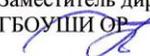


**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа-интернат Курортного района Санкт-Петербурга «Олимпийский резерв»**

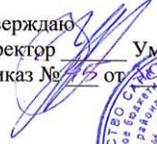
197706, Санкт-Петербург, Сестрорешк, Приморское шоссе, дом 356, тел. (812) 437-34-60, 437-34-22, 437-25-35

Рекомендовано к использованию
МО протокол № 1 от _____

23.08.18

Согласовано
Заместитель директора по УВР
ГБОУШИ ОР

Первухина Н.А.

Принято
на заседании Педагогического
совета
Протокол № 1 от 20.08.18

Утверждаю
Директор
Приказ № _____ от _____
 Умеренков В.И.



Рабочая программа внеурочной деятельности

Направление: Социальное

Название: «Твой выбор»

Класс: 8 б класс

Составитель:

Ф.И.О. Андрянов Сергей Владимирович,

Преподаватель-организатор ОБЖ
ГБОУШИ ОР

Санкт – Петербург

2018-19 год

Пояснительная записка.

Охрана детского здоровья является неотъемлемым направлением деятельности любой школы во все времена.

В настоящее время проблема здоровья подрастающего поколения, вызывающая особую озабоченность в государстве и обществе, вышла в разряд приоритетных государственных и общественных задач. Здоровье рассматривается как фактор социальной жизни, основа экономического благополучия государства, социального прогресса общества, улучшения психологического климата.

Изменившееся социально-экономическое положение в стране требует от подростка быстрой адаптации к новым условиям существования. Встаёт проблема: как в условиях жёсткой рыночной конкуренции, смещения ценностного вектора от высоких идеалов к идеалам материального достатка, наживы личности сохранить лучшие нравственные качества.

Приоритет в области профилактики безнадзорности, преступности и употреблении ПАВ принадлежит семье и образовательным учреждениям разного уровня, что подтверждено законом РФ «Об образовании», постановлениями и программами правительства РФ, Семейным кодексом РФ.

Потребление ПАВ имеет негативные, социальные, экономические, медицинские, психологические, семейные последствия, в конечном итоге оно снижает качество жизни, как отдельного человека, так и популяции в целом. Постоянно увеличивается число преступлений, совершаемых в состоянии алкогольного опьянения. Эффективное противодействие распространению алкоголизма и наркомании среди подростков и молодежи включает в себя взаимодополняющие друг друга четыре составляющие: профилактику, лечение, реабилитацию и законодательные мероприятия. Профилактика в первую очередь заключается в информировании о вреде, который оказывают эти привычки не только на организм молодого человека, но и на его социально – психологическое благополучие, возможность получения образования, профессии, создание семьи и т.д. А главное необходимо обучать подростков на основе здоровьесберегающих технологии здоровому образу жизни, противостоянию давлению среды, сознательному отказу от единичных проб психоактивных веществ.

Актуальность программы: появление программы вызвано проблемой ухудшения здоровья подрастающего поколения. Здоровье рассматривается как фактор социальной жизни, основа экономического благополучия государства, социального прогресса общества, улучшения психологического климата.

Изменившееся социально-экономическое положение в стране требует от подростка быстрой адаптации к новым условиям существования. Встаёт проблема: как в условиях жёсткой рыночной конкуренции, смещения ценностного вектора от высоких идеалов к идеалам материального достатка, наживы личности сохранить лучшие нравственные качества.

Приоритет в области профилактики безнадзорности, преступности и употреблении ПАВ принадлежит образовательному учреждению и семье, что подтверждено законом РФ «Об образовании», постановлениями и программами правительства РФ, Семейным кодексом РФ.

Цель:

Формировать у воспитанников негативного отношения к употреблению психоактивных веществ, навыков социально-ответственного поведения, а также пропаганда здорового образа жизни.

Задачи:

1. Пропаганда здорового образа жизни с помощью различных видов деятельности.
2. Создание условий, позволяющих воспитанникам своими силами вести работу, направленную на снижение уровня алкоголизма, табакокурения, потребления ПАВ в подростковой среде.
3. Предоставление воспитанникам информации о здоровом образе жизни.

Общая характеристика курса «Твой выбор»

Рабочая программа «Твой выбор» рассчитана на воспитанников 8 класса.

