

Министерство образования и науки Челябинской области
Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Дом учащейся молодежи «Магнит»

Программа принята на
Педагогическом совете
протокол № 1 от 26.08.2019



УТВЕРЖДАЮ:
Директор ГБУДО ДУМ «Магнит»
Л.А. Летучева

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

Дискуссионный клуб «Вас это касается»
(наименование программы)

Направленность: социально-педагогическая
(наименование направленности программы)

Срок освоения программы: 1 года
Возрастная категория учащихся: 15-18 лет

Автор-составитель: Никулина
Дарья олеговна, педагог
дополнительного образования

г. Магнитогорск, 2019 г.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Нормативная база: Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа дискуссионного клуба «Вас это касается» разработана с учетом Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»; Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»; Письма Минобрнауки РФ от 11.12.2006 N 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования обучающихся»; муниципальных правовых актов.

Направленность (профиль) программы: Данная программа по содержанию имеет социально-педагогическую направленность. В ее рамках происходит обеспечение процессов эффективного межличностного взаимодействия, раскрытие интеллектуального и личностного потенциала обучающихся и поддержка их психического здоровья, социальная адаптация, формирование знаний об основных сферах современной социальной жизни, создание условий для развития коммуникативной, социально успешной личности.

Актуальность: На сегодняшний день профилактика рискованного поведения в его различных формах является одной из приоритетных задач психолого-педагогического сопровождения становления личности учащихся. Необходимость осуществления данной программы в образовательных учреждениях обусловлена прогрессивно нарастающими требованиями социальной среды, что вызывает появление массовых состояний психоэмоционального напряжения, увеличение форм саморазрушающего поведения у учащихся. Находясь под воздействием хронических, непрерывно возрастающих интенсивных стрессовых ситуаций, они не готовы к их преодолению и страдают от их последствий. В данной программе затрагивается более глубокий пласт факторов защиты от рискованного поведения – нравственные ценности и ориентиры обучающихся, которые являются личностным ядром совершаемых ими поступков и принимаемых решений, формированию жизненных навыков, которые позволили бы сохранить свою индивидуальность и сформировать здоровый и эффективный жизненный стиль.

Педагогическая целесообразность заключается в создании особой развивающей среды для успешной адаптации учащихся, а также для развития навыков отказа от ПАВ, что тем самым способствует к приобщению обучающихся к ЗОЖ. Располагая большими информационными ресурсами, наши тренинговые занятия способны внести значительный вклад в работу по пропаганде здорового образа жизни, профилактике наркомании, ВИЧ/СПИДа, злоупотребления психоактивными веществами среди учащихся. Таким образом, именно сейчас, когда молодежь охвачена наркоманией и алкоголизмом, подвергается воздействию криминальных структур, оказывается в группе риска по заболеванию ВИЧ/СПИДом, самое главное – предложить ей альтернативный образ жизни, наполненный творчеством.

Отличительные особенности программы. Занятия проходят в интерактивной и тренинговой форме, что позволяет обучающимся чувствовать себя спокойнее и увереннее. Другим важным компонентом программы является свободная активность обучающихся в рамках разнообразных коммуникативных и проблемных ситуаций. Важно не ограничивать активность учащихся, но ненавязчиво ее направлять и контролировать по времени и содержанию. Кроме того, важно понимать, что процессы взаимоотношения в группе, актуализация и развитие ресурсной, ценностно-смысловой и мотивационной сферы у обучающихся будут развиваться очень интенсивно. Педагог несет ответственность за продуктивность и позитивное направление развития обучающихся,

поэтому необходимо иметь профессиональное представление о развитии данной возрастной группы и обладать профессиональным умением прогнозировать его динамику, выстраивая адекватную стратегию управления процессом.

Уровень освоения: стартовый

Адресат программы – обучающиеся 1 курса ПОО.

Форма обучения – очная.

Срок освоения программы и объем программы: 1 год обучения 144 часа.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 ак. часа (ак. час – 45 мин.)

1.2. Цель и задачи программы

Цель - создание условий для успешной адаптации в социуме и формирование нравственных личностных качеств первокурсников; развитие концептуально обоснованного системного подхода к профилактике злоупотребления психоактивными веществами среди студентов.

Образовательные:

- информирование о действиях и последствиях злоупотребления наркотическими и психоактивными веществами, причинах и формах заболеваний, связанных с ними (ВИЧ/СПИД).
- формирование навыков избегания ситуаций, связанных с употреблением наркотиков, других психоактивных веществ и другими формами саморазрушающего поведения, за счет пропаганды здорового образа жизни.
- формирование умения ставить перед собой краткосрочные и перспективные цели.
- развитие навыков отстаивания своих границ и защиты своего персонального пространства.

Развивающие:

- развитие навыков бесконфликтного и эффективного межличностного взаимодействия, повышения уверенности в себе.
- увеличение степени самостоятельности подростков, их способности контролировать свою жизнь и более эффективно разрешать возникающие конфликты и проблемы.
- развитие групповой сплоченности, создание благоприятного психологического климата в коллективе.
- развитие позитивного отношения к себе, критической самооценки и позитивного отношения к возможностям своего развития.

Воспитательные:

- создание условий для открытого доверительного общения, восприятия информации, творческой атмосферы работы.
- воспитание гражданских качеств и толерантности у подростков через организацию социально значимой деятельности.
- координация совместной работы образовательного учреждения и дискуссионного клуба.

Здоровьесохраняющие (здоровьеразвивающие):

- приобщение к здоровому образу жизни.

1.3. Учебный (тематический) план

| № | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы аттестации/ контроля |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------|----------|---------------------------------------------------------------|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1 | Раздел 1. Вводное занятие | 4 | 2 | 2 | - |
| 1.1 | Знакомство. Представление программы. | 2 | 1 | 1 | Анкетирование, выполнение практических упражнений |
| 1.2 | Тимбилдинг на командообразование | 2 | 1 | 1 | Педагогическое наблюдение, выполнение практических упражнений |
| 2 | Раздел 2. Понятие личности. | 6 | 3 | 3 | - |
| 2.1 | Понятие и модель развития личности. | 2 | 1 | 1 | Фронтальный опрос |
| 2.2 | Оптимист или пессимист, кто вы? Тренинг личностного роста. | 3 | 1 | 2 | Тест-диагностика, выполнение практических упражнений |
| 2.3 | Актуализация внутренних ресурсов и развитие положительных нравственных качеств личности. | 1 | 1 | - | Беседа |
| 3 | Раздел 3. Эмоциональная сфера личности (чувства, эмоции, аффекты, настроения). | 8 | 2 | 4 | - |
| 3.1 | Чувства и их идентификация. Умение выражать и контролировать чувства. | 4 | 1 | 3 | Педагогическое наблюдение, выполнение практических упражнений |
| 3.2 | Развитие адаптивных способностей в социуме (стрессоустойчивость). | 4 | 1 | 3 | Тест-диагностика, выполнение практических упражнений |
| 4 | Раздел 3. Межличностные отношения | 16 | 8 | 8 | - |
| 4.1 | Практические навыки конструктивного взаимодействия со сверстниками. | 4 | 2 | 2 | выполнение практических упражнений |
| 4.2 | Обучение навыкам позитивного, эффективного общения. | 2 | 1 | 1 | Тест—диагностика, выполнение практических упражнений |
| 4.3 | Вербальное и невербальное общение. | 2 | 1 | 1 | Выполнение контрольных упражнений |

| | | | | | |
|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|-----------|---------------------------------------------------------------|
| 4.4 | Невербальное общение «Мимика и жесты». | 2 | 1 | 1 | выполнение практических упражнений |
| 4.5 | Ненормативная лексика (сленг). | 2 | 1 | 1 | выполнение практических упражнений |
| 4.6 | «Искусство слушать» - формирование культуры внимательного слушателя. | 2 | 1 | 1 | Проектное задание. Защита проектов |
| 4.7 | «Мы живем среди людей» (формирование представления о различных вариантах общения, этической культуры) | 2 | 1 | 1 | Педагогическое наблюдение. выполнение практических упражнений |
| 5 | Раздел 5. Конфликт и его виды | 6 | 2 | 4 | - |
| 5.1 | Что такое конфликт? Стили поведения в конфликте. | 2 | 1 | 1 | Тест-диагностика, выполнение практических упражнений |
| 5.2 | Пути решения конфликтов. Закрепление практических навыков. | 4 | 1 | 3 | выполнение практических упражнений |
| 6 | Раздел 6. Самооценка | 6 | 3 | 3 | - |
| 6.1 | «Какой Я? И Я глазами других». | 2 | 1 | 1 | Тест-диагностика, выполнение практических упражнений |
| 6.2 | Уверенность в себе. | 2 | 1 | 1 | Тест-диагностика, выполнение практических упражнений |
| 6.3 | Ответственность за себя и свои поступки. | 2 | 1 | 1 | Фронтальный опрос. Деловая игра |
| 7 | Раздел 7. Понятие зависимости | 24 | 10 | 14 | - |
| 7.1 | Физическая и психическая зависимость. | 6 | 2 | 4 | Тест-диагностика, выполнение практических упражнений |
| 7.2 | «Наркотики. Не влезай - убьет!». | 4 | 2 | 2 | выполнение практических упражнений Фронтальный опрос. |
| 7.3 | Алкоголь и последствия его употребления. Ролевая игра «Алкоголь в семье». | 4 | 2 | 2 | выполнение практических упражнений |
| Промежуточная аттестация | | 4 | 2 | 2 | Интеллектуальная викторина. Дискуссия |

