

Принята
на заседании педагогического совета
от «31» августа 2023
Протокол №1

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ гимназии
«Лаборатория Салахова»

Подписано электронной подписью

Сертификат:
6B0FD72A425BF1256F3E3A4B2A59389C
Владелец:
Кисель Татьяна Викторовна
Действителен: 21.03.2023 с по 13.06.2024

Приказ № ГЛС-13-376/3 от 31.08.2023

Т.В. Кисель

Рабочая программа внеурочной деятельности
«Я принимаю вызов»
на 2023/2024 учебный год

Вид деятельности: профилактика употребления ПАВ

Класс: 5 класс

Учитель: Калинина Елена Станиславовна

Количество учебных часов по программе: 34

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Личностные результаты:

в рамках когнитивного компонента будут сформированы:

- знание основ ЗОЖ и здоровьесберегающих технологий, правил поведения в ситуациях социального риска,
- основы социально-критического мышления, способность ориентироваться в особенностях социальных отношений и взаимодействий,
- ориентация в системе моральных норм и ценностей.

В рамках ценностного и эмоционального компонентов будут сформированы:

- готовность к равноправному сотрудничеству,
- уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия,
- устойчивость к давлению сверстников и группы,
- уважение к ценностям семьи, признание ценности здоровья, оптимизм в восприятии мира,
- потребность в самовыражении и самореализации,
- позитивная моральная самооценка и моральные чувства.

В рамках деятельностного компонента будут сформированы:

- готовность и способность к выполнению правовых норм и требований в сфере, касающейся распространения и употребления ПАВ,
- умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия,
- умение конструктивно разрешать конфликты,
- умение строить жизненные планы создавать и реализовывать социальные проекты в сфере пропаганды ЗОЖ, профилактики потребления ПАВ,
- готовность делать осознанный выбор в ситуациях социального риска.

Регулятивные УУД:

- умение самостоятельно формулировать задачи как шаги достижения поставленной цели в сфере проектирования ЗОЖ,
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей,
- умение осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результатов,
- умение оценивать собственные возможности,
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений.

Познавательные УУД:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, строить логическое рассуждение, умозаключение,
- умение создавать схемы для решения задач.

Коммуникативные УУД:

- умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, выразить уверенный отказ в асоциальных случаях,
- умение выражать свои чувства и мысли.

Программа ориентирована на достижение второго уровня результатов

Развитие социально значимых отношений, получение опыта ценностного отношения к социальной реальности в целом, способствующих формированию установок к здоровому образу жизни и неприятию ПАВ, в процессе взаимодействия обучающихся между собой в защищённой, дружественной среде.

2. Содержание курса внеурочной деятельности «Я принимаю вызов» с указанием форм организации и видов деятельности

Раздел	Тема	Форма организации	Вид деятельности
Навыки вступления в контакт в условиях группового взаимодействия как фактор предупреждения вовлечения в употребление ПАВ. Первичная диагностика.	Навыки вступления в контакт как фактор предупреждения вовлечения в употребление ПАВ.	Интерактивная беседа	познавательная, проблемно-ценностное общение
Навыки отреагирования негативных эмоциональных состояний в условиях группового взаимодействия. Профилактика агрессивных проявлений.	Интерактивная беседа «Мир человеческих отношений- мир эмоций»	Интерактивная беседа	познавательная, проблемно-ценностное общение
	Практикум «Отреагирование негативных эмоциональных состояний»	Тренинг	проблемно-ценностное общение
Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ. Продуктивное поведение в конфликте.	Интерактивная беседа «Конфликты и технологии разрешения конфликтов».	Интерактивная беседа	познавательная, проблемно-ценностное общение
	Тренинг «Навыки позитивного общения в эмоционально напряженных ситуациях»	Тренинг	проблемно-ценностное общение

Формирование критического мышления, потребности в саморазвитии, самореализации, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ.	Интерактивная беседа «Психология жизненного успеха»	Интерактивная беседа	познавательная, проблемно-ценностное общение
	Тренинг «Развитие критического мышления в отношении информации, связанной с ПАВ»	Тренинг	проблемно-ценностное общение
	Практикум (тренинг) «Технологии принятия ответственного решения»	Тренинг	проблемно-ценностное общение
	Викторина «Мир моего Я»	Викторина	познавательная, проблемно-ценностное общение
Стрессоустойчивость и стратегии совладающего поведения как фактор профилактики употребления ПАВ.	Интерактивная беседа «Что такое стресс»	Интерактивная беседа	познавательная, проблемно-ценностное общение
	Тренинг «Как совладать со стрессом. Стратегии совладающего поведения.	Тренинг	проблемно-ценностное общение
	Интерактивная беседа «Безопасное поведение и социальные риски, связанные с ПАВ».	Интерактивная беседа	познавательная, проблемно-ценностное общение
Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе.	Диспут «Употребление ПАВ – риск для здоровья и жизни: моя личная позиция»	Диспут	познавательная, проблемно-ценностное общение
	Практикум «Навыки уверенного поведения в ситуациях социального риска «Спасибо, нет!»	Тренинг	проблемно-ценностное общение
	Создание коллективных творческих работ «Я принимаю вызов: ПАВ как риск для здоровья и успеха».	Практикум (тренинг) с элементами арт-педагогики.	Творческая, проблемно-ценностное общение
Представления о воздействии рекламы в сфере предложения ПАВ на принятие решений	Интерактивная беседа «Реклама как метод воздействия на поведение человека»	Интерактивная беседа	проблемно-ценностное общение
	Практикум «Как противостоять давлению рекламы в сфере предложения ПАВ»	Тренинг	проблемно-ценностное общение

