

Пояснительная записка

Рабочая программа школьного объединения по интересам «Десант ЗОЖ (СМС – дети)» составлена для обучающихся 9ых классов. Курс рассчитан на 68 часов, которые проводятся в течение учебного года по 2 часа в неделю. Программа предназначена для обучающиеся 9 классов и является программой дополнительного образования в рамках Республиканского антинаркотического проекта на основе контрактного метода профилактики наркотизации детей школьного возраста. Основатель проекта – Слим Лиден.

По данным социологических исследований почти каждый второй школьник имеет курящего отца, а каждый восьмой – курящую маму. Неудивительно, что в подобных условиях более половины подростков имеют опыт употребления табака и психотропных веществ. Приобщение к употреблению алкоголя происходит в любом возрасте, и подавляющее большинство учащихся старших классов уже имеют опыт употребления алкоголя. Тревогу вызывает тот факт, что спиртное одинаково активно употребляют и девушки, и юноши.

На сегодняшний день, около одной треть учащихся старших классов, хотя бы один раз в своей жизни оказывались в состоянии алкогольного опьянения. Употребление школьниками спиртных напитков далеко не всегда бывает рациональным и обдуманным, во многих случаях подростки следуют сложившимся обстоятельствам, оказываясь в ситуациях, благоприятных для употребления алкоголя. Наиболее часто школьники употребляют алкоголь вне дома, в компании друзей или знакомых. Для этого выбираются места, максимально удаленные от поля зрения родительского контроля: это, например, подъезды, квартиры друзей и знакомых.

Сегодня в первичной профилактике наркомании используются в основном традиционные формы работы. Однако современные школьники избирательны в увлечениях, ориентированы на результат, предпочитают ясность и конкретизацию информации, прагматичны. Включение новых методов работы, позволит повысить эффективность профилактики употребления психоактивных веществ.

Одной из таких форм может стать деятельность в рамках долгосрочного проекта **«SaMoСтоятельные дети»**.

Проект **«SaMoСтоятельные дети»** разработан с учетом опыта реализации шведского проекта **«Smart»**. В настоящее время в Швеции он охватывает более 80% школьников в возрасте от 12 до 14 лет. Исследования подтверждают, что метод является эффективным в профилактике зависимостей и девиантного поведения. В результате на 40% уменьшилось потребление табачных изделий среди детей и на 50% сократилась проба наркотиков. В Швеции 30 % родителей, чьи дети участвуют в проекте, отказались от курения.

Этот метод профилактики наркомании и преступности также активно используется в ряде европейских стран (Норвегии, Финляндии, Литве) и городах Российской Федерации (Санкт-Петербурге, Великом Новгороде и Республике Татарстан).

Цель рабочей программы «SaMoСтоятельные дети» - предупредить употребление первой пробы психоактивных веществ детьми школьного возраста.

В задачи программы входят:

- пропагандировать проект через средства массовой информации;
- провести информационно-разъяснительные мероприятия с детьми и их родителями;
- заключить контракты с детьми;
- организовать и провести антинаркотические мероприятия;
- формировании мотивации подростков к здоровому образу жизни;
- формирование навыков ответственного отношения к своему здоровью;
- обучение подростков добровольческим навыкам по проведению занятий и групповых упражнений по формированию ЗОЖ среди сверстников;
- отследить результаты выполнения проекта.

Механизм реализации:

С детьми и родителями проводится разъяснительная работа о целях, задачах и механизмах реализации проекта **«SaMoСтоятельные дети»**.

С участниками проекта будут проводиться тематические информационно-просветительские, культурно-развлекательные, развивающие мероприятия в течение учебного года, а также в каникулярное время.

Дети школьного возраста самостоятельно выбирают и вписывают собственноручно в индивидуальный контракт те запреты, которые для себя определяют как «вредные привычки».

Ребята, которые выполнили контракт в течение учебного года, участвуют в итоговом торжественном мероприятии.

Минимальная платформа индивидуального контракта:

- **для ребенка среднего школьного возраста:** запрет на употребление табака, пива, иной алкогольной продукции, совершение актов вандализма, насилия и жестокости;

- **для старшего школьного возраста:** запрет на употребление табака, пива, иной алкогольной продукции, психоактивных веществ, совершение актов вандализма, насилия и жестокости и т.п.;

Индивидуальный контракт заключается между ребенком школьного возраста и руководителем организации. Подпись родителя в контракте означает, что он одобряет желание ребенка участвовать в проекте.

