**Программа кружка «Полезные навыки»**

**Пояснительная записка**

«Полезные навыки» — кружковая работа, созданная в рамках профилактической программы Проекта ХОУП. Программа создавалась как профилактика предупреждения курения, употребления алкоголя подростками. Приобщение детей и подростков к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ (далее ПАВ) связано с двумя явлениями. Первое – это наличие определенных склонностей, черт, свойств и качеств самого человека, включая биологические, физиологические, психологические, социальные и нравственные. Этими качествами определяется спрос на ПАВ. Второе – это доступность ПАВ в обществе. Доступность тесно связана с предложением. Предупреждение приобщения к ПАВ предполагает сочетание мер по сокращению спроса и предложения. Превентивное обучение служит средством сокращения спроса.

«Полезные навыки» — кружок, предназначенный для учащихся 10 класса, где они знакомятся с понятием психоактивные вещества ,обучение «разбито» на два блока и составляет 34 часа в год.1 блок формирует у школьников навыки эффективного общения, принятие решений и сопротивления давлению сверстников. 2 блок способствует не только формированию у старших подростков навыков эффективного общения, но и затрагивает вопросы о рациональном принятии решений, ответственного поведения в ситуациях риска употребления наркотиков и инфицирования ВИЧ.

*Необычность и новизна* методологии превентивного обучения (обучение в группах, ролевое моделирование, задания в рабочей тетради и т.д.) позволяет активизировать деятельность учащихся, повышает их интерес к предмету обсуждения, тем самым значительно увеличивается эффективность уроков.

В программах имеются материалы для оценки эффективности проведенного курса. С учетом возрастных особенностей детей для каждого года обучения разработаны тесты, которые проводятся на первом и последнем уроках учебного года. Увеличение числа правильных ответов на 30% и более свидетельствует об усвоении учащимися знаний по данным программам, а также выявляет среди детей “группу риска”.

Программа “Полезные навыки” включают в себя и работу с родителями, т.к. ребёнку необходимо получать единообразную информацию по проблеме здорового образа жизни, как в школе, так и в семье, чтобы не допустить возможности возникновения конфликта ценностей у детей.

Исходя из данных, полученных в ходе многолетних исследований, из опыта профилактической антинаркотической работы следует, что первичная профилактика намного эффективнее среди тех, кто ещё не употреблял ПАВ. Приобщение к наркотикам начинается с алкоголя, табака. Предупреждение их употребления способствует предупреждению употребления ПАВ вообще, поэтому своей цели программы достигнут, если будут введены с первого класса. В этом случае реализуются главные принципы программ: “системность” и “спиральность”, т.к. параллельно с ростом, развитием, увеличением объёма школьных знаний ребёнка одни и те же темы, повторяющиеся ежегодно, расширяются и усложняются, а установки и поведенческие навыки усиливаются и шлифуются на протяжении с 5-го по 7-й класс.

Роль учителя в проведении уроков по программе “Полезные навыки” очень важна и не совсем обычна. Превентивное обучение представляет собой новую область педагогической деятельности, в которой тесно переплелись современная педагогика, практическая психология и идеи медицинской профилактики.

Несмотря на существующие официальные документы, профилактика употребления ПАВ в рамках федерального, регионального или школьного компонентов образовательных программ не стала повсеместной и последовательной. Профилактика в образовательных учреждениях чаще всего осуществляется работниками медицинских учреждений и учителями-предметниками, как правило, эпизодически. При этом используется преимущественно информационная модель в форме индивидуальных бесед и лекций, массовых акций и отдельных уроков в рамках учебных предметов. Поэтому данные программы превентивного образования необходимы школьникам, т.к. имеют систему формирования навыков социальной и личностной компетентности, а также профилактики употребления ПАВ.         Будущая жизнь любого ребёнка во многом зависит от того, как он чувствует себя в этом мире, как общается с людьми, как формируется его мировоззрение.

Эта программа поможет ему определить своё место в мире, научиться общаться и правильно заботиться о своём здоровье**.**

Работа по данной программе интересна и полезна для детей, так как учит школьников решать проблемы и принимать решения, сопротивляться давлению сверстников, контролировать своё поведение в разных жизненных ситуациях, преодолевать стресс и тревогу.

В каждом разделе предусмотрены кроме бесед, различные ролевые игры, чтение и обсуждение литературы, дискуссии, разбор проблемных ситуаций.

*Направленность курса* – социально-педагогическая.

**Целью данного курса является:**

* расширение знаний о себе, о своих возможностях, способностях:
* расширение знаний о полезных и вредных привычках;
* развитие умений ориентироваться в мире взрослых;
* занимать активную жизненную позицию;
* преодолевать трудности адаптации в современном обществе,
* повысить уровень социально-психологической компетенции подростков,
* снизить вероятность вовлечения подростков в экспериментирование с наркотиками.

