

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение г. Кургана
«Средняя общеобразовательная школа №9»

Рассмотрена и принята
На педагогическом Совете
Протокол № 26 от 03.06.2022

Утверждаю
директор МБОУ г. Кургана
«СОШ №9» Е.А. Юдицкая
приказ № 110/1 от 03.06.2022



**Дополнительная
общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
социально-гуманитарной
направленности
«Путешествие во времени»
Класс: 7
Срок реализации: 1 год**

Курган
2022

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа объединения дополнительного образования социально-гуманитарной направленности «Путешествие во времени» для 7 классов/ Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Кургана «Средняя общеобразовательная школа №9»

Составитель программы: Байкалова Мария Сергеевна, социальный педагог; Стругова Надежда Михайловна, социальный педагог

Согласовано: 01.06.2022

Заместитель директора по ВР

Ю.С. Бухтоярова

Паспорт программы

ФИО автора, составителя	Байкалова Мария Сергеевна, Стругова Надежда Михайловна
Учреждение	МБОУ г. Кургана «СОШ № 9»
Наименование программы	«Путешествие во времени»
Объединение	«Путешествие во времени»
Тип программы	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
Направленность	Социально-гуманитарная
Вид программы	Модифицированная
Класс учащихся	7
Срок обучения	1 год
Объем часов по годам обучения	9 часов в 7А,7Б,7В,7Г классах 17 часов в 7Д,Е классах
Уровень усвоения программы	Ознакомительный
Цель программы	Формирование у подростков личностных качеств, позволяющих избежать приобщения к психоактивным веществам и обеспечивающих успешную социальную адаптацию.
С какого года реализуется программа	2022 г.

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа социально-гуманитарной направленности «Путешествие во времени» составлена в соответствии с требованиями: Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Концепции развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р); приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»; Положением о дополнительном образовании обучающихся МБОУ «СОШ № 9»; Постановлением Государственного санитарного врача Российской Федерации «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»; на основе авторской программы «Путешествие во времени» Муратшина З.М. 2015г.

Данная программа направлена на профилактику употребления психоактивных веществ среди подростков. Она предполагает цикл групповых занятий, объединенных общей тематикой и направленных на достижение определённых целей, значимых и принимаемых самими подростками – участниками групповых занятий, содержит основные положения по формированию навыков здорового образа жизни, трезвых убеждений учащихся

Среди социальных пороков самыми массовыми являются курение, алкоголизм, наркомания и токсикомания. Их влияние, так или иначе, сказывается на всех сферах жизнедеятельности человека, затрагивает интересы всех социальных слоёв, групп – всего общественного организма. В кризисные моменты развития общества сила воздействия наркомании значительно возрастает, что в свою очередь стимулирует другие деструктивные явления и процессы.

Курение, алкоголизм, наркомания и токсикомания, особенно в последние годы, многократно возросли и стали существенной опасностью для будущего жителей нашей страны. Необходимость безотлагательных мер для формирования здорового и трезвого образа жизни, прежде всего, среди молодого поколения, обуславливает актуальность данного курса.

Программа «Путешествие во времени» имеет социально-педагогическую направленность. Она предназначена для работы с детьми подросткового возраста.

Актуальность. Подростковый возраст (особенно младший подростковый) является тем периодом, когда особенно остра необходимость в проведении мероприятий по предотвращению алкоголизма и других форм аддиктивного (зависимого) поведения. Часто причинами начала употребления алкоголя и наркотических веществ являются социально-психологические сложности подросткового возраста, психологические проблемы процесса взросления.

В подростковом возрасте дети очень любознательны, активно «познают мир», в то же время они очень доверчивы, полны ощущения собственной неуязвимости. Из-за

этих особенностей они нередко могут попадать в опасные для жизни ситуации. Поэтому возникает необходимость предупреждения начала экспериментирования с токсическими веществами, вызывающими зависимость, обучение детей навыкам безопасного поведения, навыкам сохранения жизни, здоровья и психологического благополучия в разных ситуациях. У подростков развивается потребность во внимании к себе, к своим особенностям обостряется реакция на мнение значимой референтной группы, усиливается чувство собственного достоинства и максимализма.

