

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
лицей имени генерал-майора Хисматулина Василия Ивановича**

**РАССМОТРЕНО:**

педагогическим советом лицея  
протокол № 11 от «31» 05 2023 г.

**СОГЛАСОВАНО:**

Руководитель ЦДОД  
Лакман В.Р. Лакман  
«31» 05 2023 г.

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор МБОУ лицея имени  
генерал-майора Хисматулина В.И.  
Фисун С.В. Фисун

приказ № 18-15-432/3 от «31» 08 2023 г.

**Рабочая программа внеурочной деятельности  
Профилактическая программа  
употребления наркотических средств и психотропных веществ  
««Я принимаю вызов»»  
на 2023-2024 учебный год**

Учитель: Котоманова Леся Дмитриевна, учитель-дефектолог

Классы: 5-1,5-2,5-3,5-4

Количество часов:

в год – 17 часов

в неделю – 1 час

*Сургут, 2023*

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **НОРМАТИВНАЯ И ПРАВОВАЯ БАЗА ПРОГРАММЫ**

1. Указ Президента РФ от 17 мая 2023 г. № 358 "О Стратегии комплексной безопасности детей в Российской Федерации на период до 2030 года";
2. Указ Президента РФ от 02.07.2021 N 400 "О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации";
3. Указ Президента РФ от 23 ноября 2020 г. № 733 "Об утверждении Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации на период до 2030 года";
4. Концепция осуществления государственной политики противодействия потреблению табака и иной никотин содержащей продукции в российской федерации на период до 2035 года и дальнейшую перспективу (Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 18 ноября 2019 г. N 2732-р);
5. Концепция профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде на период до 2025 года была утверждена Министерством просвещения Российской Федерации 15 мая 2021 года. Федеральный закон от 8.01.1998 года №3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах»;
6. Федеральный закон от 29 декабря 2022 г. N 634-ФЗ "О внесении изменений в статью 12<sup>5</sup> Федерального закона "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации";
7. Федеральный закон от 24.06.1999 года №120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;
8. Федеральный закон от 29.12.2012 года №273 «Об образовании в Российской Федерации», (с изменениями на 4 августа 2023 года) (редакция, действующая с 1 сентября 2023 года);
9. Федеральный закон «О рекламе» от 13.03.2006 года №38-ФЗ (действующая редакция от 8.03.2015 года), Федеральный закон от 10.07.2023 № 302-ФЗ "О внесении изменения в статью 8 Федерального закона "О рекламе" ;

Тематическое содержание программы сформировано с учетом психолого-педагогических особенностей, обучающихся 5-9 классов, которые обусловлены переходом к кризису младшего подросткового возраста, при которой центральным и специфическим новообразованием личности подростка выступают возникновение и развитие самосознания, что он уже не ребенок, а также внутренняя переориентация с правил и ограничений на нормы поведения взрослых. На этом возрастном этапе происходит переход к новой внутренней позиции – направленность на познавательный поиск, постановку целей, самостоятельное осуществление контрольных и оценочных действий, развитие рефлексии и способности проектирования, построения жизненных планов во временной перспективе; овладение коммуникативными средствами и способами организации кооперации и сотрудничества; изменение формы организации

учебной деятельности от классно-урочной системы к лабораторно-семинарской, лекционно-лабораторной, исследовательской работе

В подростковом возрасте у ребенка меняется тип ведущей деятельности: на смену учебной деятельности приходит личностно ориентированное общение, которое позволяет школьникам выразить свое отношение широкому кругу проблем, выступающих рисками употребления ПАВ; направленность на достижение межпредметных результатов, позволяющих принимать вызовы современности, развивать здоровую самоидентичность, что является необходимым условием для успешной реализации программы.

## **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ КУРСА**

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ:** формирование представлений о понятиях «здоровье», «здоровый образ жизни», «социальная ответственность»; ознакомление с причинами и последствиями употребления ПАВ; изучение социальных и правовых норм для понимания ответственности за нарушение законодательства в сфере незаконного оборота наркотических веществ.

**ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ:** формирование ценностей здорового образа жизни; готовности решать повседневные ситуации, связанные с риском употребления ПАВ, внутренних установок сопротивления социальному давлению группы, связанному с риском употребления ПАВ.

**РАЗВИВАЮЩИЕ:** развитие критического мышления в отношении информации, связанной с ПАВ и мотивации к социально одобряемой деятельности; формирование нового положительного опыта для личностного развития в процессе межличностного и группового общения; создание благоприятных условий для развития личности ученика; формирование копинг-стратегий и внутренних защит от употребления ПАВ.

