

Муниципальное образование  
Ленинградский район

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №3  
имени П.А.Любченко станицы Крыловской  
муниципального образования  
Ленинградский район.

УТВЕРЖДЕНО  
Решением педагогического совета  
от 30 августа 2023 года протокол №1  
Председатель педагогического совета

М.В.Радькова

## **ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ** **Курса «Я принимаю вызов!»**

**Направление программы** - социальное

**Вид программы**- профилактика ЗОЖ и предупреждение употребления ПАВ

**Возраст обучающихся**: - 7«А» класс

**Количество часов**- 34, в неделю 1 час

**Срок реализации программы**: 1 год

**Автор**: Кушнирук Валентина Александровна

Программа составлена на основе рабочей программы профилактики наркомании «Я принимаю вызов!» под редакцией О.В. Эрлих, Н.И. Цыганковой (ГБУ ДПО СПб АППО), 2017г.

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности 7 класса «Я принимаю вызов!» направлена на формирование у подростков компетенций, позволяющих им выстраивать позитивную линию жизни, опираясь на способности видеть и находить яркую, интересную реальность собственной жизни вне наркотического пространства. Программа ориентирована также на формирование правовой культуры подростка, как одного из условий успешности социализации молодёжи. Программа разработана в соответствии с требованиями ФГОС к организации внеурочной деятельности в основной школе и опирается на современную нормативную правовую базу деятельности образовательных организаций, разработана на основе следующих нормативных актов и учебно-методических документов:

- Национальная стратегия действий в интересах детей на 2012—2017 годы (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 1 июня 2012 г. № 761)
- Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года (Указ президента Российской Федерации от 12 мая 2009 г. № 537).
- Стратегия государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 года (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 9 июня 2010 г. № 690).
- Концепция реализации государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкогольной продукцией и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2009 г. № 2128-р).
- Концепция осуществления государственной политики противодействия потреблению табака на 2010—2015 годы (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 23 сентября 2010 г. № 1563-р).
- Концепция профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде (Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 5 сентября 2011 г. № МД-1197/06)
- Федеральный закон от 08 января 1998 г. № 3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах».
- Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 24 июня 1999 г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 7 июня 2013 г. № 120-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам профилактики немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ».
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 15 октября 2012 г. № 1916-р «План первоочередных мероприятий до 2014 года по реализации важнейших положений национальной стратегии действий в интересах детей на 2012—2017

годы» (глава V. «Создание системы защиты и обеспечения прав и интересов детей и дружественного к ребёнку правосудия»).

- Федеральный закон «О рекламе» от 13.03.2006 г. № 38-ФЗ (действующая редакция от 08.03.2015 г.).
- Федеральный закон от 29.12.2010 г. № 436-ФЗ (ред. от 29.06.2015 г.) «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».
- Федеральный закон от 21.11.2011 г. № 323-ФЗ (ред. от 13.07.2015 г.) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 24.07.2015 г.).

## **2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ УСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

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

*В рамках когнитивного компонента будут сформированы:*

- знания 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-критического мышления, способность ориентироваться в особенностях социальных отношений и взаимодействия устанавливать взаимосвязи между общественными и политическими событиями;
- знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий, правил поведения в ситуациях социального риска, в том числе связанного с употреблением ПАВ.

*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;
- потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании как важное условие предупреждения потребления ПАВ;
- позитивная моральная самооценка и моральные чувства – чувство гордости при следовании моральным нормам, переживание стыда и вины при их нарушении как условие предупреждения потребления ПАВ.

*В рамках деятельностного компонента будут сформированы:*

- готовность и способность к участию в пределах возрастных компетенций к организации и проведению школьных и внешкольных мероприятий, в деятельности детских и молодежных общественных организаций, имеющих социальную направленность, в волонтерской деятельности в сфере предупреждения потребления 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 в участии в общественной жизни ближайшего социального окружения и в общественно полезной деятельности, связанной с проектированием моделей ЗОЖ и профилактикой потребления ПАВ;
- умение строить жизненные планы, создавать и реализовывать социальные проекты в сфере ЗОЖ, профилактики потребления ПАВ.

