

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 104
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА М.С.ХАРЧЕНКО
ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТА

решением Педагогического совета
Протокол № 8 от 09.06.2021

УТВЕРЖДАЮ

Приказ от № 96 от 09.06.2021

Рабочая программа внеурочной деятельности

по социальному направлению

«Экология души»

для 6 классов

Срок реализации - 1 год

Разработана
Социальным педагогом
Богдановой В.В.

Санкт-Петербург
2021

Пояснительная записка

Нормативно-правовая база для программы по внеурочной деятельности:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный стандарт основного общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Распоряжение Комитета по образованию от 12.04.2021 № 1013-р «О формировании календарного учебного графика государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, в 2021/2022 учебном году»
- Распоряжение Комитета по образованию от 09.04.2021 № 997-р «О формировании учебных планов государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, на 2021/2022 учебный год»
- Инструктивно-методическое письмо Комитета по образованию от 13.04.2021 № 03-28-3143/21-0-0 «О формировании учебных планов государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, на 2021/2022 учебный год»

Программа по профилактике употребления наркотических веществ для 6 класса направлена на решение важной государственной задачи-профилактики употребления наркотических и психоактивных веществ. Она позволяет формировать у подростков ценности здорового образа жизни, готовность принимать ответственные решения в ситуациях, связанных с риском для здоровья. Эта программа поможет подросткам осознать личную ответственность за свои поступки, научит обучающихся прогнозировать возможные положительные и отрицательные последствия различных вариантов своего возможного поведения, давать им правовую и нравственную оценку.

Актуальность темы

Программа основана на методологии компетентного подхода и предполагает в качестве профилактики не традиционную форму «информирования» о наркотиках и последствиях их действия, а практику, тренировку, направленную на развитие у подростков личностных качеств, предоставляющих возможности решения возникающих проблем конструктивными путями, ориентированными на достижение успешной социальной самореализации и эмоционального благополучия в жизни.

Актуальность программы: программа позволяет реализовать формирование первичных навыков самоанализа, развитие чувства собственного достоинства, внутренних критериев самооценки на основе развития научного типа мышления. Успешная социализация подростка в этом возрасте осуществляется прежде всего при условии обеспечения для него возможностей осознавать и на ценностно – эмоциональном уровне выражать собственное отношение к общекультурным образцам, нормам, эталонам и закономерностям взаимодействия с окружающим миром. Программа «Мой мир!» включает в себя профилактику употребления обучающимися табака, алкоголя, наркотиков и других ПАВ, влияющих на состояние сознания, формирования культуры активного, осознанного, безопасного поведения. Педагог становится активным участником взаимодействия при соблюдении принципов.

Принципы построения программы, которые педагогу позволяют стать активным участником взаимодействия с учеником, звучат так:

- ответственность – прежде всего ученика, а не учителя;
- доверие – учитель не контролирует, а поддерживает, сопровождает;
- партнерство – партнерские отношения и личностно ориентированное общение с подростками;
- открытость – трудности не скрываются, а разрешаются.

Настоящая программа предназначена для работы с детьми подросткового возраста 12-14 лет. Занятия проводятся 1 раз в неделю, продолжительность – 1 академический час.

Форма работы

Основная форма работы- групповое взаимодействие. Важным условием проведения рефлексивных, интерактивных бесед является соблюдение формы круга, учет правил и закономерностей организации групповой работы. Педагог становится активным участником взаимодействия при соблюдении принципов партнерских отношений, личностно ориентированного и делового общения с подростками. Важным является обучение подростков принятию правил работы в группе, умение подчиняться правилами организовывать свою деятельность во времени. Предлагается использовать диагностирующие материалы.

Цели программы:

Образовательные: формирование у обучающихся 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 нарушения законодательства в сфере незаконного оборота наркотических веществ.

Воспитательные: формирование у обучающихся ценностей здорового образа жизни, готовности осмысленно решать повседневные жизненные ситуации, связанные с риском, в том числе риском употребления ПАВ, внутренних установок сопротивления социальному давлению группы, связанному с рисками употребления ПАВ.

Развивающие: развитие у обучающихся критического мышления в отношении информации, связанной с ПАВ, и мотивации к социально одобряемой деятельности; формирование у подростков нового положительного опыта для личностного развития в процессе межличностного и группового содержательного общения.

