**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 7 д.ИВАНТЕЕВО»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **«Рассмотрено»**  на педагогическом совете  Протокол №1 от  «28» августа 2023 г. |  | **«Утверждено»**  Приказом директора МАОУ «СШ № 7 д.Ивантеево» № 139 от 28 августа 2023 г. |

**Рабочая программа**

***по предупреждению употребления табака и алкоголя***

***«Полезные привычки»***

***для обучающихся 10-11 классов***

Срок реализации 2 года

Составитель: учитель физической культуры

Иванова Л.А.

Ивантеево

2023

**Превентивная программа для 10 – 11 классов «Полезный выбор» Введение. Актуальность разработки курса.**

Модернизация современного образования направлена на совершенствование педагогической системы, так как социально - экономические изменения, происходящие в обществе, требуют нового социального содержания и новых технологий преподавания. В личности современного школьника происходят серьёзные и глубокие изменения. Его интересы и потребности уже не ограничиваются получением разносторонних знаний, которые с развитием компьютерных технологий, он может получать самостоятельно. Старшим школьникам необходимы такие знания, которые дадут возможность понять особенности своей личности, сформировать навыки активной жизненной позиции, осуществить полезный выбор и предположить его возможные последствия, осознать личную ответственность за принятое решение. Эти запросы обучающихся определяют необходимость введения специального курса для учеников 10-11 классов «Полезный выбор».

Данный курс позволит учителю продолжить систематическую воспитательную работу по снижению факторов риска и усилению защитных механизмов старшеклассников. Возможность разговора о насущных проблемах: предстоящей учебе и работе, свиданиях и конфликтах с родителями и сверстниками, создаст подходящие моменты для акцентирования опасных для здоровья ситуаций, и предоставит учителю возможность обратить внимание старшеклассников на ответственное и безопасное поведение, которое позволит сохранить им здоровье *-* важнейшую жизненную ценность человека, залог его благополучия и его долголетия.

**Особенности программы «Полезный выбор».**

Отличительной чертой программы является акцент на формирование полезного выбора из множества его вариантов, личной ответственности обучающегося за свои поступки и здоровье.

**Ключевые понятия:**

- Полезный выбор.

-Личная ответственность.

**Программа направлена на формирование следующих навыков и свойств личности:**

* Положительного образа Я- школьника;
* навыков принятия ответственных решений и эффективного общения;
* навыков сопротивления давлению средств массовой информации и сверстников;
* навыков личностной и социальной компетентности.

Курс «Полезный выбор» базируется на психосоциальном подходе - развитие личностной и социальной компетентности детей.

Теоретическую основу программы составляют научные разработки Бандуры (развитие саморегуляции и самоконтроля через положительное подкрепление приемлемого поведения и подражания ребенка) и Джессора (теория отклоняющегося поведения, обусловленного взаимовлиянием социальных, психологических, физиологических и генетических факторов).

Курс «Полезный выбор» продолжает, развивает и дополняет превентивное обучение, начатое «Полезными привычками» в начальной школе и «Формирование здорового жизненного стиля» в основной шко-е.

Курс «Полезный выбор» включает в себя материалы для учителя, учеников и их родителей. Комплекс материалов позволяет семье и школе придерживаться единого подхода в воспитании.

**Методы обучения: методы превентивного обучения:**

* групповая работа;
* кооперативное обучение;
* мозговой штурм;
* групповая дискуссия;
* ролевое моделирование;
* упражнения - энергизаторы;

**Структура занятия:**

* форма интерактива (тренинг, ролевая игра, коллаж);
* правило группы;
* упражнения - энергизаторы;
* основное упражнение, использование рабочей тетради;
* вспомогательное упражнение;
* рефлексия;
* -обратная связь, выводы. Знания не оцениваются.
* Обратная связь, положительная психологическая атмосфера, анализ уроков обучающимися - важные индикаторы успешности занятия.

**Роль и место дисциплины «Полезный выбор».**

Роль курса - помочь обучающимся увидеть множество возможных вариантов выбора, его положи-тельные и отрицательные стороны, а также осознать свою собственную ответственность за выбранную ли-нию поведения, сформировать навыки активной гражданской позиции.

Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как «Основы Безопасности Жизнедея-тельности», «Обществознание».