*В рамках деятельностного компонента выпускник получит возможность для формирования:*

- готовности к самообразованию и самовоспитанию как условий позитивной самореализации;
- компетентности в реализации основ ЗОЖ в поступках и деятельности;
- морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм в ситуациях социальной неопределённости и ситуациях, сопряжённых с риском употребления ПАВ.

### **Регулятивные универсальные учебные действия**

*Выпускник научится:*

- планировать пути достижения названных целей;
- устанавливать целевые приоритеты;
- уметь самостоятельно контролировать свое время и время, отведённое на командную работу, и управлять им;
- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров, противостоять давлению группы, взрослых, в ситуациях риска потребления ПАВ.

*Выпускник получит возможность научиться:*

- самостоятельно ставить перспективные жизненные цели и задачи;
- при планировании достижения целей самостоятельно и адекватно учитывать условия и средства их достижения;
- выделять альтернативные способы достижения цели и выбирать для этого наиболее эффективные способы;
- адекватно оценивать свои возможности достижения цели определённой сложности в различных сферах самостоятельной деятельности;
- основам саморегуляции эмоциональных состояний.

### **Коммуникативные универсальные учебные действия**

*Выпускник научится:*

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве в сообществах, имеющих конструктивную направленность;
- устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;
- обосновывать собственную позицию, особенно в сфере сохранения своего права на ЗОЖ и свободу от употребления ПАВ;
- аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию невраждебным для оппонентов образом;

- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- владеть основами коммуникативной рефлексии.

*Выпускник получит возможность научиться:*

- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- оказывать поддержку и содействие тем, от кого зависит достижение цели в совместной деятельности;
- следовать морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества на основе уважительного отношения к партнёрам, внимания к личности другого;

### **Познавательные универсальные учебные действия**

*Выпускник научится:*

- осуществлять расширенный поиск информации по тематике ЗОЖ и предупреждения употребления ПАВ с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- строить логические рассуждения, включающее установление причинно-следственных связей, направленные на выработку отрицательного отношения к употреблению ПАВ;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, связанные с риском употребления ПАВ, выявляемые в ходе исследования.

*Выпускник получит возможность научиться:*

- ставить проблему предупреждения употребления ПАВ, аргументировать ее актуальность;
- делать умозаключения и выводы на основе аргументации по проблематике ЗОЖ и ПАВ;
- организовывать исследование с целью проверки данных гипотез.

Таким образом, реализация программы способствует достижению трёх уровней результатов:

*Первый уровень результатов*—приобретение и усвоение обучающимися в процессе взаимодействия ученика с ведущим взрослым как значимыми для него носителем положительного социального знания и повседневного опыта социальных знаний (обобщённых норм, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), представлений о социальной реальности и повседневной жизни, в которой существуют риски, связанные с проблемой распространения 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 защищённой, 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.

### **Формы контроля уровня усвоения содержания**

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).

### **3.СОДЕРЖАНИЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (34 часов)**

Тема 1. Эффективное общение как фактор предупреждения вовлечения обучающихся в употребление ПАВ. Первичная диагностика (2 ч)

Тема 2. Навыки отреагирования негативных эмоциональных состояний в условиях группового взаимодействия. Профилактика агрессивных проявлений (2 ч)

Тема 3 Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ. Продуктивное поведение в конфликте (3 ч)

Тема 4 Формирование критического мышления, потребности в саморазвитии, самореализации, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ (6 ч)

Тема 5. Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ (6 ч)

Тема 6. Формирования устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (все участники независимо от наличия либо отсутствия имеющегося опыта употребления ПАВ) (6 ч)

Тема 7. Пропаганда здорового образа жизни и социальное проектирование в сфере профилактики немедицинского употребления ПАВ (6 ч)