Поэтому в этот период особенно важно развитие определенных социально-психологических навыков, обсуждение с подростками тех проблем, с которыми они часто сталкиваются один на один, проблем общения, отношений с людьми, как взрослыми, так и ровесниками.

Новизна. Включены новейшие технологии, проведения занятий через позитивную профилактику употребления ПАВ, которая позволяет через развитие личности учащегося формировать установки на здоровый, трезвый образ жизни. В ходе занятий вырабатывается целый комплекс навыков, необходимых для противодействия давлению со стороны сверстников, действию со стороны рекламы, чтобы подростки могли принимать решение о неупотреблении психоактивных веществ на основе объективной информации и умения правильно оценивать последствия своих действий.

Основным условием является ориентированность на сотрудничество со взрослым (педагогом) и сверстниками, создание благоприятной среды для формирования нравственных ценностей, жизненной перспективы, помощь в осознании подростком самого себя, своих возможностей, способностей, интересов.

Программа направлена на системное формирование у учащихся комплекса необходимых знаний, умений и качеств личности, которые в век информационных технологий гарантировано помогут им защититься от вредного воздействия и сохранить трезвое мировоззрение.

Программа предназначена для обучающихся 7 класса. Объем времени составляет 9 часов в 7А,7Б,7В,7Г классах; 17 часов в 7Д,Е классах. Занятия проводятся в группе, количество детей: 20 -30 человек. Форма обучения очная. При необходимости допускается дистанционная форма обучения. Содержание программы может варьироваться с учетом склонностей и интересов учащихся, индивидуальных особенностей освоения материала и навыков практической деятельности.

1.2 Цели и задачи программы. Планируемые результаты

Цели программы:

- формирование у подростков (12-14 лет) личностных качеств, позволяющих избежать приобщения к психоактивным веществам и обеспечивающих успешную социальную адаптацию;
- помощь подросткам в осознании временной перспективы жизни, осознании эмоциональной привлекательности трезвого мировоззрения, будущего без зависимости, осмысления себя настоящего через призму будущего.

Задачи:

Обучающие:

- привить навыки управления собственными эмоциями;
- сформировать навыки позитивного и конструктивного отношения к собственной личности;

- сформировать навыки самооценки и понимания других;
- сформировать навыки адекватного поведения в стрессовых ситуациях;
- сформировать навыки самостоятельного принятия решений.

Развивающие:

-представить подросткам основные сведения о негативных последствиях приёма психоактивных веществ, об особенностях распространения наркомании в молодежной среде и факторах, влияющих на этот процесс.

Воспитывающие:

-формировать и развивать у подростков критическое мышление, установки на трезвый и здоровый образ жизни.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы

Личностные универсальные учебные действия

У обучающихся будут сформированы:

- критическое мышление;
- сознательная личностная трезвость: знание о разрушительном воздействии алкоголя, табака и других ПАВ на человека;
- понимание, что такое трезвый и здоровый образ жизни, причин и способов формирования вредных привычек у людей.

Социально-перцептивные и коммуникативные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- культуре общения в различных ситуациях;
- пользоваться социальной информацией;
- планировать свои действия;
- учитывать разные мнения;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль своих действий;
- различать способ и результат действия;

Обучающийся получит возможность научиться:

- делиться специальной информацией со своими сверстниками и родными;
- с учетом целей коммуникации достаточно полно и точно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- разрабатывать социальные проекты по профилактике употребления ПАВ;
- разрабатывать печатную продукцию: информационные листовки, газеты, буклеты, видеоролики, плакаты, социальную рекламу.