Курс «Полезный выбор» адресован классным руководителям для проведения классных часов 10-11 классов и учителям-предметникам для преподавания в качестве предмета вариативной части учебного плана образовательного учреждения.

**Требования к знаниям и умениям:**

Обучающиеся должны знать:

* влияние социальных стереотипов на употребление ПАВ;
* признаки ИПП, меры профилактики;
* проблемы дискриминации и насилия в современном обществе;
* связь между употреблением ПАВ и преступностью;
* осознавать собственные потребности;
* положительные и отрицательные стороны собственного выбора;
* стили семейного воспитания;
* собственные профессиональные предпочтения.

Обучающиеся должны уметь:

* ценить и сохранять своё здоровье и здоровье окружающих;
* преодолевать социальные стереотипы;
* оказывать сопротивление давлению сверстников;
* составлять резюме;
* работать с источниками информации о вакансиях
* правильно вести себя на собеседовании;
* отстаивать собственную точку зрения;
* анализировать социальные ситуации;
* делать обоснованный выбор;
* нести ответственность за принятое решение
* преодолевать жизненные трудности.

**Цель программы:**

Формирование у старшеклассников положительного образа Я, активной жизненной позиции, навыков эффективного общения и принятия рациональных решений в различных жизненных ситуациях.

**Формы организации учебного процесса:**

Программа предусматривает чтение установочных лекций и проведение практических занятий. Особое место в овладении данного курса отводится самостоятельной индивидуальной работе и коллективной групповой работе обучаемых.

**Итоговый контроль:**

Анализ контрольных материалов по основным проблемам курса, представленных в рабочих тетрадях обучающихся.

**Объём и сроки изучения:**

Курс рассчитан на 9 часов лекционно-практических занятий, который изучается в течение полугодия (года).

**Ожидаемые результаты реализации программы:**

1. Повышение уровня воспитанности и правового воспитания обучающихся.

2.Поддержание благоприятной эмоциональной психологической атмосферы в образовательном учреждении.

3.Проявление навыков ЗОЖ в повседневной практической деятельности обучающихся.

**Содержание программы «Полезный выбор» в 10 классе:**

Занятие №1 «Всё меняется». Подростковый период. Перемены. План. Планирование. Ресурсы.

Занятие № 2 «Потребности». Потребность. Качество жизни. Здоровье.

Занятие № 3 «Семья». Семья. Брак. Права и обязанности в семье. Функции семьи. Социальная роль члена семьи.

Занятие № 4 «Отношения с родителями». Стили родительского воспитания.

Занятие № 5 «Как выбрать профессию». Самоопределение. Профессия. Специальность. Должность. Пути достижения профессионального успеха. Безработица -фактор риска употребления ПАВ.

Занятие № 6 «Куда пойти учиться». Профильное обучение. Учебные заведения. Вступительные экзамены.

Занятие № 7 «Инфекции, передающиеся половым путём». ИПП. Пути передачи ИПП. Профилактика ИПП.

Занятие № 8 «Тестирование на ВИЧ». Анонимное тестирование. Конфиденциальное тестирование. Врачебное консультирование.

Занятие №9«Итоговое занятие».

***Учебно* - *тематический план занятий по курсу «Полезный выбор»***

***10 класс***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| тема занятия | количество часов |  |  | форма контроля |
|  |  |  |  |  |
|  | всего | лекции | практика |  |
|  |  |  |  |  |
| Всё меняется | 1 | 0,5 | 0,5 | анкетирование |
| Потребности | 1 | 0,5 | 0,5 | опросник |
| Семья | 1 | 0,5 | 0,5 | интервьюирование |
| Отношения с | 1 | 0,5 | 0,5 | анкетирование |
| родителями |  |  |  | родителей |
| Как выбрать | 1 | 0,5 | 0,5 | мониторинг профес- |
| профессию |  |  |  | сиональных намере- |
|  |  |  |  | ний |
| Куда пойти | 1 | 0,5 | 0,5 | анкетирование |
| учиться |  |  |  |  |
| Инфекции, пере- | 1 | 1 |  | тестирование |
| дающиеся поло- |  |  |  |  |
| вым путём |  |  |  |  |
| Тестирование | 1 | 1 |  | тестирование |
| на ВИЧ |  |  |  |  |
| итоговое | 1 | 1 |  | круглый стол |
| занятие |  |  |  |  |
| Итого | 9 | 6 | 3 |  |
|  |  |  |  |  |

**Содержание программы «Полезный выбор» в 11 классе:**

Занятие №1 «Как искать работу». Вакансия. Поиск информации о работе. Занятие № 2 «Резюме». Резюме. Цель резюме. Структура резюме.