Задачи программы:

1. Создать психологические условия, способствующие приобретению подростками нового 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 на основе ознакомления с этими нормами, в том числе в сфере незаконного оборота наркотических средств и психотропных веществ.

3. Способствовать формированию повторяющихся образцов правопослушного ответственного поведения, исполнения законов.

4. Способствовать формированию здорового стиля жизни и отрицательного отношения к употреблению ПАВ.

5. Создать предпосылки для формирования готовности осмысленно решать повседневные жизненные ситуации, связанные с риском, в том числе риском употребления ПАВ.

6. Способствовать развитию критического мышления в отношении информации, связанной с ПАВ, и предложениям их приобретения и употребления.

7. Содействовать развитию мотивации к социально одобряемой деятельности, исключая употребление ПАВ.

Планируемые результаты обучения

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 соотносить свои действия с планируемыми результатами, самостоятельно планировать инвариантные и альтернативные 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, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.

- формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации,

- развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем.

Коммуникативные УУД:

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

- умение выражать свои чувства и мысли,
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью,
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий.

Формы контроля уровня усвоения содержания

- Тематические выставки творческих работ участников,
- викторины,
- фестиваль достижений участников «Шаги к здоровью: «Я принимаю вызов»,
- анкетирование участников (анкеты обратной связи),
- обратная связь (рефлексия) участников.

Этапы проведения занятий

Все занятия проводятся в три этапа:

1. Вводная часть. Ритуал начала занятия – проводится с целью создания у участников ощущения принадлежности к группе и настроя на совместную деятельность.
2. Основная часть.
3. Заключительная часть. Ритуал завершения занятия- проводится с целью создания у участников ощущения принадлежности к группе и чувства душевного подъема от совместной деятельности.

Условия проведения занятий

Создание атмосферы защищенности и безопасности участников группового взаимодействия обеспечивается принятием правил взаимодействия и поведения на занятиях:

- «Конфиденциальность»- личная информация, мысли, чувства, высказываемые участниками, не выносятся за пределы группы.

- «Здесь и теперь»- говорить о собственных мыслях, чувствах, которые возникают здесь и теперь, акцент делается на том, что переживается в настоящий момент.

- «Я-высказывания»- говорить от своего имени, о своих мыслях, чувствах, избегая оценок, начиная фразу с «Я, я чувствую, думаю, мне кажется, избегая обобщений типа «Мы все здесь чувствуем...»

- «Называть друг друга по имени» - это создает дружескую доверительную атмосферу.

- Правило «Одного микрофона» -когда говорит один участник, остальные внимательно слушают, не перебивают, не подсказывают, проявляют уважение к мнению другого.

- Правило «Не ставим оценок» - любой участник может высказывать свои мысли, чувства, при этом ведущие и остальные участники группы обсуждают только ситуации, а не дают оценку поступкам, поведению, тем более личности высказывающегося.

Обсуждение правил. Вначале можно предложить школьникам сформулировать свои правила, которые помогли бы нам работать, с уважением относясь, друг к другу, затем предложить вышеперечисленные правила в качестве дополнения и обобщения. Правила желательно оформить в виде презентационного слайда, пока участники не запомнят их.

Тематическое планирование

Раздел программы, количество часов	Тема	Личностные и метапредметные результаты	Часы аудиторных занятий
1. Позитивное мышление и эффективное общение со	Практикум командообразования	Совершенствование навыков позитивного мышления,	1

