить вредные привычки: курение, употребление алкоголя и нарко тиков.

Для успешного достижения цели были поставлены следующие задачи:

* развитие представления подростков о ценности здоровья, важности и необходимости бережного отношения к нему;
* формирование умения оценивать себя (свое состояние, поступки. поведение), а также поступки и поведение других людей;
* формирование самооценки, развитие навыков регуляции своего поведения, эмоционального состояния;
* развитие коммуникативных навыков (умения строить свои отношения с окружающими в разных ситуациях, избегать конфликтов);

•формирование умения оценивать ситуацию и противостоять негативному давл ению со стороны окружающих;

* развитие представления подростков о своих способностях и склонностях, приобщение к различным формам расширение сферы их интересов, содержательного досуга;

формирование представления о неизбежных негативных последствиях наркотиз ации для творческих, интеллектуальных способностей человека, возможности самореализации, достижения социального успеха; • включение подростков в социально значимую деятельность, позволяющую им

реализовать потребность в признании окружающих, проявить свои лучшие каче ства и способности.

Общая характеристика учебного предмета

Содержание программы «Все цвета, кроме чёрного» охватывает основные сфер ы социализации подростков и наиболее актуальные, значимые для них ситуации развития. Программа построена по модульному принципу основным структурным и содержательным элементом является тематический модуль, отличающийся относительной законченностью и самостоятельностью. Информация, связанная с проблемой на ркотизации, интегрируется в структуру каждого модуля и рассматривается в рамках конкретной темы. Модульная структура программы позволяет использовать различные модели обучения, дает возможность строить работу с детьми в зависимости от того, нас колько актуальна та или иная тема в конкретной группе детей, классе.

Содержание и структура программы отвечают следующим принципам: • возрастная адекватность соответствие используемых форм и методов обучения психологическим особенностям младших подростков:

* научная обоснованность — содержание базируется на данных исследований в области возрастной психологии, физиологии, педагогики;
* комплексность — у подростков необходимо сформировать представление об опасности любых форм употребления любых одурманивающих веществ. твердо е убеждение в том, что нет «безвредных» форм наркотизации (Любое одурманивающее веще ство — алкоголь, никотин, наркотик — чрезвычайно опасно для здоровья!): • практическая целесообразность содержание тем отражает наиболее актуальные проблемы, связанные с формированием у подростков навыков эффе ктивной социальной адаптации, предупреждения раннего приобщения к одурманивающим веществам;
* динамическое развитие и системность содержание программы, цели и задачи обучения на каждом этапе базируются на сведениях. оценочных суждениях и поведенческих навыках, уже сформированных у подростков в ходе предыдущего этапа работы, учебные задачи всех тем взаимосвязаны друг с другом;
* необходимость и достаточность предоставляемой информации — учащимся предоставляется только тот объем информации, которым они реально могут воспользоваться в жизни, который имеет для них практическую значимость; • безопасность информации полностью исключены сведения, способные пробуждать интерес к наркотизации, облегчить возможность приобщения к- упо треблению наркогенных веществ (данные о видах наркогенных веществ, способах их употр ебления). Важнейшим условием эффективной реализации программы педагогической профилактики наркотизации является адекватность используемых форм и методов

возрастным особенностям учащихся. Большинство заданий носит интерактивны й, игровой характер, выполняя их, подростки могут проявить свои творческие, организационные способности. Формы и методы работы на занятиях:

* анализ литературных отрывков — такая форма работы не только помогает подросткам научиться оценивать жизненные ситуации, разбираться в переживан иях других людей, но и пробуждает интерес к чтению, расширяет кругозор:
* тесты, позволяющие подростку самостоятельно определить уровень сформированности того или иного личностного качества, проанализировать сво е поведение и т. д.

Основная задача тестовых заданий заключается в развитии навыка самооценки у учащихся;

* творческие задания (составление рассказа, игры и т. д.), направленные на развитие креативных способностей подростков, умения нестандартно мыслить. находить оригинальные решения проблем;
* тренинговые задания, направленные на развитие и тренировку определенной способности или качества подростка (памяти, наблюдательности, внимания :
* игры. которые выполняют важных функций: социализирующую (позволяет

подростку «опробовать» различные модели поведения, проверив их эффективность), коммуникативную (в игре ребята общаются между собой), диагностическую (игровая деятельность позволяет педагогу выявить возможные проблемы психологического, социального развития подростка), коррекционная (игра дает возможность изменить, скорректировать личностные характеристики подростка, при этом процесс изменения проходит естественно и ненавязчиво, незаметно для самого ребенка);

* минитренинги или тренинговые игры, направленные на отработку какого либо конкретного поведенческого навыка;

Программа рассчитана на последовательное обучение по модулям — 34 часа.

1. модуль «Познаю свои способности» 17 часов;
2. модуль «Учусь владеть собой и сотрудничать с людьми» 17 часов.

В I модуле обучения занятия направлены на развитие креативных способностей младших подростков, умение нестандартно мыслить, находить оригинальные решения, развитие навыков самооценки. Учащиеся определяют роль режима дня в жизни человека, его влиянии на здоровье, оценивают свой режим дня; роль внимания, мышления памяти для успешной работы, способы и методы их развития; выявляют негативное влияние употребления психоактивньгх веществ на характеристики памяти, внимания, мышления; получают общие сведения о характере человека, узнают об особенностях

своего характера, оценивают собственные поступки и поступки окружающих. В дальнейшем занятия направлены на включение подростков в социально значи мую деятельность, позволяющую им реализовать потребность в признании окружающих, проявить свои лучшие качества и способности. Учащиеся дают определение понятиям «чувства», «эмоции», их роли в жизни человека; получают знания о способах эффективного общения со сверстниками и взрослыми, эффективного взаимодействия с окружающими; изучают различные поведенческие схемы, позволяющие избежать конфликтной ситуации: выявляют негативные последствия наркотизации для профессионального становления человека. Несмотря на то, что занятия не носят прямолинейный характер профилактики против психотропных веществ, то есть напрямую не рассказывают о наркотиках, их классификации, о свойствах табака и алкоголя, подростки, учась понимать себя, окружающих, владеть жизненной ситуацией, противостоять напору со стороны негативного влияния, уже смогут адекватно подойти к этой проблеме. зная, что важнее всего — здоровье, как собственное, так и окружающих.

