

Муниципальное общеобразовательное учреждение
Иркутского районного муниципального образования
«Плишкинская средняя общеобразовательная школа»

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МОУ ИРМО «Плишкинская СОШ»



Ильина Е.О.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Все цвета, кроме черного»

Возраст обучающихся: 13-18 лет

Срок реализации: 5 лет обучения (175 часов)

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса для 7-11 классов составлена на основе учебно-методического пособия для программы «Все цвета, кроме черного» под авторством А.Г. Макеевой, М.М. Бехруких.

Новизна данной программы- предлагаемая программа занятий направлена на формирование и сохранение психологического здоровья школьников, т.к. способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению атмосферы дружелюбия, формирует коммуникативные навыки, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

Актуальность данной программы- традиционно педагоги и родители считают, что основная задача ранней профилактики наркотизма заключается в том, чтобы сформировать у ребенка (подростка) представление о вреде алкоголя, никотина, наркотических и токсических веществ. Если мальчик или девочка узнают о пагубных последствиях употребления наркотических веществ, — рассуждают взрослые, — то этого вполне достаточно для того, чтобы предотвратить знакомство с ними. Но так ли это на самом деле?

Как показывают результаты многочисленных опросов, современные школьники хорошо осведомлены о том, что «пить, курить — здоровью вредить». Однако это не только не пугает детей, но и, напротив, подстегивает любопытство, толкает их на опасные эксперименты с одурманивающими веществами. По статистике, уже в 12-13 лет подавляющее большинство мальчиков и девочек пробовали курить, имеют опыт употребления алкоголя. К сожалению, нередки случаи знакомства младших подростков с наркотиками. Наиболее очевидные мотивы, побуждающие ребенка впервые попробовать то или иное наркотическое вещество — желание подростка «стать своим в компании», «выглядеть взрослым», «избавиться от скуки», «испытать новые, интересные ощущения», «расслабиться». Получается, что наркотизация для него — своеобразный способ решения проблем социальной адаптации — взаимодействия со сверстниками и взрослыми, регуляции своего состояния, получения новых впечатлений. Не зная других способов решения этих проблем, подростки начинают курить или выпивать. Чтобы этого не произошло, подростку нужна помощь взрослых. И суть данного курса заключается не только и не столько в том, чтобы рассказать детям об опасности одурманивающих веществ, сколько в том, чтобы сформировать у них навыки, позволяющие успешно справляться с

возникающими проблемами, реализовывать свои желания и потребности за счет внутренних личностных ресурсов.

Цели программы:

- формирование позитивного мироощущения;
- формирование навыков эффективной социальной адаптации, позволяющей находить удовольствие от жизни как таковой и в дальнейшем предупредить вредные привычки: курение, употребление алкоголя и наркотиков;
 - охрана жизни и здоровья юных граждан, защита их прав и законных интересов через использование различных форм деятельности;
 - развитие познавательной активности, внимания, адекватной самооценки у детей;
 - профессиональная направленность, адаптация в неординарных условиях;
 - желание к самостоятельному самообразованию;
 - стремление к занятиям спортом, здоровому образу жизни и активной жизненной позиции.

Задачи программы:

- формирование представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
- расширение кругозора детей о правилах здорового образа жизни, воспитание готовности соблюдать эти правила;
- формирование умения оценивать себя (свое состояние, поступки, поведение) и других людей;
- формирование представления об особенностях своего характера, навыков управления своим поведением, эмоциональным состоянием;
- развитие коммуникативных навыков (умение строить свои отношения с окружающими в разных ситуациях, избегать конфликтов);
- формирование умения противостоять негативному давлению со стороны окружающих;
- пробуждение интереса к различным видам полезной деятельности, позволяющей реализовать потребность в признании, общении, получении знаний;
- просвещение родителей в вопросах развития у детей представлений о здоровом образе жизни, предупреждения вредных привычек.

Отличительной особенностью данного курса является то, что она направлена на развитие у подростков познавательных интересов, способности эффективно строить взаимоотношения с окружающими (в том числе сопротивляться негативному давлению), умения анализировать свои чувства и переживания и т. д. Все эти свойства и качества обеспечивают подростку личностную устойчивость к любым внешним негативным влияниям, а значит, снижают вероятность его знакомства с наркотическими веществами.