Методы проведения программы:

- словесные;
- наглядные;
- проблемная ситуация;
- игровые моменты;
- практические.

Формы работы:

- индивидуальная работа;
- групповая работа;
- коллективная работа.

Ожидаемые результаты.

- Предполагается, что в результате реализации мероприятий программы «Твой выбор» будут достигнуты следующие результаты:
- приостановление роста злоупотребления наркотиками, токсикоманическими веществами, алкоголем, а в перспективе – поэтапное сокращение наркомании, токсикомании, алкоголизма;
 - снижение спроса и, следовательно, распространённости наркотиков среди воспитанников и вовлечения их в наркогенную ситуацию и субкультуру;
 - снижение медико-социальных последствий злоупотребления психоактивными веществами.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности «Твой выбор» будет сознательное отношение воспитанников к собственному здоровью во всех его проявлениях.

Описание места в внеурочной деятельности программы «Твой выбор».

Данный курс рассчитан на 33 часа (1 час в неделю).

Форма занятий-тематическая совместная деятельность воспитателя и воспитанников в форме кружковой работы.

Личностные метапредметные результаты освоения программы внеурочной деятельности «Твой выбор»:

1. Регулятивные универсальные действия:

-Определять и формулировать цель деятельности с помощью воспитателя.

-Учиться совместно с воспитателем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятиях кружках.

2. Познавательные универсальные действия:

-Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятиях.

-Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего коллектива.

3. Коммуникативные универсальные действия:

-Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи.

-Слушать и понимать речь других.

-Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Содержание курса «Твой выбор»

1.Что такое наркотики и наркомания.

2.История наркотизма.

3.Краткая характеристика наркотических средств.

4.Наркотики – запрещенные законом. Уголовная ответственность.

5.Токсикомания.

6.Ингалянты – аэрозоли, чистящие вещества и бензин, пары которых вдыхают.

7.Галлюциногены.

8.Почему люди употребляют наркотики.

9.Объяснение сути злоупотребления наркотиками. Видеоматериалы о наркотиках.

10.Отрицательное воздействие наркотиков. Краткосрочные и долгосрочные действия наркотиков.

- 11.О последствиях злоупотребления наркотиками. Описание последствий.
- 12.Развитие зависимости.
- 13.Передозировка – отравление ПАВ, иногда приводящее к смерти. Принятие решений. 14.Видеофильм «Каждый рассвет, он единственный»
- 15.Избавление от зависимостей и профилактика. Психолого-педагогические методы избавления от зависимостей.
- 16.Изменение убеждений в отношении использования наркотиков. Типы и источники влияния.
- 17.Способы предложения наркотиков. Способы противостояния наркотикам. Приёмы сопротивления. Говори: «Нет». Настаивай, говоря: «Нет».
- 18.Посторонние самоуважения. Определение самоуважения. Почему люди имеют низкое и высокое самоуважение. Как достичь высокого самоуважения. Как продемонстрировать своё высокое самоуважение.
- 19.Обучение понятию высокой самооценки. Понятие самооценки. Ваши личные права. Права других.
- 20..Управление стрессом. Понятие стресс. Как определить ваш уровень стресса. Как контролировать стресс.
- 21.Контроль насилия. Понятие насилия. Вступать в драку или убежать? Как управлять конфликтом?
- 22.Средства массовой информации о наркотиках и насилии. Обсуждение конкретной передачи на эту тему.
- Принятие решения в отношении грозящего тебе риска. Понятие риска. Принятие 23.положительно или отрицательного решения. Как избежать неприятностей. Что такое компромисс и консенсус?
- 24.Говори: «Да» - положительным альтернативам. Понятие альтернативы. Причины, по которым ты должен сказать: «Нет». Пути, которые дадут тебе возможность сказать: «Да». Сделай что-нибудь полезное!
- 25.Модели позитивного ролевого поведения. Определение ролевых моделей. Ролевые модели поведения, приводящие к «Нет».
- 26.Сопротивление бандам и групповому насилию. Понятие «банда», «насилие», «запугивание». Как банды и насильники влияют на ваше окружение. Почему люди объединяются в банды. Почему люди покидают банды.
- 27.История и география психоактивных веществ.
- Роль психоактивных веществ и психоактивных действий в развитии человечества.
- 28.Зависимое (аддиктивное) поведение.
- 29.Алкоголь. Распространенность алкоголизма и потенциальная опасность употребления алкоголя. Конкурс «Плакат».
- 30.Курение. Влияние курения на физическое и психическое здоровье, умение противостоять рекламе.
- 31.«Я принимаю решение». Свобода и ответственность.
- 32.Наркотики и закон.
- 33.Тест «Мое отношение к ПАВ»
- 34.Тест «Мое отношение к ПАВ»

Тематическое планирование.