Условия участия:

- срок действия контракта ограничен (не более 1 года);

- добровольное вступление в проект и право выхода из него;

- поощрение за соблюдение контракта (льготы и прочее);

- исключение из проекта за нарушения условий контракта с изъятием членской карточки (при этом возможность повторного вступления в проект сохраняется).

Членская карточка позволяет получать различные виды льгот, предоставляемые учреждениями дополнительного образования, спортивными секциями, клубами, учреждениями культуры участвующим в проекте.

Долгосрочный ожидаемый результат:

- снижение числа детей школьного возраста, допускающих первую пробу психоактивных веществ;

- развитие ценностей здорового образа жизни, изменение ценностного отношения учащихся и родителей к наркотикам, формирование антинаркотических установок, формирование личной ответственности за свое поведение;

- формирование позитивного отношения к миру и окружающим.

Методические указания:

В зависимости от индивидуальных способностей детей возможна оперативная корректировка программы в каждом отдельном случае: ускоренный или замедленный темп обучения, личностно-ориентированный подход. Интеграция основного и дополнительного образования позволяет сблизить процессы воспитания, обучения и развития учеников.

Формы работы с детьми:

- групповая,
- индивидуальная

Обучающий модуль

1. Изготовление плакатов.
2. Выпуск газеты.
3. Оформление информационного стенда.
4. Акции волонтеров.
5. Листовки.
6. Игры.
7. Викторины.
8. Лекции.
9. Анкетирование.
10. Дискуссии и т.д.

Развивающий модуль

1. Мини-тренинги, тренинги.
2. Интерактивные игры.

3. Ролевые игры.
4. Мастер-классы и т.д.

Творческий модуль

1. Игры, конкурсы.
2. Неделя “Только здоровые привычки”.
3. Спортивные мероприятия.
4. Фотоконкурс.
5. Массовые игры и т.д.

Контроль уровня знаний

Для контроля учащихся, состоящих в объединении «SaMoСтоятельный дети» используются следующие методы:

- усвоение теоретического материала проверяется при проведении тематических игр и дискуссий, а также бесед;
- взаимоконтроль осуществляется при работе учащихся парами;
- проводятся тематические акции как на территории школы, так и вне ее.

Личностными результатами обучения на занятиях отряда «СМС-Лидер» являются:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.
- Формирование антинаркотического мышления и поведения.
- Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни

Метапредметными результатами обучения на занятиях отряда «СМС-Лидер» являются:

- овладение умениями формулировать личные понятия о ЗОЖ; анализировать причины возникновения опасных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия употребления ПАВ; выявлять причинно-следственные связи употребления ПАВ и их влияние на человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по сохранению личного здоровья, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности по ЗОЖ, по волонтерской деятельности.
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к формированию ЗОЖ, ведению волонтерской деятельности
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области ЗОЖ, добровольческой деятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время акций.

Предметными результатами обучения являются:

1. В познавательной сфере:

- знания об опасных, вредных ПАВ; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

2. В ценностно - ориентационной сфере:

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- умения применять полученные теоретические знания на практике
- принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

3. В коммуникативной сфере:

- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

4. В эстетической сфере:

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

5. В трудовой сфере:

- знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

- умения оказывать первую медицинскую помощь.

6. В сфере физической культуры:

- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом

Требования к уровню подготовки обучающихся.

По окончании курса обучения обучающиеся должны знать:

- нормативные документы по профилактике наркомании, токсикомании, ПАВ
- Устав школы, закон РФ «Об ограничении курения табака»
- кто такой волонтер и какова его функция?
- из каких составляющих происходит формирование у учащихся здорового образа жизни уметь
- проводить занятия и групповые упражнения по формированию ЗОЖ среди сверстников
- вести деловую беседу «переговоры»;
- рационально пользоваться невербальными средствами общения (мимика, жест);
- готовиться к публичным выступлениям;
- составлять планы;
- вести волонтерскую добровольческую деятельность, направленную на формирование ЗОЖ среди сверстников

