

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«средняя общеобразовательная школа №7»
городского поселения Талинка
(МКОУ «СОШ №7» г.п.Талинка)

«Согласовано»
Заместитель директора по ВР
_____ Прядко Л.И.
«31» августа 2020г.

«Утверждаю»
Директор МКОУ «СОШ №7»
_____ Мананников Е.В.
Приказ № 177о/д от «28» августа 2020г.

**Рабочая программа
внеурочной деятельности**

(духовно-нравственное направление)
по профилактике употребления
наркотических средств
и психотропных веществ
«Я ПРИНИМАЮ ВЫЗОВ!»
8,9 классы

на 2020 – 2021 учебный год

разработчик: Манцурова С.П.,
социальный педагог

гп.Талинка
2020 год

Программа курса по профилактике употребления наркотических средств и психотропных веществ «Я принимаю вызов!» подготовлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования к организации внеурочной деятельности в основной школе¹, с учётом возрастных особенностей обучающихся и соблюдением правил безопасности подачи информации. Общий объём программы составлен из расчёта 1 час в неделю (34 часа в год) и предполагает изучение курса в каждом классе: 8, 9.

В программу входит четыре раздела: пояснительная записка, тематическое планирование и содержание курса по каждому классу, глоссарий и список рекомендуемой литературы.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Проблема потребления наркотических средств и психоактивных веществ среди молодёжи в России находится в зоне особого внимания государства и общества. Приоритетным направлением деятельности в сфере сохранения и укрепления здоровья населения является забота о состоянии здоровья молодого поколения, поскольку именно от этой группы зависит общий уровень популяционного здоровья страны. В наибольшей степени здоровью подрастающего поколения угрожает аддиктивное поведение — поведение, зависимое от потребления определённой группы психоактивных веществ. Вовлечение молодёжи в употребление алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ выступает фактором риска развития неизлечимых, по сути, заболеваний — алкоголизма, наркомании, ВИЧ, туберкулёза, а также сопутствующих соматических заболеваний.

Общие потери общества от наркомании, как вследствие отрицательного воздействия на здоровье молодого населения, так и вследствие распространения преступности, связанной с незаконным оборотом наркотических средств и психотропных веществ, ставят перед обществом задачу формирования устойчивой системы противодействия этим негативным явлениям.

Здоровье, по определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), — это «не отсутствие болезни как таковой или физических недостатков, а состояние полного физического, душевного и социального благополучия». На состояние здоровья в рамках медицинского подхода оказывают влияние прежде всего внутренние (возраст, пол, наследственность) и внешние (экологические, социальные) факторы. В рамках психолого-педагогического подхода к пониманию состояния здоровья обоснованно считается, что не меньшее влияние на состояние здоровья оказывают такие факторы, как: специфика развития личности (внутренние факторы), характер межличностных отношений, внешние социальные средовые характеристики (информационное поле, социально-экономические условия жизни), структура и качество организации и оказания психолого-педагогической поддержки личности.

Подростковый возраст является исключительно важным для формирования социального здоровья личности, поскольку это время, когда человек уже способен и пытается делать самостоятельный выбор своих жизненных приоритетов. Социальное здоровье может проявляться как внешне, в межличностных отношениях человека (отношения в производственном и школьном коллективе, в семье, с друзьями и др.), так и на внутреннем уровне во внутриличностных отношениях (особенности мотивации и социализации личности, готовность к обучению, самоопределению, непрерывному образованию).

Адаптированность к социальной среде (эмоционально благополучные отношения подростка в семье, школьном коллективе со сверстниками), социальная направленность личности подростка (стремление занять определённое социально приемлемое место в обществе, коллективе), развитое самосознание (принятие себя, интерес и мотивированность к социально значимой деятельности и др.) выступают важными показателями социального здоровья подростков.

Санкт-Петербургской академией постдипломного педагогического образования с 2011 г. проводится мониторинговое исследование, направленное на выявление факторов, влияющих на употребление наркотических средств и психотропных веществ в возрастной

группе подростков и молодых людей от 13 до 18 лет из числа обучающихся в общеобразовательных организациях и учреждениях среднего профессионального образования. Цель исследования также состоит в выявлении влияния отдельных факторов, которые при определённых условиях могут стать факторами риска начала употребления ПАВ: отношение к употреблению ПАВ, личностные характеристики, ценностные ориентации, сформированность представлений о будущем, организация досуга.

Исследования показывают, что с точки зрения социально-педагогического статуса (низкая самооценка, мотивация и интерес к учебной деятельности, переживание негативных эмоциональных состояний, влияющих на поведение, острых конфликтных и кризисных ситуаций) 10—15% обучающихся общеобразовательных организаций имеют сегодня достаточно высокий риск наркопотребления.

Среди факторов риска начала употребления наркотиков и других психоактивных веществ значительную роль играют трудности и проблемы в социальном взаимодействии с окружающими людьми (семья, школьный коллектив, сверстники). При этом определено, что ведущими среди семейных факторов риска преимущественно являются не сами факты полноты и состава семьи и её финансового благополучия, а факт недостаточной педагогической и воспитательной компетентности родителей, их неготовность без назидания и морализирования обсуждать с подростками их личные проблемы, слабый контроль у части родителей (18%) времяпровождения детей, предоставление их самим себе. Родители готовы заботиться о детях, помогать им в делах и финансово, но они мало компетентны или имеют недостаточно времени, для того чтобы давать советы по поводу учёбы, кроме того, треть родителей испытывают значительные трудности или неготовность к конструктивному обсуждению личных проблем повзрослевших детей вместе с ними.

Альтернативой риску употребления психоактивных веществ выступает здоровый образ жизни. К сожалению, ценности, поведенческие установки, представления о здоровом образе жизни подростков амбивалентны (внутренне противоречивы), рассогласованны, неадекватны, а сама ценность здорового образа жизни не интериоризирована (лично не присвоена и не оказывает существенного влияния на поведение). Об этом свидетельствует полученная от респондентов внутренне противоречивая информация о том, что большинство сверстников из их компаний употребляют различные виды ПАВ и наряду с этим занимаются спортом и здоровье для них является основной ценностью. При этом потребности в переживаниях красоты природы и искусства, уважении окружающих находятся по частоте выбора в структуре ценностей подростков на последнем месте в рейтинге, таким образом, ни эстетические потребности, ни мнение окружающих людей не выступают сегодня эффективными регуляторами поведения подростков, что также выступает определённым социальным риском, способным инициировать употребление ими ПАВ.

В качестве трёх ведущих (по количественным показателям) причин первых проб и начала употребления наркотических средств и психоактивных веществ обучающиеся общеобразовательных организаций указали:

- разнообразные причины, обусловленные особенностями подросткового возраста — в том числе преимущественно «интересом и любопытством» (суммарно 44%);
- различные жизненные ситуации, которые можно характеризовать как «ситуативный фактор» в сочетании с незанятостью (отсутствием адекватных потребностям подростков форм досуга) (суммарно 19%);
- различные психоэмоциональные проблемы — 14%, в том числе связанные с депрессиями, ссорами, одиночеством и др.

Возраст наиболее массового начала употребления обучающимися общеобразовательных организаций табака (сигарет) 11 лет и младше, алкогольных напитков (исключая пиво) 14—15 лет, пива 13 лет, наркотиков 13 лет.

Программа направлена на профилактику употребления наркотических средств и

психотропных веществ путём создания социально-педагогических условий развития личности подростков, содействия формированию негативного отношения к употреблению ПАВ, представлений о здоровом образе жизни и важнейших социальных навыках, способствующих успешной адаптации в современном обществе. Мероприятия программы сбалансированно дают представления о негативном влиянии потребления ПАВ, но они не направлены на создание устрашающих образов наркотического бытия, так как исследование выявило факт того, что современные подростки об этом достаточно осведомлены, а навязчивое «учебное морализаторство и устрашение» приводят к отторжению материала. Основной акцент мероприятий программы направлен на формирование у подростков компетенций, позволяющих им выстраивать позитивную линию жизни, опираясь на способности видеть и находить яркую, интересную реальность собственной жизни вне наркотического пространства. Программа ориентирована также на формирование правовой культуры подростка, как одного из условий успешности социализации молодёжи.

Программа разработана в соответствии с требованиями ФГОС к организации внеурочной деятельности в основной школе и опирается на современную нормативную правовую базу деятельности образовательных организаций.

Нормативная правовая база программы

- Национальная стратегия действий в интересах детей на 2012—2017 годы (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 1 июня 2012 г. № 761).
- Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года (Указ президента Российской Федерации от 12 мая 2009 г. № 537).
- Стратегия государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 года (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 9 июня 2010 г. № 690).
- Концепция реализации государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкогольной продукцией и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2009 г. № 2128-р).
- Концепция осуществления государственной политики противодействия потреблению табака на 2010—2015 годы (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 23 сентября 2010 г. № 1563-р).
- Концепция профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде (Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 5 сентября 2011 г. № МД-1197/06).
- Федеральный закон от 08 января 1998 г. № 3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах».
- Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 24 июня 1999 г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 7 июня 2013 г. № 120-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам профилактики немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ».
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 15 октября 2012 г. № 1916-р «План первоочередных мероприятий до 2014 года по реализации важнейших положений Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012—2017 годы» (глава V. «Создание системы защиты и обеспечения прав и интересов детей и дружественного к ребёнку правосудия»).
- Федеральный закон «О рекламе» от 13.03.2006 г. № 38-ФЗ (действующая редакция от 08.03.2015 г.).
- Федеральный закон от 29.12.2010 г. № 436-ФЗ (ред. от 29.06.2015 г.) «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».
- Федеральный закон от 21.11.2011 г. № 323-ФЗ (ред. от 13.07.2015 г.) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 24.07.2015 г.).

Научно-теоретическое обоснование курса

- Методологические принципы профилактической и реабилитационной работы, предложенные Н.А. Сиротой, В.М. Ял-тонским. Согласно данной теории, употребление ПАВ в качестве адаптационного механизма к стрессу более вероятно, когда степень стресса высока, а копинг-ресурсы (ресурсы совладания) истощены или недостаточны.
- Методологические подходы к обоснованию стратегий совладающего поведения детей и подростков И.М. Никольской, Р.М. Грановской.
- Методологические подходы к понятию «стратегии преодоления трудностей» (coping), к содержанию которых относится формирование таких качеств и умений, которые позволяют человеку не просто справляться с возникающими трудностями, но чувствовать, что он, как личность, стал сильнее, компетентнее, его возможности выросли (Рем-Шмидт Х., 1994). По мнению специалистов, формирование воли у подростков в 12—14-летнем возрасте эффективно осуществляется в русле именно такого общего контекста.
- Концептуальные положения Л.С. Выготского, в рамках которых социальная ситуация развития — положение ребёнка в обществе, система его отношений со взрослыми и сверстниками определяет его психическое развитие, а её изменение — переход от одного возрастного периода к другому. Социальная ситуация имеет динамический характер, создаётся в процессе живого взаимодействия между ребёнком и его окружением.
- Концептуальные положения А.Н. Леонтьева, Д.Б. Элько-нина о ведущих типах деятельности и принципиальной роли совместной деятельности для развития ребёнка.

