

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
городского округа Тольятти «Школа № 72
имени Героя Советского Союза А.В. Голоднова»
(МБУ «Школа № 72»)**

ПРИНЯТА

на заседании
Педагогического совета
Протокол № 23 от 29.06.2022 г.

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора
МБУ «Школа № 72»
от 29.06.2022г. № 365-од

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Все цвета, кроме черного»**

Срок реализации – 1 года

Классы – 8

Пояснительная записка

Традиционно педагоги и родители считают, что основная задача ранней профилактики наркотизма заключается в том, чтобы сформировать у ребенка (подростка) представление о вреде алкоголя, никотина, наркотических и токсических веществ. Если мальчик или девочка узнают о пагубных последствиях употребления наркотических веществ, — рассуждают взрослые, — то этого вполне достаточно для того, чтобы предотвратить знакомство с ними. Но так ли это на самом деле?

Как показывают результаты многочисленных опросов, современные школьники хорошо осведомлены о том, что «пить, курить — здоровью вредить». Однако это не только не пугает детей, но и, напротив, подстегивает любопытство, толкает их на опасные эксперименты с одурманивающими веществами. По статистике, уже в 12-13 лет подавляющее большинство мальчиков и девочек пробовали курить, имеют опыт употребления алкоголя. К сожалению, нередки случаи знакомства младших подростков с наркотиками. Наиболее очевидные мотивы, побуждающие ребенка впервые попробовать то или иное наркотическое вещество — желание подростка «стать своим в компании», «выглядеть взрослым», «избавиться от скуки», «испытать новые, интересные ощущения», «расслабиться». Получается, что наркотизация для него — своеобразный способ решения проблем социальной адаптации — взаимодействия со сверстниками и взрослыми, регуляции своего состояния, получения новых впечатлений. Не зная других способов решения этих проблем, подростки начинают курить или выпивать. Чтобы этого не произошло, подростку нужна помощь взрослых. И суть данного курса заключается не только и не столько в том, чтобы рассказать детям об опасности одурманивающих веществ, сколько в том, чтобы сформировать у них навыки, позволяющие успешно справляться с возникающими проблемами, реализовывать свои желания и потребности за счет внутренних личностных ресурсов.

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

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

Для успешного достижения цели были поставлены следующие **задачи**:

- развитие представления подростков о ценности здоровья, важности и необходимости бережного отношения к нему;
- формирование умения оценивать себя (свое состояние, поступки, поведение), а также поступки и поведение других людей;
- формирование самооценки, развитие навыков регуляции своего поведения, эмоционального состояния;
- развитие коммуникативных навыков (умения строить свои отношения с окружающими в разных ситуациях, избегать конфликтов);
- формирование умения оценивать ситуацию и противостоять негативному давлению со стороны окружающих;
- развитие представления подростков о своих способностях и склонностях, расширение сферы их интересов, приобщение к различным формам содержательного досуга;
- формирование представления о неизбежных негативных последствиях наркотизации для творческих, интеллектуальных способностей человека, возможности самореализации, достижения социального успеха;
- включение подростков в социально значимую деятельность, позволяющую им реализовать потребность в признании окружающих, проявить свои лучшие качества и способности.

Общая характеристика учебного предмета

Содержание программы «Все цвета, кроме чёрного» охватывает основные сферы социализации подростков и наиболее актуальные, значимые для них ситуации развития. Информация, связанная с проблемой наркотизации, интегрируется в структуру каждого модуля и рассматривается в рамках конкретной темы. Модульная структура программы позволяет использовать различные модели обучения, дает возможность строить работу с детьми в зависимости от того, насколько актуальна та или иная тема в конкретной группе детей, классе.

Содержание и структура программы отвечают следующим **принципам**:

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

Важнейшим условием эффективной реализации программы педагогической профилактики наркотизации является адекватность используемых форм и методов возрастным особенностям учащихся. Большинство заданий носит интерактивный, игровой характер, выполняя их, организационные способности.