Занятие № 3 «Собеседование». Собеседование. Цель собеседования. Невербальные признаки поведения. Внешний вид. Поведение. Вежливость в разговоре. Навыки эффективного общения.

Занятие № 4 «Социальные стереотипы». Социальный стереотип. Типичные социальные стереотипы мужского и женского поведения. Влияние СМИ на формирование стереотипа. Социальные стереотипы и проблемы употребления ПАВ. Роль социальных стереотипов.

Занятие № 5 «Дискриминация, сила, власть». Дискриминация. Привилегия. Санкционирование. Социальные группы в обществе. Социальная обусловленность отношений власти.

Занятие № 6 «Свидания». Насилие. Ревность. Жестокость. Влияние ПАВ на сексуальную активность.

Занятие № 7 «Это должен знать каждый (часть 1)». Взаимоотношения мужчины и женшины. Изнасилование. Правила личной безопасности.

Занятие № 8 «Это должен знать каждый (часть 2)». Предвестники криминального будущего человека. Учреждения экстренной помощи. Телефоны служб спасения.

Занятие № 8 «Итоговое занятие».

***Учебно - тематический план занятий по курсу «Полезный выбор»***

***11 класс***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Тема занятия | Количество часов | | | Форма контроля |  |
|  | всего | лекции | практика |  |  |
| Как искать работу | 1 | 0,5 | 0,5 | Опросник |  |
| Резюме | 1 | 0,5 | 0,5 | Резюме |  |
| Собеседование | 1 | 1 |  | Интервьюирование |  |
| Социальные стереотипы | 1 | 0,5 | 0,5 | Ситуационные задачи |  |
| Дискриминация, сила, власть | 1 | 0,5 | 0,5 | Анкетирование |  |
| Свидания | 1 | 0,5 | 0,5 | Ситуационные задачи |  |
| Это должен знать каждый | 1 | 0,5 | 0,5 | Тестирование |  |
| (часть 1) |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Это должен знать каждый | 1 | 0,5 | 0,5 | Тестирование |  |
| (часть 2) |  |  |  |  |  |
| итоговое занятие | 1 | 1 |  | круглый стол |  |
| итого | 9 | 5,5 | 3,5 |  |  |

**Список литературы:**

Полезный выбор. Учебное пособие для 10 и 11 классов по предупреждению употребления наркотиков. Под ред. О.Л. Романовой. - М.: Полимед, 2003.

Полезный выбор. Учебное пособие для учителя по предупреждению употребления наркотиков. Под ред. О.Л. Романовой. - М.: Полимед, 2003.

Полезный выбор. Тетрадь для родителей по предупреждению употребления наркотиков. Под ред. О.Л. Романовой. - М.: Полимед, 2003.

Полезный выбор. Тетрадь для родителей по предупреждению употребления наркотиков. Под ред. О.Л. Романовой. - М.: Полимед, 2003.

Теоретические, методологические и практические основы альтернативной употреблению наркотиков активности несовершеннолетних и молодёжи. Под ред. Н.А.Сирота, В.М.Ялтонского. - М. «Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания», 2004.

Зарубежный опыт первичной профилактики злоупотребления психоактивными веществами среди несовершеннолетних. Под ред. Л.С. Шпиленя, Н.А.Гусева и др - М. «Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания», 2004.

Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. Под ред. М.В.Антроповой, Е.А. Бабенковой и др. - М. «Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания», 2004.

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

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

**Мониторинг**

Анкетирование (см. анкету 1) перед проведением курса позволяет сориентироваться в ситуации по употреблению ПАВ внутри конкретной группы. Заключительная анкета (cм. анкету 2) позволяет приблизительно оценить эффективность курса и качество его проведения. Сбор результатов анкетирования на протяжении ряда лет может оказать школе помощь в оценке общих тенденций употребления подростками психоактивных веществ и эффективности профилактической работы в целом.