Возраст - 13-18 лет. Программа рассчитана на возрастные особенности возраста и ведущую деятельность: средний школьный возраст (11-15 лет), когда ведущей деятельностью является общение, и старший школьный возраст (15-17 лет), когда ведущей становится учебно-профессиональная деятельность. В данном возрастном периоде у ребенка закладываются основы сознательного поведения, вырисовывается общая направленность в формировании нравственных представлений и социальных установок. Ведущие позиции начинают занимать общественно-полезная деятельность и интимно-личностное общение со сверстниками. Начинают формироваться элементы теоретического мышления. Память развивается в направлении интеллектуализации. Восприятие является чрезвычайно важным познавательным процессом, который тесно связан с памятью: особенности восприятия материала обуславливают и особенности его сохранения. Содержанием психического развития подростка становится развитие его самосознания.

Срок реализации – 5 лет.

Формы занятий:

- анализ литературных отрывков — такая форма работы не только помогает подросткам научиться оценивать жизненные ситуации, разбираться в переживаниях других людей, но и пробуждает интерес к чтению, расширяет кругозор;

- тесты, позволяющие подростку самостоятельно определить уровень сформированности того или иного личностного качества, проанализировать свое поведение и т. д. Основная задача тестовых заданий заключается в развитии навыка самооценки у обучающихся;

- дневниковые формы, предполагающие регулярную оценку подростком своего состояния или организации своей деятельности (оценка режима дня, работоспособности в течение недели, дня и т. д.);

- творческие задания (составление рассказа, игры и т. д.), направленные на развитие креативных способностей подростков, умения нестандартно мыслить, находить оригинальные решения проблем;

- тренинговые задания, направленные на развитие и тренировку определенной способности или качества подростка (памяти, наблюдательности, внимания и т. д.);

- игры, которые выполняют целый ряд важных функций: социализирующую (позволяет подростку «опробовать» различные модели поведения, проверив их эффективность), коммуникативную (в игре ребята общаются между собой), диагностическую (игровая деятельность позволяет педагогу выявить возможные проблемы психологического, социального развития того или иного подростка), коррекционную (игра дает возможность изменить, скорректировать личностные характеристики подростка, при этом процесс изменения проходит естественно и ненавязчиво, незаметно для самого ребенка);

- мини-тренинги или тренинговые игры, направленные на отработку какого-либо конкретного поведенческого навыка;
- проектная деятельность (рамках изучения тематических модулей учащимся предлагается выполнить несколько проектов: исследовательский, информационнопросветительский, творческий);
- дискуссии, проходящие в форме круглого стола, ток-шоу, брейн-ринга и т. п.

Режим занятий – 35 часов в год, 1 час в неделю, всего за пять лет – 175 часов.

Ожидаемые результаты:

1. Формирование навыков эффективного общения в разнообразных ситуациях.
2. Формирование навыков рационального принятия решений и отказа от опасных для здоровья поступков в ситуации группового давления.
3. Оценивание режима с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и корректирование его несоответствия.
4. Соблюдение правил здорового образа жизни. Формы подведения итогов реализации- результаты внеурочной деятельности оцениваются с использованием методов: наблюдение, результаты проектов, оценочное тестирование.

2. Учебно-тематический план

7 класс

№	Название темы	Количество часов
1	Вводное занятие: Вот и стали мы на год взрослей!	1
2	«Пишем книгу рекордов»	11
3	«Ученье — свет...»	16
4	«За компанию»	7

8 класс

№	Название темы	Количество часов
1	Вводное занятие: Вот и стали мы на год взрослей!	1
2	«Можно ли избежать конфликтов?»	6
3	«Интересные маршруты»	11
4	«Театральные подмостки»	8

5	«О спорте, и не только»	9
---	-------------------------	---

9 класс

№	Название темы	Количество часов
1	Вводное занятие: Вот и стали мы на год взрослей!	1
2	Здоровье – это здорово	4
3	Моя семья	5
4	Люди встречаются, люди влюбляются	7
5	Профессии, которые мы выбираем	5
6	Досуг – дело серьезное	4
7	Модная тема	9