<p>сверстниками как факторы предупреждения вовлечения в употребление ПАВ. Первичная диагностика. 2 часа</p>	<p>Позитивное мышление и эффективное общение со сверстниками как факторы предупреждения вовлечения в употребление ПАВ.</p>	<p>эффективного общения и сотрудничества, развитие навыков командного взаимодействия и средств общения. Развитие эмпатии, способности к рефлексии.</p>	<p>1</p>
<p>2. Навыки управления своими эмоциональными состояниями в условиях группового взаимодействия со сверстниками. Профилактика агрессивных проявлений. 2 часа</p>	<p>Эмоции и чувства. Как распознавать переживания других людей и собственные эмоциональные состояния</p>	<p>Умение регулировать эмоциональное состояние и контролировать свое поведение. Формирование практических умений понимания и ненасильственного выражения своих негативных эмоциональных состояний,</p>	<p>1</p>
	<p>Технологии реагирования и саморегуляции эмоциональных состояний</p>	<p>умение учитывать и координировать отличные от собственной позиции других людей в сотрудничестве.</p>	<p>1</p>
<p>3.Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ. 3 часа</p>	<p>Две стороны конфликта</p>	<p>Развитие умения эффективно решать конфликты, конструктивно отстаивать свою позицию, противостоять негативному влиянию группы сверстников и сознательно выстраивать свое поведение на достижение ЗОЖ.</p>	<p>1</p>
	<p>Технологии разрешения конфликтов. Способы отстаивания собственной позиции в конфликте.</p>		<p>1</p>
	<p>Посредничество в разрешении конфликта как способ восстановления отношений</p>		<p>1</p>
<p>4. Формирование критического мышления, волевого поведения, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ. 6 часов</p>	<p>Я-концепция, потребность в саморазвитии, самореализации и ценностные ориентации человека</p>	<p>Развитие критического мышления, позитивного образа Я, рефлексии. Укрепление в обучающихся чувства уважения к самому себе, уверенности в способности противостоять вызовам, опасным для их здоровья. Формирование нравственных ценностей и на этой основе - жизненных целей. Актуализация процессов личностного и профессионального самоопределения.</p>	<p>1</p>
	<p>Я и мои жизненные цели</p>		<p>1</p>
	<p>Нарисую будущее</p>		<p>1</p>
	<p>Мой здоровый образ жизни</p>		<p>1</p>
	<p>Свобода и ответственность. Выбор и принятие ответственных</p>		<p>1</p>

	решений		
	Мой выбор: здоровье и успешное будущее.		1
5. Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ. 6 часов	Социальные риски, связанные с ПАВ, и безопасное поведение	Развитие навыков безопасного поведения в ситуациях, связанных с риском вовлечения в пробы ПАВ, формирование стратегий совладающего поведения и стрессоустойчивости.	1
	Развитие стрессоустойчивости и совладающего с трудностями поведения		1
	Как совладать со стрессом		1
	Употребление ПАВ - риск для здоровья и жизни: моя личная позиция		1
	Реклама как метод воздействия на принятие решения и поведение человека		1
	Информационно-коммуникационная сеть Интернет как поле возможностей и сфера рисков		1
6. Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе 6 часов	Здоровье как важнейшая социальная ценность	Сформированность антинаркотических установок на понимание употребления психоактивных веществ как угрозы внутренней стабильности, здоровья, социального благополучия и жизненного успеха. Формирование активной жизненной позиции обучающихся на основе информации о влиянии ПАВ на здоровье человека, причинах начала употребления и альтернативных возможностях поведения в ситуациях социального риска и организации досуга.	1
	Негативное отношение к употреблению ПАВ: моя личная позиция		1
	Мой здоровый образ жизни		1
	Мои эмоции и чувства, связанные с употреблением ПАВ подростками и молодыми людьми		1
	Моя правовая ответственность в сфере незаконного оборота наркотиков		1
	Мой мир: ПАВ как риск для здоровья и успеха.		1
7. Пропаганда здорового образа жизни и социальное проектирование в сфере профилактики	Здоровье человека - сфера личной ответственности	Формирование негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ, пропаганда ЗОЖ.	1
	Наше будущее у нас		1

немедицинского употребления ПАВ 5 часов	в руках!	Формирование ценностного отношения к здоровью. Привлечение внимания к проектированию собственного направления здорового образа жизни.	2
	Разработка и реализация проектов по пропаганде ЗОЖ, и негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ		
	Выставка и презентация реализованных проектов по пропаганде ЗОЖ и формированию негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ		1
8.Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поиска ресурсов для достижения цели. Заключительная диагностика. 4 часа	Проектирование планов жизненной самореализации после окончания занятий по программе. Ресурсы и пути достижения поставленных целей.	Формирование способности к прогнозированию как способу предвидения будущих событий. Овладение навыками проектирования успешного и здорового будущего, целеполагания и умения адекватно оценивать свои возможности для достижения поставленных целей, выделять альтернативные способы достижения целей и выбирать наиболее эффективный способ.	2
	Здоровье, будущее, успех: Мой мир!		2
Итого 34 час			34