Регулятивные универсальные учебные действия

Обучающийся научится:

- применять навыки сохранения своего здоровья (во всех его проявлениях в процессе обучения);
- реализовывать в своей жизни принципы здоровьесберегающего поведения;

Обучающийся получит возможность научиться:

- самостоятельно принимать решения;
- стойкому неприятию употребления любых доз ПАВ;

Ожидаемые результаты:

- уменьшение факторов риска употребления ПАВ;
- усиление личностных ресурсов, препятствующих развитию саморазрушающих форм поведения;

-наличие навыков противодействия наркотицирующей среде, решения жизненных проблем поиска, восприятия и оказания социальной поддержки в сложных жизненных ситуациях, принятия ответственности за собственное поведение, эффективного общения;

-развитие стратегий проблем – преодолевающего поведения и избегания ситуаций, связанных с риском наркотизации.

1.3 Рабочая программа Учебный план 7А,Б,В,Г

№ п\п	Название раздела, темы	Всего часов	Количество часов		Форма контроля
			Теория	Практика	
Гости из будущего (1ч.)					
1	Знакомство. Представления обучающихся о будущем.	1	0,5	0,5	Входное тестирование.
В открытом будущем (1ч)					
2	Зависимости. Противостояние внешнему воздействию ровесников и взрослых.	1		1	Опрос
Вежливый отказ (1ч)					
3	Успешное общение в ситуациях просьбы и отказа.	1	0,5	0,5	Беседа. Опрос
20 «Я» (1ч)					
4	Что такое личность? Этапы формирования вредной привычки.	1		1	Опрос.
Выражение эмоций (1ч)					
5	Наши эмоции и эмоциональные состояния.	1		1	Опрос.
Наши потребности (1ч)					
6	Социальные потребности человека и способы их удовлетворения.	1		1	Опрос. Презентация творческих работ
О вреде наркотиков и алкоголя (1ч)					
7	Отрицательные изменения в поведении человека, употребляющего ПАВ.	1		1	Опрос
Мои способности (1ч)					
8	Способы удовлетворения наших потребностей.	1	0,5	0,5	Беседа. Опрос.
Ценность трезвости (1ч)					
9	Жизненные цели и пути их достижения.	1		1	Презентация творческой работы.

Итого:	9	1,5	7,5	
---------------	----------	------------	------------	--

Учебный план 7Д, Е

№ п/п	Название раздела, темы	Всего часов	Количество часов		Форма контроля
			Теория	Практика	
Гости из будущего (2ч.)					
1	Знакомство. Представления обучающихся о будущем.	2	0,5	1,5	Входное тестирование.
В открытом будущем (2ч)					
2	Зависимости. Противостояние внешнему воздействию ровесников и взрослых.	2		2	Опрос
Вежливый отказ (2ч)					
3	Успешное общение в ситуациях просьбы и отказа.	2	0,5	1,5	Беседа. Опрос
20 «Я» (2ч)					
4	Что такое личность? Этапы формирования вредной привычки.	2		2	Опрос.
Выражение эмоций (2ч)					
5	Наши эмоции и эмоциональные состояния.	2		2	Опрос
Наши потребности (2ч)					
6	Социальные потребности человека и способы их удовлетворения.	2		2	Опрос. Презентация творческих работ
О вреде наркотиков и алкоголя (2ч)					
7	Отрицательные изменения в поведении человека, употребляющего ПАВ.	2		2	Опрос
Мои способности (2ч)					
8	Способы удовлетворения наших потребностей.	2	0,5	1,5	Беседа. Опрос.
Ценность трезвости (1ч)					
9	Жизненные цели и пути их достижения.	1		1	Презентация творческой работы.
Итого:		17	1,5	15,5	

Содержание программы, 7А,Б,В,Г

Занятие 1. Гости из будущего. (1 час)

Выявить ожидания и представления участников о будущем. Осознание понятия временной перспективы, понятия трезвости.

Практическая работа: Упражнение «Шкала времени». Игра «Гости из будущего».