Учебно-тематический план

Темы	Кол-во часов	Теория	Практика
Вводные занятия 1.1. Инструктаж по технике безопасности, изучение нормативных документов по профилактике наркомании, токсикомании, ПАВ 1.2. Объединение «SaMoStоятельные дети», его правила	2	2 1 1	0
Здоровый образ жизни 1.1. Вводное занятие. Кто такой волонтер и какова его функция? 1.2. Вредные привычки. Республиканская акция «Поделись улыбкой» 1.3. Наркотическая и игровая зависимость. 1.4. Правовая ответственность несовершеннолетних 1.5. Республиканская акция «Здоровая пробежка»	10	7 2 1 2 2	3 1 2
Принципы организации здорового образа жизни 1. 1.Проведение общешкольного Дня здоровья 1.2. Обсуждаем тему «Молодёжь против наркотиков» 1.3. Компоненты здорового образа жизни: культура движения, культура питания, культура общения, культура отдыха. 1.4. Подготовка и проведение Акции «Сообщи, где торгуют смертью» в рамках Всероссийской антинаркотической акции 1.5 Профилактика наркомании. Подготовка и проведение акции «Скажи наркотикам нет!»	14	9 2 6 1	5 2 2 1
Привлечение подростков к пропаганде здорового образа жизни 1.1.Участие в Республиканской акции «Здоровая мама- здоровый ребенок» 1.2.Всемирный день борьбы со СПИДом. Участие в Республиканской акции «Количество свечей зависит от тебя» 1.3.Конкурсы наглядной агитации (газеты, буклеты, плакаты, лозунги, т.д) 1.4.Акция «Алкоголь – наш враг» 1.5.Оформление уголков здоровья. Участие в Республиканской акции «Яркая, здоровая зимушка-зима» 1.6.Просмотр фильмов, презентаций по ЗОЖ. Акция «Мы за ЗОЖ!»	12	3 1 1 1 1	9 2 1 1 2 1 2

Как сохранить свое здоровье 1.1.Встреча с врачом-наркологом 1.2.Рассматривам понятие здорового образа жизни, об искусстве здоровой жизни 1.3.Понятие здорового образа жизни, об умении укреплять свое здоровье. 1.4.Контроль волонтерами организации по выявлению учащихся, нарушающих Устав школы, закон РФ «Об ограничении курения табака» 1.5.Нормы рационального питания как одного из важнейших компонентов здорового образа жизни	12	8 2 2 2 2	4 2 2
Познаем себя, боремся с вредными привычками 1.1.Познай себя. О влиянии компьютеров и телевидения на здоровье детей и подростков 1.2. Антиалкогольная пропаганда.. Чтобы дети не употребляли алкоголь ... 1.3 . Вредным привычкам места нет. Республиканская акция «Подари чудо!» 1.4. Влияние наркотических веществ на здоровье человека. Участие во Всероссийской акции «Сообщи, где торгуют смертью» март 1.5. О влиянии новых технологий на здоровье человека. Игromания. 1.6. Преодолению табачной зависимости и их содержание. Из истории табакокурения , оценке вреда, причиняемого здоровью табачными изделиями.	12	9 2 1 1 1 2 2	3 1 1 1
Массовая работа 1.1.Знакомство с другими отрядами антинаркотической направленности. 1.2.Подбор материала для выступления агитбригады ЗОЖ 1.3.Республиканская антинаркотическая акция «Будь готов, скажи наркотикам НЕТ!» апрель 1.4.Репетиция выступления агитбригады, музыкальное оформление материала 1.5.Выступление агитбригады ЗОЖ перед учащимися школы 1.6. Подготовка и проведение Республиканской акции «Россия без табака», май	12	3 2 2 2 1	9 2 2 2 1
Итоговое занятие 1.2. Коллективная творческая работа по составлению планов проведения акций на следующий учебный год и отбор творческих номеров.	2	1	1
Итого	68 часов	42 часа	24 часа