Тема 8. Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания, и поиска ресурсов для достижения цели. Заключительная диагностика Подведение итогов работы за год

(3 ч)

*Тематическое планирование и содержание курса*  
**Учебно-тематический план программы внеурочной деятельности**  
**для обучающихся 7 класса «Я принимаю вызов!» (34 ч)**

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов	Количество часов		Вид организации	Форма деятельности
			теоретические	практические		
1	<b>Навыки эффективного общения как фактор предупреждения вовлечения в употребление ПАВ. Первичная диагностика</b>	1	1	2	Познавательная	Формирование навыков эффективного общения.
2	<b>Навыки отреагирования негативных эмоциональных состояний в условиях группового взаимодействия. Профилактика агрессивных проявлений</b>	1	1	2	Познавательная	
2.1	Интерактивная беседа «Эмоции и чувства. Как распознавать эмоциональные состояния других людей на основе наблюдения за внешними проявлениями эмоций (мимика, пантомимика, голос и т.д.)»	1	0	1	Познавательная	Оценка своих эмоций и чувств.
2.2	Практикум (тренинг) «Технологии отреагирования и саморегуляции негативных эмоциональных состояний»	0	1	1	Познавательная	Тренинг на отреагирование саморегуляцию негативных эмоциональных состояний.
3	<b>Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ. Продуктивное поведение в конфликте</b>	1	2	3	Познавательная	

3.1	Интерактивная беседа «Эффективное общение и конфликты»	1	0	1	Познавательная	Беседа «Эффективное общение и конфликты»
3.2	Ролевая игра «Влияние сверстников: способы отстаивания собственной позиции»	0	1	1	Познавательная	Учимся способам отстаивания собственной позиции.
3.3	Практикум (тренинг) «Технологии сотрудничества и позитивного мышления как профилактика конфликтов»	0	1	1	Познавательная	Самооценка участниками своих навыков продуктивного поведения в конфликте со сверстниками.
<b>4</b>	<b>Формирование критического мышления, потребности в саморазвитии, самореализации, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	Познавательная	
4.1	Рефлексивная беседа «Образ Я и мои жизненные цели»	1	0	1	Познавательная	Обсуждение позитивного образа Я, рефлексии в форме осознанного управления своим поведением.
4.2	Практикум (тренинг) «Нравственные ценности и цели человека. Внешние воздействия, которые влияют на принятие решений»	0	1	1	Познавательная	Познание себя, своих ценностей, целей.
4.3	Ролевая игра «Неудачники и победители»	0	1	1	Познавательная	Проигрывание различных эмоций.
4.4	Диспут «Здоровый образ жизни: я вчера, я сегодня, я	0	1	1	Познавательная	Диспут о ЗОЖ, оценка себя в



	в будущем»				ельная	прошлом, настоящем и будущем.
4.5	Рефлексивная беседа «Свобода и ответственность. Выбор и принятие ответственных решений»	1	0	1	Познавательная	Обсуждение темы свободы и ответственности.
4.6	Создание и презентация творческих работ, организация выставки «Мой выбор: здоровье и успешное будущее»	0	1	1	Познавательная	Презентация творческих работ.
<b>5</b>	<b>Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	Познавательная	
5.1	Рефлексивная беседа «Безопасность и социальные риски, связанные с ПАВ»	1	0	1	Познавательная	Обсуждение темы безопасности и социальных рисков связанных с ПАВ.
5.2	Практикум (тренинг) «Развитие стрессоустойчивости и совладающего с трудностями поведения (копинг-стратегий)»	0	1	1	Познавательная	Тренинг на развитие стрессоустойчивости.
5.3	Игровой практикум (тренинг) «Как совладать со стрессом?»	0	1	1	Познавательная	Проигрывание различных стрессовых ситуаций.
5.4	Практикум (тренинг) «Навыки уверенного поведения»	0	1	1	Познавательная	Отработка навыков уверенного поведения.
5.5	Интерактивная беседа «Реклама табака и алкоголя как метод воздействия на принятие решения и поведение человека»	1	0	1	Познавательная	Понятия и представления о безопасном поведении и социальных рисках,