№ п/п	Тема	Количество часов	Планируемые результаты обучения	Контроль
1	Что такое наркотики и наркомания.	1	Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора.	
2	История наркотизма.	1	Формирование целостного мировоззрения. Развитие коммуникативной компетенции.	
3	Краткая характеристика наркотических средств.	1	Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни. Воспринимать на слух и полностью понимать речь учителя.	
4	Наркотики – запрещенные законом. Уголовная ответственность.		Оценивание своей деятельности. Умение проводить сравнительный анализ, систематизировать полученные выводы. Самооценка способностей.	
5	Токсикомания.	1	Отбор и анализ необходимой информации. Определение своей роли.	
6	Ингалянты – аэрозоли, чистящие вещества и бензин, пары которых вдыхают.	1	Умения принимать и сохранять учебную задачу. Отбор и анализ необходимой информации.	
7	Галлюциногены.	1	Отбор и анализ необходимой информации. Определение своей роли.	
8	Почему люди употребляют наркотики.	1	Находить нужную информацию и анализировать ее.	
9	Объяснение сути злоупотребления наркотиками. Видеоматериалы о наркотиках.	1	Оценивание своей практической деятельности. Умение проводить сравнительный анализ, систематизировать полученные выводы. Самооценка способностей.	
10	Отрицательное воздействие наркотиков. Краткосрочные и долгосрочные действия наркотиков.	1	Формирование социальной роли ученика, положительного отношения к учению. Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	

11	О последствиях злоупотребления наркотиками. Описание последствий.	1	Умение планировать свою деятельность. Самоорганизация и самоконтроль. Умение проводить сравнительный анализ, систематизировать полученные выводы.	
12	Развитие зависимости.	1	Самоорганизация и самоконтроль. Умение проводить сравнительный анализ, систематизировать полученные выводы.	
13	Передозировка – отравление ПАВ, иногда приводящее к смерти. Принятие решений.		Отбор и анализ необходимой информации. Определение своей роли.	
14	Видеофильм «Каждый рассвет, он единственный»	1	Осознавать познавательную задачу, извлекать нужную информацию. Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	
15	Избавление от зависимостей и профилактика. Психолого-педагогические методы избавления от зависимостей.	1	Оценивание своей деятельности. Умение проводить сравнительный анализ, систематизировать полученные выводы. Самооценка способностей.	
16	Изменение убеждений в отношении использования наркотиков. Типы и источники влияния.	1	Осознавать познавательную задачу, извлекать нужную информацию. Отбор и анализ необходимой информации.	
17	Способы предложения наркотиков. Способы противостояния наркотикам. Приёмы сопротивления. Говори: «Нет». Настаивай, говоря: «Нет».	1	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог.	
18	Посторонние самоуважения. Определение самоуважения. Почему люди имеют низкое и высокое самоуважение. Как	1	Формирование социальной роли ученика, положительного отношения к учению. Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	

	достичь высокого самоуважения. Как продемонстрировать своё высокое самоуважение.		Умение проводить сравнительный анализ, систематизировать полученные выводы.	
19	Обучение понятию высокой самооценки. Понятие самооценки. Ваши личные права. Права других.	1	Находить нужную информацию и анализировать ее. Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	
20	Управление стрессом. Понятие стресс. Как определить ваш уровень стресса. Как контролировать стресс.	1	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. Находить нужную информацию и анализировать ее.	
21	Контроль насилия. Понятие насилия. Вступать в драку или убежать? Как управлять конфликтом?	1	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. Находить нужную информацию и анализировать ее.	
22	Средства массовой информации о наркотиках и насилии. Обсуждение конкретной передачи на эту тему.	1	Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог. Умение проводить сравнительный анализ, систематизировать полученные выводы.	
23	Принятие решения в отношении грозящего тебе риска. Понятие риска. Принятие положительно или отрицательного решения. Как избежать неприятностей. Что такое компромисс и консенсус	1	Оценивание своей деятельности. Умение проводить сравнительный анализ, систематизировать полученные выводы. Самооценка способностей.	
24	Говори: «Да» - положительным альтернативам. Понятие альтернативы. Причины, по	1	Оценивание своей деятельности. Умение проводить сравнительный анализ, систематизировать полученные выводы. Самооценка способностей.	