| | | | | | |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|----------|----------------------------------------------------------|
| 7.4 | Раздел 7. Понятие зависимости (продолжение). Думаем о будущем сегодня. Профилактика табакокурения. | 4 | 2 | 2 | выполнение практических упражнений. Защита проектов. |
| 7.5 | Компьютер – польза или вред? | 4 | 1 | 3 | выполнение практических упражнений |
| 7.6 | Гаджет – зависимость (мобильная зависимость). | 2 | 1 | 1 | выполнение практических упражнений |
| 8 | Раздел 8. Кризисные ситуации и пути выхода из них | 6 | 2 | 4 | - |
| 8.1 | Кризис – выход есть всегда! Приемы и методы преодоления кризисных ситуаций. | 3 | 1 | 2 | выполнение практических упражнений |
| 8.2 | На пути к правильному решению. | 3 | 1 | 2 | Проектные работы. Защита проектов. |
| 9 | Раздел 9. Межполовые взаимоотношения | 12 | 6 | 6 | - |
| 9.1 | Воспитательное занятие о взаимоотношениях «Любовь спасет мир» | 2 | 1 | 1 | выполнение практических упражнений |
| 9.2 | Есть ли настоящая любовь? Любовь или влюбленность? | 3 | 2 | 1 | Педагогическое наблюдение |
| 9.3 | Репродуктивное здоровье (ИППП). | 3 | 2 | 1 | Анкетирование. Беседа. |
| 9.4 | Семья и семейные ценности. Отношения в браке. | 2 | 1 | 1 | выполнение практических упражнений |
| 9.5 | Квест – путешествие: «Любовь в ладонях». | 2 | - | 2 | выполнение практических упражнений |
| 10. | Раздел.10. Профилактика ВИЧ/СПИДа | 6 | 2 | 4 | - |
| 10.1 | ВИЧ/СПИД. Знать, чтобы жить. Пути передачи. | 2 | 1 | 1 | Фронтальный опрос. Выполнение практических упражнений |
| 10.2 | Толерантное отношение к людям, живущим с ВИЧ. | 2 | 1 | 1 | Беседа. Выполнение практических упражнений |
| 10.3 | Просмотр х/ф «Дневник Насти», обсуждение. | 2 | - | 2 | Дискуссия, педагогическое наблюдение |
| 11 | Раздел 11. Групповое давление и манипуляции | 12 | 4 | 8 | - |

| | | | | | |
|------|---------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-----------|---------------------------------------------------------------|
| 11.1 | Понятие, особенности и виды группового давления. | 2 | 1 | 1 | выполнение практических упражнений |
| 11.2 | Практическое занятие «Умей сказать «Нет»!». | 4 | - | 4 | выполнение практических упражнений. Беседа |
| 11.3 | «Осторожно, манипуляции!». манипуляционные методики и противостояние им. | 6 | 2 | 4 | выполнение практических упражнений |
| 12 | Раздел 12. Целеполагание и жизненные ценности | 10 | 3 | 7 | - |
| 12.1 | «Мой путь – мой выбор». | 2 | 1 | 1 | выполнение практических упражнений. Дискуссия |
| 12.2 | Просмотр и обсуждение фильма «Борцу не больно». | 2 | - | 2 | Дискуссия и педагогическое наблюдение |
| 12.3 | Ценность жизни. | 4 | 1 | 3 | выполнение практических упражнений |
| 12.4 | Позитивное мышление. «Давай дерзай!». | 2 | 1 | 1 | выполнение практических упражнений |
| 13. | Раздел 13. Мы за здоровый образ жизни! | 10 | 2 | 8 | - |
| 13.1 | Составляющие нашего здоровья. | 6 | 2 | 4 | Групповые проекты |
| 13.2 | Показ и обсуждение видеороликов о ЗОЖ. | 2 | - | 2 | Фронтальный опрос |
| 13.3 | Общее мероприятие «Мы за «ЗОЖ!». | 2 | - | 2 | Общее мероприятие |
| 14 | Раздел 14. Лидерство | 18 | 6 | 12 | - |
| 14.1 | Раскрытие лидерского потенциала. Развитие лидерских качеств. | 4 | 2 | 2 | Тест-диагностика. Беседа. |
| 14.2 | «Лидер как эффективный коммуникатор». | 2 | 1 | 1 | выполнение практических упражнений |
| 14.3 | Освоение практических навыков активного стиля общения, умения убеждать. | 4 | 2 | 2 | выполнение практических упражнений |
| 14.4 | Эффективное взаимодействие в команде и развитие навыков общения в группе. | 2 | - | 2 | Педагогическое наблюдение, выполнение практических упражнений |
| 14.5 | Практические занятия по мобилизации группы на совместное решение задач. | 2 | - | 2 | выполнение практических упражнений |

| | | | | | |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------|-----------|------------------------------------|
| 14.6 | «Лидер переговоров». Интегрировать группу за счет осознания коллективной ответственности и включенности в совместную деятельность; потренироваться в выработке совместной стратегии и тактики успеха. | 4 | - | 4 | выполнение практических упражнений |
| Промежуточная аттестация | | 4 | - | 4 | Презентация проектов |
| Итоговая аттестация | | 2 | 2 | - | Итоговое тестирование |
| Итого: | | 144 | 59 | 85 | - |

1.4. Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие

Тема. 1. Знакомство. Представление программы.

Теория. Знакомство. Представление программы дискуссионного клуба «Вас это касается». Демонстрация модели поведения на занятиях, информирование группы по основным вопросам, связанным с программой, формирование мотивации к работе по программе.

Практика. Интерактивная игра на знакомство «Давайте познакомимся – Чемодан откровений». Анкетирование - диагностика исходного уровня нравственных представлений.

Тема. 2. Тимбилдинг на командообразование.

Теория – Понятие «команда» - эффективное взаимодействие, понимание и доверие друг к другу. Психологическая разгрузка.

Практика. Тимбилдинг на сплочение группы. Упражнение «Чем мы похожи». Игра «Одеяло», «Платформы», «Смайлик», «Неразлучные друзья», «На льдине». Задание «Упражнения с веревками», «Мешки – ловилки», «Пронести мяч всей командой». Упражнение «Распутайте узел». Игра «Переход через болото».

Раздел 2. Понятие личности.

Тема. 1. Понятие и модель развития личности.

Теория. Изучение понятий и терминов: «индивид», «индивидуальность», «личность», структура личности, типы личности, «эго», «супер-эго». Социально значимые свойства и качества личности.

Практика. Дискуссия «Уникальность и своеобразие каждого человека» - определить понятие «личность». Практические упражнения «Я -...», «Что такое личность?» «Похвала по кругу». Упражнение «Интересное – полезное».

Тема. 2. Оптимист или пессимист, кто вы? Тренинг личностного роста.

Теория: Раскрыть значение понятий «жизнерадостный человек», «оптимист», «пессимист»; рекомендации по развитию уверенности в себе и умению анализировать чувства и поступки, жизненные установки.

Практика: Работа в группах с карточками-ситуациями. Тренинговые упражнения по личностному росту. Тест-диагностика «Оптимист или пессимист?». Упражнения «Моя визитная карточка», «Пессимист, Оптимист, Шут», «Комиссионный магазин», «В чем мне повезло в этой жизни», «Калоши счастья».

Тема. 3. Актуализация внутренних ресурсов и развитие положительных нравственных качеств личности.

Теория. Потребность и мотив нравственного поведения, обогащение эмоционального мира. Мораль и целесообразность моральных норм, значимость воспитания в себе положительных нравственных качеств. Анализ собственных нравственных качеств.

Практика: Не предусмотрена учебным планом.

Раздел 3. Эмоциональная сфера личности (чувства, эмоции, аффекты, настроения).

Тема. 1. Чувства и их идентификация. Умение выражать и контролировать чувства.

Теория. Знакомство с понятиями «чувства» «эмоции», «настроение», с видами эмоций.

Практика. Проведение тренинга: «Способы и умение выражения и контроля чувств».

Работа на закрепление темы в группах. Тренинги на приобретение и развитие умений владеть и управлять своими эмоциями (Приветствие «Погода»), развитие у учащихся интереса к собственной личности. Выполнение упражнений: «Слова, обозначающие чувства», «Три плана», «Точно ли мы можем определить, что чувствует другой», «Солнце и планеты», «Парадокс», «Выражение чувств», «Мой эмоциональный портрет». Задание для самостоятельной работы: «Анализ негативных эмоций».

Тема. 2. Развитие адаптивных способностей в социуме (стрессоустойчивость).

Теория: Ознакомить с понятием «стресс» и способами его устранения. Ознакомить с приемами саморегуляции.

Практика: Тренинговые упражнения на осознание эмоционального состояния и приемы саморегуляции по технологии «Шесть пар обуви образа действий». Упражнение «Зато...».

Тест «Стессоустойчивость личности».

Раздел 4. Межличностные отношения

Тема. 1. Практические навыки конструктивного взаимодействия со сверстниками.

Теория: Понятие - взаимодействие (умение работать в коллективе и индивидуально, коммуникативная компетентность учащихся). Формы и методы общения.

Практика: Отработка навыков работы в коллективе, сотрудничества с помощью практических упражнений: «Дары учения», «Обратная связь», «География команды», «Письмо-история», «Подсолнух». Беседа «Планы на будущее» (закрепление коммуникативных умений и навыков участниками тренинга и настройка их на активное и продуктивное общение в будущем).

Тема. 2. Обучение навыкам позитивного, эффективного общения.

Теория. Ознакомление с методами конструктивного реагирования на привычные и сложные ситуации в общении. Беседа и рассуждения о правильном использовании главных качеств общения, правилах успешного убеждения другого человека и ведении конструктивного диалога.

Практика. Проведение тренинговых упражнений направленных на привитие навыков позитивного, эффективного общения. Упражнения на отработку индивидуальных стратегий и тактик эффективного общения. «Я пришел к тебе с приветом», «Как понравиться», «Первое впечатление», «Информация». Рефлексия занятия. Тест «Умение излагать свои мысли». Тест «Атмосфера в группе». «Составление программы и подбор упражнений для саморегуляции». Психогимнастика «Лесной телефон».

Тема. 3. Вербальное и невербальное общение.