Занятие 2. В открытом будущем. (1 час)

Выявление и активизации знаний по теме зависимостей, отработка методов противостояния внешнему воздействию ровесников и сверстников.

Практическая работа: игра «Поле в будущее», игра «В открытом будущем».

Занятие 3. Вежливый отказ. (1 час)

Знакомство с причинами возникновения зависимостей, осознание необходимости удовлетворения жизненных потребностей, как средства профилактики зависимостей.

Практическая работа: Упражнение «Обращение - просьба». Упражнение «Просьба + объяснение, почему это важно». Упражнение «Вежливый отказ».

Занятие 4. 20 «Я». (1 час)

Знакомство с понятиями «привычка», «вредная привычка», «личность», «субличность», с этапами формирования вредной привычки.

Практическая работа: составление списка полезных и вредных привычек, упражнение «20 Я».

Занятие 5. Выражение эмоций. (1 час)

Знакомство с эмоциями, эмоциональными состояниями и способами эмоционального удовлетворения; учимся свободно выражать негативные эмоции.

Практическая работа: упражнение «Передай эмоции по кругу». Упражнение «Выражение гнева, ярости». Упражнение «Выражение страха».

Занятие 6. Наши потребности. (1 час)

Знакомство с социальными потребностями человека и способами их удовлетворения. Развитие навыков критического мышления. Разоблачение мифов о ПАВ.

Практическая работа: упражнение «Коснись носа». Составление списка социальных потребностей. «Разоблачение мифов» (работа в группах). Игра «Вечеринка».

Занятие 7. О вреде наркотиков и алкоголя. (1 час)

Разъяснение отрицательных изменений в мироощущении и поведении человека, употребляющего алкоголь. Формирование мотивации к неупотреблению алкоголя.

Практическая работа: работа в группах «Что такое наркотик?». Игра «Покажи себя в выгодном свете».

Занятие 8. Мои способности. (1 час)

Знакомство со способами удовлетворения творческих, интеллектуальных потребностей. Осознание жизненных целей, путей их достижения, определение качеств характера, помогающих становлению личности.

Практическая работа: упражнение «10 кругов». Игра «Кто быстрее?». Упражнение «Жизненные цели».

Занятие 9. Ценность трезвости. (1 час)

Осознание ценности трезвого и здорового образа жизни, жизненных целей и путей их достижения.

Практическая работа: упражнение «Пути достижения цели». Мини-сочинение «Для чего нужно иметь хорошее здоровье?».

Содержание программы 7Д,Е

Занятие 1. Гости из будущего. (2 часа)

Выявить ожидания и представления участников о будущем. Осознание понятия временной перспективы, понятия трезвости.

Практическая работа: Упражнение «Шкала времени». Игра «Гости из будущего».

Занятие 2. В открытом будущем. (2 часа)

Выявление и активизации знаний по теме зависимостей, отработка методов противостояния внешнему воздействию ровесников и сверстников.

Практическая работа: игра «Поле в будущее», игра «В открытом будущем».

Занятие 3. Вежливый отказ. (2 часа)

Знакомство с причинами возникновения зависимостей, осознание необходимости удовлетворения жизненных потребностей, как средства профилактики зависимостей.

Практическая работа: Упражнение «Обращение - просьба». Упражнение «Просьба + объяснение, почему это важно». Упражнение «Вежливый отказ».

Занятие 4. 20 «Я». (2 часа)

Знакомство с понятиями «привычка», «вредная привычка», «личность», «субличность», с этапами формирования вредной привычки.

Практическая работа: составление списка полезных и вредных привычек, упражнение «20 Я».

Занятие 5. Выражение эмоций. (2 часа)

Знакомство с эмоциями, эмоциональными состояниями и способами эмоционального удовлетворения; учимся свободно выражать негативные эмоции.

Практическая работа: упражнение «Передай эмоции по кругу». Упражнение «Выражение гнева, ярости». Упражнение «Выражение страха».