10 класс

1	Название темы	Количество часов
2	Вводное занятие: Вот и стали мы на год взрослей!	1
3	Здоровье – это здорово	4
4	Моя семья	5
5	Люди встречаются, люди влюбляются	7
6	Профессии, которые мы выбираем	5
7	Досуг – дело серьезное	4
8	Модная тема	9

11 класс

	Название темы	Количество часов
	Вводное занятие: Вот и стали мы на год взрослей!	1
	Здоровье – это здорово	4
	Моя семья	5
	Люди встречаются, люди влюбляются	7

	Профессии, которые мы выбираем	5
	Досуг – дело серьезное	4
	Модная тема	9

3. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

7 класс

Пишем книгу рекордов

Формирование представления о роли личной активности человека в достижении успеха, своих сильных сторонах и качествах, готовности в общении с другими ориентироваться на их положительные характеристики.

Ученье — свет...

Развитие представления о личностной значимости образования, освоение способов решения проблем, возникающих во взаимоотношениях с одноклассниками и учителями.

За компанию

Развитие навыков эффективного взаимодействия, умения противостоять групповому давлению.

8 класс

Можно ли избежать конфликтов? Развитие навыков поведения в конфликтных ситуациях, умения анализировать собственные поступки и поступки окружающих.

Интересные маршруты

Формирование интереса к содержательным формам досуга, развитие представления подростков о вариантах организации досуга в их городе (селе).

Театральные подмостки

Развитие содержательных интересов у подростков, включение их в социально значимую деятельность.

О спорте, и не только

Развитие представления о роли спорта в жизни человека, формирование интереса к содержательным формам досуга.

9 класс

Здоровье — это здорово

Развитие ценностного отношения к своему здоровью, представления о роли здоровья в достижении жизненных целей.

Моя семья

Развитие навыков взаимодействия со взрослыми членами семьи, представления об ответственных отношениях.

Люди встречаются, люди влюбляются

Развитие представления о ценности и значении любви в жизни человека, проявлениях ответственности во взаимоотношениях с другими людьми.

Профессии, которые мы выбираем

Расширение представления о собственных предпочтениях и способностях, имеющих существенное значение для выбора профессии, формирование понимания важности профессионального самоопределения.

Досуг — дело серьезное

Формирование интереса к содержательным формам досуга, развитие навыков планирования своей деятельности.

Модная тема

Развитие представления о роли моды в жизни человека, необходимости критической оценки модных атрибутов.

4. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

7 класс

Урок	Тема урока	Часы	Примечания (изменения)
1	Вводное занятие: Вот и стали мы на год взрослей!		
«Пишем книгу рекордов» (11 ч.)			
2	«Помогая другим, помогаю себе»		
3	Как стать самым-самым.		
4/5/6	Исследовательский проект «Лестница успеха»		
7	Презентация результатов исследовательского проекта «Лестница успеха»		
8	Творческое задание «Пишем книгу рекордов»		
9/10/11	Творческий проект «Пишем книгу рекордов»		
12	Творческое задание «Визитная карточка»		
«Ученье — свет...» (16 ч.)			
13/14	Исследовательский проект «Учиться или не учиться – вот в чем вопрос»		
15	Презентация результатов исследовательского проекта «Учиться или не учиться – вот в чем вопрос»		
16	Дискуссионный клуб «Ученье-свет...»		
17	Секреты отличника		
18	Тренинг мышления «Составь рассказ»		
19	Тренинг мышления «Найди лишнее»		
20	Тренинг мышления «Поиск предметов»		
21	Тренинг мышления «Учимся формулировать определения»		
22	Тренинг памяти «Игра слов»		
23	Тренинг внимания «Пишем предложения»		
24	Тренинг внимания «Считаем вместе»		
25/26	Школьный тест умственного развития (ШТУР)		
27/28	Творческая игра «Устав моей школы»		
«За компанию» (7 ч.)			