**Для достижения поставленных целей необходимо решить следующие задачи:**

1. Сформировать у подростков следующие конструктивные навыки взаимодействия:

* умение безопасно и эффективно общаться,
* умение понимать и выражать свои чувства,
* умение противостоять давлению, побуждающему к приёму психоактивных веществ.

2. Способствовать выработке у подростков защитных личных качеств:

* уверенности в себе,
* честности,
* открытости,
* чувства юмора

и навыков

* умения устанавливать и поддерживать гармоничные отношения,
* умения принимать решения,
* умения преодолевать кризисные ситуации.

3. Предоставить подросткам основные сведения о негативных последствиях приёма психоактивных веществ, об особенностях распространения наркомании в молодёжной среде и факторах, влияющих на этот процесс, а также дать понятие об основных принципах профилактической работы.

**Важность курса**

Опыт показывает, что практически невозможно достичь успеха в профилактике наркомании в том случае, если аудитория не обладает определёнными личностными качествами и социальными навыками и ничего не предпринимается для того, чтобы развить их у подростков. В этом случае они остаются закрытыми и глухими к тем идеям, которые пытаются донести до них старшие. Более того, предоставление им информации о неблагоприятных эффектах наркотиков обычно провоцирует появление исследовательского интереса, что может привести к улучшению ситуации с употреблением наркотиков в данной группе. Поэтому неотъемлемой частью любого курса профилактики потребления наркотиков и других психоактивных веществ должны быть занятия, направленные на формирование гармоничной личности.

**Актуальность курса**

Актуальность проблемы профилактики наркоманий определяется изменением наркоситуации в нашей стране, основной тенденцией которой является катастрофический рост числа наркозависимых, прежде всего, среди детей и подростков. отсутствие до последнего времени действенных профилактических программ, как наиболее эффективного направления антинаркотической деятельности, создало предпосылки к угрозе национальной безопасности страны, связанной с эпидемией наркозависимости среди молодёжи. Недоступность большинству населения информации о вреде наркотиков, причинах возникновения формирования и распространения наркоманий, методах противодействия наркозависимости делает малоэффективной антинаркотическую пропаганду, особенно среди родителей. Отсутствие эффективной молодёжной антинаркотической политики, нередкие откровения поп-кумиров, привели к формированию неотразимо привлекательной для молодёжи наркотической субкультуры.

 **Место предмета в учебном плане дополнительного образования МБОУ СОШ №1 с. Грабово.**

На кружок «Полезные навыки» (10 класс) в учебном плане отводится 34 часа в год ( из расчета 1 час в неделю).

**Форма проведения занятий**

Важной особенностью профилактики потребления психоактивных веществ в целом и данного курса в частности является то, что эффективная работа невозможна без доверительных отношений между ведущим курса и учениками. Те знания, которые мы пытаемся донести до подростков, пока никак не поддаются никакому измерению или вычислению. По ним не публикуют справочников и сводных таблиц. Их или принимают на веру, или проверяют на собственном опыте. Если нет доверия к ведущему, то подростки просто не будут принимать их на веру: соответственно им придётся проводить эксперименты на себе. Именно поэтому подобному курсу не подходит обычная форма проведения уроков. Идеальный способ – дружеская беседа. Курс рассчитан на 1 час в неделю, предназначен для учащихся 10 класса(средний школьный возраст – 15-16 лет). Оборудование и материалы – интерактивная доска, рабочие тетради, пособие для учителя (разработки занятий).

**Содержание материала**

Каждое занятие состоит из теоретических и практических заданий.

**Учебно-тематическое планирование**:

1 блок

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема** | **дата** |
| 1 | Что такое психоактивное вещество? |  |  |
| 2 | Соблюдай безопасность. |  |  |
| 3 | Кто и почему употребляет психоактивные вещества? |  |  |
| 4 | Давление, влияние, ситуации. |  |  |
| 5 | Ингалянты. |  |  |
| 6 | Моё здоровье. |  |  |
| 7-8 | Тревожность и её преодоление. |  |  |
| 9 | Как начать разговор? |  |  |
| 10 | Как поддерживать и завершать разговор? |  |  |
| 11 | Манипулирование и давление. |  |  |
| 12-13 | Наркотики. |  |  |
| 14 | Что такое марихуана? |  |  |
| 15 | Правда и ложь о марихуане. |  |  |

 2 блок

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема** | **дата** |
| 1-2 | Мои ценности. |  |  |
| 2 | Я и мои поступки. |  |  |
| 3-4 | Самооценка и самовоспитание. |  |  |
| 5 | Как преодолевать стеснительность. |  |  |
| 6 | Ответственность. |  |  |
| 7 | Вперед к здоровью. |  |  |
| 8 | Развлечение в компании. |  |  |
| 9-10 | Моя внешность. |  |  |
| 11-12 | Чувства, которые мы переживаем. |  |  |
| 13 | Как преодолеть конфликт? |  |  |
| 14 | Насилие. |  |  |
| 15 | Близкие отношения и риск. |  |  |
| 16 | Как заражаются ВИЧ. |  |  |
| 17 | Рискованное поведение и ВИЧ. |  |  |
| 18 | Безопасное поведение и ВИЧ. |  |  |
| 19 | Итоговое занятие. |  |  |

**Ожидаемые результаты:**

1.Формирование навыков рационального принятия решений и отказа от опасных для здоровья поступков в ситуации группового давления.

