

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МО Иркутской области
МКУ "Управление образования администрации муниципального
образования "город Саянск"
МОУ "СОШ № 7"

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО
учителей
гуманитарного цикла

Малькова Т.В.
Протокол №1 от «27»
августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Анипер А.В.
Приказ № 116/7-26-316 от
«28» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу внеурочной деятельности **«Все цвета, кроме черного»**
основное общее образование
8 классы

Составитель программы:
Колтунова М.В.,
Педагог-психолог

город Саянск 2023

Рабочая программа составлена на основе Положения о рабочей программе МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 7» г.Саянска

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе авторского проекта «Все цвета, кроме чёрного». Программано направлен на профилактику вредных привычек и формирование ценностного отношения к здоровью. Традиционно педагоги и родители считают, что основная задача ранней профилактики наркотизма заключается в том, чтобы сформировать у ребёнка (подростка) представление о вреде алкоголя, никотина, наркотических и токсических веществ. Если мальчик или девочка узнают о пагубных последствиях употребления наркотических веществ, - рассуждают взрослые, - то этого вполне достаточно для того, чтобы предотвратить знакомство с ними. Но так ли это на самом деле? Суть педагогической профилактики заключается не только в том, чтобы рассказать детям об опасности одурманивающих веществ, сколько в том, чтобы сформировать у них навыки, позволяющие успешно справляться с возникающими проблемами, реализовать свои желания и потребности за счёт внутренних личностных ресурсов. Вот почему темы профилактической программы, «Все цвета, кроме чёрного» актуальны, так как направлены на развитие у подростков познавательных интересов, способности эффективно строить взаимоотношения с окружающими (в том числе сопротивляться негативному давлению), умения анализировать свои чувства и переживания. Все эти свойства и качества обеспечивают подростку личностную устойчивость к любым внешним негативным влияниям, а значит, снижают вероятность его знакомства с наркотическими веществами.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ: сформировать представления у подростков о ценности здоровья, важности и необходимости бережного отношения к нему.

ПРОГРАММА РЕАЛИЗУЕТСЯ ЧЕРЕЗ СЛЕДУЮЩИЕ ЗАДАЧИ:

1. сформировать представления о наркотизации как поведении, опасном для здоровья.
2. развивать интерес у обучающихся к познанию своих возможностей, своего характера, сильных и слабых сторон.
3. научить давать оценку своим действиям, развивать навыки регуляции своего поведения, эмоционального состояния.
4. развивать коммуникативные навыки (умения строить свои отношения с окружающими в разных ситуациях).

Программа предназначена для 8 класса. Программа может использоваться во внеклассной работе или как дополнительные занятия. Программа представлена в объёме 7 часов, из них: 3 часа теории и 4 часов практики. Программа «Все цвета, кроме чёрного. Познаю свои способности» построена по модульному принципу – их основным структурным и содержательным элементом является тематический модуль, отличающийся относительной законченностью и самостоятельностью. Содержание программы охватывает основные сферы социализации подростков и наиболее актуальные, значимые для них ситуации развития. Информация, связанная с проблемой наркотизации, интегрируется в структуру каждого модуля и рассматривается в рамках конкретной темы. На занятиях предполагается выполнение следующих видов заданий:

- тестовые задания для развития самооценки;
- творческие задания (составление рассказа, логические задачи, игры);
- тренинговые задания.

Работа с комплектом нацелена на достижение конкретных результатов:

- полученные знания позволят обучающимся понять, почему им нужно заботиться о своём здоровье;
- подростки научатся управлять своим поведением, избегать конфликтов с окружающими;

- обучающиеся получают знания и навыки, связанные с предупреждением возможного приобщения к использованию одурманивающих веществ.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

8 класс «Твой выбор»

№	Тема занятия	часы	дата	корректировка
11.	<p>Критическое мышление</p> <p>1.1.Познакомить участников с понятием «критическое мышление».</p> <p>1.2.Отработать навыки задавания вопросов и принятия критики, полезные для формирования критического мышления;</p> <p>1.3.Определить критерии доверия-недоверия к получаемой информации;</p> <p>1.4.Сформировать у подростков позитивное отношение к критике и мнение о том, что она порой помогает не попасть в беду.</p>	1		
22.	<p>Развитие характера</p> <p>Характер человека – это программа его жизни, поэтому его надо воспитывать и развивать, чтобы потом, именно характер помогал совершать поступки. Составным элементом характера является уверенное поведение.</p>	1		
33.	<p>Я абсолютно спокоен</p> <p>Умение справляться со своими эмоциями – это, пожалуй, одно из самых важных умений в жизни. Ведь от положительного настроения многое зависит: и самооценка, и уверенность в себе, и эффективное взаимодействие с людьми, и успех в делах... Эмоции контролировать сложно! Но можно!</p>	1		
44.	<p>Кризис: выход есть</p> <p>Человек – очень сильное существо! И способен</p>	1		