29/30	За компанию		
31	Игра «Секреты этикета»		
32	Игра «Изобретатели»		
33	Правила дружбы		
34/35	Как я изменился за год, мои планы на лето		

8 класс

Урок	Тема урока	Часы	Примечания (изменения)
1	Вводное занятие: Вот и стали мы на год взрослей!		
«Можно ли избежать конфликтов?» (6 ч.)			
2	Поведение в конфликтной ситуации		
3	Игра «Требуется совет!»		
4	Выполнение задания «Фундамент»		
5	Выполнение задания «Консультант»		
6	Как избежать конфликтов		
7	Тихая дискуссия «Требуется совет!»		
«Интересные маршруты» (11 ч.)			
8	Презентация «Интересные маршруты»		
9/10	Творческое задание «История моей малой Родины»		
11/12	Проект «Карта интересного маршрута»		
13/14	Фотовыставка «Мой красивый регион»		
15/16	От кого зависит то, как выглядит моё село?		
17	Конкурс «Реклама-двигатель прогресса»		
18	Правила безопасного путешествия		
«Театральные подмостки» (8 ч.)			
19	Театральный кроссворд		
20/21	Исследовательский проект «Театр жив?»		
22	Игра «Пойми меня»		
23	Театральные подмостки		
24/25/26	Творческий проект «Приглашение в театр»		
«О спорте, и не только» (9 ч.)			
27	Спортивный ли ты человек?		
28	О спорте, и не только		
29/30	Проект «Великие спортсмены»		
31/32	Проект «Олимп – ура!»		
33	Как справиться со стрессом и тревогой		
34/35	Как я изменился за год, мои планы на лето		

9 класс

Урок	Тема урока	Часы	Примечания (изменения)
1	Вводное занятие: Вот и стали мы на год взрослей!		
Здоровье – это здорово(4 ч.)			
2	Пирамида		
3	Мой образ жизни		
4/5	Проект «Здоровье – путь к успеху»		
Моя семья (5 ч.)			
6	Моя семья		
7	Требования в семье		
8	Требуется совет		
9/10	Рольевая игра «Сложная ситуация»		
Люди встречаются, люди влюбляются (7 ч.)			
11	День рождения		

12/13	Любовь и влюбленность		
14	Нравится – не нравится		
15	Игра «Давайте говорить друг другу комплименты»		
16	Дискуссия «Это любовь?»		
17	Мы в ответе за тех, кого приучили.		
Профессии, которые мы выбираем (5 ч.)			
18/19	Проект «Куда пойти учиться»		
20/21	Профессии, которые мы выбираем		
22	Профессиональный успех и опасные пристрастия		
Досуг – дело серьезное (4 ч.)			
23	Умеешь ли ты распоряжаться временем		
24	Досуг – дело серьезное		
25/25	Проект «Увлечение – вторая натура?»		
Модная тема (9 ч.)			
27	Тестирование		
28	Что такое мода		
29	Модно ли быть здоровым		
30/31	Проект «Звездные секреты»		
32/33	Проект «Серебряный валенок»		
34/35	Итоговое занятие		

10 класс

Урок	Тема урока	Часы	Примечания (изменения)
1	Вводное занятие: Вот и стали мы на год взрослей!		
Здоровье – это здорово(4 ч.)			
2	Пирамида		
3	Мой образ жизни		
4/5	Проект «Здоровье – путь к успеху»		
Моя семья (5 ч.)			
6	Моя семья		
7	Требования в семье		
8	Требуется совет		
9/10	Ролевая игра «Сложная ситуация»		
Люди встречаются, люди влюбляются (7 ч.)			
11	День рождения		
12/13	Любовь и влюбленность		
14	Нравится – не нравится		
15	Игра «Давайте говорить друг другу комплименты»		
16	Дискуссия «Это любовь?»		
17	Мы в ответе за тех, кого приучили.		
Профессии, которые мы выбираем (5 ч.)			
18/19	Проект «Куда пойти учиться»		
20/21	Профессии, которые мы выбираем		
22	Профессиональный успех и опасные пристрастия		
Досуг – дело серьезное (4 ч.)			
23	Умеешь ли ты распоряжаться временем		
24	Досуг – дело серьезное		
25/25	Проект «Увлечение – вторая натура?»		
Модная тема (9 ч.) Модная тема (9 ч.)			
27	Тестирование		
28	Что такое мода		
29	Модно ли быть здоровым		
30/31	Проект «Звездные секреты»		
32/33	Проект «Серебряный валенок»		
34/35	Итоговое занятие		