2. Умение контролировать своё поведение в разных жизненных ситуациях, преодолевать стресс и тревогу.

 3**.**Учащиеся смогут найти своё место в мире, научиться общаться с окружающими и правильно заботиться о своём здоровье**.**

 **Литература:**

1. Обучение жизненно важным навыкам./сост.: Майорова Н.П., Чепурных Е.Е., Шурхут С.М Под ред. Н.П. Майоровой. – СПб.- 2012.
2. Сельцовский А.П., Ющук Н.Д., Поляков С.В. Организация и проведение просветительской работы по проблеме ВИЧ/СПИДа среди учащихся старших классов общеобразовательных школ. Методические рекомендации. 2002. - №8.
3. Всеобщая декларация прав человека. Резолюция 217 А (III) Генеральной Ассамблеи ООН 10 декабря 1948 г. Ратифицирована РФ 5 мая 1998г.
4. Конвенция о правах ребенка. Резолюция №44/25 Генеральной Ассамблеи ООН от 20 ноября 1989 г.
5. Федеральный Закон от 30 марта 1995 г. №38-ФЗ «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекции)».
6. Формирование социально-ответственного поведения у детей и молодёжи. Профилактика девиантного и аддиктивного поведения среди детей и молодёжи в учреждениях высшего, среднего и начального профессионального образования: Учебно-методическое пособие / В.В. Зарецкий, А.Н. Булатников, М.Ю. Воронин, Л.В. Зарецкая, А.С. Калабалин, Н.К. Кирилина, О.А. Толкачёва, В.В. Морозов, О.Е. Батова-Пясецкая, Г.А.  Потёмкин – М.: АПКиППРО, 2008. – 188с.
7. Основы групповой работы (при организации и проведении тренинга профилактики злоупотребления ПАВ среди подростков и молодежи), М., 2013г.
8. Фопель К., Как научить детей сотрудничать? (части 1 – 4), М., 2010 г.

 **Календарно-тематическое планирование занятий кружка «Полезные навыки» в 10 классе на 2015-2016 уч.год (всего 34 часа из расчета 1 час в неделю)**:

1 блок

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема** | **дата** |
| 1 | Что такое психоактивное вещество? |  |  |
| 2 | Соблюдай безопасность. |  |  |
| 3 | Кто и почему употребляет психоактивные вещества? |  |  |
| 4 | Давление, влияние, ситуации. |  |  |
| 5 | Ингалянты. |  |  |
| 6 | Моё здоровье. |  |  |
| 7-8 | Тревожность и её преодоление. |  |  |
| 9 | Как начать разговор? |  |  |
| 10 | Как поддерживать и завершать разговор? |  |  |
| 11 | Манипулирование и давление. |  |  |
| 12-13 | Наркотики. |  |  |
| 14 | Что такое марихуана? |  |  |
| 15 | Правда и ложь о марихуане. |  |  |

 2 блок

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема** | **дата** |
| 1-2 | Мои ценности. |  |  |
| 2 | Я и мои поступки. |  |  |
| 3-4 | Самооценка и самовоспитание. |  |  |
| 5 | Как преодолевать стеснительность. |  |  |
| 6 | Ответственность. |  |  |
| 7 | Вперед к здоровью. |  |  |
| 8 | Развлечение в компании. |  |  |
| 9-10 | Моя внешность. |  |  |
| 11-12 | Чувства, которые мы переживаем. |  |  |
| 13 | Как преодолеть конфликт? |  |  |
| 14 | Насилие. |  |  |
| 15 | Близкие отношения и риск. |  |  |
| 16 | Как заражаются ВИЧ. |  |  |
| 17 | Рискованное поведение и ВИЧ. |  |  |
| 18 | Безопасное поведение и ВИЧ. |  |  |
| 19 | Итоговое занятие. |  |  |

***Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №1 с. Грабово***

 *Утверждено Зам. директора по УВР / С.В. Матвеева/*

**Календарно - тематическое планирование занятий объединения «Полезные навыки» (10 класс) на 2015-2016 уч . год .**

 (1 час в неделю , 34 часа в год )

*Составлено на основе образовательной программы дополнительного образования*

 *Учитель русского языка*

 *и литературы: Крнаухова Т.П.*

*2015г.*