### **ЗАДАЧИ:**

1. Создать психологические условия, способствующие приобретению подростками положительного опыта межличностного и группового содержательного общения как фактора защиты личности от употребления ПАВ.
2. Способствовать формированию основ правовой культуры как необходимости следовать социальным и правовым нормам общества.
3. Способствовать формированию паттернов (повторяющихся образов) правопослушного ответственного поведения, исполнения законов.
4. Способствовать формированию здорового стиля жизни и отрицательного отношения к ПАВ.
5. Создать предпосылки для формирования готовности принимать осознанные решения в повседневных жизненных ситуациях, связанных с рисками употребления ПАВ.
6. Способствовать развитию критического отношения к информации, связанной с ПАВ, и предложениями их приобретения и употребления.
7. Содействовать развитию мотивации к социально одобряемой деятельности, исключающей ПАВ.

8. Создать условия для приобретения опыта целеполагания, разработки и реализации собственных идей и проектов в сфере пропаганды здорового образа жизни, законопослушного поведения, предупреждения употребления ПАВ.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ**

Личностные результаты будут достигнуты в рамках когнитивного, ценностного и эмоционального, деятельного компонентов.

В рамках **КОГНИТИВНОГО** будут сформированы:

Знание законодательства РФ в сфере предупреждения распространения и потребления ПАВ немедицинского характера;

Ориентация в системе моральных норм и ценностей как условий законопослушного поведения, здорового образа жизни, предупреждения потребления ПАВ;

Основы социально-критичного мышления, способность ориентироваться в особенностях социальных отношений и взаимодействий;

Знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий, правил поведения в ситуациях социального риска.

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, направленному на вовлечение в потребление ПАВ, и готовность противостоять им;

Уважение к ценностям семьи, любовь к природе, признание ценности здоровья своего и других людей, оптимизм в восприятии мира как условие противостояния попыткам вовлечения в потребление ПАВ;

Позитивная моральная самооценка и моральные чувства как условие предупреждения потребления ПАВ.

В рамках **ДЕЯТЕЛЬНОГО (ПОВЕДЕНЧЕСКОГО)** компонента будут сформированы:

Готовность и способность к организации и участию в школьных и внешкольных мероприятиях в пределах возрастных компетенций, в волонтерской деятельности в сфере предупреждения потребления ПАВ;

Готовность и способность к выполнению правовых норм и требований, в том числе в сфере, касающейся немедицинского распространения и оборота ПАВ;

Умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия;

Умение конструктивно разрешать конфликты;

Готовность и способность к соблюдению моральных норм в отношении взрослых и сверстников;

Потребность участия в общественной жизни ближайшего социального окружения и общественно полезной деятельности, связанной с проектированием моделей здорового образа жизни и профилактики потребления ПАВ;

Умение строить жизненные планы создавать и реализовывать социальные проекты в сфере пропаганды здорового образа жизни, профилактики потребления ПАВ;

Готовность делать осознанный выбор в ситуациях социального риска на основе ценностей правовой культуры и здорового образа жизни.

Наряду с вышесказанными личностными результатами освоения программы, результатами выступают метапредметные умения, рассматриваемые как соответствующие УУД.

## **РЕГУЛЯТИВНЫЕ УУД.**

*Умение самостоятельно определять цель обучения:*

Формулировать целевые приоритеты в сфере проектирования здорового образа на основе выявления определенной проблемы и существующих возможностей;

Формулировать примерные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности в сфере проектирования здорового образа жизни.

*Умение самостоятельно планировать пути достижения целей:*

Определять необходимые действия в соответствии с примерными задачами и составлять алгоритм их выполнения;

Обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в сфере проектирования здорового образа жизни, определять/находить условия для их выполнения, составлять план решения проблемы по проблематике здорового образа жизни;

*Умение соотносить свои действия с планируемым результатом, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата:*

Определять совместно с педагогом и сверстниками критерии оценки своей деятельности по проектированию здорового образа жизни, осуществлять самоконтроль своей деятельности;

Оценивать свою деятельность по проектированию в сфере здорового образа жизни, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;

Сверять свои действия с целью и при необходимости исправлять ошибки самостоятельно.

*Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения:*

Определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи в сфере проектирования по тематике здорового образа жизни;

Оценивать продукт своей деятельности по заданным или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности.

*Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности:*

Наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность по тематике здорового образа жизни в процессе взаимопроверки;

Самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха.

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ УУД

*Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения, умозаключения:*

Объединять предметы и явления по тематике и проблематике здорового образа жизни в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;

Выделять явления, относящиеся к проблематике здорового образа жизни из общего ряда других явлений;

Излагать полученную информацию по проблематике здорового образа жизни, рисков, угрожающих здоровью, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи, самостоятельно указывать на информацию по проблематике здорового образа жизни и рисков здоровью;

Выявлять причины события, в том числе причины рисков, угрожающих здоровью.

*Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач:*

Определять логические связи между предметами и явлениями по проблематике здорового образа жизни, строить схемы, алгоритмы действий по проектированию здорового образа жизни, предупреждения рисков, угрожающих здоровью.

*Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем:*

Определять ключевые поисковые слова и запросы по тематике здорового образа жизни, предупреждения рисков для здоровья человека;

Осуществлять взаимодействие с электронными поисковыми системами, словарями при работе по вышеуказанной тематике.

## КОММУНИКАТИВНЫЕ УУД

*Умение организовывать сотрудничество с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, выражать уверенный отказ при наличии рисков вовлечения в ситуации, связанные с угрозами для здоровья или асоциальным поведением:*

Определять возможные роли в совместной деятельности;

Играть определенную роль в совместной деятельности;

Принимать позицию собеседника, выражать отказ при попытках вовлечения в деятельность, связанную с риском для здоровья и асоциальным поведением;

Договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;

Организовывать учебное взаимодействие в группе, связанное с реализацией целей и задач программы.

*Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей, потребностей для*

*планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью:*

Определять задачу коммуникации в соответствии с ней отбирать и использовать речевые приемы в процессе коммуникации с другими людьми;

Представлять в устной или письменной форме развёрнутый план собственной деятельности в сфере проектирования здорового образа жизни;

Использовать невербальные средства и наглядные материалы, приготовленные под руководством учителя.

Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-компьютерных технологий (далее ИКТ).

Наряду с решением непосредственных задач курса, в рамках реализации программы происходит решение ряда задач, направленных на социализацию и развитие подростка в группе, сплочение класса, формирование или реабилитация позитивного социального статуса ребенка в классном коллективе. Таким образом, реализация программы способствует достижению трех уровней результатов.

*Первый уровень результатов* – приобретение и усвоение обучающимися в процессе взаимодействия ученика с ведущим взрослым как значимым для него носителем социального знания и повседневного социального знания и повседневных социальных знаний, представлений о социальной реальности и повседневной жизни, в которой существуют риски, связанные с проблемой распространения и употребления и употребления ПАВ.

*Второй уровень 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 защищенной, дружественной среде.

*Третий уровень результатов* – приобретение подростком опыта самостоятельного социально значимого действия, направленного на пропаганду ценностей здорового образа жизни и отрицательного отношения к употреблению ПАВ.

Программа предусматривает как вариативные формы контроля уровня усвоения учащимися содержания отдельных разделов, и форму оценки результативности программы в целом.

**Календарно-тематическое планирование по курсу «Я принимаю вызов»  
для обучающихся 5-х классов  
на 2023-2024 учебный год**

| <b>№</b> | <b>Раздел (количество часов)<br/>Тема урока</b>                           | <b>Кол-<br/>во<br/>часов</b> |
|----------|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| 1        | Интерактивная беседа: «Мир человеческих отношений - мир эмоций».          | 1                            |
| 2        | Практикум (тренинг): «Отреагирование негативных эмоциональных состояний». | 1                            |

|    |                                                                                                                      |   |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 3  | Психология конфликта. «Конфликты и технологии разрешения конфликтов».                                                | 1 |
| 4  | «Реклама, как метод воздействия в сфере предложения ПАВ на принятие решений».                                        | 1 |
| 5  | Интерактивная беседа: «Что такое стресс и стрессоустойчивость».                                                      | 1 |
| 6  | «Здоровье человека, как ценность и как сфера личной ответственности».                                                | 1 |
| 7  | «Безопасное поведение и социальные риски, связанные с ПАВ».                                                          | 1 |
| 8  | «Навыки уверенного поведения в ситуациях социального риска».                                                         | 1 |
| 9  | Разработка и реализация проектов по пропаганде ЗОЖ и негативному отношению к употреблению ПАВ.                       | 1 |
| 10 | Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поиск ресурсов для достижения цели.                     | 1 |
| 11 | «Как совладать со стрессом. Стратегии поведения в стрессовых ситуациях».                                             | 1 |
| 12 | Моя вселенная. Кто я? Какой я? Мои сильные и слабые стороны и мои ресурсы.                                           | 1 |
| 13 | О ценности человеческой жизни. Люди, которые могут мне помочь в трудной жизненной ситуации. Круги защиты.            | 1 |
| 14 | «Здоровый образ жизни – для меня! В здоровом теле - здоровый дух».                                                   | 1 |
| 15 | «Безопасное поведение и социальные риски, связанные с ПАВ».                                                          | 1 |
| 16 | Навыки уверенного поведения в ситуациях социального риска.<br>Трудное слово "Нет". Умение решительно говорить "Нет". | 1 |
| 17 | «Пропаганда ЗОЖ и профилактика употребления ПАВ».                                                                    | 1 |

### **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА (5 КЛАСС).**

**Навыки вступления в контакт в условиях группового взаимодействия как фактор предупреждения вовлечения в употребление психологически-активных веществ (ПАВ).**



Формирование группы, интеграция в группу сверстников и построение продуктивного взаимодействия со сверстниками и ведущим-взрослым. Правила группового взаимодействия, правила круга. Общение как базовая потребность человека. Правила установления контакта как первый этап эффективного группового взаимодействия. Вербальное и невербальное общение. Регуляция собственного речевого поведения как основы коммуникативной компетенции.