- Концептуальные положения теории о личности как системе отношений к себе и окружающим В.Н. Мясищева.
 - Положения эпигенетической теории Э. Эриксона о жизни человека как прохождении им на психосоциальном уровне восьми стадий психосоциального развития. Нарушения в прохождении соответствующей подростковому периоду стадии развития приводят к кризису самоидентичности или ролевого смешения (чаще всего он характеризуется неспособностью выбрать карьеру или продолжить образование). Кризис самоидентичности у подростков может протекать в формах специфического для подросткового возраста конфликта, сопровождающегося чувством своей бесполезности, душевного разлада и бесцельности и имеет риск поиска «негативной» самоидентичности как стремления к проявлениям делинквентного поведения.
 - Методологические принципы концепции транзактного анализа Э. Берна, в рамках которой структура личности представлена как динамическое сочетание трёх «эго-состояний» Я (комплексных характеристик, отражающих эмоциональное состояние, мимику, жесты, поведенческие проявления личности в данный момент времени) — Родитель, Взрослый, Ребёнок.
 - Методологические принципы теории социального научения:
 - положения Н.Миллера и Дж. Долларда о научении как формировании желательных социальных действий на основе подкрепления как стимула, который усиливает тенденцию к повторению ранее возникнувшей реакции;
 - идеи Б. Скиннера о возможности изменения поведения в желательном направлении на основе положительного (положительное подкрепление — возможность получить поощрение за выполнение актуальных социальных требований) и отрицательного подкрепления (отрицательное подкрепление — создание условий для выполнения необходимых, но нежелательных для субъекта социально ориентированных действий (например, уборка своих игрушек ребёнком, чтобы избежать недовольства родителей) как условие избегания социальных санкций);
 - положения теории социального научения Дж. Роттера: главным или основным типам поведения можно научиться в социальных ситуациях, и эти типы поведения сложным образом соединены с нуждами, требующими удовлетворения в сотрудничестве с другими людьми; поведение человека целенаправленно, то есть у людей существует стремление двигаться к ожидаемым целям, и поведение человека определяется ожиданием, что данное действие приведёт в конечном итоге к будущим поощрениям; прогноз поведения человека в сложных ситуациях возможно сделать на основе анализа взаимодействия четырёх переменных: потенциала поведения (вероятность данного поведения, встречающегося в какой-то ситуации или ситуациях в связи с каким-то одним подкреплением или подкреплениями), ожидания (обусловленности ожидания субъектом значимого для него подкрепления при выборе своего поведения), ценности подкрепления и психологической ситуации;
 - идеи А. Бандуры о возможности моделирования желательного социального поведения ребёнка на основе подражания при условии подкрепления, которое необходимо для того, чтобы усилить и сохранить поведение, сформированное благодаря подражанию;
 - принципы клиент-центрированной терапии К. Роджерса, согласно которой необходимо стремиться создать атмосферу, где факторы, деформирующие личность, могут быть устранены, внутренняя природа (или сущность) человека позитивна, конструктивна и социальна и эта природа проявляет себя в человеке, когда в его взаимоотношениях с другими людьми, в работе с ними создаётся атмосфера безусловного позитивного принятия, эмпатического понимания и конгруэнтности (конгруэнтность понимается в теории К. Роджерса как наличие соответствия/несоответствия Я-концепции реальным переживаниям людей);
 - положения теории стресса Г. Селье, в рамках которой феномен стресса рассматривается как последовательное развитие трёх стадий адаптационной перестройки гомеостатических механизмов организма, взаимосвязанных с адаптационными ресурсами личности.
 - Концептуальные положения В.А. Караковского, Л.И. Новиковой, Н.Л. Селивановой, рассматривающих воспитание как процесс создания и функционирования детско-взрослой общности, в рамках которого происходит становление индивидуальной картины мира ребёнка, и как процесс управления развитием личности ребёнка через создание благоприятных условий, а само развитие личности как процесс самостоятельного конструирования мира, то есть процесс саморазвития ребёнка.
 - Мониторинговые исследования, направленные на выявление факторов, влияющих на употребление наркотических средств и психотропных веществ подростками и молодыми людьми от 13 до 18 лет (СПБАППО, 2011—2014 гг. Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих).
- Предлагаемая программа внеурочной деятельности одновременно рассматривается как комплексная, то есть предполагающая последовательный переход от общих воспитательных результатов первого уровня к

специфическим личностным результатам третьего уровня в различных видах внеурочной деятельности, и как возрастная, то есть соотносящаяся с возрастными категориями обучающихся 6, 8 классов.

Дидактические особенности курса

- Наличие единых тематических блоков в программах для каждого класса, что обеспечивает последовательное и систематическое овладение содержанием курса.
- Дифференцированный подход при подборе упражнений и информационных блоков для обучающихся разных классов, учитывающий их возрастные особенности и познавательные возможности.
- Реализация усложнения от класса к классу степени информационной насыщенности предлагаемого учебного материала и упражнений.
- Возможность интеграции и дополнения содержания предметных программ 6, 8 классов по тематике, связанной с профилактикой употребления ПАВ, в курсах биологии, основ физической культуры, ОБЖ.
- Ориентация на системный характер усвоения предлагаемого материала и получения практического опыта в ходе выполнения упражнений и тренингов.
- Возможность реализации программы на модульно-вариативной основе ввиду определённой целостности, автономности и завершённости содержания различных тематических блоков.
- Опора на знания о ведущих типах деятельности ребёнка на разных этапах развития.
- Применение единого инструментария диагностики результативности обучения для обеспечения мониторингового характера оценки результатов.

На смену учебной деятельности как ведущей, характерной для детей младшего школьного возраста, при её несомненной важности, в подростковом возрасте приходит личностно ориентированное общение. Личностно ориентированное рефлексивное общение педагога и подростка, позволяющее школьникам осознать и выразить своё ценностное отношение к широкому кругу социальных проблем, выступающих рисками употребления ПАВ, практическая направленность на достижение метапредметных результатов (УУД), позволяющих успешно справляться с возникающими трудностями, принимать всё новые вызовы современности, сохраняя и развивая здоровую самоидентичность, выступают ключевыми условиями реализации программы.

Тематическое содержание программы сформировано с учётом психолого-педагогических особенностей развития обучающихся 8, 9 классов.

В 8 классе мечта всё больше начинает занимать место игры. Мечта имеет чрезвычайно важное значение для развития подростка, способствуя «возвышению потребностей», создавая идеальные образы будущего, как личностного, так и профессионального. Значение воображения свидетельствует, с одной стороны, о необходимости его развития в подростковом возрасте, а с другой — о возможности его использования в ходе занятий.

Для обучающихся 8 класса характерна высокая неустойчивость представлений о себе, о своей «Я-концепции» (совокупность всех представлений индивида о себе, сопряжённая с их оценкой и выступающая как установка по отношению к самому себе. Существенной стороной таких установок является представление о себе во времени: Я-прошлое — Я-настоящее — Я-будущее). Наиболее актуальными и «аффективно заряженными», эмоционально значимыми оказываются «Я-прошлое» и «Я-будущее», к которым школьник испытывает амбивалентное отношение: и то и другое одновременно и притягивает, и отталкивает, «Я-настоящее» при этом как бы постоянно примеряется то к первому, то ко второму (своеобразное проявление «принципа качелей»). Особое сочетание инфантильных и взрослых представлений о себе важно учитывать при организации процесса обучения, воспитания, психологической работы с подростками.

Школьники остро хотят знать, что о них думают окружающие — и сверстники, и взрослые. Их самооценка формируется под воздействием одновременного влияния двух тенденций: повышения значимости оценок окружающих и усиления ориентации на внутренние критерии, на самооценку. При этом в разных ситуациях может преобладать то одна, то другая тенденция. Однако критерии самооценок в этот период ещё очень несамостоятельны. Во многом они продолжают оставаться заимствованными у взрослых. Чрезвычайно ценя общение со сверстниками и часто становясь в оппозицию ко взрослому, подросток ещё во многом продолжает смотреть на себя как бы извне, глазами взрослого.

Программа для обучающихся «Я принимаю вызов!» разработана с учётом тематического планирования курсов ОБЖ, биологии, физической культуры и включает в себя профилактику употребления обучающимися табака, алкоголя, наркотиков и других ПАВ, влияющих на состояние сознания, в том числе пива и джин-тоника, культуру жизни без наркотиков.

Интерес подростков к программе может быть обусловлен прежде всего принципами её построения. Эти принципы звучат так: ответственность — прежде всего ученика, а не учителя; доверие — учитель не

контролирует, а поддерживает, сопровождает; открытость — трудности не скрываются, а разрешаются. В самостоятельном общественном действии юный человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком.

Основная форма работы — групповое взаимодействие, участие в работе всего класса (с ориентацией на подростков, требующих особого педагогического внимания).

Занятия при реализации программы, как это рекомендовано для всех форм работы в рамках внеурочной деятельности, не должны походить на традиционные уроки по общеобразовательным предметам, важным условием проведения рефлексивных и интерактивных бесед является соблюдение формы круга как пространства партнёрского педагогического общения обучающихся и учителя, учёт правил и закономерностей организации групповой работы. Педагог становится активным участником взаимодействия при соблюдении принципов партнёрских отношений, личностно ориентированного и делового общения с подростками.

Важным при реализации программы является обучение подростков принятию правил работы в группе: постоянство в работе над имеющейся целью как важное условие формирования произвольной регуляции деятельности, умение подчиняться правилам и организовывать свою деятельность во времени.

В рамках курса предлагается использовать диагностирующие материалы, применение которых позволит получить результаты, направленные на решение (то есть изменение актуального состояния в случае выявления социально-эмоциональных проблем), а не на констатацию наличия (то есть постановку «диагноза») социально-эмоциональных проблем.

Одним из условий эффективности и достижения результатов в процессе реализации программы является собственное ценностное самоопределение педагога относительно употребления ПАВ, регулярное повышение своей профессиональной компетентности в сфере профилактики употребления наркотических средств и психотропных веществ обучающимися и вовлечённости их в деятельность, связанную с незаконным оборотом наркотиков.

Одним из важных требований к проведению внеурочных занятий по профилактике употребления наркотических средств и психотропных веществ обучающимися является привлечение к этой деятельности родителей, заключение с ними своеобразного «общественного договора» о принятии ими части ответственности за успешность интериоризации их детьми ценностей и формируемых на занятиях моделей здорового, безопасного для здоровья и жизни поведения, исключающего употребление ПАВ. С этой целью проводится предварительная беседа с родителями о программе «Я принимаю вызов!» на родительском собрании либо индивидуально.

Цели и задачи курса

Цели

Образовательные: формирование у обучающихся представлений о понятиях «здоровье», «здоровый образ жизни», «социальная ответственность»; ознакомление с причинами и последствиями употребления ПАВ; изучение социальных и правовых норм для понимания ответственности за нарушения законодательства в сфере незаконного оборота наркотических веществ.

Воспитательные: формирование у обучающихся ценностей здорового образа жизни, готовности осмысленно решать повседневные жизненные ситуации, связанные с риском, в том числе риском употребления ПАВ, внутренних установок сопротивления социальному давлению группы, связанному с рисками употребления ПАВ.

Развивающие: развитие у обучающихся критического мышления в отношении информации, связанной с ПАВ, и мотивации к социально одобряемой деятельности; формирование у подростков нового положительного опыта для личностного развития в процессе межличностного и группового содержательного общения; создание в процессе совместной деятельности педагогов и школьников благоприятных условий для становления и развития личности обучающихся, присвоения ими внутренней ответственности за принятие на когнитивном, эмоциональном, поведенческом уровнях ценностей и норм здорового образа жизни; формирование копинг-стратегий и внутренних защит от употребления ПАВ.

Задачи

1. Создать психологические условия, средовые характеристики, способствующие приобретению подростками нового положительного опыта межличностного и группового содержательного общения как фактора защиты личности от употребления ПАВ.

2. Способствовать формированию основ правовой культуры как необходимости следовать социальным и правовым нормам общества на основе ознакомления с этими нормами, в том числе в сфере незаконного оборота наркотических средств и психотропных веществ.

3. Способствовать формированию паттернов (повторяющихся образцов) правопослушного

ответственного поведения, исполнения законов.

4. Способствовать формированию здорового стиля жизни и отрицательного отношения к употреблению ПАВ.

5. Создать предпосылки для формирования готовности принимать осознанные разрешения в повседневных жизненных ситуациях, в том числе ситуациях, связанных с социальными рисками, с риском употребления ПАВ.

6. Способствовать развитию критического отношения к информации, связанной с ПАВ, и предложениям их приобретения и употребления.

7. Содействовать развитию мотивации к социально одобряемой деятельности, исключая употребление ПАВ.

8. Создать условия для приобретения опыта целеполагания, разработки и реализации собственных идей и проектов в сфере пропаганды здорового образа жизни, законопослушного поведения, предупреждения употребления ПАВ.

Планируемые результаты обучения

Личностные результаты будут достигнуты в рамках когнитивного, ценностного и эмоционального, деятельностного (поведенческого) компонентов.

В рамках когнитивного компонента будут сформированы:

— знания законодательства Российской Федерации в сфере предупреждения распространения и потребления ПАВ немедицинского характера;

— ориентация в системе моральных норм и ценностей как условий законопослушного поведения, здорового образа жизни, предупреждения потребления ПАВ;

— основы социально-критического мышления, способность ориентироваться в особенностях социальных отношений и взаимодействий, устанавливать взаимосвязи между общественными и политическими событиями;

— знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий, правил поведения в ситуациях социального риска, в том числе связанного с употреблением ПАВ.

В рамках ценностного и эмоционального компонентов будут сформированы:

— готовность к равноправному сотрудничеству;

— уважение к личности и её достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия;

— устойчивость к давлению сверстников и группы, направленному на вовлечение в потребление ПАВ, и готовность противостоять им;

— уважение к ценностям семьи, любовь к природе, признание ценности здоровья, своего и других людей, оптимизм в восприятии мира как условие противостояния попыткам вовлечения в потребление ПАВ;

— потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании как важное условие предупреждения потребления ПАВ;

— позитивная моральная самооценка и моральные чувства — чувство гордости при следовании моральным нормам, переживание стыда и вины при их нарушении как условие предупреждения потребления ПАВ.