	<p>которым ты должен сказать: «Нет». Пути, которые дадут тебе возможность сказать: «Да». Сделай что-нибудь полезное!</p>			
25	<p>Модели позитивного ролевого поведения. Определение ролевых моделей. Ролевые модели поведения, приводящие к «Нет».</p>	1	<p>Проявлять равнодушие к жизненным проблемам других людей, сочувствие к человеку, находящемуся в трудной ситуации. Оценивание своей деятельности. Умение проводить сравнительный анализ, систематизировать полученные выводы. Самооценка способностей.</p>	
26	<p>Сопrotивление бандам и групповому насилию. Понятие «банда», «насилие», «запугивание». Как банды и насильники влияют на ваше окружение. Почему люди объединяются в банды. Почему люди покидают банды.</p>	1	<p>Формирование социальной роли ученика, положительного отношения к учению. Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Умение проводить сравнительный анализ, систематизировать полученные выводы.</p>	
27	<p>Роль психоактивных веществ и психоактивных действий в развитии человечества.</p>	1	<p>Осознавать познавательную задачу, извлекать нужную информацию. Отбор и анализ необходимой информации.</p>	
28	<p>Зависимое (аддиктивное) поведение.</p>	1	<p>Осознавать познавательную задачу, извлекать нужную информацию.</p>	
29	<p>Алкоголь. Распространенность алкоголизма и потенциальная опасность употребления алкоголя. Конкурс «Плакат».</p>	1	<p>Осознавать познавательную задачу, извлекать нужную информацию.</p>	

30	Курение. Влияние курения на физическое и психическое здоровье, умение противостоять рекламе.	1	Осознавать познавательную задачу, извлекать нужную информацию. Отбор и анализ необходимой информации.	
31	«Я принимаю решение». Свобода и ответственность.	1	Оценивание своей деятельности. Умение проводить сравнительный анализ, систематизировать полученные выводы. Самооценка способностей.	
32	Наркотики и закон.	1	Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	
33	Тест «Мое отношение к ПАВ»	1	Находить нужную информацию и анализировать ее.	
34	Тест «Мое отношение к ПАВ»	1	Находить нужную информацию и анализировать ее.	

Электронные учебные издания и интернет - ресурсы.

1. Электронный учебник по основам безопасности жизнедеятельности.
2. Образовательный портал 12-й Всероссийский интернет-педсовет (<http://pedsovet.org/>).
3. Разработки уроков – ОБЖ – Методическая копилка (<http://www.k-yroky.ru/>).
4. Сеть творческих учителей (<http://www.it-n.ru/>).
5. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» (<http://festival.1september.ru/>).
6. Хроники катастроф: чудеса света и природы (<http://chronicl.chat.ru/security.htm>).
7. Основы безопасности жизнедеятельности: информационно-методическое издание для преподавателей (<http://www.school-obz.org/>).
8. Правила дорожного движения Российской Федерации (<http://www.shkolnik.ru/books/pdd/index.shtml>).

Список литературы (дополнительной)

- Латчук В.Н., Марков В.В. Методическое пособие по «ОБЖ» 5-9 кл. – М.: «Дрофа» 2002г;
- Периодика журнала «ОБЖ»;
- Соловьёв С.С. Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики – главные враги здоровья человека: учебно-методическое пособие – М.: Дрофа, 2005.
- «Чрезвычайные ситуации» энциклопедия школьника (под редакцией Шойгу С.К.) - М: 2006г. Рекомендовано Учёным советом Педагогического общества России в качестве учебного пособия при изучении курса ОБЖ.
- Комплект цветных диапозитивов с методическими комментариями. Навыки противостояния: наглядное пособие / С.Б. Белогуров, В.Ю. Климович – 2-е изд. Стереотип. – М.: Центр Планетариум, 2006.-88 с.
- Комплект цветных диапозитивов с методическими комментариями. Сопротивление распространению: наглядное пособие / С.Б. Белогуров, В.Ю. Климович – 2-е изд. Стереотип. – М.: Центр Планетариум, 2001.-72 с.