

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«БОЛЬШЕЕЛАНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

СОГЛАСОВАНО
Зам.директора по УВР
Л.П.Измайлова
«11» августа 2020 год

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Большееланская СОШ»
О.А.Сергеев
Приказ №66 от «11» августа 2020 года



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса «Полезный выбор»

Педагог-психолог
Седенкова Светлана Сергеевна

Большая Елань, 2020 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Подростковый возраст и рискованное поведение – почти синонимы. Стремление испытать себя, комплекс неполноценности и жажда самоутверждения – всё это закономерности полового созревания. Подростковый период – это время потенциальных опасностей: разного рода зависимости, опасность заражения ИППП и ВИЧ. С другой стороны подростковый возраст это период активного освоения новой информации, формирования жизненных ценностей и самоопределения.

Здоровье и здоровый образ жизни не являются ценностью, когда тебе 14-17 лет. Подростки активно познают мир вокруг себя и себя в этом мире. Здоровье – не самоцель, а средство для достижения цели.

Основными источниками информации о наркотиках и ВИЧ для подростков по-прежнему остаются телевидение, интернет и печатные СМИ.

«Полезный выбор» помогает педагогу вести профилактическую и воспитательную работу по снижению факторов риска и усилению защитных факторов старшеклассников. Возможность разговора о насущных проблемах: предстоящей работе или учебе, свиданиях и конфликтах создаст подходящие моменты для акцентирования опасных для здоровья ситуаций. Информация об инфекциях, передающихся половым путём, ВИЧ и дискриминации наркологических больных и ВИЧ-инфицированных представит педагогу возможность ещё раз обратить внимание подростков на ответственное и безопасное для здоровья поведение

Целью данной программы является формирование личной ответственности старшеклассников за свои поступки и здоровье.

Задачи курса:

- расширение представления об инфекциях, передающихся половым путём, сексуальном насилии и связи употребления алкоголя, наркотиков с преступлениями;
- формирование отрицательного отношения к ПАВ;
- формирование поведенческих навыков ответственного поведения в потенциально опасных ситуациях;
- формирование положительного образа «Я» подростка.

Данная программа имеет прикладное и общеобразовательное значение, способствует развитию критического мышления, использует ряд межпредметных связей, прежде всего с биологией, основами безопасности жизнедеятельности и обществознанием.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование раздела и тем	Часы учебного времени
1	Введение в программу. Все меняется.	1

2,3	Потребности и ценности	2
4	Здоровье-это здорово	1
5	Семья	1
6	Отношения с родителями	1
7	Искусство общения	1
8	Люди встречаются, люди влюбляются	1
9	Инфекции, передающиеся половым путем	1
10	ВИЧ: рискованное или безопасное поведение	1
11	Досуг – дело серьёзное	1
12	Развлечения в компании	1
13,14	Как выбрать профессию.	2
15	Куда пойти учиться	1
16	Моё мнение.	1
17	Заключительное занятие.	1

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

Тема «Введение в программу. Все меняется»

Цель: обсудить изменения в жизни подростков.

1. приветствие, вводные слова;
2. работа в группах с пословицами о переменах;
3. теория «Что такое перемена»;
4. рассуждение на тему «От чего зависят перемены?»;
5. рефлексия.

Тема «Потребности и ценности»

Цель: способствовать осознанию учащихся собственных потребностей.

1. приветствие, вводные слова;
2. упражнение «Людоеды»;
3. теория «Что такое потребность?»;
4. упр. «Пирамида потребностей»;
5. рефлексия.

Тема «Потребности и ценности»

Цель: способствовать осознанию учащихся собственных ценностей, в том числе здоровья.

1. приветствие, вводные слова;
2. упражнение-разминка «Ценные ценности»;
3. теория «Ценности в жизни человека»;
4. Задание «Ситуации»
5. рефлексия.

Тема «Здоровье – это здорово»

Цель: способствовать формированию ответственного отношения к собственному здоровью.

1. приветствие, вводные слова;
2. упражнение-разминка «Список»;
3. теория «О здоровье»;
4. тест «Мой образ жизни»;
5. упр. «Формула здоровья»;
6. рефлексия.

Тема «Семья.»

Цель: способствовать осознанию учащимися семьи как ценности, знакомство с социальными ролями в семье.

1. приветствие, вводные слова;
2. упражнение-разминка «Ассоциации»;
3. теория «Из истории создания семьи. О социальных ролях в семье»;
4. упр. «Моя роль в семье»;
5. упр. «Дом»;
6. рефлексия.

