

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Школа № 5 г. Черемхово»**

РАССМОТРЕНО

Педагогическим советом
МОУ Школа № 5 г.
Черемхово

Протокол № 2
от «4» сентября 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ Школа № 5 г.
Черемхово
Приказ № 320 от «5»
сентября 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Спецкурса

**«Полезные навыки»
(основное общее образование)**

Г. Черемхово, 2023

Пояснительная записка

1.Актуальность, назначение программы

В последнее десятилетие для России употребление несовершеннолетними алкоголя, наркотических и других психоактивных веществ превратилось в проблему, представляющую угрозу здоровью населения, социальной сфере и правопорядку. Постоянное ухудшение здоровья, распространение вредных привычек, таких как курение, употребление алкогольных напитков и наркотиков достигло критического уровня, и дальнейшее нарастание существующих тенденций может вызвать необратимые последствия.

Происходит неуклонное “омоложение” наркомании. Возраст приобщения к наркотикам снижается до 8-10 лет. Кроме роста числа лиц, злоупотребляющих наркотическими веществами и больных наркоманией, отмечается увеличение объема негативных медико-социальных последствий наркомании, передозировка.

С учетом актуальности данной проблемы профилактическая программа «Полезные навыки» разработана для того, чтобы попытаться решить проблему роста употребления психоактивных веществ детьми через самопознание, самовоспитания, повышение уровня жизненной компетентности школьников и выработку навыков здорового образа жизни.

2. Варианты реализации программы и формы проведения занятий

Программа «Полезные навыки» воплотила в себе современный подход к превентивному обучению школьников, она не только предоставляет детям необходимые по возрасту знания о табаке и алкоголе, но и формирует здоровые установки и ответственное поведение

Превентивная программа «Полезные навыки» направлена на приобретение обучающимися соответствующих знаний, которые способствуют формированию у них здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к ПАВ.

Учебный комплект дифференцирован по возрастам обучающихся. Программа построена на принципах интерактивного обучения, т.е. для ее

внедрения и успешной работы педагогические работники образовательного учреждения должны овладеть групповыми методами работы.

Перечисленные особенности программы позволяют сделать вывод о том, что ее внедрение в практику должно инициировать:

- потребность у детей в здоровом образе жизни;
- создание системы профилактики в образовательном учреждении;
- разработку программ и проектов по другим направлениям

профилактической деятельности образовательного учреждения,

- формирование потребностей у педагогических работников ОУ в повышении своего профессионального мастерства,

3. Взаимосвязь с программой воспитания

Программа спецкурса разработана с учетом рекомендаций программы воспитания МОУ Школа №5 г. Черемхово. Программа реализуется в единстве учебной и воспитательной деятельности общеобразовательной организации по основным направлениям воспитания в соответствии с ФГОС:

физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия — развитие физических способностей с учетом возможностей и состояния здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.

4. Содержание учебного курса

Курс «Полезные навыки» содержат в 5, 6 классах по восемь уроков.

Для каждого класса разработаны уроки по формированию личностной и социальной компетенции, посвященные образу Я, принятию решений и общению. разделенных на 4 блока по 2 урока в каждом.

1 блок – «Я».

2 блок – «Я и другие»

3 блок – «Формы неагрессивного противодействия чужому давлению»

4 блок – «Информация о ПАВ»

В 5 классе четыре урока посвящены ингалянтам и понятию о ПАВ.

В 6 классе отведено четыре урока представлению о наркотиках.

Среди формируемых поведенческих навыков наиболее важными являются навыки эффективного общения, рационального принятия решений и

отказа от опасных для здоровья поступков в ситуациях группового давления. «Полезные навыки» последовательно реализуют современную методологию превентивного обучения, ориентированную на ученика и применяющую методы обучения в группе.

Структура «Полезных навыков» построена по типу спирали: по мере обучения повторяющиеся темы усложняются и развиваются. «Полезные навыки» включают материалы для учителя, учеников и их родителей.

Целью «Полезных навыков» является овладение учащимися объективными, соответствующими возрасту знаниями, а также формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ. Среди формируемых поведенческих навыков наиболее важными являются навыки эффективного общения, рационального принятия решений и отказа от опасных для здоровья поступков в ситуациях группового давления. «Полезные навыки» последовательно реализуют современную методологию превентивного обучения, ориентированную на ученика и применяющую методы обучения в группе.

Модуль не требует каких-то особенных организационных условий, кроме самых общих: работа в малых группах, сочетание индивидуальной и групповой деятельности.

5. Планируемые результаты освоения учебного курса

5 класс.

Работа по комплекту программы «Полезные навыки» предполагает достижение следующих результатов:

- полученные знания позволяют детям, почему им нужно заботиться о своем здоровье, соблюдать правила здорового образа жизни.
- дети смогут оценивать свой режим с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и корректировать несоответствия.
- ребята научатся управлять своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими.
- учащиеся получат знания и навыки связанные с предупреждением возможного приобщения к одурманивающим веществам, научатся

отказываться от предположений, которые считают опасными.

6 класс. В результате освоения модуля учащиеся:

- получают представление о природе, фармакологических свойствах и вредных последствиях употребления психоактивных веществ
- узнают о факторах, влияющих на здоровье человека
- научатся распознавать признаки здорового человека и безопасные интересные способы проведения времени

6. Тематическое планирование

| 5 класс | | | | |
|----------------|---|--------------------------------|---|-----------------------------|
| № | Наименование разделов и тем | Количество академических часов | Электронные цифровые образовательные ресурсы | Форма проведения занятий |
| 1 | Что такое психоактивное вещество | 1 | Полезные навыки: материалы для учителя. | Знакомство о Мозговой штурм |
| 2 | Соблюдай безопасность | 1 | Полезные навыки.5 класс. Рабочая тетрадь. | Групповая дискуссия |
| 3 | Кто и почему употребляет психоактивные вещества | 2 | https://multiurok.ru/files/ | Лекция с разбором ситуаций |
| 4 | Давление, влияние, ситуации | 2 | | Практикум |
| 5 | Ингалянты | 1 | | Групповая работа |
| 6 | Мое здоровье | 1 | | Презентация мини проектов |
| | Всего | 8 часов | | |
| 6 класс | | | | |
| 1 | Тревожность | 1 | https://psyttests.org/ | Вводное слово Тест |
| 2 | Как преодолеть тревожность | 1 | Полезные навыки: материалы для учителя. | Практикум |
| 3 | Как начать разговор | 1 | | Групповая работа |

| | | | | |
|---------------|---------------------------------------|---|---|---------------------------------|
| 4 | Как поддерживать и завершать разговор | 1 | Полезные навыки.6 класс. Рабочая тетрадь. | Работа в парах |
| 5 | Манипулирование | 1 | https://nsportal.ru/ | Разбор ситуаций, анализ |
| 6 | Манипулирование и давление | 1 | https://www.cap.ru/home | Практикум |
| 7 | Наркотики | 1 | | Лекция с элементами и викторины |
| 8 | Наркотики | 1 | | Игра «Правда или ложь» |
| Всего: | | | | 8 часов |