В рамках деятельностного (поведенческого) компонента будут сформированы:

— готовность и способность к участию в пределах возрастных компетенций к организации и проведению школьных и внешкольных мероприятий, в деятельности детских и молодёжных общественных организаций, имеющих социальную направленность, в волонёрской деятельности в сфере предупреждения потребления ПАВ;

— готовность и способность к выполнению правовых норм и требований, в том числе в сфере, касающейся немедицинского употребления, незаконного распространения и оборота ПАВ;

— умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия;

— умение конструктивно разрешать конфликты;

— готовность и способность к соблюдению моральных норм в отношении взрослых и сверстников;

— потребность в участии в общественной жизни ближайшего социального окружения и в общественно полезной деятельности, связанной с проектированием моделей ЗОЖ и профилактикой потребления ПАВ;

— умение строить жизненные планы создавать и реализовывать социальные проекты в сфере здорового образа жизни, профилактики потребления ПАВ;

— готовность делать осознанный выбор в ситуациях социального риска, в том числе связанного с употреблением ПАВ на основе ценностей правовой культуры и здорового образа жизни.

В рамках деятельностного (поведенческого) компонента выпускник получит возможность для

формирования:

- готовности к самообразованию и самовоспитанию как условий позитивной самореализации;
- адекватной позитивной самооценки и Я-концепции как условий предупреждения вовлечения в употребление ПАВ;
- компетентности в реализации основ здорового образа жизни в поступках и деятельности;
- морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм в ситуациях социальной неопределённости и ситуациях, сопряжённых с риском употребления ПАВ;
- устойчивого следования в поведении моральным нормам и этическим требованиям, эмпатии как осознанного понимания и сопереживания чувствам других, выражающейся в поступках, направленных на помощь и обеспечение эмоционального благополучия.

Метапредметные результаты будут достигнуты путём формирования у обучающихся ряда универсальных учебных действий.

Регулятивные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- основам целеполагания в сфере проектирования планов жизнедеятельности и создания проектов по тематике ЗОЖ, предупреждения потребления ПАВ;
- самостоятельно анализировать условия достижения цели в сфере проектирования планов жизнедеятельности и создания проектов по тематике ЗОЖ, предупреждения потребления ПАВ;
- планировать пути достижения названных целей;
- устанавливать целевые приоритеты;
- уметь самостоятельно контролировать своё время и время, отведённое на командную работу, и управлять им;
- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров, противостоять давлению группы, взрослых, в ситуациях риска потребления ПАВ;
- адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия в ситуациях риска потребления ПАВ и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;
- основам прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса, в том числе прогнозирования рисков, связанных с употреблением ПАВ.

Выпускник получит возможность научиться:

- самостоятельно ставить перспективные жизненные цели и задачи;
- построению жизненных планов во временной перспективе, основанных на ценностях здорового образа жизни;
- при планировании достижения целей самостоятельно и адекватно учитывать условия и средства их достижения;
- выделять альтернативные способы достижения цели и выбирать для этого наиболее эффективные способы;
- основам саморегуляции в форме осознанного управления своим поведением и деятельностью, направленной на достижение поставленных целей;
- осуществлять рефлексию в отношении своих действий и поведения, связанного с риском вовлечения в употребление ПАВ;
- адекватно оценивать свои возможности достижения цели определённой сложности в различных сферах самостоятельной деятельности;
- основам саморегуляции эмоциональных состояний;
- прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения целей и противостояния рискам употребления ПАВ.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве в сообществах, имеющих конструктивную направленность;
- формулировать собственное мнение и позицию, в том числе по проблематике, связанной с ПАВ, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;
- обосновывать собственную позицию, особенно в сфере сохранения своего права на здоровый образ жизни и свободу от употребления ПАВ;

- выражать уверенный отказ, не требующий оправданий, в ситуациях, связанных с риском употребления ПАВ;
- аргументировать свою точку зрения, в том числе по проблематике ПАВ, спорить и отстаивать свою позицию невраждебным для оппонентов образом;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками в сфере социального проектирования по тематике здорового образа жизни и предупреждения употребления ПАВ, определять цели и функции участников в командной работе, способы взаимодействия; планировать общие способы работы;
- осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, в том числе связанных с рисками употребления ПАВ, уметь убеждать;
- работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;
- владеть основами коммуникативной рефлексии.

Выпускник получит возможность научиться:

- учитывать и координировать отличные от собственной позиции других людей в сотрудничестве;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию, особенно в сфере сохранения своего права на здоровый образ жизни и свободу от воздействия ПАВ;
- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы, при этом иметь чёткую сформированную позицию о недопустимости употребления ПАВ;
- продуктивно разрешать конфликты на основе учёта интересов и позиций всех участников, поиска и оценки альтернативных способов разрешения конфликтов;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство) в разработке и реализации проектов в сфере ЗОЖ и предупреждения потребления ПАВ;
- оказывать поддержку и содействие тем, от кого зависит достижение цели в совместной деятельности;
- осуществлять коммуникативную рефлексию как осознание оснований собственных действий и действий партнёра;
- в процессе коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- следовать морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества на основе уважительного отношения к партнёрам, внимания к личности другого, адекватного межличностного восприятия, готовности реагировать на нужды других, в частности оказывать помощь и эмоциональную поддержку партнёрам в процессе достижения общей цели совместной деятельности;
- устраивать эффективные групповые обсуждения и обеспечивать обмен знаниями между членами группы для принятия эффективных совместных решений по проблематике здорового образа жизни и рисков употребления ПАВ;
- в совместной деятельности в сфере проектирования по тематике ЗОЖ и предупреждения потребления ПАВ чётко формулировать цели группы и позволять её участникам проявлять собственную энергию для достижения этих целей.

Познавательные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- основам реализации проектно-исследовательской деятельности по тематике ЗОЖ и предупреждения употребления ПАВ;
- осуществлять расширенный поиск информации по тематике ЗОЖ и предупреждения употребления ПАВ с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- устанавливать причинно-следственные связи в сфере социальных рисков, асоциального поведения, связанные с употреблением ПАВ;
- строить классификацию на основе дихотомического деления (на основе отрицания) в сфере рисков употребления ПАВ;
- строить логические рассуждения, включающие установление причинно-следственных связей, направленные на выработку отрицательного отношения к употреблению ПАВ;

— объяснять явления, процессы, связи и отношения, связанные с риском употребления ПАВ, выявляемые в ходе исследования.

Выпускник получит возможность научиться:

— основам рефлексивного восприятия информации, как условия предупреждения вовлечения в употребление ПАВ;

— ставить проблему предупреждения употребления ПАВ, аргументировать её актуальность;

— самостоятельно проводить исследования в сфере профилактики употребления ПАВ на основе применения методов наблюдения и эксперимента;

— выдвигать гипотезы о связях и закономерностях событий, процессов, объектов в сфере социальных рисков, связанных с вовлечением в употребление ПАВ;

— организовывать исследование с целью проверки данных гипотез;

— делать умозаключения (индуктивное и по аналогии) и выводы на основе аргументации по проблематике здорового образа жизни и ПАВ.

Содержание блока «Планируемые результаты» составлено с учётом целей программы «Я принимаю вызов!» и требований к оценке результатов, изложенных в тексте Примерной основной образовательной программы образовательной организации (Основная программа).

Наряду с решением непосредственных задач курса, в рамках реализации программы происходит решение ряда задач, направленных на социализацию и развитие ребёнка и подростка в группе, сплочение класса, формирование или в случае необходимости восстановление (реабилитацию) позитивного социального статуса ребёнка в классном коллективе.

Таким образом, реализация программы способствует достижению трёх уровней результатов.

Первый уровень результатов — приобретение и усвоение обучающимися в процессе взаимодействия ученика с ведущим взрослым как значимым для него носителем положительного социального знания и повседневного опыта социальных знаний (об общественных нормах, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т.п.), представлений о социальной реальности и повседневной жизни, в которой существуют риски, связанные с проблемой распространения и употребления ПАВ.

Второй уровень результатов — развитие социально значимых отношений, получение опыта ценностного отношения к социальной реальности в целом, способствующих формированию установок к здоровому образу жизни и неприятию ПАВ, в процессе взаимодействия обучающихся между собой в защищённой, дружественной среде.

Третий уровень результатов — приобретение подростком опыта самостоятельного социально значимого действия, направленного на пропаганду ценностей здорового образа жизни и отрицательного отношения к употреблению ПАВ.

Формы контроля уровня усвоения содержания

Программа предусматривает вариативные формы контроля уровня освоения обучающимися содержания разделов (тем):

- тематические выставки творческих работ участников;
- викторины;
- заключительным этапом программы является организация и проведение фестиваля достижений участников «Шаги к здоровью: “Я принимаю вызов!”»;
- анкетирование участников (заполнение анкеты обратной связи);

— обратная связь (рефлексия) участников (устные высказывания участников по определённой заданной ведущим схеме).

**Учебно-тематический план программы внеурочной деятельности для обучающихся
8 класса «Я принимаю вызов!» (34 ч)**

№ п/п	Разделы, темы	Теоретические занятия	Практические занятия	Всего часов
1	Позитивное мышление и эффективное общение со сверстниками как факторы предупреждения вовлечения в употребление ПАВ. Первичная диагностика	0	2	профилактики употребления ПАВ
1.1	Практикум (тренинг) командообразования	0	1	
1.2	Практикум (тренинг) «Позитивное мышление и эффективное общение со сверстниками как факторы предупреждения вовлечения в употребление ПАВ»	0	1	
2	Навыки управления своими эмоциональными состояниями в условиях группового взаимодействия со сверстниками. Профилактика агрессивных проявлений	1	1	Профилактика агрессивных проявлений
2.1	Интерактивная беседа «Эмоции и чувства. Как распознавать переживания других людей и собственные эмоциональные состояния»	1	0	
2.2	Практикум (тренинг) «Технологии отреагирования и саморегуляции эмоциональных состояний»	0	1	
3	Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ	1	2	Профилактика конфликтов
3.1	Интерактивная беседа «Две стороны конфликта»	1	0	
3.2	Игровой практикум (тренинг) «Технологии разрешения конфликтов. Способы отстаивания собственной позиции в конфликте»	0	1	
3.3	Практикум (тренинг) «Посредничество в разрешении конфликта как способ восстановления отношений»	0	1	
4	Формирование критического мышления, волевого поведения, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от	2	4	Умение делать выбор, самоопределение и принятие ответственных решений

	употребления ПАВ			
4.1	Рефлексивная беседа «Я-концепция, потребность в саморазвитии, самореализации и ценностные ориентации человека»	1	0	
4.2	Практикум (тренинг) «Я и мои жизненные цели»	0	1	
4.3	Занятие с элементами арт-педагогике «Нарисую будущее...»	0	1	
4.4	Диспут «Мой здоровый образ жизни»	0	1	
4.5	Рефлексивная беседа «Свобода и ответственность. Выбор и принятие ответственных решений»	1	0	
4.6	Создание и презентация творческих работ, организация выставки «Мой выбор: здоровье и успешное будущее»	0	1	
5	Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ	3	3	
5.1	Рефлексивная беседа «Социальные риски, связанные с ПАВ, и безопасное поведение»	1	0	
5.2	Практикум (тренинг) «Развитие стрессоустойчивости и совладающего с трудностями поведения (коппинг-стратегий)»	0	1	
5.3	Игровой практикум (тренинг) «Как совладать со стрессом»	0	1	
5.4	Диспут «Употребление ПАВ — риск для здоровья и жизни: моя личная позиция»	0	1	
5.5	Интерактивная беседа «Реклама как метод воздействия на принятие решения и поведение человека»	1	0	
5.6	Интерактивная беседа «Информационно-коммуникативная сеть Интернет как поле возможностей и сфера рисков»	1	0	
6	Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (все участники независимо от наличия либо отсутствия имеющегося опыта употребления ПАВ)	1	5	Употребление ПАВ как социальная проблема
6.1	Рефлексивная беседа «Здоровье как важнейшая социальная цен-	1	0	