Календарно-тематическое планирование

№ занятия	Тема занятия	Дата проведения	
		план	фактич
1-2	Вводное занятие Инструктаж по технике безопасности, изучение нормативных документов по профилактике наркомании, токсикомании, ПАВ		
3-4	Объединение «SaMoСтоятельные дети», его правила		
5-6	Вводное занятие. Кто такой волонтер и какова его функция?		
7-8	Вредные привычки. Республиканская акция «Поделись улыбкой»		
9-10	Наркотическая и игровая зависимость.		
11-12	Правовая ответственность несовершеннолетних		
13-14	Республиканская акция «Здоровая пробежка»		
15-16	Проведение общешкольного Дня здоровья		
17-18	Обсуждаем тему «Молодёжь против наркотиков»		
19-20	Компоненты здорового образа жизни: культура движения, культура питания, культура общения, культура отдыха.		
21-22	Подготовка и проведение Акции «Сообщи, где торгуют смертью» в рамках Всероссийской антинаркотической акции		
23-24	Профилактика наркомании.		
25-26	Подготовка и проведение акции «Скажи наркотикам нет!»		
27-28	Республиканской акции «Здоровая мама- здоровый ребенок»		
29-30	Всемирный день борьбы со СПИДом. Участие в Республиканской акции «Количество свечей зависит от тебя»		
31-32	Конкурсы наглядной агитации (газеты, буклеты, плакаты, лозунги, т.д.)		
33-34	Акция «Алкоголь – наш враг»		
35-36	Оформление уголков здоровья. Участие в Республиканской акции «Яркая, здоровая зимушка-зима»		
37-38	Просмотр фильмов, презентаций по ЗОЖ		
39-40	Акция «Мы за ЗОЖ!»		
41-42	Встреча с врачом- наркологом		
43-44	Рассматриваем понятие здорового образа жизни, об искусстве здоровой жизни.		
45-46	Понятие здорового образа жизни, об умении укреплять свое здоровье.		
47-48	Контроль волонтерами организации по выявлению учащихся, нарушающих Устав школы, закон РФ «Об ограничении курения табака»		
49-50	Нормы рационального питания как одного из		

	важнейших компонентов здорового образа жизни		
51-52	Познай себя. О влиянии компьютеров и телевидения на здоровье детей и подростков		
53-54	Антиалкогольная пропаганда.. Чтобы дети не употребляли алкоголь ...		
55-56	Вредным привычкам места нет. Республиканская акция «Подари чудо!»		
57-58	Влияние наркотических веществ на здоровье человека. Участие во Всероссийской акции «Сообщи, где торгуют смертью»		
59-60	О влиянии новых технологий на здоровье человека. Игромания.		
61-62	Преодолению табачной зависимости и их содержание. Из истории табакокурения , оценке вреда, причиняемого здоровью табачными изделиями.		
63-64	Знакомство с другими отрядами антинаркотической направленности.		
65-66	Подбор материала для выступления агитбригады ЗОЖ		
67-68	Коллективная творческая работа по составлению планов проведения акций и отбор творческих номеров.		
Итого		68ч	

Учебно-методическое и информационное обеспечение

Интернет ресурсы

media.edu.yar.ru/media/index.html?group=8&target=1

Интернет-[проект](#) «Социальный навигатор», обсуждаем тему «Молодёжь против наркотиков»: онлайн-опросы, Интернет-конкурсы, адреса помощи – интерактивная карта специализированных учреждений области.

www.takzdorovo.ru Официальный ресурс программы «Здоровая Россия»

Видео-ресурсы сайта:

www.takzdorovo.ru/videos/?category=433 «Азбука здоровья со Смешариками»

www.takzdorovo.ru/videos/?category=58681 «Движение» (подборка упражнений)

www.takzdorovo.ru/videos/?category=58687 «Дети»

www.takzdorovo.ru/videos/?category=58696 «Профилактика»

www.takzdorovo.ru/videos/?category=58781 «Центры здоровья»

www.takzdorovo.ru/videos/?category=1478076 «Трезвый взгляд» (интервью со знаменитостями)

sportykid.ru Спорт – детям!

www.netzavisimosti.ru Интернет-проект «Нет зависимости»

www.narkotikam.net Сайт «Скажи наркотикам НЕТ!»

www.narkotikam.net/media_library/video.php?SECTION_ID=15 Медиа-библиотека: видеоролики.

www.narkotikam.net/resource Информационные ресурсы: статьи, газеты, книги для детей и их родителей.

www.antiprop.ru Банк антинаркотической социальной рекламы.

www.dare.org Drug Abuse Resistance Education (D.A.R.E)