Теория: Виды общения. Функции, стратегии, тактики вербального общения. Зоны общения. Потеря информации при общении. Диалоговое взаимодействие. Как организовать дискуссию. Невербальное общение. Многообразие жестов, их виды.

Практика: Практические и тренинговые упражнения по теме: «Диагноз», «Установление ролевой структуры», «Точка зрения», «Соблюдение правил дискуссии», «Техника дискуссии».

Тема. 4. Невербальное общение «Мимика и жесты».

Теория. Просмотр и обсуждение видеоматериала по невербальному общению «Пойми меня без слов». Знакомство с техникой оптимального жестикулирования, использования невербальных средств общения для установления контакта. Понимание «языка телодвижений».

Практика. Работа с карточками в парах «О чем говорят нам мимика и жесты?». Упражнения: «С чего начать», «Запрет на жесты», «Зеркальное отражение», «Наша мимика, или Читаем лицо», «Общение без слов».

Тема. 5. Ненормативная лексика (сленг).

Теория. Культура речи. Ненормативная лексика.

Практика. Практические упражнения «Сила языка». Дискуссия. Обсуждение за «Круглым столом». Упражнение «Чему я научился». Дискуссия «Проблема использования ненормативной лексики».

Тема. 6. «Искусство слушать» (формирование культуры внимательного слушателя).

Теория. Что такое внимательный слушатель.

Практика. Тренинговые упражнения по формированию культуры внимательного слушателя: «Оказываем знаки внимания собеседнику», «Слушаем тишину», «Испорченный телефон», «Уровни слушания», «Упражняемся в активном слушании». «Оценка собственной манеры слушать». Проектное задание «Составить программу развития своих слушательских навыков».

Тема. 7. «Мы живем среди людей»

Теория. Представление об обществе, нормах поведения в нем, понятия эмпатии и продуктивного общения. Различные варианты человеческого общения, развитие этической культуры учащихся.

Практика. Приветствие «Мое настроение». Тренинговые упражнения, направленные на воспитание доброжелательного отношения друг к другу, формирование представления о различных вариантах человеческого общения, развитие этической культуры учащихся: «Доверие», «Тренируем наши реакции», «Сидящий и стоящий», «Сказочный образ».

Раздел 5. Конфликт и его виды.

Тема. 1. Что такое конфликт? Стили поведения в конфликте.

Теория. Понятие «конфликт», виды конфликта, причины конфликтов, стили поведения в конфликте. Способы регулирования конфликтов. Различные стратегии: Соревнование (конкуренция) - человек сосредотачивает внимание только на своих интересах, полностью игнорируя интересы других. Данная стратегия вызывает негатив со стороны других людей. Избегание (уклонение)- человек показывает отсутствие внимания как к своим интересам, так и к другим. Он откладывает разрешение конфликта, надеясь, что ситуация разрешится сама собой. Компромисс - достижение «половинчатой» выгоды каждой стороной. Люди идут на взаимные уступки. Сотрудничество - учитываются интересы обеих сторон, находится взаимоприемлемый вариант, который устраивает обоих.

Приспособление - человек отступает от своей точки зрения и соглашается с интересами другого, лишь бы не ссориться.

Практика. Решение проблемных и ситуационных задач: учебная дискуссия по технике аквариума «Агрессивное поведение подростков». Тест «Конфликтны ли вы?».

Тема. 2. Пути решения конфликтов. Закрепление практических навыков.

Теория. Понятия амбивалентного смысла конфликтов (положительного и отрицательного). Эффективность применения различных стратегий поведения в зависимости от ситуаций,

выраженности интересов людей, вовлеченных в конфликт. Метод кейс-технологии «Стратегии выхода из конфликтных ситуаций».

Практика. Просмотр видеосюжетов и обсуждение:

Видеосюжет: В кино или на каток?: Эмоции и оскорбления не помогают в решении конфликта. Разные способы поведения в конфликте приводят к разным результатам.

Основные принципы поведения в конфликте.

Видеосюжет: 100 рублей.

Анализ сюжета: Конфликтная ситуация. Обсуждение вариантов поведения. Какие способы использовались для решения конфликта? Насколько эффективен каждый из них? Умение сказать «НЕТ» - это важный навык в конфликтных ситуациях. Какие еще варианты поведения в этой конфликтной ситуации ты можешь предложить? Подумайте все варианты.

Видеосюжет: Интернет и родители. Варианты поведения.

Видеосюжет: Девушка и друг. Анализ ситуации: Интересы девушки и молодого человека противоречат интересам другого молодого человека. Ситуация осложняется тем, что эти молодые люди друзья. Варианты поведения.

Видеосюжет: Уборка комнаты. Конфликтная ситуация: Сестру раздражает неубранная комната брата, а ему не хочется заниматься уборкой, а также, чтобы в его комнате убирались без него. Конфликт начинает сестра, наведя порядок в комнате без разрешения и выкинув какие-то вещи брата. Варианты поведения брата.

А какой твой вариант поведения в этой конфликтной ситуации? На месте брата? На месте сестры? Почему?

Видеосюжет: Три двойки. Мы видим, что еще до начала конфликта учительница раздражена. Как вести себя в подобной ситуации?

Главное, в любой конфликтной ситуации постараться перевести ее с эмоционального уровня на рациональный. А перед этим ответить себе на вопросы. Чего вы хотите добиться, что для вас будет наиболее хорошим результатом.

Выводы:

Мы рассмотрели только основы принципов поведения в конфликте. Но если их выполнять, то конфликтные ситуации с родителями, учителями и сверстниками будут разрешаться легче и с лучшими результатами.

Раздел 6. Самооценка.

Тема.1. «Какой Я? И Я глазами других».

Теория. Представление о самооценности человеческого «Я», понятие «самооценка», «завышенная», «адекватная», «заниженная». Способы самопомощи (способы распознавания своих потребностей, способы удовлетворения своих потребностей).

Практика. Работа в группах «Определение уровня самооценки». Групповая дискуссия «Как мы поддерживаем и улучшаем свою самооценку». Упражнение «На какой я ступеньке?», «Самооценка», «Без маски», «Познаю себя». Методика для определения самооценки учащихся. Рефлексия занятия. «Самораскрытие».

Тема. 2. Уверенность в себе.

Теория. Понятие личностного роста. Разрешение внутренних конфликтов. Самоактуализация личности. Интерес к самопознанию. Личностный рост по результату. Появление новых форм самореализации. Советы Д. Карнеги «Как добиться успеха».

Практика. Тренинговые упражнения по развитию уверенности. Упражнение «Обретение уверенности в себе» «Внимание! Позитив!» Интерактивная игра «Я в будущем». Работа с самовосприятием, с представлениями о себе, (организация позитивной обратной связи.). Тест-диагностика «Моя самоуверенность».

Тема. 3. Ответственность за себя и свои поступки.

Теория. Рассмотреть основные понятия «свобода», «ответственность», «выбор».

Практика. Приветствие «Книга рекордов». Беседа «Учимся брать и нести ответственность за себя и свои поступки». Деловая игра «Поступки и ответственность».

Раздел 7. Понятие зависимости.

Тема. 1. Физическая и психическая зависимость.

Теория. Зависимость. Виды зависимости. Физическая и психическая зависимость. Определение ПАВ.

Практика. Работа в группах. Игра «Полет в будущее», «В открытом будущем», «Большая книга идей». Тест-диагностика «Сможешь ли ты устоять?». Анализ занятия. «Мозговой штурм».

Тема. 2. «Наркотики. Не влезай - убьет!».

Теория. Понятие наркомании. Понятие «Легальные» и «нелегальные» наркотики.

Определение наркомании. Причины употребления наркотиков. Развитие заболевания – наркомания. График эмоциональной тональности человека, принимающего ПАВ.

Практика. Дискуссия. Моделирование ситуаций, ролевые и тематические игры по теме. Игра «Сюрприз».

Тема.3. Алкоголь и последствия его употребления. Ролевая игра «Алкоголь в семье».

Теория. Алкоголь и последствия его употребления. Ознакомить учащихся с основными сведениями об опасности алкоголя для организма.

Практика. Тест «Об алкоголе». Работа в группах «Найти выход из ситуации». Практическая работа: работа с таблицей «Аргументы «за» и «против». Упражнение «Незаконченное предложение». Ролевая игра «Алкоголь в семье». Рефлексия. Голосование.

Тема. 4. Думаем о будущем сегодня. Профилактика табакокурения.

Теория. Вред табачных изделий и их влияние на организм человека.

Практика. Мозговой штурм «Причины курения». Упражнение «Правдивая реклама». Упражнение: «Сказка - антиреклама курения», «Научная лаборатория». Работа в группах «Проект профилактика курения в нашем городе». Презентация проектов. Упражнение «Принятие решения».

Тема.5. «Компьютер – польза или вред?»

Теория. Ознакомить учащихся с определением «компьютерная зависимость»; Теоретическое изучение проблемы компьютерной зависимости. Информирование о последствиях злоупотребления компьютером.

Практика. Упражнение «Рисунки» (визуализация представлений учащихся о компьютерной зависимости). Ролевая игра «Игра» Работа в группах. Дебаты: как считаете - Интернет друг или враг?

Тема.6. Гаджет – зависимость (мобильная зависимость).

Теория. Гипотезы и достоверные данные о вредных воздействиях мобильного телефона на организм человека. Психологическая зависимость от мобильного телефона. Правила по эксплуатации и пользованию телефоном. Меры профилактики и защиты. Правила мобильного этикета.

Практика. Работа в группах. Дебаты «Чем опасен телефон?».

Раздел 9. Кризисные ситуации и пути выхода из них

Тема.1. Кризис – выход есть всегда! Приемы и методы преодоления кризисных ситуаций.

Теория. Приемы и методы преодоления кризисных ситуаций.

Практика. Игра «Выйди из круга». Дискуссия по методу Джеффа. Проблема «Отцов и детей». Практикум «Тренинг разрешения проблемных ситуаций». Упражнение «Коробочка».