Занятие 6. Наши потребности. (2 часа)

Знакомство с социальными потребностями человека и способами их удовлетворения. Развитие навыков критического мышления. Разоблачение мифов о ПАВ.

Практическая работа: упражнение «Коснись носа». Составление списка социальных потребностей. «Разоблачение мифов» (работа в группах). Игра «Вечеринка».

Занятие 7. О вреде наркотиков и алкоголя. (2 часа)

Разъяснение отрицательных изменений в мироощущении и поведении человека, употребляющего алкоголь. Формирование мотивации к неупотреблению алкоголя.

Практическая работа: работа в группах «Что такое наркотик?». Игра «Покажи себя в выгодном свете».

Занятие 8. Мои способности. (2 часа)

Знакомство со способами удовлетворения творческих, интеллектуальных потребностей. Осознание жизненных целей, путей их достижения, определение качеств характера, помогающих становлению личности.

Практическая работа: упражнение «10 кругов». Игра «Кто быстрее?». Упражнение «Жизненные цели».

Занятие 9. Ценность трезвости. (1 час)

Осознание ценности трезвого и здорового образа жизни, жизненных целей и путей их достижения.

Практическая работа: упражнение «Пути достижения цели». Мини-сочинение «Для чего нужно иметь хорошее здоровье?».

Тематическое планирование 7А,Б,В,Г

№ п /	Дата проведения занятия				Кол- во часо в	Название раздела, темы	Форма занятий	Форма контроля
1. Гости из будущего (1ч)								

1					1	Знакомство. Представления обучающихся о будущем.	Беседа практическая работа	и Входное тестировани е
2. В открытом будущем (1ч)								
2					1	Зависимости. Противостояние внешнему воздействию ровесников и взрослых.	Практическая работа	Опрос
3. Вежливый отказ (1ч)								
3					1	Успешное общение в ситуациях просьбы и отказа.	Беседа практическая работа	и Беседа. Опрос
4. 20 «Я» (1ч)								
4					1	Что такое личность? Этапы формирования вредной привычки.	Практическая работа	Опрос
5. Выражение эмоций (1ч)								
5					1	Наши эмоции и эмоциональные состояния.	Практическая работа	Опрос
6. Наши потребности (1ч)								
6					1	Социальные потребности человека и способы их удовлетворения.	Практическая работа	Опрос. Презентация творческих работ
7. О вреде наркотиков и алкоголя (1ч)								
7					1	Отрицательные изменения в поведении человека, употребляющего ПАВ.	Практическая работа	Опрос
8. Мои способности (1ч)								
8					1	Способы удовлетворения наших потребностей.	Беседа и практическая работа	Беседа. Опрос
9. Ценность трезвости (1ч)								
9					1	Жизненные цели и пути их достижения.	Практическая работа	Презентация творческих работ

Тематическое планирование 7Д,Е

№ п / п	Дата проведения занятия				Кол- во часо в	Название раздела, темы	Форма занятий	Форма контроля
1. Гости из будущего (2ч)								
1					2	Знакомство. Представления обучающихся о будущем.	Беседа и практическая работа	Входное тестировани е
2. В открытом будущем (2ч)								
2					2	Зависимости. Противостояние внешнему воздействию ровесников и взрослых.	Практическая работа	Опрос
3. Вежливый отказ (2ч)								
3					2	Успешное общение в ситуациях просьбы и отказа.	Беседа и практическая работа	Беседа. Опрос
4. 20 «Я» (2ч)								
4					2	Что такое личность? Этапы формирования вредной привычки.	Практическая работа	Опрос
5. Выражение эмоций (2ч)								
5					2	Наши эмоции и эмоциональные состояния.	Практическая работа	Опрос
6. Наши потребности (2ч)								
6					2	Социальные потребности человека и способы их удовлетворения.	Практическая работа	Опрос. Презентация творческих работ
7. О вреде наркотиков и алкоголя (1ч)								
7					2	Отрицательные изменения в поведении человека, употребляющего ПАВ.	Практическая работа	Опрос
8. Мои способности (2ч)								

