

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 24



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №24

И.В. Усольцева

01.09.2022

Подросток

Сургут, 2022

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа разработана для детей в возрасте от 10 до 17 лет, имеющих проблемы в социализации, находящиеся в трудной жизненной ситуации, социально – опасном положении. Тематическая программа включает в себя необходимый объем знаний об общепринятых нормах поведения человека для сохранения и укрепления здоровья, включая меры профилактики заболеваний. В ней содержится материал, направленный на развитие умений несовершеннолетними оказать помощь в трудную минуту, привитие санитарно-гигиенической культуры, культуры общения, поведения, культуры межличностных отношений. Тематическая программа способствует формированию коммуникативной, социальной и личностной компетентности, развивает эмоциональную сферу ребенка.

### Цели и задачи

**Цель:** создание условий для формирования у несовершеннолетних законопослушного поведения, объективных, соответствующих их возрасту знаний и умений о правильном образе жизни, через привитие здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к вредным привычкам.

#### Задачи.

- обобщить знания несовершеннолетних о полезных и вредных привычках, дать представление о том, что важнее прививать полезные привычки, чем искоренять вредные;
- поддержать позитивную самооценку, предоставить подросткам возможности осознать важность приобретения ими социальных навыков;
- предоставить детям возможность попытаться изменить свое поведение, научить принимать ответственность за нормативные нарушения;
- выработать адекватные и эффективные навыки правильного общения.

### Сроки и этапы реализации

Занятия по программе проводятся 1 раз неделю, продолжительность программы зависит от времени постановки на учет от 10 до 35 часов.

1-й этап. Исходное тестирование участников группы с целью определения знаний и проанализировать результаты несовершеннолетних по проблеме асоциальных явлений и определение самооценки, отношение к себе, самовосприятия несовершеннолетнего.

- Интервьюирование (для подростков 10-13 лет) Отношение детей к ценности здоровья и здорового образа жизни» (приложение 1)
- Интервьюирование (для подростков 14-17 лет) (приложение 2)
- Проективный тест «Лесенка», автор В.Г.Шур (приложение 3)

Цель: определение самооценки, отношения к себе, самовосприятия несовершеннолетнего

- «Тест для исследования самооценки» по методике семантического дифференциала Ч. Осгуда (модификация Л.П.Пономаренко, 1999) (приложение 4)

Цель: определение самооценки несовершеннолетних; определение значимых для учащихся факторов, влияющих на самооценку.

По результатам экспериментального исследования самооценки у несовершеннолетних можно сказать, что методы и методики являются эффективными в формировании адекватной самооценки у несовершеннолетних подросткового возраста. Таким образом, наша работа по устранению заниженной и завышенной самооценки важна и целесообразна.

2-й этап Реализация программы

3-й этап. Проведение итогового тестирования. Получение обратной связи от подростков по результатам тренинга.

4-й этап. Обработка результатов тренинга, проведение «круглого стола» со специалистами сопровождения Центра ППС помощи для анализа и проведения итогов работы.

### Механизмы реализации программы

Формы работы: индивидуальные занятия.

Продолжительность занятия: 40 минут

Периодичность занятий: 1 раз в неделю

### **Показатели количественной и качественной реализации программы**

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, признанию 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 волонтерской 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 и отношении взрослых и сверстников;
- потребность в участии в общественной жизни ближайшего социального окружения и в общественно полезной деятельности, связанной с проектированием моделей ЗОЖ;
- готовность делать осознанный выбор в ситуациях социального риска, 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

Подросток научится:

- основам целеполагания в сфере проектирования планов жизнедеятельности и создания проектов по тематике ЗОЖ;
- самостоятельно анализировать условия достижения цели в сфере проектирования планов жизнедеятельности и создания проектов по тематике ЗОЖ;
- 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;

Подросток 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;
- 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;

**Коммуникативные универсальные учебные действия**

Подросток 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;
- 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, уметь убеждать;.

Подросток 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;
- 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;

#### **Познавательные универсальные учебные действия**

Подросток научится:

- устанавливать причинно-следственные связи в сфере социальных рисков, асоциального поведения;
- 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.