Тема.2. На пути к правильному решению.

Теория. Обсуждение вопросов: Зачем нужно выбирать? Что влияет на выбор? Всегда ли у человека есть выбор? Какие проблемы возникают при совершении выбора? Какими качествами должен обладать человек, чтобы делать осознанный выбор?

Практика. Упражнение «Паутина проблем». Проект «Портрет поколения».

Раздел 10. Межполовые взаимоотношения

Тема. 1. Взаимоотношения. «Любовь спасет мир».

Теория. Понятие «истинная любовь» и ее существенные признаки, проявления. Понятие и особенности межполовых взаимоотношений. Сущности нравственных норм.

Практика. Упражнение «Женственность и мужественность». Проблемная беседа - дискуссия «Современные представления о мужественности и женственности». Тестовые ситуации «Особенности поведения мужчин и женщин». Упражнение «Сердечки».

Тема. 2. Любовь или влюбленность? Есть ли настоящая любовь?

Теория. Любовь без взаимности. «Как пережить расставание».

Практика. Упражнение «Это хорошо, это плохо...», «Древо мудрости».

Тема. 3. Репродуктивное здоровье (ИППП).

Теория. Познакомить с понятием «репродуктивное здоровье», «ИППП». Контрацепция. Профилактика ранней беременности. Профилактика заболеваний передающихся половым путем. Физиологические, психологические и социальные проблемы ранней беременности. Причины ранней беременности. Чем опасна ранняя беременность. Аборт и его последствия.

Практика. Анкета «Охрана репродуктивного здоровья». Беседа «Причины ранней беременности». Мозговой штурм «Выбор. Способы выражения любви и взаимной симпатии».

Тема. 4. Семья и семейные ценности. Отношения в браке.

Теория. Понятие семьи и ответственного отношения к внутрисемейному общению. Нормы, регулирующие отношения в семье. Семья как социальный институт. Традиционные семейные ценности. Тенденции развития семьи в современном мире. Государственная политика поддержки семьи. Роль семьи в обществе. Навыки решения внутрисемейных конфликтов. Актуализация ресурсного значения родственных связей

Практика. Игра «Ассоциация». Работа в группах. Обсуждение по теме с элементами дискуссии. Самостоятельная группа.

Тема. 5. Квест – путешествие: «Любовь в ладонях».

Теория: Не предусмотрена учебным планом.

Практика: Общее мероприятие. Квест-путешествие по этапам.

1 этап: Не тратьте жизнь на тех, кто вас не ценит, на тех, кто вас не любит (как безболезненно разорвать взаимоотношения).

2 этап: Любовь стоит того, чтобы ждать! (близкие взаимоотношения).

3 этап: Знакомство и первое свидание.

4 этап: Любовь - это твой выбор.

5 этап: Если у вас закончилась любовь, будьте уверены – она у вас ещё не начиналась.

Раздел.11. Профилактика ВИЧ/СПИДа

Тема.1. ВИЧ/СПИД. Знать, чтобы жить. Пути передачи.

Теория. Выяснить первоначальный уровень информированности и сообщить достоверную информацию о ВИЧ/СПИДе, путях передачи и способах профилактики. Научить избегать ситуаций с высокой степенью риска

Практика. Упражнение на мотивацию участия в тренинге и на выяснение уровня информированности по теме ВИЧ/СПИД. Упражнение «Каждые 5 секунд – один человек с ВИЧ», Ролевая игра «Эпидемия». Упражнение: «Степень риска заражения ВИЧ».

Тема.2. Толерантное отношение к людям, живущим с ВИЧ.

Теория. Беседа «ВИЧ не передается через дружбу».

Практика. Письмо ВИЧ- инфицированного, обсуждение (для мальчиков и для девочек). Ролик «Жизнь прекрасна!», рефлексия.

Тема.3. Просмотр х/ф «Дневник Насти», обсуждение.

Теория. Не предусмотрена учебным планом.

Практика. Просмотр х/ф «Дневник Насти». Обсуждение х/ф «Дневник Насти. Вопросы к обсуждению:

1. Часто ли подобное происходит среди знакомых вам молодых людей?
2. Предлагали ли вам попробовать наркотики ваши знакомые?
3. Как вы думаете, возможно ли противостоять наркотикам, так как это показано в фильме.
4. Может ли ВИЧ передаваться через прикосновение или обычный контакт?
5. Как передается ВИЧ?
6. Как вы думаете, Костя поступил правильно или нет? Что вы думаете о роли Пикселя в этой истории?
7. Есть ли право у живущих с ВИЧ, право на конфиденциальность?
8. Как следует поступить ребятам сейчас?
9. Как вы думаете, следует ли Насте продолжать встречаться с Никитой. Почему?
10. Как вы думаете, каким должен быть конец фильма? Каким будет результат анализа?
11. Что сделает Настя, если результат анализа будет положительным? А если отрицательным?
12. Поведение кого из героев вам ближе? Почему?
13. Что вам понравилось и не понравилось в этом фильме?

Раздел 12. Групповое давление и манипуляции.

Тема.1. Понятие, особенности и виды группового давления.

Теория. Знакомство с понятиями: «лесть», «шантаж», «уговоры», «запугивание», «насмешки», «похвала», «подкуп», призыв «делай как мы», «обман», «применение силы» с видами группового давления, с приемами, алгоритмом и видами отказа.

Практика: Беседы по данным понятиям, моделирование ситуации.

Тема.2. Практическое занятие «Умей сказать «Нет»!».

Теория: Не предусмотрена учебным планом.

Практика: Как научиться противостоять чужому давлению, выразить отказ оптимальными способами. Отработка навыков уверенного поведения, отстаивания своей позиции в упражнениях «Отказ», «Разожми кулак», «Откажись по-разному».

Тема. 3. «Осторожно, манипуляции!». Распознавание манипуляционных методик и противостояний им. Закрепление практических навыков.

Теория. Работа с понятиями «манипуляции», «манипулятор». Знакомство с манипулятивными тактиками, типами манипуляторов, типы манипуляционных систем.

Практика. Практикум «Игры, в которые с нами играют или как разглядеть

манипулятора»: упражнения: «Театр манипуляций», «Уровни манипуляций», «Люди-манипуляторы», «Игры манипуляторов», Манипуляционная игра «Сила жеста», «Полная демократия». Рефлексия: «Опросник». Дискуссия «Манипулятором не становятся, а рождаются». Задание для самостоятельной работы: «Как рос во мне манипулятор». Психогимнастика «Музыкальная картинка».

Раздел 13. Целеполагание и жизненные ценности

Тема 1. «Мой путь – мой выбор».

Теория: Знакомство учащихся с понятиями «цель», «целеполагание», «мотивы», «интересы», «желанье», «стремление», «намеренье». Виды целей. Познакомить с понятием «Жизненные ценности», их классификацией, закрепить данное понятие.

Практика: Ролевая игра «Кадры из жизни». Работа в малых группах. Итоговая дискуссия. Подведение итогов.

Тема 2. Просмотр и обсуждение фильма «Борцу не больно».

Теория: Не предусмотрена учебным планом.

Практика: Просмотр фильма «Борцу не больно». Дискуссия, обсуждение фильма «Борцу не больно».

Тема 3. Ценность жизни.

Теория: Работа с понятием «жизненные ценности». Выявить основные жизненные ценности и степень их значения для учащихся. Ранжирование и определение жизненных ценностей.

Практика: Упражнение «Ромашка», «Мое счастье», «Выслушиваем мнения», «Чувство благодарности», «Три повода для радости». Работа с карточками – ситуациями.

Тема 4. Позитивное мышление. «Давай дерзай!».

Теория: Обсуждение истории о «Соломоновом кольце»

Практика: Упражнение «Позитивное мышление – это могучая сила», «Галерея личных достижений», «Рецепты счастья».

Раздел 14. Мы за здоровый образ жизни!

Тема 1. Составляющие нашего здоровья.

Теория: Определить факторы, влияющие на здоровье и вывести «формулу здоровья». Работа с понятиями «здоровый образ жизни», «пути сохранения здоровья», «вредные привычки».

Практика: Упражнение «Скажи, что чувствуешь». Работа в группах.

Тема 2. Показ и обсуждение видеороликов о ЗОЖ.

Теория: Не предусмотрена учебным планом.

Практика: Просмотр видеороликов о ЗОЖ. Ролики - «вредные привычки», «рациональное питание», «личная гигиена», «здоровье», «полезные советы». Обсуждение видеороликов о ЗОЖ.

Тема 3. Общее мероприятие «Мы за «ЗОЖ!».

Теория: Не предусмотрена учебным планом.

Практика: Общее мероприятие «Мы за «ЗОЖ!» (разработка сценария, подготовка ведущих, подготовка реквизита, проведение).

Раздел 15. Лидерство.

Тема 1. Раскрытие лидерского потенциала. Развитие лидерских качеств.

Теория: Познакомить с понятиями: лидерство; лидер; функции, качества лидера. Познакомить с видами, типами лидерства.

Практика: Тестирование на определение лидерских качеств «Лидер ли я?».

Тема 2. «Лидер как эффективный коммуникатор».

Теория: Понятие «эффективность коммуникатора». Степени успешности действий коммуникатора по целенаправленному формированию (изменению) мотивов поведения аудитории (населения, целевой группы) в интересах субъекта. Стратегии и эффективные коммуникационные средства влияния на мотивы поведения людей.

Практика: Моделирование ситуаций.

Тема 3. Освоение практических навыков активного стиля общения, умения убеждать.

Теория. Познакомить со стилями лидерства. Познакомить с приемами активного стиля общения, умения убеждать.

Практика. Упражнение «Лидер – это». Ролевая игра «Стили лидерства». Упражнения «Как вести себя во время публичного выступления».

Тема 4. Эффективное взаимодействие в команде и развитие навыков общения в группе.