	ность»			
6.2	Рефлексивная беседа «Негативное отношение к употреблению ПАВ: моя личная позиция»	0	1	
6.3	Практикум (тренинг) «Мой здоровый образ жизни»	0	1	
6.4	Практикум (тренинг) с элементами арт-педагогике «Мои эмоции и чувства, связанные с употреблением ПАВ подростками и молодыми людьми»	0	1	
6.5	Практикум (тренинг) с элементами деловой игры. Практикум (тренинг) с элементами ролевой игры «Моя правовая ответственность в сфере незаконного оборота наркотиков»	0	1	
6.6	Создание выставки коллективных творческих работ (группа делится на 3—4 подгруппы) «Я принимаю вызов: ПАВ как риск для здоровья и успеха»	0	1	
7	Пропаганда здорового образа жизни и социальное проектирование в сфере профилактики немедицинского употребления ПАВ	0	6	
7.1	Дебаты «Здоровье человека — сфера личной ответственности»	0	1	
7.2	Практикум (тренинг) с элементами подготовки к добровольчеству в сфере пропаганды ЗОЖ: «Наше будущее в наших руках!»	0	1	
7.3	Социальное проектирование. Разработка и реализация проектов по пропаганде ЗОЖ и негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ	0	3	
7.4	Выставка и представление (презентация) реализованных проектов по пропаганде ЗОЖ и формированию негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ	0	1	
8	Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поиска ресурсов для достижения цели. Заключительная диагностика	0	3	правовая культура. Административная и уголовная ответственность. Права и обязанности

8.1	Практикум (тренинг) «Проектирование планов жизненной самореализации после окончания занятий по программе. Ресурсы и пути достижения поставленных целей». Заключительная диагностика	0	2	несовершеннолетних
8.2	Фестиваль достижений «Здоровье, будущее, успех: “Я принимаю вызов!”»	0	1	
	Итого	8	26	34

Содержание курса

Тема 1. Позитивное мышление и эффективное общение со сверстниками как факторы предупреждения вовлечения в употребление ПАВ. Первичная диагностика (2 ч)

Для профилактики употребления ПАВ восьмиклассниками важное значение имеет совершенствование навыков позитивного мышления, эффективного общения и сотрудничества, развитие навыков командного взаимодействия и средств общения— вербальных и невербальных коммуникативных навыков и умений, обеспечивающих контакт с партнёром или с группой людей, определяющих процесс и уровень понимания другого человека. Подростку необходимы знания, направленные на понимание другого человека, развитие эмпатии, то есть эмоциональной отзывчивости на переживания другого человека, способности представлять себя на его месте. Возможность прочувствовать свои эмоции в ситуациях успеха или неудачи способствует развитию социальной восприимчивости, способности к рефлексии.

Основные понятия: деловое и межличностное общение. Техники эффективного общения. Установление контакта. Обратная связь. Правила группового взаимодействия. Позитивное мышление. Языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей. Регуляция собственного речевого поведения как основа коммуникативной компетентности. Коммуникативная рефлексия. Эмпатия. Технологии невербального общения. Самопрезентация. Навыки командного взаимодействия.

Формы работы: практикум (тренинг). Игра как метод моделирования эмоциональных переживаний и поведения в совместной деятельности.

Тема 1.1. Практикум (тренинг) командообразования.

Тема 1.2. Практикум (тренинг) «Позитивное мышление и эффективное общение со сверстниками как факторы предупреждения вовлечения в употребление ПАВ».

Первичная диагностика:

— «шкала наблюдений» за личностными особенностями обучающихся, которые могут стать факторами риска употребления ПАВ (Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих);

— методика «Выявление и оценка коммуникативных и организаторских склонностей (качеств)» В.В. Синявского, Б.А. Федоршина.

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 1: анкета обратной связи.

Тема 2. Навыки управления своими эмоциональными состояниями в условиях группового взаимодействия со сверстниками. Профилактика агрессивных проявлений (2 ч)

На данной возрастной стадии у подростка возможно появление значительных субъективных трудностей и переживаний. Умение регулировать эмоциональное состояние и контролировать своё поведение помогает подростку преодолеть негативные переживания, чувство беспомощности, несостоятельности и способствует приобретению авторитета в кругу сверстников.

Для профилактики употребления ПАВ подростками с целью компенсации негативных эмоциональных состояний важную роль играют наличие сформированных практических умений понимания и ненасильственного выражения своих негативных эмоциональных состояний, умение учитывать и координировать отличные от собственной позиции других людей в сотрудничестве.

Основные понятия: эмоции и чувства. Агрессия и причины агрессивного поведения. Способы работы с агрессией, гневом. Профилактика агрессивных проявлений. Основы саморегуляции и аутотренинга. Способы повышения настроения без применения ПАВ.

Формы работы: интерактивная беседа, практикум (тренинг), психогимнастика (этюды на выражение различных эмоций).

Тема 2.1. Интерактивная беседа «Эмоции и чувства. Как распознавать переживания других людей и собственные эмоциональные состояния».

Тема 2.2. Практикум (тренинг) «Технологии реагирования и саморегуляции негативных эмоциональных состояний».

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 2: обратная связь (рефлексия) участников.

Тема 3. Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ (3 ч)

В связи со скачкообразным характером продолжающегося у восьмиклассников процесса перехода от детства к взрослости резко возрастает критичность отношения подростков на эмоциональном и поведенческом уровнях к ценностям и нормам «взрослых» и соответственно вероятность интенсификации конфликтов в их жизни и взаимоотношениях. Уверенные в себе подростки, которые умеют

эффективно решать конфликты, в большей степени способны отстаивать свою позицию, противостоять негативному влиянию группы сверстников и сознательно выстраивать своё поведение на достижение здорового образа жизни.

Основные понятия: продуктивное поведение в конфликте. Способы разрешения конфликтов. Технологии посредничества. Влияние сверстников. Положительное значение конфликта.

Формы работы: интерактивная беседа. Ролевая игра. Практикум (тренинг).

Тема 3.1. Интерактивная беседа «Две стороны конфликта».

Тема 3.2. Игровой практикум (тренинг) «Технологии разрешения конфликтов. Способы отстаивания собственной позиции в конфликте».

Тема 3.3. Практикум (тренинг) «Посредничество в разрешении конфликта как способ восстановления отношений».

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 3: самооценка участниками своих способностей к продуктивному поведению в конфликте со сверстниками, отстаивания собственной позиции в условиях влияния сверстников (по пятибальной шкале). Обратная связь (рефлексия) участников.

Тема 4. Формирование критического мышления, волевого поведения, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ (6 ч)

В связи с сохранением тенденций к конфликтному взаимодействию со взрослыми важное значение в работе с восьмиклассниками имеет развитие у них критического мышления (чтобы принимаемые решения воспринимались подростками не как навязываемые сверху, а как результат собственного выбора), позитивного образа Я (принятие себя выступает важным условием принятия личности других), рефлексии в форме осознанного управления своим поведением и деятельностью, формирование практических умений принятия ответственных решений. Знания о здоровом образе жизни играют важную роль в профилактике употребления ПАВ подростками и их личностном самоопределении. В задачу занятия входит не только изучение влияния ПАВ на организм, а также выполнение определённых упражнений, способствующих укреплению в обучающихся чувства уважения к самому себе, уверенности в способности противостоять вызовам, опасным для их здоровья. Подростки получают знания и учебный опыт, помогающий им понять, как взаимосвязаны свобода выбора и самопознание, осознание и сформированность своих нравственных ценностей и на этой основе — жизненных целей. Важно донести до подростков информацию о том, что оптимальное решение относительно употребления ПАВ можно принять, только представляя свои ценности, жизненные цели, способы их достижения. Очень важно, чтобы подростки положительно оценивали себя и свои возможности и были информированы о пагубных последствиях табакокурения, употребления алкоголя и наркотиков, сформировали собственное адекватное критическое отношение к ПАВ и их потребителям. Необходимо показать подросткам чрезвычайную значимость определения собственных жизненных целей как условия, которое позволит им стать в жизни не неудачниками, а победителями, научить использовать свои лучшие сильные стороны для того, чтобы достигать этих целей.

Практические задания построены с учётом того, что с 8 класса начинают актуализироваться процессы личностного и профессионального самоопределения, поэтому они должны помочь юношам и девушкам ответить на трудный вопрос «Чего я хочу?», научить их формулировать свои цели, делать их действенными. Задания также должны помочь подросткам достигать сознательно поставленной цели, преодолевая при этом внешние и внутренние препятствия.

В процессе занятий необходимо обращать внимание подростка на то, какие позитивные чувства связаны с «победой над собой», над своим нежеланием что-либо делать, собственным страхом.

Основные понятия: Я-концепция. Саморазвитие, самореализация. Мотивация достижения успеха. Рефлексия как свойство личности. Свобода и ответственность. Умение делать выбор, самоопределение и принятие ответственных решений. Постановка и пути достижения жизненных целей.

Формы работы: рефлексивная беседа. Практикум (тренинг). Дискуссия.

Тема 4.1. Рефлексивная беседа «Я-концепция, потребность в саморазвитии, самореализации и ценностные ориентации человека».

Тема 4.2. Практикум (тренинг) «Я и мои жизненные цели».

Тема 4.3. Занятие с элементами арт-педагогике «Нарисую будущее...».

Тема 4.4. Диспут «Мой здоровый образ жизни».

Тема 4.5. Рефлексивная беседа «Свобода и ответственность. Выбор и принятие ответственных решений».

Тема 4.6. Создание и презентация творческих работ, организация выставки «Мой выбор: здоровье и успешное будущее».

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 4: обратная связь (рефлексия) участников.

Тема 5. Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ (6 ч)

Ситуации социального риска, влияющие на развитие и поведение подростков, возникают в процессе как реального, так и виртуального общения. Интернет-пространство является обширной зоной риска для подростков в аспекте предложения и распространения информации о ПАВ. Обучение подростков навыкам безопасного поведения в ситуациях, связанных с риском вовлечения в пробы ПАВ, формирование стратегий совладающего поведения и стрессоустойчивости, с учётом того, что вероятность интенсификации конфликтов, стрессов в этом возрастном периоде велика, способствуют снижению рисков причинения вреда здоровью или жизни подростков.

Основные понятия: стрессоустойчивость личности. Представление о ситуациях социального риска. Самоконтроль, поиск социальной поддержки, социальная ответственность, принятие ответственности, принятие решения, положительная переоценка.

Формы работы: интерактивная беседа. Практикум (тренинг).

Тема 5.1. Рефлексивная беседа. «Социальные риски, связанные с ПАВ, и безопасное поведение».

Тема 5.2. Практикум (тренинг) «Развитие стрессоустойчивости и совладающего с трудностями поведения (копинг-стратегий)».

Тема 5.3. Игровой практикум (тренинг) «Как совладать со стрессом».

Тема 5.4. Диспут «Употребление ПАВ — риск для здоровья и жизни: моя личная позиция».

Тема 5.5. Интерактивная беседа «Реклама как метод воздействия на принятие решения и поведение человека».

Тема 5.6. Интерактивная беседа «Информационно-коммуникативная сеть Интернет как поле возможностей и сфера рисков».

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 5: обратная связь (рефлексия) участников.

Тема 6. Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (все участники независимо от наличия либо отсутствия имеющегося опыта употребления ПАВ) (6 ч)

Когда подростку предлагают попробовать ПАВ, его решение основывается на различных факторах, зависит от эмоционального состояния, личностной позиции и социального окружения. Для принятия разумных решений важное значение имеет наличие у подростка сформированных антинаркотических установок на понимание им употребления психоактивных веществ как угрозы внутренней стабильности, здоровья, социального благополучия и жизненного успеха. Важно при этом организовать занятия так, чтобы формирование антинаркотических установок происходило как процесс собственного выбора восьмиклассников, основанного на интерактивном рефлексивном обсуждении в группе и в ходе выполнения заданий ценностей здорового образа жизни и рисков, связанных с наркопотреблением.

В процессе реализации программы необходимо сформировать активную жизненную позицию восьмиклассников на основе информации о влиянии ПАВ на здоровье человека, причинах начала употребления и альтернативных возможностях поведения в ситуациях социального риска и организации досуга.

Основные понятия: употребление ПАВ как социальная проблема. Правовая культура. Административная и уголовная ответственность. Права и обязанности несовершеннолетних. Истинные или ложные представления о ПАВ. Критическое мышление. Навыки принятия ответственного решения. Модификация и коррекция присущих некоторым участникам группы дезадаптивных моделей поведения.

Формы работы: интерактивная беседа. Практикум (тренинг).

Тема 6.1. Рефлексивная беседа «Здоровье как важнейшая социальная ценность».

Тема 6.2. Практикум (тренинг) «Негативное отношение к употреблению ПАВ: моя личная позиция».

Тема 6.3. Практикум (тренинг) «Мой здоровый образ жизни».

Тема 6.4. Практикум (тренинг) с элементами арт-педагогике «Мои эмоции и чувства, связанные с употреблением ПАВ подростками и молодыми людьми».