Формы и методы работы на занятиях:

- анализ литературных отрывков — такая форма работы не только помогает подросткам научиться оценивать жизненные ситуации, разбираться в переживаниях других людей, но и пробуждает интерес к чтению, расширяет кругозор;
- тесты, позволяющие подростку самостоятельно определить уровень сформированности того или иного личностного качества, проанализировать свое поведение и т. д. Основная задача тестовых заданий заключается в развитии навыка самооценки у учащихся;
- дневниковые формы, предполагающие регулярную оценку подростком своего состояния или организации своей деятельности (оценка режима дня, работоспособности в течение недели, дня и т. д.);
- творческие задания (составление рассказа, игры и т. д.), направленные на развитие креативных способностей подростков, умения нестандартно мыслить, находить оригинальные решения проблем;
- тренинговые задания, направленные на развитие и тренировку определенной способности или качества подростка (памяти, наблюдательности, внимания и т. д.);
- игры, которые выполняют целый ряд важных функций: *социализирующую* (позволяет подростку «опробовать» различные модели поведения, проверив их эффективность), *коммуникативную* (в игре ребята общаются между собой), *диагностическую* (игровая

деятельность позволяет педагогу выявить возможные проблемы психологического, социального развития того или иного подростка), *коррекционная* (игра дает возможность изменить, скорректировать личностные характеристики подростка, при этом процесс изменения проходит естественно и ненавязчиво, незаметно для самого ребенка);

- мини-тренинги или тренинговые игры, направленные на отработку какого-либо конкретного поведенческого навыка;
- дискуссии, проходящие в форме круглого стола, ток-шоу, брейн-ринга и т.

Место профилактического курса в учебном плане

Программа рассчитана на 34 часа в год, 1 занятие в неделю,

В 8 классе занятия направлены на включение подростков в социально значимую деятельность, позволяющую им реализовать потребность в признании окружающих, проявить свои лучшие качества и способности. Учащиеся дают определение понятиям «чувства», «эмоции», их роли в жизни человека; получают знания о способах эффективного общения со сверстниками и взрослыми, эффективного взаимодействия с окружающими; изучают различные поведенческие схемы, позволяющие избежать конфликтной ситуации; выявляют негативные последствия наркотизации для профессионального становления человека.

Несмотря на то, что занятия не носят прямолинейный характер профилактики против психотропных веществ, то есть напрямую не рассказывают о наркотиках, их классификации, о свойствах табака и алкоголя, подростки, учась понимать себя, окружающих, владеть жизненной ситуацией, противостоять напору со стороны негативного влияния, уже смогут адекватно подойти к этой проблеме, зная, что важнее всего – здоровье, как собственное, так и окружающих.

Планируемые результаты обучения

Личностные:

- самоопределение:

- мотивация учения;
- осознание себя частью семьи, страны;
- ведение здорового образа жизни и приобретение навыка самостоятельного физического совершенствования;

- смыслообразование:

- убежденность и активность в пропаганде ЗОЖ, как необходимого элемента сохранения своей жизни;
- самостоятельность в принятии правильного решения

- нравственно-этического оценивания:

- оценивание усваиваемого содержания, исходя из социальных и личностных ценностей, обеспечивающее личностный моральный выбор;
- внимательность и вежливость во взаимоотношениях с окружающими

Метапредметные:

- познавательные УУД:

- формулирование познавательной цели;
- поиск и выделение информации, моделирование;
- анализ с целью выделения признаков (существенных, несущественных);
- синтез как составление целого из частей, восполняя недостающие компоненты;
- выбор оснований и критериев для сравнения, сериации, классификации объектов;
- подведение под понятие, выведение следствий;
- установление причинно-следственных связей;
- построение логической цепи рассуждений;
- доказательство;

- выдвижение гипотез и их обоснование;
- формулирование проблемы;
- самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера

- коммуникативные УУД:

- планирование (определение цели, функций участников, способов взаимодействия);
- инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов;
- управление поведением партнёра точно выражать свои мысли

-регулятивные УУД:

- целеполагание (постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно);
- планирование (определение последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата; составление плана и последовательности действий);
- контроль (в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона)

Предметные:

- создание условий для успешной адаптации в школе, класса;
- создание у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
 - знания и навыки, связанные с предупреждением возможного приобщения к одурманивающим веществам, умение отказываться от предложений, которые считают опасными;
 - сформированность важнейших учебных умений и действий.