Теория: Не предусмотрена учебным планом.

Практика: Деловая игра «Выборы президента»: развить умение работать в команде, рассмотреть сотрудничество как альтернативу конфликту в групповой деятельности.

Тема 5. Практические занятия по мобилизации группы на совместное решение задач.

Теория: Не предусмотрена учебным планом.

Практика: Деловая игра «Ведущий телепередачи». Упражнение «Без командира». Упражнение «Большая семейная фотография». Метод «Машина» - метод оценки группового взаимодействия (по М. Кипнис).

Тема.6. Практическое занятие «Лидер переговоров».

Теория: Не предусмотрена учебным планом.

Практика: Ролевая игра «Трудный разговор». Задание на дом подготовить групповые проекты к промежуточной аттестации по изученным темам во 2 полугодии.

1.5 Планируемые результаты:

Образовательные:

знать:

- достоверную информацию о последствиях употребления ПАВ, табакокурения, алкоголизма, наркотиков, ВИЧ-инфекции;
- информированность о действиях и последствиях злоупотребления наркотическими и психоактивными веществами, причинах и формах заболеваний, связанных с ними (ВИЧ/СПИД).

уметь:

- избегать ситуаций, связанных с употреблением наркотиков, других психоактивных веществ и другими формами саморазрушающего поведения;
- ставить перед собой краткосрочные и перспективные цели.

владеть:

- навыками отстаивания своих границ и защиты своего персонального пространства.

Развивающие:

- формирование навыков безопасного поведения и проектирования своего будущего;
- формирование мотивации на реализацию здорового образа жизни;
- развитие навыков бесконфликтного и эффективного межличностного взаимодействия, повышения уверенности в себе;

- увеличение степени самостоятельности подростков, их способности контролировать свою жизнь и более эффективно разрешать возникающие конфликты и проблемы;
- развитие групповой сплоченности, создание благоприятного психологического климата в коллективе;
- развитие позитивного отношения к себе, критической самооценки и позитивного отношения к возможностям своего развития.

Воспитательные:

- повышение заинтересованности к теме сохранения собственного физического и психологического здоровья через представления о том, как здоровье молодого человека соотносится с его будущим;
- создание условий для открытого доверительного общения, восприятия информации, творческой атмосферы работы;
- воспитание гражданских качеств и толерантности у подростков через организацию социально значимой деятельности;
- координация совместной работы образовательного учреждения и дискуссионного клуба.

2.2 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

Оборудование учебного кабинета:

- помещение должно быть достаточно просторным для проведения практических упражнений и заданий, но не слишком большим, т.к. это нарушает ощущение безопасности. В помещении не должно быть ничего лишнего - предметов, плакатов и т.д. Не должно быть острых и опасных углов, предметов и т.д. Помещение всегда должно быть одним и тем же, иначе нарушается ощущение безопасности. Помещение должно быть не проходным и не просматриваемым для посторонних. Стулья должны быть легко перемещаемыми и не скрепленными друг с другом, иногда их приходится отодвигать к стенам. В помещении должно быть достаточно светло. В помещение не должны проникать посторонние звуки. Дверь должна быть закрыта на время занятий. Оптимально, если есть возможность сидеть и рисовать на полу. Помещение должно быть проветриваемо.

- места по количеству студентов;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-методической документации;

Технические средства обучения:

- компьютер (ноутбук)
- мультимедийный комплект (проектор, экран, аудиосистема)
- канцелярские принадлежности.

Информационное обеспечение:

Обучающиеся ГБУДО ДУМ «Магнит» с компьютеров учреждения (в т.ч. в сопровождении педагога), а также из дома могут бесплатно оформить Виртуальный читательский билет (Виртуальный абонемент) в Челябинской областной универсальной научной библиотеке (ЧОУНБ): <http://chelreglib.ru/ru/pages/readers/services/virtabonement/> (ссылка на прохождение удалённой регистрации). После регистрации в ЧОУНБ обучающийся получает бесплатный доступ к следующим электронным библиотечным системам: Электронная библиотека ЛитРес, Электронная библиотечная система Лань, Библиотека Global F5, Электронная библиотечная система IPRbooks, Библиотека периодических изданий EastView, Библиотека Нон-фикшн, База данных Polpred, Электронная библиотечная система Университетская библиотека онлайн, Электронная библиотечная система VOOK.ru, Электронная библиотечная система Юрайт, Электронная библиотечная система Znanium.com.

ГБУДО ДУМ «Магнит» для работы с электронными ресурсами предоставляет обучающимся компьютерный класс (каб.№ 23) и выход в интернет. Видео и фотоматериалы.

Кадровое обеспечение:

Педагог дополнительного образования – Никулина Дарья Олеговна.

Высшее образование по специальности «Дошкольная педагогика и психология», МаГУ, 2012 г.

2.3 Формы аттестации учащихся

Формы промежуточного контроля:

- интеллектуальная викторина;
- просмотр фильма и дискуссия;
- презентация проектов;
- практические упражнения;

Формы итогового контроля:

- Итоговое тестирование.

2.4 Оценочные материалы

Промежуточная аттестация 1-го полугодия:

- Интеллектуальная викторина «Своя игра» (что мы знаем о ЗОЖ»).
- Просмотр и дискуссия худ. фильма «Дневник баскетболиста».

Интеллектуальная викторина «Своя игра».

В игре участвует 2 команды. На экране слайд с таблицей, где обозначены тема и количество баллов, которые можно набрать за выбранный вопрос.

Вопросы сурпризы:

«Кот в мешке» - вопрос можно отдать команде соперников.

«Вопрос – аукцион» - одна команда может перекупить вопрос у другой, назначив более высокую цену.

«Своя игра» - команда имеет право увеличить или уменьшить количество баллов за вопрос.

Вопросы сурпризы

«Кот в мешке» – вопрос можно отдать команде соперников

«Вопрос – аукцион» - одна команда может перекупить вопрос у другой, назначив более высокую цену

«Своя игра» – команда имеет право увеличить или уменьшить количество баллов за вопрос

Выбор темы

| | | | | | |
|------------|----|----|----|-----|-----|
| Курение | 10 | 20 | 50 | 100 | 500 |
| Наркомания | 10 | 20 | 50 | 100 | 500 |
| Алкоголизм | 10 | 20 | 50 | 100 | 500 |

Согласно исследованиям, у подростка, начавшего регулярно употреблять алкоголь в возрасте 13-15 лет, психологическая зависимость развивается за 1 год

Вопрос

Продолжите поговорки:
Много вина – мало...
Алкоголь – враг.....

ОТВЕТ:

- Алкоголь – враг ума
- Много вина – мало ума

Кому из русских поэтов принадлежат слова: «Человек пьющий ни на что не годен»

А.С. Пушкин М.Ю. Лермонтов А.П. Чехов

ОТВЕТ:
А. С. ПУШКИН

Кто из известных русских писателей сказал такую фразу: «Вино губит телесное здоровье людей, губит благосостояние семей и, что ужаснее всего, губит душу людей и их потомство».

П.Н. Толстой Н.В. Гоголь М.Ю. Лермонтов

ОТВЕТ:
Л.Н. ТОЛСТОЙ

ВОПРОС - АУКЦИОН

Известный хирург Ф. Углов утверждал, что после приема спиртного в коре головного мозга остается...

Вопрос

Что имел в виду Федор Углов?

ОТВЕТ:
Кладбище мертвых клеток

В каком году в СССР был объявлен «сухой закон»?

- 1) 1960
- 2) 1975
- 3) 1985



ОТВЕТ:
ПИФАГОР



Если человек начал употреблять наркотики в 15 лет, на сколько в среднем уменьшается продолжительность его жизни?

- 1) На 5-6 лет.
- 2) На 7-10 лет.
- 3) На 15 лет и более.



ОТВЕТ:

Токсикомания - это разновидность наркомании, при которой в качестве наркотика используют яды, воздействующие на нервную систему, мозг. Обычно это органические растворители: клеи, лаки, бензин. Токсикомания встречается даже у детей раннего возраста, отличается злокачественным течением и быстрым развитием слабоумия.



СВОЯ ИГРА!!!

Какая страна является родиной табака?



ОТВЕТ:

1985 год



Алкоголь является наркотическим веществом.

Вопрос



Объясните почему данное высказывание верно?

ОТВЕТ:

Алкоголь вызывает физическую и психическую зависимость



ОТВЕТ:
НА 15 лет и более



Что такое токсикомания?



Какие доходы приносит торговля наркотиками?



ОТВЕТ:

Доходы от производства и сбыта наркотиков исчисляются миллиардами долларов США и сопоставимы с государственными бюджетами многих стран. Эти деньги собираются не у рядовых торговцев наркотиков, а у главарей, что превращает их во влиятельную силу. Наркомафия - самая крупная из всех существующих форм организованной преступности.



Правда ли, что существуют наркотики мягкие, "безопасные", к которым почти не развивается привыкание?



ОТВЕТ:

Существуют наркотики, от которых наркомания развивается позже, существуют наркотики, от которых наркомания может развиваться через недельный прием. Это не означает, что наркомания не может развиваться от т. н. мягких наркотиков - марихуаны, конопля и т. д. (Почти все, кто стал наркоманом, начинали именно с них.) "Мягкие" наркотики также опасны - речь идет лишь об относительно более длительных сроках возникновения и меньшей интенсивности физической зависимости, а потребность в уходе в нереальный мир, желание эйфории, т. е. психическая зависимость с охлаждением к реальной жизни - такие же. Деление наркотиков на "мягкие" или "жесткие" не научно и не соответствует реальному положению вещей.

В год курильщики отсутствуют на работе, на 6-5 дней больше, чем некурящие.

Вопрос

Занятие, успешно убивающее время?