Тема 6.5. Практикум (тренинг) с элементами ролевой игры «Моя правовая ответственность в сфере

незаконного оборота наркотиков».

Тема 6.6. Создание выставки коллективных творческих работ (группа делится на 3—4 подгруппы) «Я принимаю вызов: ПАВ как риск для здоровья и успеха».

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 6: анкета обратной связи.

Тема 7. Пропаганда здорового образа жизни и социальное проектирование в сфере профилактики немедицинского употребления ПАВ (6 ч)

Социальное проектирование в программе призвано удовлетворять продолжающие возрастать к 8 классу потребности подростка в самореализации, успехе и проверке своих возможностей. Особое значение для поддержки названных выше социальных потребностей восьмиклассников приобретает рефлексивное общение и правильно организованная (позитивная, формирующая) обратная связь со стороны педагога. На основе методов социального проектирования организуется разработка и реализация индивидуальных и групповых проектов по пропаганде ЗОЖ и формированию негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ. Участниками может быть проведено небольшое социологическое исследование в школе. Выбирается тема, которая может заинтересовать участников, например, «Как мои ровесники относятся к проектированию собственного направления здорового образа жизни?», «Здоровый образ жизни у подростка: миф или реальность?».

Основные понятия: здоровье и здоровый образ жизни. Ценностное отношение к здоровью. Ценности здорового образа жизни. Создание условий для пропаганды и формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни в образовательной организации. Мотивация и целеполагание в сфере пропаганды здорового образа жизни. Добровольчество подростков в сфере пропаганды ЗОЖ как механизм интериоризации представлений о здоровом образе жизни современного человека и формирования лидерских качеств личности. Привлечение внимания подростков к проектированию собственного направления здорового образа жизни. Социальная проба, социальная практика, социальный проект как виды социального проектирования.

Формы работы: дебаты. Практикум (тренинг). Социальное проектирование.

Тема 7.1. Дебаты «Здоровье человека — сфера личной ответственности».

Тема 7.2. Практикум (тренинг) с элементами подготовки к добровольчеству в сфере пропаганды ЗОЖ: «Наше будущее в наших руках!»

Тема 7.3. Социальное проектирование. Разработка и реализация проектов по пропаганде ЗОЖ и негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ.

Тема 7.4. Выставка и представление (презентация) реализованных проектов по пропаганде ЗОЖ и формированию негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ.

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 7: выставка и представление (презентация) реализованных проектов по пропаганде ЗОЖ и формированию негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ.

Тема 8. Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поиска ресурсов для достижения цели. Заключительная диагностика (3 ч)

Представление о будущем является показателем социальной зрелости подростка. Потребность подростков — восьмиклассников к построению жизненных планов во временной перспективе возрастает. Важным фактором предупреждения и отказа от употребления ПАВ является способность к прогнозированию как способу предвидения будущих событий. В 8 классе обучающиеся получают представление о новом для них способе анализа и прогнозирования в проектной деятельности — SWOT-анализе. На занятиях продолжается работа по овладению на практике навыками проектирования успешного и здорового будущего, целеполагания и умения адекватно оценивать свои возможности для достижения цели в различных сферах самостоятельной деятельности, прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения поставленных целей, выделять альтернативные способы достижения цели и выбирать наиболее эффективный способ.

Основные понятия: навыки построения будущего на основе полученных в ходе освоения программы знаний и практического опыта.

Формы работы: практикум (тренинг). Заключительная диагностика.

Тема 8.1. Практикум (тренинг) «Проектирование планов жизненной самореализации после окончания занятий по программе. Ресурсы и пути достижения поставленных целей». Заключительная диагностика.

Тема 8.2. Фестиваль достижений «Шаги к здоровью: “Я принимаю вызов!”».

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 8: фестиваль достижений «Шаги к здоровью: “Я принимаю вызов!”».

Заключительная диагностика:

— «шкала наблюдений» за личностными особенностями обучающихся, которые могут стать факторами риска употребления ПАВ (Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих);

— методика «Выявление и оценка коммуникативных и организаторских склонностей (качеств)» В.В. Синявского, Б.А. Федоршина;

— приобретение подростком опыта самостоятельного социально значимого действия, направленного на пропаганду ценностей здорового образа жизни и отрицательного отношения к употреблению ПАВ, можно зафиксировать, наблюдая за характером (степенью мотивированности, активности, компетентности) его участия в разработке и реализации социальных проектов, мероприятиях по контролю усвоения знаний в рамках тематических блоков.

**Учебно-тематический план программы внеурочной деятельности
для обучающихся 9 класса «Я принимаю вызов!» (34 ч)**

№ п/п	Разделы, темы	Теоретические занятия	Практические занятия	Всего часов	Воспитательная работа
1	Коммуникативная компетентность и психология успеха. Первичная диагностика	3	3	6	Формирование умения отстаивания собственной позиции в условиях влияния сверстников
1.1	Практикум (тренинг) «Позитивное мышление и эффективное общение со сверстниками: поиграем, помечтаем...»	1	1	2	
1.2	Игровой практикум (тренинг) «Как совладать с агрессией и гневом»	0	2	2	
1.3	Интерактивная беседа «Психология успеха»	1	0	1	
1.4	Игровой практикум (тренинг) «Как предупреждать и разрешать конфликты»	1	0	1	
2	Я-концепция и здоровый образ жизни	2	4	6	Формирование критического мышления, волевого поведения, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ
2.1	Рефлексивная беседа «Я-концепция, потребность в саморазвитии, самореализации и ценностные ориентации человека».	1	0	1	
2.2	Практикум (тренинг) «Я и мои жизненные цели»	0	1	1	
2.3	Занятие с элементами арт-педагогике «Нарисую будущее...»	0	1	1	
2.4	Диспут «Мой здоровый образ жизни»	0	1	1	
2.5	Рефлексивная беседа «Свобода и ответственность. Выбор и принятие ответственных решений»	1	0	1	
2.6	Создание и презентация творческих работ, организация выставки «Мой выбор: здоровье и успешное будущее»	0	1	1	
3	Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ	3	3	6	Формирование навыков безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ
3.1	Рефлексивная беседа «Социальные риски, связанные с ПАВ, и безопасное поведение»	1	0	1	
3.2	Практикум (тренинг) «Развитие стрессоустойчивости и совладающего с трудностями поведения (копинг-стратегий)»	0	1	1	
3.3	Игровой практикум (тренинг) «Как совладать со стрессом»	0	1	1	
3.4	Диспут «Употребление ПАВ — риск для здоровья и жизни: моя личная позиция»	0	1	1	
3.5	Интерактивная беседа «Реклама как метод воздействия на принятие решения и поведение человека»	1	0	1	
3.6	Интерактивная беседа «Информационно-коммуникативная сеть Интернет как поле возможностей и сфера рисков»	1	0	1	
4	Табак, алкоголь, наркотики как риск для здоровья и успеха	4	4	8	Формирование представлений о

4.1	Рефлексивная беседа «Здоровье как важнейшая социальная ценность». Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе	1	0	1	социальной ответственности, правовой культуре, административной и уголовной ответственности в сфере употребления и распространения ПАВ и незаконного оборота наркотиков
4.2	Рефлексивная беседа «Негативное отношение к употреблению ПАВ: моя личная позиция»	1	0	1	
4.3	Рефлексивная беседа «Употребление ПАВ подростками и молодёжью: моя личная позиция»	1	0	1	
4.4	Практикум (тренинг) «Мой здоровый образ жизни»	0	1	1	
4.5	Интерактивная беседа	1	0	1	
4.6	Практикум (тренинг) с элементами деловой игры «Административная и уголовная ответственность несовершеннолетних в сфере употребления и распространения ПАВ и незаконного оборота наркотиков»	0	1	1	
4.7	Практикум (тренинг) с элементами ролевой игры «Моя правовая ответственность в сфере незаконного оборота наркотиков»	0	1	1	
4.8	Создание выставки коллективных творческих работ (группа делится на 3—4 подгруппы) «Я принимаю вызов: ПАВ как риск для здоровья и успеха»	1	0	1	
5	Пропаганда здорового образа жизни и социальное проектирование в сфере профилактики немедицинского употребления ПАВ	0	6	6	Формирование негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ
5.1	Дебаты «Здоровье человека — сфера личной ответственности»	0	1	1	
5.2	Практикум (тренинг) с элементами подготовки к добровольчеству в сфере пропаганды здорового образа жизни «Наше будущее в наших руках!»	0	1	1	
5.3	Социальное проектирование. Разработка проектов по пропаганде здорового образа жизни и негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ	0	3	3	
5.4	Выставка и представление (презентация) проектов по пропаганде здорового образа жизни	0	1	1	
6	Проектирование будущего. Заключительная диагностика	0	2	2	Закрепление навыков целеполагания и поиска ресурсов для достижения цели.
6.1	Практикум (тренинг) «Проектирование планов жизненной самореализации после окончания занятий по программе. Ресурсы и пути достижения поставленных целей». Заключительная диагностика	0	1	1	
6.2	Фестиваль достижений «Шаги к здоровью: “Я принимаю вызов!”»	0	1	1	
	ИТОГО:	12	22	34	

Содержание курса

Тема 1. Коммуникативная компетентность и психология успеха. Первичная диагностика (6 ч)

Школьники-девятиклассники, оставаясь в целом в рамках подростковой стадии развития, по своим психофизиологическим особенностям относятся большинством исследователей к следующей по сравнению с восьмиклассниками возрастной и психосоциальной категории — раннему юношескому возрасту (возрастной период 15—17 лет). Ключевые особенности этой стадии развития: в целом завершается физическое развитие организма, заканчивается половое созревание, приходит в гармоническое соответствие сердечно-сосудистая система, замедляется темп роста тела, заметно нарастают мышечная сила и работоспособность, заканчиваются формирование и функциональное развитие тканей и органов. В плане полового развития большинство юношей и девушек этого возраста находятся уже в постпубертатном периоде. Это период серьёзного личного и профессионального самоопределения — принимается решение о продолжении обучения в школе, или получении профессионального образования в профессиональном колледже, техникуме, или о начале трудовой жизни.

Решение взаимосвязанных задач профессионального и личностного самоопределения включает первые «неучебные», «взрослые» попытки построения целостного замысла жизни, самопроектирования себя в будущее. Обращённость в будущее, построение жизненных планов и перспектив, по мнению Л.И. Божович, выступает аффективным центром жизни старшего школьника. Ведущая деятельность этого периода развития школьника может быть охарактеризована как интимно-личностное общение.

Для профилактики употребления ПАВ девятиклассниками важное значение сохраняют совершенствование навыков позитивного мышления, эффективного общения и сотрудничества, командного взаимодействия и дальнейшее развитие и обогащение средств общения — вербальных и невербальных коммуникативных навыков и умений, обеспечивающих контакт с партнёром или с группой людей, определяющих процесс и уровень понимания другого человека. При этом девятиклассники имеют уже достаточно развитые интеллектуальные возможности для прогнозирования воздействия различных коммуникативных навыков и умений на других людей, рефлексивного анализа результатов общения с ними. Это позволяет предлагать в ходе занятий уже достаточно сложные упражнения, направленные на понимание другого человека, развитие эмпатии, то есть эмоциональной отзывчивости на переживания другого человека, способности представлять себя на его месте. У девятиклассников за счёт начала стабилизации психофизиологических процессов развития улучшаются возможности для рефлексивного осмысления целей и результатов общения, их прогнозирования, что также позволяет предлагать им более сложные в интеллектуальном плане упражнения, направленные на получение опыта в этих областях деятельности.

Умение регулировать эмоциональное состояние и контролировать своё поведение помогает подростку преодолеть негативные переживания, чувство беспомощности, несостоятельности и способствует приобретению авторитета в кругу сверстников. К 9 классу за счёт возросших интеллектуальных способностей, некоторой стабилизации уровня импульсивности в поведении школьники при соответствующей педагогической поддержке уже могут строить свои умозаключения на значительно более высоком интеллектуальном уровне, приходиться к более широким и глубоким обобщениям при анализе событий, эмоций, межличностных отношений. Это создаёт возможности для организации по итогам упражнений, направленных на получение навыков управления своими эмоциональными состояниями, достаточно глубокого рефлексивного обсуждения их содержания, формулирования при поддержке педагога важных для обучающихся выводов в данной сфере деятельности.

Вместе с тем ранняя юность — это период, когда в процессе общения подростков со взрослыми и сверстниками сохраняются возможности проявления негативных эмоций, в том числе агрессивных. Для профилактики употребления ПАВ подростками с целью компенсации негативных эмоциональных состояний важную роль играет продолжение деятельности, направленной на формирование практических умений понимания и ненасильственного выражения своих негативных эмоциональных состояний, умений учитывать и координировать отличные от собственной позиции других людей в сотрудничестве.