Тема «Отношения с родителями.»

Цель: обсудить со старшеклассниками отношения с родителями и стили воспитания.

1. приветствие, вводные слова;
2. упражнение-разминка «Семейное счастье»;

3. упражнение «Семь Я»
4. теория «Стиль родительского воспитания»;
5. упр. «Конфликты»;
6. рефлексия.

Тема «Искусство общения»

Цель: способствовать формированию у старшеклассников навыков конструктивного взаимодействия с людьми

1. приветствие, вводные слова;
2. упражнение «Что такое общение»;
3. теория «Стороны общения»;
5. упр. «Мысль одна, а слов много»;
6. упр. «Техника интонирования»;
7. упр. «Перевоплощение»
8. рефлексия.

Тема «Люди встречаются, люди влюбляются».

Задачи: обсудить с подростками риск близкий отношений.

1. приветствие, вводные слова;
2. упражнение-разминка «Я не люблю»;
3. теория «Любовь и влюбленность»;
4. задание «Синквейн по любви»
5. обсуждение ситуации о границах ответственности в близких отношениях;
6. рефлексия.

Тема «ИППП»

Цель: обсуждение с подростками риска заражения инфекциями, передающимися половым путём

1. приветствие, вводные слова;
2. игра «Пути передачи ВИЧ»
3. информация по статистике заражения ИППП подростков
4. упр. «Ситуации»;
5. рефлексия.

Тема «Поведение человека и ВИЧ»

Цель: обсуждение с подростками рискованное и безопасное поведение и ВИЧ.

1. приветствие, вводные слова;
2. тестирование «Факты о ВИЧ»;
3. разбор ситуаций рискованного поведения;
4. задание «Продолжи предложение»;
5. обсуждение ситуации Саши;
6. рефлексия

Тема «Досуг - дело серьёзное».

Цель: обсуждение с подростками полезного использования свободного времени.

1. приветствие, вводные слова;
2. задание с пословицами»;
3. тест «Моё свободное время»;
4. творческий проект «Увлечение – вторая натура?»
5. рефлексия.

Тема «Развлечения в компании».

Цель: способствовать сознательному выбору подростками здоровых и безопасных развлечений в компании..

1. приветствие, вводные слова;
2. упражнение «Ответь без слов»
3. теория «Наркотики»
4. разбор ситуаций
5. коллаж на тему «Здоровые развлечения»
6. рефлексия.

Тема «Как выбрать профессию».

Цель: способствовать сознательному выбору профессии

1. Введение, вводные слова
2. «Что главное в успехе» - работа с цитатами
3. Формула профессионального успеха
4. Вредные привычки и профессии.
5. рефлексия

Тема «Как выбрать профессию».

Цель: способствовать сознательному выбору профессии

1. Введение, вводные слова
2. Эксперсс-тест определения профессии
3. мозговой штурм: «Профессия-специальность-должность»;
4. тестирование
5. задание на дом: составить списки подходящих профессий и наиболее точно описать одну из них;
6. рефлексия

Тема «Куда пойти учиться».

Цель: определить профессиональные интересы и направленность подростков, способствовать осознанному выбору профессии.

1. приветствие, вводные слова;
2. представление домашнего задания;
3. беседа «Как выбрать учебное заведение»;
- 4 упр. «Хождение по линии жизни»;
- 5 рефлексия.

Тема «Моё мнение»

Цель: сформировать у подростков активную позицию по отношению к собственной жизни.

1. приветствие, вводные слова;
2. упражнение-разминка «За 1 секунду»;
3. упр. «Две позиции»;
4. теория «Правила аргументации»;
5. упр. «За-Против»;
6. рефлексия.

Заключительное занятие.

Цель: подведение итогов курса «Полезный выбор»

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Печатные издания:

1. Маккевак А.Г. Все цвета, кроме черного: разумный выбор, правильное решение: блокнот для учащихся 9 кл./ под ред. М.М. Безруких. – М.: Просвещение, 2015. – 64 с.
2. Полезный выбор. Учебное пособие для учителя по предупреждению употребления наркотиков. Под ред. О.Л. Романовой. – М.: Полимед, 2003. – 57 с.
3. Полезные навыки. Учебное пособие для 8 и 9 классов средней школы по предупреждению употребления наркотиков и заражения ВИЧ. Под ред. О.Л. Романовой. Москва, 2002.
4. Рогов Е.И. Психология общения. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2007. – 335 с. – ил.: (Азбука психологии).