Работа по программе «Все цвета, кроме чёрного» направлена на достижение конкретных **результатов:**

- полученные знания позволят учащимся понять, почему им нужно заботиться о своем здоровье, соблюдать правила здорового образа жизни;
- подростки научатся управлять своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими;
- учащиеся получат знания и навыки, связанные с предупреждением возможного приобщения к использованию одурманивающих веществ, научатся отказываться от предложений, которые считают опасными.

Предполагаемые результаты реализации программы:

1. Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни):

- приобретение школьниками социальных знаний, которые позволят понять, почему им нужно заботиться о своём здоровье, соблюдать правила здорового образа жизни; о принятых в обществе нормах поведения и общения; о правилах конструктивной групповой работы: об основах разработки социальных проектов и организации
 - коллективной творческой деятельности; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации; о правилах проведения исследования.
 - понимание своего внутреннего состояния, умение оценивать свой режим с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и корректировать несоответствия;
 - предупреждение возможного приобщения к одурманивающим веществам, умение отказываться от сомнительных и опасных предложений;

2. Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом):

- осознание учащимися роли ЗОЖ в жизни человека, практическое овладение запасами соответствующих знаний, понимание учащимися ценности человеческой жизни;
- заинтересованность различными видами полезной деятельности, позволяющей реализовать потребность в признании, общении;
- управление своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими;
- формирование чувства гражданской ответственности за сохранность собственной жизни и жизни окружающих;
- высокий уровень самосознания, самодисциплина

3. Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия):

- школьник может приобрести
- опыт исследовательской деятельности;
 - опыт публичного выступления;
 - опыт самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими детьми.

Учебно-тематическое планирование

№п\п	Наименование разделов	Кол-во часов
1	Что значит – «я подросток». В чем моя уникальность?	7 ч
2	«Мир эмоций»: Что такое дружба? Секреты эффективного общения	5 ч
3	«За компанию». Безопасный мир	6 ч
4	«О спорте и не только». Трудные дети, трудные родители	5 ч
5	«Уверенность в себе- залог успеха в жизни»	6 ч
6	«Твоя будущая профессия»	4 ч
7	«Скоро лето!»	1 ч
	Итого	34 ч

Содержание курса

Что значит – «я подросток». В чем моя уникальность? (7 ч)

Знакомство детей с особенностями их возраста. Создание условий для осознания подростками происходящих с ними психологических изменений.

«Мир эмоций»: Что такое дружба? Секреты эффективного общения (5 ч)

Развитие у подростков навыка распознавания эмоций другого человека. Развитие представлений о безопасном интернет-общении.

«За компанию». Безопасный мир (6 ч)

Формирование представления о негативных последствиях наркотизации для становления личности.

«О спорте и не только». Трудные дети, трудные родители (5 ч)

Развитие позитивного отношения к здоровому образу жизни, формирование интереса к спорту.

«Уверенность в себе- залог успеха в жизни» (6 ч)

Содействие процессу формирования уважения и принятия учащимися самих себя, развитие у подростков адекватной самооценки.

«Твоя будущая профессия» (5 ч)

Развитие представлений о роли профессий в жизни человека.

«Скоро лето!»(1 ч)

Подведение итогов курса.