ОТВЕТ:
Родина табака – ЮЖНАЯ АМЕРИКА



Этот Царь к курению табака относился сурово: в 1634 году, после одного пожара, возникшего в следствие неосторожного курения, Царь издал приказ, в котором указал, что курильщиков будет наказывать в первый раз шестюдесятью палочными ударами по подошвам, а второй раз будет обрывать нос. Курение и нюхание табака жестоко преследовалось.

Вопрос

Кто из русских царей издал указ о запрете табакокурения?

ОТВЕТ:
31 МАЯ

| | | | | | | |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

II РАУНД
выбор темы

| | | | |
|--------------------------------|-----|-----|-----|
| Из истории вопроса | 100 | 200 | 500 |
| Влияние на организм никотина | 100 | 200 | 500 |
| Влияние на организм алкоголя | 100 | 200 | 500 |
| Влияние на организм наркотиков | 100 | 200 | 500 |

Чистый спирт начали получать в 6-7 веках арабы и назвали его "аль коголь", что означает это слово?



ОТВЕТ:
в КИТАЕ

(С целью избавиться от разлагающего влияния опиума китайский император в 1839 году в Кантоне начал массированную операцию по конфискации и уничтожению запасов опиума. Колоннальные суда с грузом наркотика топили в море).

Табачный дым – это горячая смесь вредных газов, паров, жидкостей и твердых веществ, возникающих в результате сгорания табачных листьев. Что вызывает у человека смола образующаяся при сгорании табака?



ОТВЕТ:
Царь Михаил Романов (первый издал указ о запрете табакокурения)



В 1220 году Китайский император Ву Вонг издал закон о пьянстве



Вопрос

Какое наказание было предусмотрено при нарушении данного закона?

Кем, когда и откуда был впервые завезен табак в Европу?



ОТВЕТ:

ОДУРМАНИВАЮЩИЙ



Длительность жизни человека, выкуривающего пачку и более сигарет в день, уменьшается на несколько лет по сравнению с некурящими. Сколько вредных веществ попадает в организм человека при курении?



ОТВЕТ

Злокачественные опухоли



Всемирная организация здравоохранения в 1988 году объявила Всемирный день без табака.

Вопрос

Назовите дату?



Смертная казнь



ОТВЕТ:

В XVI веке Испанцами (Христофором Колумбом) из Америки



Где впервые в истории человечества проводилась государственная антинаркотическая программа?



Ответ:

Около 300



Как курение влияет на работу сердца?



ОТВЕТ:
Если ежедневно человек выкуривает 20 сигарет, то его сердце около 10 часов работает в ускоренном темпе



Как алкоголь влияет на развивающийся плод при беременности?



ОТВЕТ:

При внезапном отрыве от приема наркотика возникает беспокойство, бессонница, депрессия, ломота и давление в суставах, очень неприятные, тягостные ощущения в мышцах, могут быть судороги в конечностях, и т.д. (озноб, сердцебиение). В подобном состоянии человек готов на любой поступок, лишь бы добыть денег на новую дозу наркотического вещества. Наркоманы из-за этого совершают много преступлений. Не каждый способен выдержать ломку и поэтому многие предпочитают пролонгировать прием наркотика как единственное средство разрешения проблемы.

При какой концентрации алкоголя в крови, может наступить смерть?



ОТВЕТ:
НЕГАТИВНО

• Все зависимости от того, на каком сроке развития беременности в организме матери попадают данные вещества, их влияние на ребенка губительно всегда. На ранних сроках беременности (до 12 недель) алкоголь и никотин способны погубить плод, оставив его развитие или спровоцировав выкидыш.
• В конце первого и начале второго триместров беременности, когда закладываются формируются основные жизненно-важные системы организма, влияние никотина и алкоголя на плод может привести к необратимым нарушениям в их развитии. Дети, чьи матери употребляли алкоголь и курили при беременности, зачастую рождаются на свет с целым букетом врожденных болезней (сердце, ЦНС, легкие, печень и проч.).
• Влияние алкоголя и никотина на развитие плода на последних месяцах беременности, даже тогда, когда все органы сформированы, также губительно. Существует угроза преждевременных родов, влияние на растущий организм алкоголя и никотина проявляется в нарушении еще в утробе матери функций печени и почек, так как они не способны в полном объеме вывести употребляемой беременной женщиной яд.

КАКОЙ ВРЕД, КРОМЕ ЗАВИСИМОСТИ, ПРИНОСЯТ НАРКОТИКИ ОРГАНИЗМУ?



ОТВЕТ:
0,6 – 0,7 %



Что такое «Наркотическая ломка?»



ОТВЕТ:

Абсолютно все наркотики по своей природе являются ядами, поражающими все системы органов и тканей, но особенно центральную нервную систему, половую систему, печень и почки. Как правило, люди с самым крепким здоровьем при регулярном употреблении наркотиков живут не больше десяти лет. Большинство умирает раньше. Весьма распространены случаи, когда люди, употребляющие наркотики, умирают в течение первого года с момента начала употребления наркотического вещества. Поскольку наркоманы пользуются не стерильными шприцами, среди них распространены многие болезни, передаваемые через кровь – СПИД, гепатит и другие. От этих болезней они часто умирают раньше, чем произошло отравление организма наркотиком.

Критерии оценивая:

Игра состоит из 2 раундов, в ходе которых команды отвечая на вопросы, зарабатывают баллы. Побеждает в викторине команда, набравшая наибольшее количество баллов.

Просмотр х/ф «Дневник баскетболиста». Обсуждение, глубокий анализ фильма «Дневник баскетболиста», моделирование ситуаций, практические упражнения.

Вопросы к обсуждению:

1. О чем говорит название фильма?
2. О чем содержание фильма?
3. Автобиографичность фильма главного героя.
4. Каким мы видим главного героя и его друзей в начале фильма?
5. В каких фрагментах фильма вы увидели подростка, где он показал, Как нужно вовремя научиться сказать «нет», как не реагировать на «слабо», как важно не поддаваться под мнение других и как не важно быть «крутым», если такой результат неизбежен. Как легко рушатся судьбы и ускользают мечты, если ты выбрал не правильную дорогу.
6. Как проявить твердость воли? (моделирование ситуаций)
7. Как повлиять на человека с неправильным выбором в жизни?
8. Что отличает человека, употреблявшего ПАВ? Не умение вовремя сказать «нет», не может пойти против толпы.
9. Отношения главного героя и матери? Правильно ли она поступила?
10. Есть ли шанс вернуться к нормальной жизни у наркомана? шансов вернуться, повернув однажды не туда, не так уж и много. Поэтому НЕ НАДО и пробовать!

Вывод: Сколько всего впереди: карьера, спорт, семья, дети... Этого всего может и не быть! Перед вами жизнь поставила сложную задачу: уберечь себя от наркомании. Жизнь не дает вам скидки на ваш возраст, на то, что у вас еще нет жизненного опыта. Каждому

из вас придется сделать выбор, по какому пути идти. По пути получения удовольствия от жизни или по пути получения ложного удовольствий от приема ПАВ, а значит, по пути уничтожения себя и своего будущего благополучия.

Практические упражнения.

Участники делятся на 2 команды.

Задания для команд:

1 Команда. Выстроить модель поведения и характеристики человека с твёрдыми жизненными принципами, который знает и идёт к своей цели. Какие перспективы в жизни перед ним открываются.

2 Команда. Выстроить модель поведения и характеристики человека, не имеющего твёрдых жизненных принципов, он делает как все, плывёт по течению. Какие перспективы в жизни перед ним открываются.

Презентация командами моделей поведения и жизненных перспектив человека с твёрдыми жизненными принципами и человека, не имеющего твёрдых жизненных принципов.

Промежуточная аттестация 2-го полугодия:

Промежуточная аттестация 2-го полугодия проходит в форме защиты групповых проектов. Для каждой группы своя тема.

Перечень тем:

1. Зависимость от интернета и гаджет-зависимость.
2. Репродуктивное здоровье.
3. Жизненные и семейные ценности.
4. ВИЧ/СПИД.
5. Групповое давление и манипуляции.
6. Основы ЗОЖ.
7. Лидерство.
8. Задача: Разработать проект по заданной теме. (тему раскрыть)
9. Форма проекта: кластер, буклет, коллаж, слайд - презентации, постер, лэпбук и т.д.

на выбор.

Критерии оценки защиты проекта (презентации и доклада):

| № | Критерии | Оценка | Количество баллов |
|---|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| 1 | Структура | Количество слайдов соответствует содержанию и продолжительности выступления (для 7-минутного выступления рекомендуется использовать не более 10 слайдов) наличие титульного слайда и слайда с выводами | до 4 баллов |
| 2 | Наглядность | Иллюстрации хорошего качества, с четким изображением, текст легко читается используются средства наглядности информации (таблицы, схемы, графики и т. д.) | до 4 баллов |
| 3 | Дизайн и настройка | Оформление слайдов соответствует теме, не препятствует восприятию содержания, для всех слайдов презентации используется один и тот же шаблон оформления | до 2 баллов |

| | | | |
|--------------------------------|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| 4 | Содержание | Презентация отражает основные этапы исследования (проблема, цель, гипотеза, ход работы, выводы, ресурсы) содержит полную, понятную информацию по теме работы орфографическая и пунктуационная грамотность | до 6 баллов |
| 5 | Требования к выступлению | Выступающий свободно владеет содержанием, ясно и грамотно излагает материал выступающий свободно и корректно отвечает на вопросы и замечания аудитории выступающий точно укладывается в рамки регламента (7 минут) | до 6 баллов |
| Максимальное количество баллов | | | 22 балла |

Оценка результатов производится в двухбалльной системе – «зачтено» / «не зачтено»:

«Зачтено» - от 9 до 22 баллов;

«Не зачтено» - от 0 до 8 баллов.

Итоговая аттестация (по результатам всего периода обучения):

Итоговый тест за учебный год по программе дискуссионного клуба «Вас это касается». В каждом вопросе из предложенных вариантов ответов выбрать **один или несколько вариантов**, которые, по вашему мнению, является полными и верными.