Содержание 1 модуля обучения

Темы занятий

1. Для чего человеку нужны часы? П. Внимание! Внимание! Ш. Секреты нашей памяти.

lV.Homo sapiens человек разумный. Какой ты человек ?

ХЛ.Что я знаю о себе

Учебная задача - Формирование навыков планирования собственного режима дня с учетом особенностей своей учебной, внеучебной нагрузки, занятости дома и т.д. Освоение навыков развития внимания; формирование представлений подростков о негативном влиянии психоактивных веществ на характеристики внимания. Развитие представлений подростков о роли памяти для успешной деятельности человека и негативных последствий употребления психоактивных веществ для характеристик памяти, МЫШпНИЯ, познавательной деятельности в жизни человека; закрепление представлений о негативном влиянии психоактивных веществ на интеллектуальные способности человека. Развитие представлений подростков о формировании характера и ответственности за свое будущее; формирование умения адекватно оценивать собственные поступки и поступки окружающих. Формирование адекватной самооценки; развитие представлений о роли личной активности человека в достижении желаемого, личной ответственности за происходящее с ним.

Содержание 2 модуля обучения

Темы занятий 1. Радуга эмоций и чувств

П. Как научиться понимать друг друга Ш. Секреты сотрудничества lV. Как избежать конфликта V. Твоя будущая профессия Vl. Здоровьеэто здорово!

Учебная задача : Развитие представлений подростков о роли эмоций и чувств в жизни человека и негативном влиянии психоактивных веществ на способность человека управлять своими эмоциями.

Развитие навыков эффективного общения со сверстниками, освоение эффективных форм поведения в ситуациях, связанных с риском наркогенного заражения Расширение представлений подростков о негативном влиянии психоактивных веществ на взаимодействие людей друг с другом; развитие эффективного взаимодействия с окружающими.()своение подростками поведенческих схем и НаВЫКОВ регуляции своего эмоциональногосостояния в конфликтной ситуа ции. Развитие представлений о негативных последствиях употребления психоактивньгх веществ на профессиональное становление человека. Развитие представлений подростков о положительном влиянии здорового образа жизни на здоровье человека.

Программа нацелена на достижение следующих результатов:

•Полученные знания помогут учащимся понять, почему им нужно заботитьс я о своем здоровье, соблюдать правила здорового образа жизни,

•Подростки научатся управлять своим поведением в различных ситуациях, и збегая конфликтов с окружающими,

• Учащиеся получат знания и навыки, связанные с предупреждением возможного приобщения к использованию одурманивающих веществ, научатся отказыва ться от предложений, которые считают опасными.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 модуль обучения Я, мои друзья и наши увлечения.

1 . 1 . Кто умеет жить по часам? (история часов)

1.2. Всё ли правильно в твоём режиме дня ?

1 .З. Оценка своего эмоционального состояния. Работоспособность человека.

2.1. Виды внимания.

2.2. Свойства внимания.

2.3. Как проверить своё внимание.

2.4. Великая роль внимания.

vy3.l. Память есть кладовая ума.

3.2. 3.3. Виды памяти. 3.4. Как развить память.

4.1 . Век живи, век учись. 4.2. Решение логических задач. 4.3. Творческое мышление. 4.4. Влияние вредных привычек на здоровье человека о 5.1. Самооценка своих способностей. Характер человека.

6.1. Исполнение мечты.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 2 модуль обучения

1. Радуга эмоций и чувств

П. Как научиться понимать друг друга

Ш. Секреты сотрудничества IV. Как избежать конфликта

V. Твоя будущая профессия.

Вот и стали мы на год взрослей!

1.1. Понятия «эмоции» и «чувства». Формы выражения эмоций

1.2. Роль эмоций и чувств в жизни человека.

2.1. Общение со сверстниками 2.2. Общение с взрослыми 2.3. Умей сказать нет

3.1 Сотрудничество эффективный способ взаимодействия с людьми.

3.2 Способы эффективного взаимодействия с окружающими.

3.3 Негативное влияние вредных привычек на взаимодействие людей

4.1. Конфликт. 4.2. 4.3. Как избежать конфликта

5.1. Калейдоскоп профессий. 5.2 Кем быть. 5.3 Влияние вредных привычек на профессиональную деятельность ЗОЖ. Подведение итогов работы

Перечень учебно-методического обеспечения

Сборник образовательных превентивных программ для работы с несовершеннолетними, разработанный ОГОУ «Центр профилактики, реабилита ции и коррекции», Иркутск, 2010 г. 71 с.

Безруких М.М., Макеева А.Е., Филиппова Т.д. Познаю свои способности: 5 КЛаС с: Рабочая тетрадь для учащихся общеобразовательных учреждений.М: Вентана Граф, Просвещение, 2008.56 с.

Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Учусь владеть собой: 6 класс: Рабочая тетрадь для учащихся общеобразовательных учреждений. М: Вентана Граф, Просвещение, 2008.48 с.

Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Все цвета, кроме черного: 56 класс: Пособие для педагогов и родителей: Иркутск, 2014.64 с.