						связанных с ПАВ.
5.6	Интерактивная беседа «Информационно-коммуникативная сеть Интернет как поле возможностей и сфера рисков»	1	0	1	Познавательная	Обучение подростков навыкам безопасного поведения в сети интернет.
<b>6</b>	<b>Формирования устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (все участники независимо от наличия либо отсутствия имеющегося опыта употребления ПАВ)</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	Познавательная	
6.1	Рефлексивная беседа «Здоровье как важнейшая социальная ценность. Как противостоять разрушительным для здоровья формам поведения»	1	0	1	Познавательная	Обсуждение, как противостоять разрушительным для здоровья формам поведения.
6.2	Ситуационная игра «Аргументы отказа от пробы ПАВ»	0	1	1	Познавательная	Проигрывание аргументов отказа от пробы ПАВ
6.3	Практикум (тренинг) «Мой здоровый образ жизни»	0	1	1	Познавательная	Проигрывание в тренинге отказа от предложения закурить, выпить, попробовать наркотики.
6.4	Рольевые игры или пьесы о проблемных ситуациях, связанных ПАВ	0	1	1	Познавательная	Проигрывание проблемных ситуаций, связанных с ПАВ.
6.5	Практикум (тренинг) с элементами деловой игры «Административная и уголовная ответственность в сфере употребления и распространения ПАВ и	0	1	1	Познавательная	Обсуждение и проигрывание темы: административная и уголовной ответственность в сфере

	незаконного оборота наркотиков»					употребления и распространения ПАВ и незаконного оборота наркотиков.
6.6	Создание выставки коллективных творческих работ (группа делится на 3-4 подгруппы) «Я принимаю вызов: ПАВ как риск для здоровья и успеха»	0	1	1	Познавательная	Создание выставки коллективных творческих работ.
7	<b>Пропаганда здорового образа жизни и социальное проектирование в сфере профилактики немедицинского употребления ПАВ</b>	<b>0</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	Познавательная	
7.1	Диспут «Здоровье человека как ценность и как сфера личной ответственности»	0	1	1	Познавательная	Формирование ценностного отношения к своему здоровью.
7.2	Практикум (тренинг) с элементами подготовки к добровольчеству в сфере пропаганды ЗОЖ «Здоровый образ жизни – для меня!»	0	1	1	Познавательная	Добровольчество подростков в сфере пропаганды ЗОЖ как механизм интериоризации представлений о здоровом образе жизни.
7.3	Социальное проектирование. Разработка и реализация проектов по пропаганде ЗОЖ, и негативному отношению к немедицинскому употреблению ПАВ	0	3	3	Познавательная	Представление (презентация) проектов.
7.4	Выставка и представление (презентация) проектов по пропаганде ЗОЖ и формированию негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ	0	1	1	Познавательная	Представление проектов по пропаганде ЗОЖ.

8	<b>Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания, и поиска ресурсов для достижения цели. Заключительная диагностика</b>	0	3	3	Познавательная	
8.1	Практикум (тренинг) «Проектирование планов жизненной самореализации после окончания занятий по программе. Ресурсы и пути достижения поставленных целей». Заключительная диагностика	0	2	2	Познавательная	Проектирование планов жизненной самореализации.
8.2	Фестиваль достижений «Шаги к здоровью: "Я принимаю вызов!"»	0	1	1	Познавательная	Фестиваль достижений.
	<b>ИТОГО</b>	<b>9</b>	<b>20</b>	<b>34</b>		

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания

школьного методического объединения  
учителей гуманитарно-эстетического цикла

от 28 августа 2023 года № 1

\_\_\_\_\_  
Е.А. Штень

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

\_\_\_\_\_  
Л.В. Нечаева

29 августа 2023 года