Улучшение у девятиклассников интеллектуальных способностей, потенциала регулирования своего поведения позволяет предлагать для работы, направленной на профилактику конфликтов, уже достаточно сложные и насыщенные по содержанию и вместе с тем доступные и интересные для школьников упражнения. Уверенные в себе подростки, которые умеют эффективно решать конфликты, в большей степени способны отстаивать свою позицию, противостоять негативному

влиянию группы сверстников и сознательно выстраивать своё поведение на достижение здорового образа жизни. Поэтому на занятиях организуется обучение технологиям уверенного поведения. Начинаясь у девятиклассников определённая стабилизация интеллектуального и эмоционального развития позволяет также обучать их технологиям посреднической деятельности для разрешения конфликтов.

Основные понятия: эмоции и чувства. Технологии эффективного общения. Понятие «агрессия» и причины агрессивного поведения. Способы работы с агрессией, гневом. Профилактика агрессивных проявлений. Основы саморегуляции и аутотренинга. Способы улучшения настроения и повышения эмоционального тонуса без применения ПАВ. Продуктивное поведение в конфликте. Способы разрешения конфликтов. Технологии посредничества. Влияние сверстников. Положительное значение конфликта.

Формы работы: интерактивная беседа. Практикум (тренинг). Игра как метод моделирования эмоциональных переживаний и поведения в совместной деятельности.

Тема 1.1. Практикум (тренинг) «Позитивное мышление и эффективное общение со сверстниками: поиграем, помечтаем...».

Тема 1.2. Игровой практикум (тренинг) «Как совладать с агрессией и гневом».

Тема 1.3. Интерактивная беседа «Психология успеха».

Тема 1.4. Игровой практикум (тренинг) «Как предупреждать и разрешать конфликты».

Первичная диагностика:

— «шкала наблюдений» за личностными особенностями обучающихся, которые могут стать факторами риска употребления ПАВ (Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих);

— методика «Выявление и оценка коммуникативных и организаторских склонностей (качеств)» В.В. Синявского, Б.А. Федоршина.

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 1: анкета обратной связи. Самооценка участниками своих способностей к продуктивному поведению в конфликте со сверстниками, отстаивания собственной позиции в условиях влияния сверстников (по пятибалльной шкале).

Тема 2. Я-концепция и здоровый образ жизни (6 ч)

Сформированность у девятиклассников общих умственных способностей, включающая способности строить умозаключения, выдвигать гипотезы и предположения, создаёт благоприятные возможности для развития у них критического мышления, позитивного образа Я, рефлексии в форме осознанного управления своим поведением и деятельностью, формирования практических умений принятия ответственных решений, знаний о здоровом образе жизни. Всё это имеет важное значение в профилактике употребления ПАВ подростками и в их личностном самоопределении. Примерно начиная с 9 класса в процессе самоанализа и рефлексивного общения подростки чаще начинают обращаться к вопросам и проблемам мировоззренческого характера, что выступает элементом социально-нравственного или личностного самоопределения. Это позволяет организовать рефлексивное обсуждение проблем, связанных с анализом таких достаточно сложных понятий, как ответственный выбор, свобода и ответственность, принятие ответственных решений. Рефлексивное обсуждение названных понятий, соответствующих морально-этических ситуаций в процессе дискуссий и упражнений должно помочь подросткам в получении опыта принятия ответственных решений об отказе от проб и употребления ПАВ и выборе здорового образа жизни. Одновременно необходимо продолжать проводить работу, направленную на формирование у подростков положительной самооценки своей личности и своих возможностей, информирование о пагубных последствиях табакокурения, употребления алкоголя и наркотиков, создание возможностей для выработки собственного адекватного критического отношения к ПАВ и их потребителям. В рамках изучения темы обращается внимание на чрезвычайную значимость определения собственных жизненных целей, проводится обучение целеполаганию, технологиям анализа в сфере проектирования жизненных целей.

Практические задания построены с учётом того, чтобы помочь девятиклассникам ответить на вопрос «Чего я хочу в жизни?», научить их формулировать свои цели, делать их действенными, развивать у подростков способности достигать сознательно поставленных целей, преодолевая при этом внешние и внутренние препятствия.

Основные понятия: Я-концепция. Саморазвитие, самореализация. Мотивация достижения успеха. Рефлексия как свойство личности. Свобода и ответственность. Умение делать выбор, самоопределение и принятие ответственных решений. Ценностное отношение к здоровью. Ценности здорового образа жизни. Постановка и пути достижения жизненных целей. Здоровье и здоровый образ жизни.

Формы работы: рефлексивная беседа. Практикум (тренинг). Диспут.

Тема 2.1. Рефлексивная беседа «Я-концепция, потребность в саморазвитии, самореализации и ценностные ориентации человека». Формирование критического мышления, волевого поведения, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ.

Тема 2.2. Практикум (тренинг) «Я и мои жизненные цели».

Тема 2.3. Занятие с элементами арт-педагогике «Нарисую будущее...».

Тема 2.4. Диспут «Мой здоровый образ жизни».

Тема 2.5. Рефлексивная беседа «Свобода и ответственность. Выбор и принятие ответственных решений».

Тема 2.6. Создание и презентация творческих работ, организация выставки «Мой выбор: здоровье и успешное будущее».

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 2: обратная связь (рефлексия) участников.

Тема 3. Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ (6 ч)

Ситуации социального риска, влияющие на развитие и поведение подростков, возникают в процессе как реального, так и виртуального общения. Интернет-пространство является обширной зоной риска для подростков в аспекте предложения и распространения информации о ПАВ. Возросшие интеллектуальные способности девятиклассников позволяют организовать многоплановое рефлексивное общение, направленное на анализ рисков и возможностей, которыми обладают рекламные сообщения, интернет-пространство. Интеллектуальный уровень и определённая эмоциональная зрелость девятиклассников позволяют проводить обучение их навыкам безопасного поведения в ситуациях, связанных с риском вовлечения в пробы ПАВ, формировать стратегии совладающего поведения и стрессоустойчивости, достаточно глубоко знакомя при этом с соответствующими инструментами, понятиями и определениями, что способствует снижению рисков причинения вреда здоровью или жизни подростков.

Основные понятия: стрессоустойчивость личности. Представление о ситуациях социального риска. Стратегии совладающего поведения. Самоконтроль, поиск социальной поддержки, социальная ответственность, принятие ответственности, принятие решения, положительная переоценка.

Формы работы: интерактивная беседа. Рефлексивная беседа. Практикум (тренинг).

Тема 3.1. Рефлексивная беседа «Социальные риски, связанные с ПАВ, и безопасное поведение».

Тема 3.2. Практикум (тренинг) «Развитие стрессоустойчивости и совладающего с трудностями поведения (копинг-стратегий)».

Тема 3.3. Игровой практикум (тренинг) «Как совладать со стрессом».

Тема 3.4. Диспут «Употребление ПАВ — риск для здоровья и жизни: моя личная позиция».

Тема 3.5. Интерактивная беседа «Реклама как метод воздействия на принятие решения и поведение человека».

Тема 3.6. Интерактивная беседа «Информационно-коммуникативная сеть Интернет как поле возможностей и сфера рисков».

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 3: обратная связь (рефлексия) участников.

Тема 4. Табак, алкоголь, наркотики как риски для здоровья и успеха (8 ч)

Когда подростку предлагают попробовать ПАВ, его решение основывается на различных факторах, зависит от эмоционального состояния, личностной позиции и социального окружения. Для принятия разумных решений важное значение имеет наличие у подростка сформированных антинаркотических установок на понимание им употребления психоактивных веществ как угрозы внутренней стабильности, здоровью, социальному благополучию и жизненным успехам.

Новообразованием ранней юности является социально-психологическая готовность (способность) к личностному и жизненному самоопределению. Для профилактики употребления ПАВ подростками большое значение имеет формирование у них основ правовой культуры, включающей как информацию о правах и обязанностях подростков, в том числе в сфере административной и уголовной ответственности за применение и распространение ПАВ, так и интериоризацию установок к правопослушному поведению. Интеллектуальный уровень девятиклассников позволяет выходить при работе над этой темой на достаточно глубокий уровень рефлексивного обсуждения названной проблематики. К факторам защиты личности в данной сфере в определённой степени можно отнести умение вступать в диалог и вести его на основе равноправных отношений, взаимного уважения и принятия, а также участвовать в коллективном обсуждении проблем, аргументировать свою позицию.

Девятиклассники склонны к осмыслению и рефлексивному обсуждению мировоззренческих

проблем и вопросов. Это создаёт благоприятные возможности для работы по формированию у подростков ценности здоровья как одной из ключевых социальных ценностей. При этом необходимо на основе интерактивных бесед, тренингов формировать у девятиклассников активную жизненную позицию, представляя информацию о влиянии ПАВ на здоровье человека, причинах начала употребления и возможности в ходе групповой работы получить опыт проектирования различных составляющих (образцов поведения) здорового образа жизни, рефлексивного обсуждения альтернативных возможностей поведения в ситуациях социального риска и организации досуга.

Основные понятия: правовая культура. Употребление ПАВ как социальная проблема. Административная и уголовная ответственность в сфере немедицинского употребления и распространения ПАВ. Права и обязанности несовершеннолетних. Истинные или ложные представления о ПАВ. Критическое мышление. Навыки принятия ответственного решения. Модификация и коррекция присущих некоторым участникам группы дезадаптивных моделей поведения.

Формы работы: рефлексивная беседа. Интерактивная беседа. Практикум (тренинг).

Тема 4.1. Рефлексивная беседа «Здоровье как важнейшая социальная ценность». Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (все участники независимо от наличия либо отсутствия имеющегося опыта употребления ПАВ).

Тема 4.2. Рефлексивная беседа «Негативное отношение к употреблению ПАВ: моя личная позиция».

Тема 4.3. Рефлексивная беседа «Употребление ПАВ подростками и молодёжью: моя личная позиция».

Тема 4.4. Практикум (тренинг) «Мой здоровый образ жизни».

Тема 4.5. Интерактивная беседа «Формирование представлений о социальной ответственности, правовой культуре, административной и уголовной ответственности в сфере употребления и распространения ПАВ и незаконного оборота наркотиков».

Тема 4.6. Практикум (тренинг) с элементами деловой игры «Административная и уголовная ответственность несовершеннолетних в сфере употребления и распространения ПАВ и незаконного оборота наркотиков».

Тема 4.7. Практикум (тренинг) с элементами ролевой игры «Моя правовая ответственность в сфере незаконного оборота наркотиков».

Тема 4.8. Создание выставки коллективных творческих работ (группа делится на 3—4 подгруппы) «Я принимаю вызов: ПАВ как риск для здоровья и успеха».

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 4: создание выставки коллективных творческих работ (группа делится на 3—4 подгруппы) «Я принимаю вызов: ПАВ как риск для здоровья и успеха».

Тема 5. Пропаганда здорового образа жизни и социальное проектирование в сфере профилактики немедицинского употребления ПАВ (6 ч)

В ходе социального проектирования девятиклассники получают практический опыт структурирования направлений социально активной деятельности, направленной на предупреждение потребления ПАВ и отработку значимых, одобряемых обществом навыков социального поведения, выбор которых мотивируется и осуществляется первоначально на теоретическом уровне. Разработка и реализация индивидуальных и групповых проектов по пропаганде ЗОЖ и негативному отношению к немедицинскому употреблению ПАВ.

Определённый уровень зрелости суждений у девятиклассников позволяет успешно использовать в работе технологию критического мышления «Дебаты», например, по теме «Здоровье человека — сфера личной ответственности». Предметом рефлексивного обсуждения также выступает тема добровольчества в сфере пропаганды ЗОЖ.

Основные понятия: создание условий для пропаганды и формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни в образовательной организации. Мотивация и целеполагание в сфере пропаганды здорового образа жизни. Добровольчество подростков в сфере пропаганды ЗОЖ как механизм интериоризации представлений о здоровом образе жизни современного человека и формирования лидерских качеств личности. Привлечение внимания подростков к проектированию собственного направления здорового образа жизни. Социальная проба, социальная практика, социальный проект как виды социального проектирования.

Формы работы: дебаты. Практикум (тренинг). Социальное проектирование.

Тема 5.1. Дебаты «Здоровье человека — сфера личной ответственности».

Тема 5.2. Практикум (тренинг) с элементами подготовки к добровольчеству в сфере пропаганды здорового образа жизни «Наше будущее в наших руках!».

Тема 5.3. Социальное проектирование. Разработка и реализация проектов по пропаганде здорового образа жизни и негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ.