Подросток получит возможность научиться:

- основам рефлексивного восприятия информации;

#### **Достоинство программы**

Повышения самооценки подростков, выработки положительных черт характера, навыков межличностного общения, определения жизненной позиции, стратегии, формирования критического отношения к вредным привычкам у подростка.

УМК: Зиннуров Ф.К. Профилактика и коррекция девиантного поведения детей и подростков в новых социально-культурных условиях XXI века: монография/ Ф.К. Зиннуров. – Казань: КЮИ МВД РФ, 2012. – 278 с

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Вводное занятие:** выработка норм, включение в работу, знакомство и определение дальнейших направлений движения

### **«Положительный образ Я»**

Работа по формированию положительной самооценки подростков.

Целями данных занятий выступали:

- а) возможность дать детям представление об индивидуальности, неповторимости каждого из них;
- б) диагностика самооценки.

Поддержание позитивной самооценки, моделирование своего образа «Я», в будущем дать подростку возможность осознать свои силы, проективный тест «Лесенка», авт.В.Г.Шур, «Тест для исследования самооценки» по методике семантического дифференциала Ч. Осгуда (модификация Л.П.Пономаренко, 1999)

Рисование, расширение опыта взаимодействия с телесным образом «Я», упражнения "Телесная терапия" тело как ценность, формирование бережного и позитивного отношения к собственному телу, показать спектр ролей личности, дифференцировать свое «Я» и роли, роли и маски, формирование навыков преодоления эгоцентризма, определение дистанции и статусных отношений в конфликтных межличностных ситуациях.

### **«Позитивное общение»**

посвящен общим проблемам (барьерам) в общении, обучению учащихся социально-приемлемым способам удовлетворения потребностей взаимодействия с окружающими, и особенно со взрослыми.

Основные задачи на этом этапе работы:

- а) обучение подростков конструктивным способам выхода из конфликтных ситуаций;
- б) развитие умения выслушивать других людей;
- в) формирование альтернативного взгляда в оценке проблем;
- г) определение нравственной позиции членов группы;
- д) формирование позитивной моральной позиции.

Воспитывать нравственную ценность собственной речи, дать понять опасности тотального распространения сквернословия, научить подростков социальным навыкам, необходимым для взаимоотношений со сверстниками, умению познакомиться с понравившимся человеком, развитие навыков общения в конфликтных интимно-личностных ситуациях, формировать позитивную установку на отношение к окружающему миру

### **Информация**

предоставление информации для преодоления общепринятых мифов и неправильного понимания значения психоактивных веществ: никотина, алкоголя, наркотических веществ;

повысить осознание подростками приемов, которые используются рекламой для манипулирования поведением покупателей, и научить их сопротивляться этим приемам;

предоставить подросткам необходимую информацию для преодоления общепринятых мифов и неправильного понимания значения психоактивных веществ (алкоголя, табака, ПАВ). повысить осознание подростками ответственности за правонарушения Знакомство с законами регламентирующие ответственность подростка за правонарушения обсуждение структуры полоролевой идентификации

### **«Принятие решений»**

умение принимать решения в различных ситуациях;

отношение к здоровью как к ценности (не употреблять алкоголь, наркотики, сигареты, а лучше заниматься спортом, прививать полезные привычки);

преодоление неуверенности в себе, не поддаваться давлению окружающих; научить подростков неагрессивно настаивать на своем

умение сказать «НЕТ» в различных ситуациях Исследовать процесс принятия решения группой Упражнения для выработки вербальных навыков неагрессивного настаивания на своем обсуждение причин, моделей и последствий гендерного общения; формирование адекватного отношения подростков к вопросам гигиены сексуального поведения.

### **Профессиональное самоопределение**

Оказание эффективной психолого-педагогической помощи в вопросах профессионального самоопределения, развитие рефлексии, самооценки и навыков самопознания, помощь в разработке резервных вариантов профессионального выбора, способствование приобретению школьниками навыков критического мышления в отношении представления в средствах массовой информации и

стереотипов карьерного успеха, ориентация учащихся на получение качественного профессионального образования, профориентационные диагностики.