8				2	Способы удовлетворения наших потребностей.	Беседа и практическая работа	Беседа. Опрос
9. Ценность трезвости (1ч)							
9				1	Жизненные цели и пути их достижения.	Практическая работа	Презентация творческих работ

2. Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

1 полугодие: с 1.09.22 по 29.12.22

2 полугодие: с 10.01.23 по 31.05.23

Каникулы: с 01.11.2022 по 10.11.2022

с 30.12.22 по 09.01.23

с 21.03.2022 по 30.03.2023

Промежуточная аттестация проводится: на 6 занятия в 7А,Б,В,Г, на 9 занятия в 7Д,Е

Итоговая аттестация проводится: на последнем занятии

Формы текущего контроля/промежуточная аттестация

В основу изучения программы положены ценностные ориентиры, достижение которых определяются воспитательными результатами.

Для отслеживания результатов предусматриваются в следующие **формы контроля:**

Предварительный контроль (проверка знаний учащихся на начальном этапе). Проводится на первом занятии в виде входного тестирования.

Текущий контроль (отслеживание активности обучающихся в выполнении ими творческих работ, опрос).

Итоговый контроль (заключительная проверка знаний, умений, навыков на последнем занятии). Презентация подготовленных учащимися в ходе реализации программы творческих работ. Результаты обучающихся заносятся в карту учета достижений.

Материально техническое обеспечение

Технические средства обучения: экспозиционный экран, персональный компьютер, мультимедийный проектор, звуковые колонки, ксерокс, фотоаппарат, принтер. Оборудование класса: ученические столы двухместные с комплектом стульев; стол учительский с тумбой; шкафы для хранения учебников, дидактических материалов, пособий и пр.

Методическое обеспечение

Мультимедийные презентации, буклеты, тематические видеоматериалы, разработки игр рекомендации к выполнению творческих работ.

Список литературы

1. Дерябо С., Ясвин В. Отношение к здоровому образу жизни: методика измерения/ С. Дерябо, В. Ясвин. // Директор школы. -1999. -№2. –С. 7-16.
2. Драгунова Т.В. Проблема конфликта в подростковом возрасте / Т.В. Драгунова // Психология подростка: хрестоматия/ ред.-сост. Ю.И. Фролов. –М., 1997.

3. Коба Т.В. Программа утверждения и сохранения трезвости в России – в жизнь! / Традиционная и техногенная цивилизация: проблемы взаимодействия: материалы научно-практической конференции. – Тюмень: Т.мГНГУ, 2010. – 376.
4. Маюров А.Н. Антиалкогольное воспитание: пособие для учителя/ А.Н. Маюров. – М.: Просвещение, 1987. -189с.
5. Маюров А.Н. Уроки культуры и здоровья: учебное пособие для ученика и учителя. 7-11 классы/ Кн. 1-4/ А.Н. Маюров. –М.: Педагогическое общество России, 20041. -208с.
6. Основа здоровья нации – трезвое мировоззрение: обучающая программа по здоровьесбережению и навыкам здорового образа жизни / Е.В. Богословская, Т.С. Дымшакова, А.А. Зверев. – Тюмень: ТюмГНГУ, 2011.
7. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами: сборник методических материалов по проблеме профилактики злоупотребления психоактивными веществами среди несовершеннолетних и молодёжи. –М.,2002.
8. Ранняя профилактика девиантного поведения детей и подростков / под ред. А.Б. Фоминой. –М., 2003.
9. Семья и дети в антинаркотических программах профилактики, коррекции, реабилитации: руководство для школьных и клинических психологов, специалистов образовательных учреждений, социальных работников. –М., 2003.

Карта учета достижений обучающихся

№	Ф.И.	Форма достижения, контроля (дата)												