Тема 5.4. Выставка и представление (презентация) реализованных проектов по пропаганде здорового образа жизни и формированию негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ.

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 5: выставка проектов по пропаганде здорового образа жизни и формированию негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ.

Тема 6. Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поиска ресурсов для достижения цели. Заключительная диагностика (2 ч)

Представления о будущем, в зависимости от их содержания (зрелые-незрелые, оптимистичные-пессимистические), являются показателем социальной зрелости подростка. В 9 классе начинает складываться способность к построению жизненных планов во временной перспективе. Поэтому мотивация девятиклассников к проектированию будущего уже значительно выше, чем у подростков более младших возрастов.

Формирование и развитие способности к прогнозированию как способу предвидения будущих событий и проектировании будущей жизнедеятельности имеет в рамках профилактики употребления наркотических средств и психотропных веществ обучающимся важное значение. В случае формирования представлений об успешном будущем подросток склонён сделать мотивированный выбор социально успешного образа жизни, или, наоборот, в случае отсутствия представлений о своих социальных перспективах — актуализируется риск потребления ПАВ.

Учитывая то, что 9 класс — это период, по результатам которого подросток должен сделать первый реальный, «взрослый» выбор (профессиональное самоопределение), большое значение приобретает овладение на практике навыками проектирования успешного и здорового будущего, целеполагания и умения адекватно оценивать свои возможности для достижения цели в различных сферах самостоятельной деятельности, прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения поставленных целей, выделять альтернативные способы достижения цели и выбирать наиболее эффективный способ. Занятия по проектированию будущего в рамках программы способствуют созданию условий для актуализации, сохранения и интериоризации полученной информации по программе «Я принимаю вызов!».

Основные понятия: навыки построения будущего на основе полученных в ходе освоения программы знаний и практического опыта.

Формы работы: интерактивная беседа. Практикум (тренинг). Заключительная диагностика.

Тема 6.1 Практикум (тренинг) «Проектирование планов жизненной самореализации после окончания занятий по программе. Ресурсы и пути достижения поставленных целей». Заключительная диагностика.

Тема 6.2. Фестиваль достижений «Шаги к здоровью: “Я принимаю вызов!”».

Контроль уровня освоения обучающимися содержания темы 6: фестиваль достижений «Шаги к здоровью: “Я принимаю вызов!”».

Заключительная диагностика:

— «шкала наблюдений» за личностными особенностями обучающихся, которые могут стать факторами риска употребления ПАВ (Н.И. Цыганкова, О.В. Эрлих);

— методика «Выявление и оценка коммуникативных и организаторских склонностей (качеств)» В.В. Синявского, Б.А. Федоршина;

— приобретение подростком опыта самостоятельного социально значимого действия, направленного на пропаганду ценностей здорового образа жизни и отрицательного отношения к употреблению ПАВ, можно зафиксировать, наблюдая за характером (степенью мотивированности, активности, компетентности) его участия в разработке и реализации социальных проектов, мероприятиях по контролю усвоения знаний в рамках тематических блоков.

ГЛОССАРИЙ

Аддиктивное поведение — это бессистемное употребление в больших дозах ПАВ с целью изменить своё состояние, испытать неизвестные ощущения, освободиться от душевной пустоты и скуки. Описано два вида аддиктивного поведения. Первый вариант можно обозначить как «поисковый наркотизм». Для него характерны единичные случаи употребления ПАВ без какой-либо чёткой мотивации, ритма приёма, избирательности. Начало аддиктивного поведения — это этап первых проб. После них может быть отказ от употребления соответствующих веществ в связи с вызванными интоксикацией неприятными ощущениями или страхом перед родителями, угрозой наказания и т.д. Однако значительно чаще за первыми пробами следуют повторные употребления с попеременным использованием доступных психоактивных веществ.

Аккаунт (учётная запись) — создаётся при регистрации на интернет-ресурсе (Google, «Одноклассники», «ВКонтакте», Skype, ICQ и др.) (аккаунт). На основании учётной записи происходит авторизация (идентификация) пользователя на данном ресурсе, и пользователь получает возможность организовать собственную виртуальную среду на этом интернет-ресурсе. Для создания учётной записи необходимы логин и пароль.

Аналоги наркотических средств и психотропных веществ — запрещённые для оборота в Российской Федерации вещества синтетического или естественного происхождения, не включённые в Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации, их химическая структура и свойства сходны с химической структурой и со свойствами наркотических средств и психотропных веществ, психоактивное действие которых они воспроизводят.

Большой наркоманией — лицо, которому по результатам медицинского освидетельствования, проведённого в соответствии с настоящим Федеральным законом, поставлен диагноз «наркомания».

Ввоз (вывоз) наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров — перемещение наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров с территории другого государства на территорию Российской Федерации или с территории Российской Федерации на территорию другого государства.

Веб-форум — термин соответствует смыслу исходного понятия «форум». Форум предлагает набор тем для обсуждения. Работа форума заключается в создании пользователями сообщений для обсуждения внутри этих тем.

Дебрифинг — обсуждение полученной информации с отдельным участником и группой в целом особенностей реализованного в процессе занятия поведения. Дебрифинг включает собственный анализ поведения участником, его последствий, ситуаций, в которых такой тип поведения эффективен или нет, обратную связь от ведущего и участников в данном контексте (Р. Nathaway, 1998). Такой способ подачи обратной связи соответствует диалогической форме общения. Термин «де-брифинг» в контексте профилактической работы означает обсуждение ведущего с участниками содержания занятия, включающее опрос ведущим участников, предполагающий их самостоятельный анализ собственного поведения, обратную связь ведущего с участниками и участников друг с другом, групповую дискуссию. Дебрифинг является необходимым элементом при проведении таких мероприятий, как выставки, просмотры видеоматериалов, фильмов, спектаклей профилактической направленности.

Девиантное поведение — это, с одной стороны, поступок, действия человека, не соответствующие официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе нормам или стандартам, а с другой — социальное явление, выраженное в массовых формах человеческой деятельности, не соответствующих официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе нормам или стандартам.

Делинквентное поведение — действия конкретной личности, отклоняющиеся от установленных в данном обществе и в данное время законов, угрожающие благополучию других людей или социальному порядку и уголовно наказуемые в крайних своих проявлениях.

Диалогическое общение — один из видов общения, представляющий собой последовательную смену коммуникативных ролей, в которой выявляется смысл речевого сообщения, то есть происходит «обогащение, развитие информации».

Доступ детей к информации — возможность получения и использования детьми свободно распространяемой информации.

Изготовление наркотических средств, психотропных веществ — действия, в результате которых на

основе наркотических средств, психотропных веществ или их прекурсоров получены готовые к использованию и потреблению формы наркотических средств, психотропных веществ или содержащие их лекарственные средства.

Информационная безопасность детей — состояние защищённости детей, при котором отсутствует риск, связанный с причинением информацией вреда их здоровью и (или) физическому, психическому, духовному, нравственному развитию.

Информация, причиняющая вред здоровью и (или) развитию детей — информация (в том числе содержащаяся в информационной продукции для детей), распространение которой среди детей запрещено или ограничено в соответствии с настоящим Федеральным законом.

Контент — информационное содержание ресурса (текст, графика, мультимедиа).

Критическое мышление — это процесс соотнесения внешней информации с имеющимися у человека знаниями, выработка решений о том, что можно принять, что необходимо дополнить, а что — отвергнуть (по: С.И. Заир-Бек, И.В. Мушта-винская).

Культивирование наркосодержащих растений — деятельность, связанная с созданием специальных условий для посева и выращивания наркосодержащих растений, а также их посев и выращивание, совершенствование технологии выращивания, выведение новых сортов, повышение урожайности и устойчивости к неблагоприятным метеорологическим условиям.

Логин — имя, идентифицирующее пользователя, при обращении к интернет-ресурсам.

Метод фокус-групп — неформализованное интервью, проводимое не с индивидуальным респондентом, а с группой. Элементы интервью, то есть взаимодействие типа «интервьюер — респондент», сочетаются в этом методе с элементами групповой дискуссии, то есть взаимодействием типа «респондент — респондент». Целью фокус-групп, в отличие от других видов групповых дискуссий, является получение информации о мнениях и реакциях их участников.

Мониторинг наркоситуации — система государственного наблюдения в сфере незаконного распространения и потребления наркотиков, а также их последствий.

Наблюдение — один из наиболее часто используемых в профилактической работе исследовательских методов. Например, наблюдение за поведением участников молодёжных тусовок или поведением на дискотеках и в клубах может определить формы взаимодействия продавцов и потребителей наркотических веществ.

Наркомания — заболевание, обусловленное зависимостью от наркотического средства или психотропного вещества.

Наркотические средства — вещества синтетического или естественного происхождения, препараты, включённые в Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации в соответствии с законодательством Российской Федерации, международными договорами Российской Федерации, в том числе Единой конвенцией о наркотических средствах 1961 г.

Незаконное культивирование наркосодержащих растений — культивирование наркосодержащих растений, осуществляемое с нарушением законодательства Российской Федерации.

Незаконное потребление наркотических средств или психотропных веществ — потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача.

Незаконный оборот наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров — оборот наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, осуществляемый в нарушение законодательства Российской Федерации.

Несовершеннолетние — лица, которым ко времени совершения преступления исполнилось четырнадцать, но не исполнилось восемнадцати лет (ст. 87 УК РФ. 1).

Оборот наркотических средств, психотропных веществ — разработка, производство, изготовление, переработка, хранение, перевозка, пересылка, отпуск, реализация, распределение, приобретение, использование, ввоз на территорию Российской Федерации, вывоз с территории Российской Федерации, уничтожение наркотических средств, психотропных веществ, разрешённых и контролируемых в соответствии с законодательством Российской Федерации.

Обратная связь — традиционный способ подачи обратной связи (соответствует монологической форме общения), намеренное, вербальное сообщение ведущего обучаемому о тех действиях, которые привели к нужному результату, и о тех, которые сделали невозможным его достижение. Современные исследования дают представление о таких эффектах обратной связи, как, например, повышение уверенности в себе, самоэффективности, повышение внимания и вовлечённости участ-

ников в процесс обучения, осознание новых методов выполнения работы. Кроме того, посредством обратной связи ведущий обычно ставит в центр внимания в каждый момент кого-то из участников, что оказывает влияние на их эмоциональную сферу. Результатом этого выступают острые эмоциональные реакции — нескрываемое чувство радости, озарения, огорчения, обиды и многие другие. В последнее время постепенно расширяется понимание самой природы обратной связи. Если раньше обратная связь была информацией о результате (правильно — неправильно), то сейчас обратная связь понимается и как процесс обсуждения, в котором большую роль играет сам реципиент обратной связи.

Открытая сессия предоставляет доступ в режиме реального времени ко всей информации пользователя: сообщениям в социальной сети, фото, видео и документам, адресной книге. При работе на чужом компьютере, в общественном месте по завершении работы с сервисами Google (редактор сайтов, блогов, документов), страницами в «Одноклассниках», «Вконтакте» необходимо осуществить выход (закрыть сессию). В противном случае, так как сессия открыта, информация, размещённая на странице, может быть изменена, удалена любым пользователем. При открытой сессии любой пользователь получает доступ к списку ваших контактов и может отправить любые сообщения.

Первичная профилактика — направлена на предупреждение приобщения к употреблению ПАВ, вызывающих зависимость. Эта работа ориентирована на работу со здоровыми детьми и лицами из групп риска по употреблению ПАВ. К группам риска относятся несовершеннолетние и молодёжь, в ближайшем окружении которых есть систематические потребители алкоголя и (или) наркотических средств, а также несовершеннолетние, находящиеся в трудных жизненных обстоятельствах и неблагоприятных семейных или социальных условиях.

Переработка наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров — действия, в результате которых происходят рафинирование (очистка от посторонних примесей), повышение в препарате концентрации наркотических средств, психотропных веществ или их прекурсоров, а также получение на основе одних наркотических средств, психотропных веществ или их прекурсоров других наркотических средств, психотропных веществ или их прекурсоров либо получение веществ, не являющихся наркотическими средствами, психотропными веществами или их прекурсорами.

Позитивное мышление — предполагает выработку новых продуктивных умственных привычек и овладение культурой мышления в целом (<http://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-osobennostey-rozitivnogo-myshleniya-mladshih-shkolnikov>).

Прекурсоры наркотических средств и психотропных веществ — вещества, часто используемые при производстве, изготовлении, переработке наркотических средств и психотропных веществ, включённые в Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации в соответствии с законодательством Российской Федерации, международными договорами Российской Федерации, в том числе Конвенцией Организации Объединённых Наций о борьбе против незаконного оборота наркотических средств и психотропных веществ 1988 г.