**Календарно – тематическое планирование по курсу внеурочной деятельности
«Все цвета, кроме черного»**

№ п/п	Наименование разделов и тем урока	Количество часов	Дата проведения	Характеристика деятельности учащихся	Примечание
Что значит – «я подросток». В чем моя уникальность? (7 ч)					
1.	Мои летние впечатления	1 ч		Беседа с детьми о прошедшем лете. Создание условий для осознания подростками происходящих с ними психологических изменений. Способствование, углубления процессов самораскрытия Создание условий самоанализа подростков на основе значимой обратной связи. Психодиагностика личностной, познавательной сферы.	
2.	Какой я? Что я знаю о себе?	1 ч			
3.	Я не такой как все, и все мы разные	1 ч			
4.	Я не такой как все, и все мы разные	1 ч			
5.	Я глазами других людей	1 ч			
6.	Я глазами других людей	1 ч			
7.	«Что я знаю о себе». Психодиагностика	1 ч			
«Мир эмоций»: Что такое дружба? Секреты эффективного общения (5 ч)					
8.	Что такое дружба?	1 ч		Формулирование представлений о дружбе и её психологических составляющих Создание условий для осознания подростками степени принятия себя как мужчины/женщины. Обращение к существующим гендерным стереотипам Создание условий для анализа стереотипов в понимании любви, препятствующих к установлению близких отношений с другими людьми	
9.	Что такое дружба?	1 ч			
10.	Мужчины и женщины	1 ч			
11.	Мужчины и женщины	1 ч			
12.	Что такое любовь?	1 ч			
«За компанию». Безопасный мир (6 ч)					
13.	«Безопасный мир»	1 ч		Формирование навыков информационной безопасности в сети интернет Профилактика злоупотребления ПАВ Формирование мотивации к сохранению здоровья, осознание вреда факторов, разрушающих здоровье, развитие представлений о коварстве одурманивающих веществ.	
14.	«Безопасный мир»	1 ч			
15.	Мой взгляд на наркотики	1 ч			
16.	Мой взгляд на наркотики	1 ч			
17.	Жизненные ценности.	1 ч			
18.	Факторы, разрушающие здоровье	1 ч			
«О спорте и не только». Трудные дети, трудные					

родители (5 ч)				<p>Актуализация у подростков опыта семейного взаимодействия</p> <p>Анализ часто встречающихся затруднений в отношениях подростков и родителей</p> <p>Актуализация чувств, связанных с семейной жизнью.</p> <p>Актуализация представлений об уверенном и неуверенном поведении</p> <p>Содействие процессу формирования уважения и принятия учащимися самих себя, повышению их самооценки посредством предоставления обратной связи. Отслеживание уровня развития самооценки.</p> <p>Отслеживание межличностного взаимодействия в классе</p> <p>Формирование у учащихся способности формулировать свои цели и находить способы достижения этих целей</p> <p>Мониторинг уровня самооценки, проективные методики</p> <p>Социометрическое исследование.</p> <p>Расширение представлений подростков о разнообразии профессий.</p> <p>Развитие навыков сотрудничества. Развитие творческих способностей.</p> <p>Подведение итогов. Закрепление пройденного материала</p>	
19.	Я и спорт.	1 ч	27.01-31.01		
20.	Семья и спорт	1 ч	03.02-07.02		
21.	Моя семья	1 ч	10.02-14.02		
22.	Особенности моей семьи	1 ч	17.02-21.02		
23.	Мои права в семье	1 ч	24.02-28.02		
«Уверенность в себе - залог успеха в жизни» (6 ч)					
24.	Уверенное и неуверенное поведение	1 ч	02.03-06.03		
25.	Уверенное и неуверенное поведение	1 ч	09.03-13.03		
26.	Какой я в глазах других людей?	1 ч	16.03-20.03		
27.	Мониторинг уровня самооценки, проективные методики	1 ч	30.03-03.04		
28.	Социометрическое исследование	1 ч	06.04-10.04		
29.	Как достичь цели	1 ч	13.04-17.04		
«Твоя будущая профессия» (5 ч)					
30.	В мире профессий	1 ч	20.04-24.04		
31.	В мире профессий	1 ч	27.04-01.05		
32.	«Моя будущая профессия»	1 ч	04.05-08.05		
33.	Творческое задание «Моя будущая профессия»	1 ч	11.05-15.05		
34.	Творческое задание «Моя будущая профессия»	1 ч	18.05-22.05		
35.	Скоро лето!	1 ч			