Вопросы теста:

1. Конфликт – это.....

А) столкновение противоположных интересов, взглядов, стремлений, серьёзное разногласие, острый спор.

Б) это принятие противоположностями друг друга в тех или иных свойствах и взаимодействиях.

В) процесс формализации социальных отношений, переход от неформальных отношений, и неорганизованной деятельности к созданию организационных структур с иерархией власти.

2. - возникающее у людей столкновение противоположных целей, мотивов, точек зрения интересов участников взаимодействия.

А) групповой конфликт

Б) межличностный конфликт

В) межгрупповой конфликт

3. По способам разрешения конфликты бывают:

А) разрушительные, компромиссные, кооперативные

Б) пассивные, активные

В) силовые, мирные

4. По силе воздействия конфликты бывают:

А) затяжные, постоянные

Б) сильные, слабые

В) деструктивные, конструктивные

5. Две основные функции конфликта:

А) функция социализации, защитная функция

Б) конструктивная функция, деструктивная функция

В) регулятивная функция, интегративная функция

6. Тип модели поведения личности в конфликтной ситуации, в ходе которой проявляется пассивность, склонность к уступкам в оценках и суждениях, непоследовательность.

А) деструктивная модель поведения

Б) продуктивная модель поведения

В) конформистская модель поведения

7. Деятельность участников конфликта, направленная на прекращение противодействия и устранение проблемы.
- А) принятие соглашения
 - Б) разрешение конфликта
 - В) уклонение
8. Репродуктивное здоровье – это...
- А) Состояние полного физического, умственного и социального благополучия при отсутствии заболеваний репродуктивной системы на всех этапах жизни человека
 - Б) Состояние полного физического, психологического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов
 - В) Совокупность органов и систем организма, обеспечивающих функцию воспроизводства
9. Перечислите факторы разрушающие репродуктивное здоровье.
- А) Вредные привычки
 - Б) ЗППП
 - В) Занятие физкультурой
10. Что такое контрацепция?
- А) Метод иммунизации
 - Б) Защита от нежелательной беременности
 - В) Защита от ЗППП
11. Как называются болезни передаваемые половым путем?
- А) Венерические
 - Б) Инфекционные
 - В) Половые
12. Заражение другого лица венерической болезнью или ВИЧ-инфекцией:
- А) Не предусматривает какого-либо наказания
 - Б) Предусматривает наказание в уголовном порядке
 - В) Предусматривает наказание только в административном порядке
 - Г) Подлежит только общественному осуждению
 - Д) Подлежит наказанию в соответствии с законодательством о материальной ответственности
13. С симптомами ИППП обращаться к:
- А) Психиатру,
 - Б) Педагогу,
 - В) Депутату,
 - Г) Дерматовенерологу.
14. В каком году был впервые описан СПИД?
- А) 1991
 - Б) 1981
 - В) 2008
15. Каким путем можно заразиться ВИЧ – инфекцией?
- А) Половым
 - Б) Через посуду
 - В) Через рукопожатие
6. В чем суть разрушительного действия ВИЧ на организм?
- А) Он разрушает свертывающую систему крови.
 - Б) Вызывает дисбактериоз.
 - В) Разъедает оболочку нервных стволов.
 - Г) Вызывает разрушение костной ткани.
 - Д) Способствует помутнению хрусталика глаза.
 - Е) Препятствует оплодотворению.
 - Ж) Разрушает иммунную систему человека.

17. Контакт с какими жидкостями организма наиболее опасен в смысле инфицирования ВИЧ?
- А) Слюна Б) Кровь.
 - В) Моча
 - Г) Выделения из носа.
 - Д) Сперма.
 - Е) Грудное молоко
 - Ж.) Слезы
 - З) Влагалищный секрет.
18. Отметьте пути передачи ВИЧ-инфекции.
- А) Незащищенный сексуальный контакт.
 - Б) Пользование общей посудой.
 - В) Переливание крови и использование общих нестерильных шприцев.
 - Г) От матери - к ребенку (беременность, роды, вскармливание).
 - Д) Воздушно-капельный путь.
19. Как человек может узнать, что у него ВИЧ?
- А) Если он заботится о своем здоровье, он почувствует это в первые часы.
 - Б) Сдать кровь на анализ на антитела к ВИЧ.
 - В) Почувствует недомогание.
20. Через какое время с момента предполагаемого заражения лучше сдавать тест на антитела к ВИЧ?
- А) На следующий день.
 - Б) Каждую неделю в течение года
 - В) Через 3-6 месяцев.
 - Г) Через 3 года.
21. Период «окна» - это состояние, когда...
- А) Организм еще не успел выработать антитела к вирусу и диагностировать заболевание невозможно.
 - Б) У человека еще не появились симптомы заболевания.
 - В) Человек не может передать инфекцию другим.
22. С какого момента после инфицирования человек может заразить других?
- А) После окончания периода «окна».
 - Б) Когда разовьется СПИД.
 - В) Сразу, с момента своего заражения.
 - Г) На последней стадии СПИД.
23. Какие кровяные клетки поражаются при заболевании СПИДом?
- А) Т-лейкоциты;
 - Б) Эритроциты;
 - В) Тромбоциты
 - Г) Макрофаги
24. Сколько времени может пройти с момента заражения до проявления заболевания?
- А) Несколько часов;
 - Б) Несколько дней;
 - В) Несколько лет.
25. На практике под термином лидерство чаще всего подразумевают _____ лидерство
- А) Неформальное
 - Б) Формальное
 - В) Деструктивное
 - Г) Харизматическое
26. Какими важнейшими чертами характера должен обладать лидер?
- А) Целеустремленность;

- Б) Решительность;
 - В) Настойчивость;
 - Г) Инициативность;
 - Д) Всё перечисленное.
27. Можно ли заслужить должное уважение в коллективе, принимая всю ответственность на себя за ошибки своих подчиненных?
- А) Всегда;
 - Б) Да, если они допущены из-за того, что вы не акцентировали внимание на возможности их появления;
 - В) Никогда;
 - Г) В случае неразумных решений подчинённых.
28. Какие существуют типы лидеров?
- А) Лидеры-организаторы;
 - Б) Лидеры-инициаторы;
 - В) Лидеры-эрудиты;
 - Г) Все указанные.
29. Каково обязательное условие лидерства?
- А) Умение побеждать в спорах;
 - Б) Обладание властью в конкретных формальных или неформальных организациях;
 - В) Физическая сила;
 - Г) Ум и выдающиеся способности;
 - Д) Ни одно из указанных условий.
30. Какой личный стиль лидера оказывает наиболее благоприятное влияние на отношения с группой?
- А) Авторитарный;
 - Б) Демократический;
 - В) Силовой;
 - Г) Прагматический.
31. Какое утверждение правомерно для лидера?
- А) Он организует работу;
 - Б) Он просто существует;
 - В) Он ведет за собой;
 - Г) Он управляет.
32. Человек, имеющий возможность воздействовать на группу людей, направлять и организовывать их работу, является:
- А) Авторитетным работником;
 - Б) Формальным лидером;
 - В) Неформальным лидером;
 - Г) Лидером-новатором
33. Отметьте признаки, по которым то или иное вещество можно отнести к разряду наркотических?
- А) При передозировке вызывает смерть;
 - Б) Вызывает эйфорию;
 - В) Формирует зависимость;
 - Г) Употребление наносит вред здоровью;
 - Д) Усиливает обмен веществ;
 - Е) Занесено в реестр наркотических веществ, запрещенных к употреблению.
34. Наркомания это - ...
- А) Преступление
 - Б) Вредная привычка
 - В) Болезнь
35. По каким признакам можно определить, что у человека «ломка»?

- А) Повышенная температура, слабость, хрипы в легких, кашель и головная боль
Б) Беспокойство, нервозность, боль в мышцах и костях, бессонница, непреодолимое желание употребить наркотик
В) Приподнятое настроение, беспричинный смех, выраженная активность: желание бегать, прыгать, танцевать, ощущение всемирной гармонии и собственного всемогущества.
36. Какая зависимость труднее всего поддается лечению?
А) Психическая
Б) Физическая
37. Российским законодательством в уголовном порядке наказывается:
А) Употребление наркотиков
Б) Изготовление и распространение наркотиков
В) Хищение или вымогательство наркотических средств
38. По каким признакам можно достоверно определить, что человек употребляет наркотики?
А) Всегда длинные рукава одежды
Б) Результаты анализов свидетельствуют о наличии наркотиков в крови, моче
В) Следы уколов: маленькие красные точки по ходу вен
Г) Невнятная, «растянутая» речь или неуклюжие движения при отсутствии запаха алкоголя
Д) Странные «посторонние» запахи от волос и одежды
Е) Бессонница, повышенная утомляемость, сменяющаяся необъяснимой энергичностью
39. Здоровый образ жизни – это
А) Занятия физической культурой
Б) Перечень мероприятий, направленных на укрепление и сохранение здоровья
В) Индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья
Г) Лечебно-оздоровительный комплекс мероприятий
40. Что такое режим дня?
А) Порядок выполнения повседневных дел
Б) Строгое соблюдение определенных правил
В) Перечень повседневных дел, распределенных по времени выполнения
Г) Установленный распорядок жизни человека, включающий в себя труд, сон, питание и отдых
41. Что такое рациональное питание?
А) Питание, распределенное по времени принятия пищи
Б) Питание с учетом потребностей организма
В) Питание набором определенных продуктов
Г) Питание с определенным соотношением питательных веществ
42. Назовите питательные вещества имеющие энергетическую ценность
А) Белки, жиры, углеводы, минеральные соли
Б) Вода, белки, жиры и углеводы
В) Белки, жиры, углеводы
Г) Жиры и углеводы
43. Что такое двигательная активность?
А) Любая мышечная активность, обеспечивающая оптимальную работу организма и хорошее самочувствие
Б) Выполнение каких-либо движений в повседневной деятельности
В) Занятие физической культурой и спортом
Г) Количество движений, необходимых для работы организма
44. Назовите основные двигательные качества