Производство наркотических средств, психотропных веществ — действия, направленные на серийное получение наркотических средств или психотропных веществ из химических веществ и (или) растений.

Профилактика незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ, наркомании — совокупность мероприятий политического, экономического, правового, социального, медицинского, педагогического, культурного, физкультурно-спортивного и иного характера, направленных на предупреждение возникновения и распространения наркомании.

Профилактические мероприятия — мероприятия, направленные на предупреждение потребления наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача и укрепление психического здоровья лиц, потребляющих наркотические средства или психотропные вещества без назначения врача.

Психотропные вещества — вещества синтетического или естественного происхождения, препараты, природные материалы, включённые в Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации в соответствии с законодательством Российской Федерации, международными договорами Российской Федерации, в том числе Конвенцией о психотропных веществах 1971 г.

Распределение наркотических средств, психотропных веществ — действия, в результате которых в соответствии с порядком, установленным Правительством Российской Федерации, конкретные

юридические лица получают в установленных для них размерах конкретные наркотические средства или психотропные вещества для осуществления оборота наркотических средств или психотропных веществ.

Растения, содержащие наркотические средства или психотропные вещества либо их прекурсоры — растения, из которых могут быть получены наркотические средства, психотропные вещества или их прекурсоры и которые включены в Перечень растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества либо их прекурсоры и подлежащих контролю в Российской Федерации.

Результативность — степень реализации цели деятельности. Результативность тем выше, чем в большей степени результаты соответствуют целям.

Рефлексия (от *англ.* reflection) — мыслительный (рациональный) процесс, направленный на анализ, понимание, осознание себя: собственных действий, поведения, речи, опыта, чувств, состояний, способностей, характера, отношений с другими и к другим, своих задач, назначения и т.д.

Социализация — процесс усвоения индивидом образцов поведения, психологических установок, социальных норм и ценностей, знаний и навыков, позволяющих ему успешно функционировать в данном обществе.

Социальная норма — мера допустимого поведения, при котором социальная система сохраняется и прогрессирует.

Социальная ответственность — сознательное отношение субъекта социальной деятельности к требованиям социальной необходимости, гражданского долга, социальных задач, норм и ценностей, понимание последствий осуществляемой деятельности для определённых социальных групп и личностей, для социального прогресса общества.

Социальная сеть — веб-сервис или сайт в Интернете, предназначенные для построения, отражения и организации социальных взаимоотношений.

Социальная эффективность, целесообразность — степень рациональности выдвигаемых целей. Целесообразность тем выше, чем в большей степени решены реальные проблемы.

Социальное отношение — социальное взаимодействие, нацеленное на создание максимально благоприятных условий для раскрытия человеческой индивидуальности, на реализацию всех его продуктивно-творческих сил и способностей.

Социальный контроль — механизм социальной регуляции, совокупность средств и методов социального воздействия, а также социальная практика их использования.

Укрепление здоровья — это процесс, помогающий человеку усилить контроль над детерминантами здоровья и таким образом улучшить его. Он сочетает в себе личный выбор и социальную ответственность за здоровье, что ведёт к улучшению здоровья в будущем. Всемирная организация здравоохранения определяет здоровье как состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезни или физических недостатков. Основным акцентом делается на умение человека достигать своего оптимального состояния и успешно противостоять негативным факторам окружающей среды. Это позитивная концепция, берущая за основу социальные, личностные и физические возможности человека. Важной составляющей концепции является *жизненная компетентность*. Основой программ укрепления здоровья является развитие здоровой личности, проявляющей здоровый жизненный стиль, не только влияющий на собственное благополучие человека, но и способствующий позитивным изменениям среды, социальной и культурной ситуации. Группы, в которых проводится формирование жизненного стиля, обычно охватывают популяцию школьников, поскольку именно в контексте школьного обучения возможно регулярное и систематическое обучение и воспитание. Кроме того, работа проводится со средой — семьёй, общностью, в которой живёт ребёнок.

Фишинг (от *англ.* phishing, fishing — рыбная ловля, выуживание) — вид интернет-мошенничества, целью которого является получение доступа к конфиденциальным данным пользователей — логинам и паролям. Это достигается путём проведения массовых рассылок электронных писем, а также личных сообщений внутри различных сервисов, например от имени банков (Сити-банк, Альфа-банк), сервисов (Rambler, Mail.ru) или внутри социальных сетей (Facebook, Вконтакте, Одноклассники.ru). В письме, например, от имени фирм-изготовителей популярных брендов помещается прямая ссылка на сайт, внешне неотличимый от настоящего, либо на сайт, с которого происходит переадресация на другой (поддельный) сайт. После того как пользователь попадает на поддельную страницу, мошенники пытаются различными психологическими приёмами побудить пользователя ввести на поддельной странице свои логин и пароль, которые они использует для доступа к определённому

сайту (например, интернет-банку, странице «ВКонтакте»), что позволяет мошенникам получить доступ к аккаунтам и (или) банковским счетам.

Чат — под этим словом обычно понимается групповое общение, хотя сюда можно отнести и обмен текстом «один на один» посредством программ мгновенного обмена сообщениями, например XMPP, ICQ или даже SMS (источник — Википедия).

Чат чаттер (от *англ.* chatter — болтать) — средство обмена сообщениями по компьютерной сети в режиме реального времени, а также программное обеспечение, позволяющее организовывать такое общение. Характерной особенностью является коммуникация именно в реальном времени или близкая к этому, что отличает чат от форумов и других «медленных» средств.

Эмпатия (от *греч.* empatheia — сопереживание) — эмоциональная отзывчивость человека на переживания другого, разновидность социальных (нравственных) эмоций.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Анн Л.Ф.* Психологический тренинг с подростками. — СПб.: Питер, 2007.— 271 с: ил.— (Серия «Эффективный тренинг»).
2. *Болотова Л.В.* Организация добровольческой деятельности как аспект вузовской подготовки будущих социальных работников: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.02. Теория и методика обучения и воспитания (по областям и уровням образования). Тамбов, 2007. — 250 с.
3. Большой психологический словарь / под ред. Б.Г. Мещерякова, акад. В.П. Зинченко. — М.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003.— 672 с. — Электронный ресурс: Большая психологическая энциклопедия: <http://psychology.academic.ru/>
4. Воспитание стрессоустойчивости: профилактика наркомании. — Новосибирск: Эфлакс, 2003.— 60 с.
5. *Головин СЮ.* Словарь практического психолога. — М.: АСТ: Харвест, 1998. — 800 с. — Электронный ресурс: Большая психологическая энциклопедия: <http://psychology.academic.ru/>
6. *Григорьев Д. В., Степанов В. П.* Внеурочная деятельность школьников. — М.: Просвещение, 2011.— 223 с.— (Стандарты второго поколения): <http://gigabaza.ru/doc/103680.html>
7. *Данилин А., Данилина И.* Как спасти детей от наркотиков.— («Врачи предупреждают»). — М.: Центрополиграф, 2000.— 348 с.
11. *Демко О.С.* Правовая культура учащейся молодёжи: состояние и технологии её формирования: дис. ... канд. соц. наук: 22.00.06. Социология культуры, духовной жизни. — Белгород, 2006.— 204 с.
12. *Дмитриев М.Г., Эрлих О.В., Цыганкова Н.И.* Особенности социализации современных подростков, склонных к совершению правонарушений (на материалах исследования начального уровня социализации воспитанников специального предприятия «Новое поколение» // Учёные записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы, 2014. Вып. 1. Т. 21. С. 74—81.
13. *Дубровина И.В.* Психология: учебник для студ. сред. пед. учеб. заведений / И.В. Дубровина, Е.Е. Данилова, А.М. Прихожан. — М.: Академия, 1999.— 464 с.
15. *Изард К.* Психология эмоций. СПб.: Питер, 2007. — 327 с.
16. *Ильин Е. П.* Мотивация и мотивы. — СПб: Питер, 2000.— 502 с.
17. Информационный портал Всемирной организации здравоохранения: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs220/ru/>
18. Компьютерная безопасность: мифы и реальность: образовательные программы «Лаборатории Касперского»: www.kasperskyacademy.com/ru/view.html?id=458
19. Концепции развития волонтерской (добровольческой) деятельности молодёжи в Саратовской области на 2011— 2015 годы: / <http://docs.cntd.ru/document/933016705/>
20. *Менделевич В.Д.* Психология девиантного поведения. — СПб.: Речь, 2008. — 448 с. — (Серия «Современный учебник»).
23. Мониторинг здоровья обучающихся и ситуации с употреблением наркотических и психоактивных веществ несовершеннолетними: аналитическая записка. СПб.: АППО, 2014.: <http://k-obr.spb.ru/page/635>
24. *Мухина В.С.* Возрастная психология. — М.: Когито-центр, 2005.— 456 с.
25. *Мясищев В.Н.* Психология отношений. — М.: МПСИ, 2005.—158 с.
26. *Никольская ИМ., Грановская Р.М.* Психологическая защита у детей. — СПб.: Речь, 2010. — 352 с.
27. Опыт первичной психолого-педагогической профилактики наркозависимости среди учащихся образовательных учреждений Санкт-Петербурга: методическое пособие / Н.И. Цыганкова, Л.И. Гущина, Е.В. Бердник и др.; под науч. ред. СВ. Алексеева. — СПб.: АППО, 2012.— 32 с.
28. *Осташева М.А.* Психологические особенности развития социальной ответственности современных подростков: ав-тореф. дис. ... канд. психол. наук. Возрастная и педагогическая психология. — М., 1990. — 23 с.
29. Первичная психолого-педагогическая профилактика наркозависимости среди учащихся образовательных учреждений Санкт-Петербурга: методические рекомендации / Н.И. Цыганкова, С.А. Черняева, О.В. Эрлих и др.; под науч. ред. СВ. Алексеева. — СПб.: АППО, 2012.— 32 с.
30. *Подшивалов В. Н.* Социальная ответственность личности: философско-антропологический аспект: дис. ... канд. философ. наук: 09.00.13. Религиоведение, философская антропология, философия культуры. — Челябинск, 2009.— 196 с.
31. Практическая психология образования: учебное пособие. — 4-е изд. / под ред. И. В. Дубровиной. — СПб.: Питер, 2004.— 592 с.

32. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Основная школа / сост. Е.С Савинов. — М.: Просвещение, 2011.— 342 с.— (Стандарты второго поколения).
33. Проблемы безопасности детей и пути их решения // Приложение к журналу «Безопасность жизнедеятельности». — 2013. — № 4. — 25 с.
34. Психология подростка от 11 до 18 лет: методики и тесты / под ред. А.А. Реана. — М., 2007.— 121 с.
35. Пузиков В.Г. Технология ведения тренинга. — СПб.: Речь, 2007. — 224 с.: ил. — С. 132—133.
36. Райгородский Д. Я. (редактор-составитель). Практическая психодиагностика: методики и тесты: учебное пособие. — Самара: БАХРАХ—М., 2001.— 672 с.
37. Ротенберг В.С., Бондаренко С. М. Мозг. Обучение. Здоровье. — М.: Просвещение, 1989. — 240 с.
38. Сапельцева И.В. Формирование мотивации к здоровому образу жизни у подростков 14—15 лет при изучении курса «Человек и его здоровье»: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.02. Теория и методика обучения и воспитания (по областям и уровням образования). — Екатеринбург, 2004. — 210 с.
39. Учебно-методические материалы по тематике административной и уголовной ответственности за реализацию несовершеннолетними алкогольной продукции и табачных изделий, незаконного распространения среди них наркотических средств и психотропных веществ, а также за немедицинское потребление наркотиков (рабочая группа: Цыганкова Н.И., Эрлих О.В и др.). — Электронный ресурс: <http://k-obr.spb.ru/page/635>
40. Файзуллаев А.А. Мотивационные кризисы личности // Психол. журн. — 1989. — № 3. — С. 23—31.
41. Цыганкова Н.И. Современные подходы к первичной профилактике наркозависимости и сохранению здоровья школьников // Первичная профилактика наркозависимости среди несовершеннолетних в системе образования: методическое пособие / авт. сост. Л.И. Гущина, Н.И. Цыганкова; под ред. С.В. Алексева. — СПб.: АППО, 2010.— 72 с. — С. 27—50. 44. Цыганкова Н.И. Копинг-поведение детей с минимальной мозговой дисфункцией и синдромом дефицита внимания и гиперактивности // Кол. монография «Психология семьи: стресс, совладание и устойчивость» / под. науч. ред. Е.В. Куфтяк. — Кострома: КГУ им. Некрасова, 2012. — С. 91—107.