	преодолеть все жизненные невзгоды, которые на него свалятся! Главное – пытаться найти выход, делать для этого все и даже и больше!			
55.	Мое мнение Чтобы стать индивидуальностью, личностью, важно иметь свое мнение, иначе это мнение вам навяжут другие. Чем мы менее информированы и самостоятельны, тем легче нами манипулировать. Мы часто делаем что-то не потому, что мы этого хотим, а потому, что все так делают. Мы пьем и едим то, что навязывает нам реклама, мы начинаем курить, потому что в нашей компании все так делают. Мы сами отказываем себе в праве на собственное мнение, в праве на выбор. Давайте выбирать то, что хотим мы сами, а не слепо следовать тому, что навязывают другие.	1		
66.	Толерантность Важно помнить, что люди имеют право быть такими, какие они есть. Они не обязаны меняться, чтобы понравится нам. Мы тоже имеем право быть такими, какие мы есть.	1		
77.	Мое будущее. Стратегии успеха. Наше будущее строится уже сегодня! Мы должны ответственно подходить ко всему, что делаем сейчас, потому что отвечать за это придется именно нам. И если что-то не удастся, винить будет некого.	2		

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

• Критическое мышление

Нас постоянно оценивают другие люди, с которыми мы встречаемся. И нам свойственно оценивать других, чтобы убедиться: мы что-то значим, и от нас что-то зависит. Поэтому критическое отношение к людям, их поступкам и мыслям будет всегда. А раз так, то надо

спокойно относиться к этому. Критика, которую мы получаем – это «суперская» информация, помогающая нам стать лучше и мобильней. Она учит нас понимать мир. Но это не значит, что любая критика полезна. Надо уметь отстаивать свое мнение. А для этого надо быть «профи» в том вопросе, о котором говоришь.

- **Развитие характера**

Характер человека – это программа его жизни, поэтому его надо воспитывать и развивать, чтобы потом именно характер помогал совершать поступки.

- **Я абсолютно спокоен**

Умение справляться со своими эмоциями – это, пожалуй, одно из самых важных умений в жизни. Ведь от положительного настроения многое зависит: и самооценка, и уверенность в себе, и эффективное взаимодействие с людьми, и успех в делах.

- **Кризис: выход есть**

Человек – очень сильное существо! И способен преодолеть все жизненные невзгоды, которые на него свалятся! Главное – пытаться найти выход, делать для этого все и даже и больше!

- **Мое мнение**

Чтобы стать индивидуальностью, личностью, важно иметь свое мнение, иначе это мнение вам навязжут другие. Чем мы менее информированы и самостоятельны, тем легче нами манипулировать. Мы часто делаем что-то не потому, что мы этого хотим, а потому, что все так делают. Мы пьем и едим то, что навязывает нам реклама, мы начинаем курить, потому что в нашей компании все так делают. Мы сами отказываем себе в праве на собственное мнение, в праве на выбор. Давайте выбирать то, что хотим мы сами, а не слепо следовать тому, что навязывают другие.

- **Толерантность**

Важно помнить, что люди имеют право быть такими, какие они есть. Они не обязаны меняться, чтобы понравится нам. Мы тоже имеем право быть такими, какие мы есть.

- **Стратегии успеха**

Наше будущее строится уже сегодня! Мы должны ответственно подходить ко всему, что делаем сейчас, потому что отвечать за это придется именно нам. И если что-то не удастся, винить будет некого.

Список литературы

1. Ануфриев А. Ф., Костромина С. Н. Как преодолеть трудности в обучении детей / Ануфриев А. Ф., Костромина С. Н. – М.: Ось – 89. – 1998.
2. Безруких М. М., Макеева А. Г., Филлипова Т. А. Все цвета, кроме чёрного: 5 – 6 класс/ Безруких М. М., Макеева А. Г., Филлипова Т. А. Пособие для педагогов и родителей – М.: Вентана – Граф. – 2007.
3. Рогов Е. И. Я и самопознание / Рогов Е. И. – М.: Март. – 2006.
4. Ускова Г. А. Психолого – педагогическая диагностика младших школьников / Ускова Г. А. – М.: Академический проект. – 2004.
5. Методическое пособие по формированию здорового образа жизни у подростков по программе «Всё, что тебя касается» // коллектив авторов «Здоровая Россия».