11 класс

Урок	Тема урока	Часы	Примечания (изменения)
1	Вводное занятие: Вот и стали мы на год взрослей!		
Здоровье – это здорово(4 ч.)			
2	Пирамида		
3	Мой образ жизни		
4/5	Проект «Здоровье – путь к успеху»		
Моя семья (5 ч.)			
6	Моя семья		
7	Требования в семье		
8	Требуется совет		
9/10	Ролевая игра «Сложная ситуация»		
Люди встречаются, люди влюбляются (7 ч.)			
11	День рождения		
12/13	Любовь и влюбленность		
14	Нравится – не нравится		

15	Игра «Давайте говорить друг другу комплименты»		
16	Дискуссия «Это любовь?»		
17	Мы в ответе за тех, кого приучили.		
Профессии, которые мы выбираем (5 ч.)			
18/19	Проект «Куда пойти учиться»		
20/21	Профессии, которые мы выбираем		
22	Профессиональный успех и опасные пристрастия		
Досуг – дело серьезное (4 ч.)			
23	Умеешь ли ты распоряжаться временем		
24	Досуг – дело серьезное		
25/25	Проект «Увлечение – вторая натура?»		
Модная тема (9 ч.)			
27	Тестирование		
28	Что такое мода		
29	Модно ли быть здоровым		
30/31	Проект «Звездные секреты»		
32/33	Проект «Серебряный валенок»		
34/35	Итоговое занятие		

5. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ

В ходе проведения занятий используются авторские задания, которые размещены в рабочих программах и блокнотах обучающихся.

6. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Для оценки успешности освоения программы используется диагностика, которая показывает знания, умения и навыки, сформированные и развитые в процессе учебной деятельности. Диагностика проводится 2 раза в год: декабрь, май.

Результаты диагностики заносятся в свободную таблицу.

0-баллов – не знает основных вопросов темы, не владеет навыками и умениями выполнения самостоятельных заданий, навыками контроля, поведения, конструктивного общения.

1-балл – имеет фрагментарные знания по вопросам темы, выполняет слабо самостоятельные задания, навыки контроля, поведения, конструктивного общения – слабо развиты.

2-балла – знает основные вопросы темы, выполняет частично самостоятельные задания, старается проявлять доброжелательность

3-балла – знает хорошо основные вопросы темы, выполняет почти все самостоятельные задания, способен к самодисциплине, ответственен, проявляет активность, обладает навыками позитивного общения, удовлетворительно работает в группе.

4-балла – отлично знает основные вопросы темы, может дополнить их, выполняет все самостоятельные задания, способен к самодисциплине, ответственен, проявляет инициативу и активность, обладает навыками позитивного и конструктивного общения, умеет отлично работать в группе.

7. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Все цвета, кроме черного: Книга для родителей. — М.: Вентана-Графф, 2002. — 32 с. — (В помощь образовательному учреждению: профилактика злоупотребления психоактивными веществами). Москва. Издательский центр «Вентана-Граф», 2002.
2. Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Все цвета, кроме чёрного: пед. профилактика наркотизма школьников: метод.пособие для учителя 5-6: Пособие для педагогов и родителей А.Г. Макеева; под ред. М.М.Безруких.- М.: Просвещение, 2005.
3. Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Познаю свои способности: 5 класс: - Рабочая тетрадь для учащихся общеобразовательных учреждений. – М.: Вентана- Граф, Просвещение, 2008. – 56 с.
4. Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Учись владеть собой и сотрудничать с людьми: 6 класс: - Рабочая тетрадь для учащихся общеобразовательных учреждений. – М.: Вентана- Граф, Просвещение, 2008. – 48 с.
5. Макеева А. Г. Все цвета, кроме черного: семейная профилактика наркотизма : кн. для родителей /А. Г. Макеева; под ред. М. М. Безруких. — М.: Просвещение, 2005. - 47 с.
6. Макеева А.Г. Все цвета, кроме чёрного: пед. профилактика наркотизма школьников: метод.пособие для учителя 7-9 / А.Г. Макеева; под ред. М.М.Безруких.- М.: Просвещение, 2005.

27	Тестирование		
28	Что такое мода		
29	Модно ли быть здоровым		
30/31	Проект «Звездные секреты»		
32/33	Проект «Серебряный валенок»		
34/35	Итоговое занятие		