- А) Гибкость, выносливость, скоростные и силовые качества
 - Б) Умение играть в спортивные игры, бегать и выполнять гимнастические упражнения
 - В) Количество движений в единицу времени, максимальная амплитуда движений, мышечная сила
 - Г) Состояние мышц, выражающая их готовность к выполнению движений
45. Одним из важнейших направлений профилактики, является
- А) ЗОЖ
 - Б) Охрана окружающей среды
 - В) Вакцинация
 - Г) Экологическая безопасность
46. ЗОЖ включает:
- А) Охрану окружающей среды
 - Б) Улучшение условий труда
 - В) Доступность квалифицированной мед. помощи
 - Г) Все ответы верны
47. Какие из перечисленных факторов оказывают наибольшее влияние на индивидуальное здоровье человека?
- А) Биологические
 - Б) Окружающая среда
 - В) Служба здоровья
 - Г) Индивидуальный образ жизни
48. В какое время суток работоспособность человека наиболее низкая?
- А) С 17 до 21
 - Б) С 21 до 1
 - В) С 1 до 5
 - Г) С 5 до 9
49. Что не допускает ЗОЖ?
- А) Употребление спиртного
 - Б) Употребление овощей
 - В) Употребление фруктов
 - Г) Занятия спортом
50. Здоровье – это состояние полного...
- А) Физического благополучия
 - Б) Духовного благополучия
 - В) Социального благополучия
 - Г) Все ответы верны

Критерии оценивания теста согласно методическим указаниям МОиН:
менее 50% - «2», 50%-65% - «3», 65%-85% - «4», 85%-100% - «5».

Ключ к тесту

| № вопроса | Вариант ответа |
|-----------|----------------|-----------|----------------|-----------|----------------|-----------|----------------|-----------|----------------|
| 1 | А | 11 | А | 21 | А | 31 | В | 41 | Б |
| 2 | Б | 12 | Б | 22 | В | 32 | Б | 42 | В |
| 3 | А | 13 | Г | 23 | А | 33 | Б, В, Г, Е | 43 | А |
| 4 | Б | 14 | Б | 24 | В | 34 | В | 44 | А |
| 5 | Б | 15 | А | 25 | А | 35 | Б | 45 | А |
| 6 | В | 16 | Ж | 26 | Д | 36 | А | 46 | Г |
| 7 | Б | 17 | Б, Д, Е, З | 27 | Б | 37 | Б, В | 47 | Г |
| 8 | А | 18 | А, В, Г | 28 | Г | 38 | Б | 48 | В |
| 9 | А, Б | 19 | Б | 29 | Б | 39 | В | 49 | А |
| 10 | Б, В | 20 | В | 30 | Б | 40 | Г | 50 | Г |

2.5 Методические материалы

Методы обучения:

- словесный,
- объяснительно-иллюстративный,
- игровой;
- дискуссионный,
- проектный
- метод воспитания - убеждение и мотивация.

Формы организации образовательного процесса:

- групповая;
- фронтальная (работа по подгруппам);
- индивидуальная.

Формы организации учебного занятия:

- акция;
- беседа;
- дискуссия;
- круглый стол;
- «мозговой штурм»;
- ролевые игры;
- защита проектов;
- тренинг.

Образовательные (педагогические) технологии:

- технология индивидуализации обучения,
- технология группового обучения,
- технология проблемного обучения,
- технология проектной деятельности,
- коммуникативная технология обучения,
- технология коллективной творческой деятельности,
- здоровье сберегающая технология,
- технология-дебаты и др.

Алгоритм учебного занятия:

Краткое описание структуры занятия и его этапов

| Этапы | Время | Задачи | Средства | Роль ведущего |
|-------------|-------|------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|
| Приветствие | | Обозначить начало занятия, создать | Вводные упражнения направленные на | Обеспечить для каждого участника |

| | | | | |
|-------------------------------|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | особую атмосферу, подчеркнуть безопасность | создание атмосферы занятия | максимально комфортное вхождение в группу. |
| Начало работы | 5 - 10 мин | Самоопределение участников (с чем они пришли на группу, как себя сейчас ощущают) | Ритуализированная форма, которая каждый раз наполняется новым содержанием | Предоставить каждому участнику возможность поделиться своими переживаниями, помочь осознать и принять свои чувства. |
| Разминка | 5 - 10 мин | 1.Объединение, сплочение группы 2.Развитие межличностных связей 3. Включение в совместную деятельность | Более или менее подвижные игры с четко определенными правилами | 1. Обозначение правил и границ 2. Обеспечение безопасности участников. |
| Работа по теме | 30 мин | Задачи соответствуют теме занятия | Самые разнообразные формы активности (тематические и ролевые игры, мозговые штурмы, беседы, выполнение задания в группах, анализ пройденного материала, обсуждение видео материала. | 1. Дать определенную информацию в доступной форме; 2. Предоставить возможность выразить свои мысли и чувства; 3. Помочь овладеть новыми навыками, основываясь на полученной информации. |
| Практические задания | 10 - 15 мин | Закрепить полученные знания на практике | | Помочь подрастающему поколению осознать необходимость личного выбора из нескольких вариантов поступков или поведения в различных жизненных ситуациях и личную ответственность за сделанный выбор. |
| Работа по теме | 25 мин | | | |
| Рефлексия, завершение занятия | 10 мин | 1.Возможность выплеснуть накопившееся напряжение 2. Завершение | Ролевые и/или релаксационные игры. | Научить ребят предвидеть свои ошибки и предотвращать их. |

| | | | | |
|----------|--|----------------------------------------------|----------------------|-------------------------------------|
| | | работы в позитивном эмоциональном состоянии. | | |
| Прощание | | Обозначить конец занятия | Определенные ритуалы | Эмоциональная поддержка подростков. |

Дидактические материалы:

- карточки с описанием проблемных ситуаций;
- видео материалы (фильмы и ролики);
- электронные презентации к занятиям;
- бланки для тестирования;
- бланки для анкетирования;
- карточки с заданиями («ролевые игры»).

2.6.Список литературы

1. Ахметова И., Иванова Т. Мой выбор. Учебно-методическое пособие для учителей.// Учительская газета. Межрегиональная ассоциация «За гражданское образование» Информационно-педагогическое агентство. – М, 2000.
2. Бабаян Э. А., Гонопольских М. Х. Наркология. М., Медицина, 1990.
3. Буторина Н. Е. Вопросы общей и частной психопатологии. СПб, Медицина, 1990.
4. Грецов А. Г., Попова Е. Г. Стань успешным человеком. / Информационно-методические материалы для подростков. Под общей редакцией проф. Евсеева С. П.– СПб., СПбНИИ физической культуры, 2007., 52 с.
5. Ди Снайдер. Практическая психология для подростков. — М.: АСТ-Пресс, 2001.
6. Квинн В. Прикладная психология. – СПб., 2000.
7. Клег Б., Бич П. Интенсивный курс: развитие личности. – М., 2004.
8. Козлов Н. И. 17 мгновений успеха: стратегии лидерства.– М., 2004.
9. Колесова Л.С. Подростки как группа, уязвимая для наркомании и ВИЧ-инфекции // Педагогика. - 2007. - №1. - С.34 - 41.
10. Кулаков С. А. Психотерапия и психопрофилактика аддиктивного поведения. СПб., Медицина, 2000.
11. Лисовский В. Молодежная политика: проблемы и перспективы. // Теория и практика социальной работы: отечественный и зарубежный опыт. — М.-Тула, 1993. Ч. 2. — 318 с.
12. «Ладья» программа первичной профилактики ВИЧ/СПИДа и рискованного поведения для детей старшего подросткового возраста. М., 2015
13. Луцук В. Методы коррекции социального поведения подростков// Теория и практика социальной работы: отечественный и зарубежный опыт. — М.: Изд-во АСО-ПиР, 1993.
14. Найк А. Практическая психология для девочек. — М.: АСТ-Пресс, 2000.
15. Не унесенные дымом: (Как защитить ребенка от пагубной привычки) / Под ред. Т.Я. Ефимова. - М.: Изд. дом журн. «Здоровье», 2013. - 32 с.
16. Подростковая наркомания и СПИД: концептуальный подход. Научно-методический центр «Диагностика. Адаптация. Развитие» им. Л. С. Выготского. Сер. «Работающие программы». Вып. 1. М., 2000.
17. По ком звонит колокол? // Воспитание школьников. № 4, 2002. С. 30
18. Половое воспитание. Учебник. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2001.
19. Попкова О.А. «Психологическое сопровождение адаптации студентов первого курса СПО»
20. Потапов С., Вакса О. Этикет для подростков. — М.: АСТ-Пресс, 2000.
21. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / Под редакцией М.Р. Битяновой. - М.: Питер, 2011. - 304 с.

22. России не нужна наркоигла. Новейшие законы. // Библиотечка «Российской газеты». Вып. 5, 2001.
23. Солдатова Г., Шайгерова Л. Жить в мире с собой и другими. — М.: Генезис, 2001.
24. Соловов А.В. «Навыки жизни» программа ранней профилактики химической зависимости для детей и подростков. М., 2000.
25. Социальная профилактика отклоняющегося поведения как комплекс охранно-защитных мер. // Социальное здоровье России. М., 1998.
26. Ураков И. Г. Наркомания: мифы и действительность. М., Медицина, 1999.
27. Фабер А., Мазлиш Э. Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили. М., Бомбора, 2017.
28. Федотова Т. Ю. Мой выбор – жизненный успех. Программа для 10 класса общеобразовательных учебных заведений. // Копилка мастерства. №2(11) апрель-июнь, 2007.
29. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. Ч. 1. — М.: Генезис, 1998.