	Выставка и представление (презентация) рекламных продуктов, разработанных обучающимися по пропаганде здорового образа жизни и формированию негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ «Моё здоровье и безопасность».	Выставка	Проблемно-ценностное общение, художественное творчество
Формирование представлений о социальной ответственности, правовой культуре, административной и уголовной ответственности в сфере употребления и распространения ПАВ.	Интерактивная беседа «Правовая культура и правила делового межличностного общения как условие безопасного поведения в обществе»	Интерактивная беседа	проблемно-ценностное общение
	Практикум с элементами ролевой игры «Моя правовая ответственность»	Ролевая игра	игровая, проблемно-ценностное общение
Интернет-пространство и профилактика употребления ПАВ: риски и возможности»	Интерактивная беседа. «Информационно-коммуникативная сеть Интернет как поле рисков и сфера возможностей в профилактике употребления ПАВ подростками и молодёжью».	Тренинг	проблемно-ценностное общение
	Практикум «Как обеспечить свою безопасность в интернет-пространстве?»	Практикум	Проблемно-ценностное общение
Пропаганда ЗОЖ и профилактика употребления ПАВ.	Интерактивная беседа «Здоровье человека как ценность и как сфера личной ответственности».	Интерактивная беседа	Познавательная, проблемно-ценностное общение
	Практикум с элементами подготовки к добровольчеству в сфере пропаганды ЗОЖ «Здоровый образ жизни для меня»	Практикум	проблемно-ценностное общение
	Социальное проектирование. Разработка и реализация проектов по пропаганде ЗОЖ и негативному отношению к употреблению ПАВ.	Социальное проектирование.	Познавательная, социальное творчество

	Выставка и представление (презентация) социальных проектов, разработанных обучающимися по пропаганде здорового образа жизни и негативному отношению к немедицинскому употреблению ПАВ «Здоровый образ жизни — для меня!».	Выставка	Познавательная, социальное творчество
Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поиск ресурсов для достижения цели	Практикум «Проектирование планов жизненной самореализации после окончания занятий по программе. Ресурсы и пути достижения поставленных целей». Заключительная диагностика.	Социальное проектирование.	Познавательная, социальное творчество
	Фестиваль достижений «Шаги к здоровью: «Я принимаю вызов!»	Фестиваль достижений	Познавательная, проблемно-ценностное общение, художественное творчество

3. Тематическое планирование

№ п/п	Тематика занятия		Количество часов
	план		
1.	сентябрь	Навыки вступления в контакт как фактор предупреждения вовлечения в употребление ПАВ.	1
2.		Интерактивная беседа «Мир человеческих отношений- мир эмоций»	1
3.		Практикум «Отреагирование негативных эмоциональных состояний»	2
4.	Октябрь	Интерактивная беседа «Конфликты и технологии разрешения конфликтов».	1
5.		Тренинг «Навыки позитивного общения в эмоционально напряженных ситуациях»	2
6.		Интерактивная беседа «Психология жизненного успеха»	1
7.	Ноябрь	Тренинг «Развитие критического мышления в отношении информации, связанной с ПАВ»	1
8.		Практикум (тренинг) «Технологии принятия ответственного решения»	2
9.		Викторина «Мир моего Я»	1
10.		Интерактивная беседа «Что такое стресс»	1

11.	Декабрь	Тренинг «Как совладать со стрессом. Стратегии совладающего поведения».	1
12.		Интерактивная беседа «Безопасное поведение и социальные риски, связанные с ПАВ».	1
13.		Диспут «Употребление ПАВ – риск для здоровья и жизни: моя личная позиция»	1
14.	Январь	Практикум «Навыки уверенного поведения в ситуациях социального риска «Спасибо, нет!»	1
15.		Создание коллективных творческих работ «Я принимаю вызов: ПАВ как риск для здоровья и успеха».	2
16.		Интерактивная беседа «Реклама как метод воздействия на поведение человека»	1
17.	Февраль	Практикум «Как противостоять давлению рекламы в сфере предложения ПАВ»	1
18.		Выставка и представление (презентация) рекламных продуктов, разработанных обучающимися по пропаганде здорового образа жизни и формированию негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ «Моё здоровье и безопасность».	1
19.		Интерактивная беседа «Правовая культура и правила делового межличностного общения как условие безопасного поведения в обществе»	1
20.	Март	Практикум с элементами ролевой игры «Моя правовая ответственность»	1
21.		Интерактивная беседа. «Информационно-коммуникативная сеть Интернет как поле рисков и сфера возможностей в профилактике употребления ПАВ подростками и молодёжью».	1
22.		Практикум «Как обеспечить свою безопасность в интернет-пространстве?»	2
23.	Апрель	Интерактивная беседа «Здоровье человека как ценность и как сфера личной ответственности».	1
24.		Практикум с элементами подготовки к добровольчеству в сфере пропаганды ЗОЖ «Здоровый образ жизни для меня»	2
25.		Социальное проектирование. Разработка и реализация проектов по пропаганде ЗОЖ и негативному отношению к употреблению ПАВ.	1
26.	Май	Выставка и представление (презентация) социальных проектов, разработанных обучающимися по пропаганде здорового образа жизни и негативному отношению к немедицинскому употреблению ПАВ «Здоровый образ жизни — для меня!».	1
27.		Практикум «Проектирование планов жизненной самореализации после окончания занятий по программе. Ресурсы и пути достижения поставленных целей». Заключительная диагностика.	1
28.		Фестиваль достижений «Шаги к здоровью: «Я принимаю вызов!»	1
Всего: 34 часа		Теория: 10	Практика: 24