**Навыки отреагирования негативных эмоциональных состояний в условиях группового взаимодействия. Профилактика агрессивных проявлений.**

Эмоции и чувства. Понятие агрессии. Способы работы с агрессией, гневом. Профилактика агрессивных проявлений. Основы саморегуляции.

**Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего на начало употребления ПАВ. Продуктивное поведение в конфликте.**

Психология конфликта. Две стороны конфликта. Поведение в конфликте. Способы разрешения конфликтов. Способы обоснования и отстаивания собственной позиции.

**Формирование критического мышления, потребности в саморазвитии, самореализации, ответственности за принятое решение как личностных факторов защиты от употребления ПАВ.**

Психология жизненного успеха. Я-концепция, самооценка, мотивация достижения успеха. Эмпатия как осознанное понимание и сопереживание чувствам других. Рефлексия как свойство личности. Самоопределение и принятие ответственных решений.

**Стрессоустойчивость и стратегии совладающего поведения как фактор профилактики употребления ПАВ.**

Что такое стресс. Стрессоустойчивость. Ситуации социального риска. Самоконтроль, поиск социальной поддержки, социальная ответственность, принятие решения, положительная переоценка. Стратегии совладающего поведения.

**Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (все участники независимо от наличия или отсутствия имеющегося опыта употребления ПАВ).**

Понятие и представление о безопасном поведении и социальных рисках, причинах начала употребления ПАВ. Употребление ПАВ как социальная проблема. Истинные и ложные представления о ПАВ. Навыки принятия ответственного решения. Модификация и коррекция присущих некоторым участникам группы дезадаптивных моделей поведения.

**Представления о воздействии рекламы в сфере предложения ПАВ на принятии решений.**

Реклама как форма привлечения потребителей ПАВ. Пути влияния на восприятие человека, создание мифов о ПАВ. Формирование у обучающихся представлений о рисках воздействия рекламы на безопасность поведения в сфере предложений ПАВ.

**Формирование представлений о социальной ответственности, правовой культуре, административной и уголовной ответственности в сфере употребления и распространения ПАВ и незаконного оборота наркотиков.**

Понятие правовой культуры. Права и обязанности несовершеннолетних, в том числе в сфере ответственности за применение и распространение ПАВ.

### **Интернет-пространство и профилактика употребления ПАВ: риски и возможности**

Риски и безопасное поведение в информационно-коммуникативной сети Интернет.

### **Пропаганда здорового образа жизни и профилактика употребления ПАВ.**

Здоровье и здоровый образ жизни. Ценностное отношение к здоровью. Критическое мышление. Рефлексивное общение. Целеполагание в сфере пропаганды здорового образа жизни. Выбор и ответственность. Создание условий для пропаганды и формирования ценностного отношения к здоровью в образовательной организации.

### **Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поиск ресурсов для достижения цели.**

Представления о будущем как показатель социальной зрелости подростка, способности к построению жизненных планов во временной перспективе и прогнозированию своей жизни. Проектирование здорового и успешного будущего, умение адекватно оценивать свои возможности для достижения цели.

## **Критерии оценивания**

Программа предусматривает вариативные формы контроля уровня освоения обучающимися содержания разделов (тем):

- тематические выставки творческих работ участников;
- викторины;
- заключительным этапом программы является организация и проведение праздников достижений участников «Шаги к здоровью»;
- анкетирование участников (заполнение анкеты обратной связи);
- обратная связь (рефлексия) участников (устные высказывания участников по определённой заданной ведущим схеме).

## **Список используемой литературы**

1. Методические рекомендации для организации занятий курса по профилактике употребления наркотических средств и психотропных веществ «Я принимаю вызов!». 5-9 классы/ авт.-сост. Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих – 2-е изд.- М.: ООО «Русское слово - учебник», 2016. – 120 с. – (ФГОС. Внеурочная деятельность);
- 2.Мониторинг здоровья обучающихся и ситуации с употреблением наркотических и психоактивных веществ несовершеннолетними (рабочая группа: Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих др.): аналитическая записка. СПб АППО, 2014.