

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа № 203 Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБОУ школа № 203)**

**ПРИНЯТА**  
Педагогическим советом  
ГБОУ школы № 203  
Протокол от 29 августа 2023 г. № 1

**УТВЕРЖДЕНА**  
Приказом ГБОУ школы № 203  
от 29 августа 2023 г. № 513-од

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Всё, что тебя касается»**

Возраст учащихся: 14-16 лет  
Срок освоения: 1 год

Разработчик программы: социальный педагог  
**Фокина Анжелика Геннадьевна**

## Оглавление

<b>Пояснительная записка</b> .....	3
Основные характеристики программы.....	3
Направленность программы.....	3
Адресат программы.....	3
Актуальность программы.....	3
Уровень освоения программы.....	4
Срок и объем реализации программы.....	4
Цель программы.....	4
Задачи программы.....	4
Планируемые результаты освоения учащимися программы.....	4
<b>Организационно-педагогические условия реализации программы</b> .....	5
Язык реализации программы.....	5
Форма обучения.....	5
Особенности реализации.....	5
Условия набора учащихся.....	5
Количество учащихся в группе.....	5
Форма организации деятельности учащихся на занятиях.....	5
Материально-техническое оснащение программы.....	5
Кадровое обеспечение.....	6
<b>Учебный план дополнительной общеразвивающей программы</b> .....	7
<b>Методические и оценочные материалы</b> .....	8
Методические пособия для учителя.....	10
Литература для педагога.....	10
Интернет-ресурсы.....	11
Оценочные материалы.....	11
Форма подведения итогов.....	11
Календарный учебный график.....	13
<b>Рабочая программа дополнительной общеразвивающей программы</b> .....	14
Особенности программы и организации образовательного процесса.....	14
Цель программы.....	14
Планируемые результаты .....	14
<b>Содержание программы</b> .....	15
Календарно-тематический план.....	17
<b>Рабочая программа воспитания</b> .....	22
Календарный план воспитательной работы.....	22
План работы с родителями.....	18

### Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Все, что тебя касается для 8 и 9 классов» разработана в соответствии с направлениями государственной образовательной политики и современными нормативными документами федерального и регионального уровня в сфере образования, а также локальными актами ГБОУ № 203.

#### Основные характеристики программы

**Направленность программы** – социальная.

**Адресат программы:** программа адресована учащимся 14-16 лет.

**Актуальность программы** обусловлена соответствием её содержания требованиям Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) основного общего образования, Концепции духовно- нравственного развития и воспитания личности гражданина России и направлена на формирование навыков здорового образа жизни у подростков, так как данное направление в настоящий момент является приоритетным в системе воспитания.

В нашей стране от 3 до 8 миллионов человек потребляют наркотики, почти 2/3 из них молодёжь в возрасте до 30 лет. Наркотизация в России сопровождается такими негативными тенденциями, как неуклонное омоложение, средний возраст начала употребления наркотиков снизился до 14 лет. Социологические исследования, проведенные Государственным научным центром психиатрии и наркологии РФ, показывают, что среди подростков в возрасте от 14 до 16 лет спиртные напитки потребляют 93% мальчиков и 88% девочек, употребляли наркотические и токсикоманические вещества хотя бы один раз в жизни – 56% мальчиков и 20% девочек, потребляют наркотики в настоящее время 45% мальчиков и 18% девочек. Также вызывает тревогу тот факт, что наркотики становятся все более и более доступными для молодежи, что на российский рынок во все возрастающем объеме выбрасываются новые наркотические вещества, в том числе мощного разрушающего действия.

Основы федерального нормативного регулирования в сфере профилактики распространения наркомании среди несовершеннолетних заложены в Стратегии государственной антинаркотической политики до 2020 года, Федеральном законе «О наркотических средствах и психотропных веществах» 1998 г. и Федеральном законе «Об охране здоровья граждан» 2011 г. В соответствии с этими федеральными нормативными правовыми актами, сохранение физического, нравственного и психического здоровья является одной из главных задач образовательного учреждения.

Когда ребенку 14-16 лет здоровье и здоровый образ жизни не являются ценностью. В этот период ребенок не может быть сосредоточен на том, чем и так обладает в полной мере. У него другие приоритеты: он активно познает мир вокруг себя и себя в этом мире. Здоровье – не самоцель, а средство для достижения цели. Средство для того, чтобы стать независимой личностью, яркой индивидуальностью, признанным авторитетом и успешным профессионалом.

С другой стороны, подростковый возраст и рискованное поведение – почти синонимы. Стремление испытать себя, комплекс неполноценности и жажда самоутверждения – все это закономерности полового созревания. Подростковый период – время потенциальных опасностей (никотиновой, алкогольной, наркотической зависимости, опасности заражения ВИЧ). Все это наносит вред не только здоровью молодого человека, но и оказывает влияние на его социально-психологическое благополучие, возможность получения образования, профессии, создание семьи и т.д. Таким образом, в психологическом развитии детей подросткового возраста наступает переломный момент,

поэтому программа психологических занятий актуальна, т.к. направлена на формирование здорового образа жизни подростков.

**Уровень освоения программы:** социальный.

**Срок и объем реализации программы:** 1 год, 144 часа.

**Цель программы:** способствовать формированию уверенной в себе личности, уважающей себя и других, умеющей анализировать и контролировать ситуацию и свое поведение, осознающей ответственность за свое здоровье.

**Задачи программы:**

*обучающие:*

- создание у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
- формирование познавательных представлений о том, как можно сделать свою жизнь увлекательной и интересной, не прибегая к потреблению психоактивных веществ;
- формирование способностей эффективно строить взаимоотношения со взрослыми и сверстниками;

*развивающие:*

- развитие личностных ресурсов детей за счет расширения кругозора, сферы актуальных интересов и способностей;
- развитие у детей и подростков умения оценивать свои действия и поступки, прогнозировать их возможные результаты;

*воспитательные:*

- формирование представления о личной ответственности за своё поведение;
- формирование единого воспитательного пространства, в котором осуществляется педагогическая профилактика.

**Планируемые результаты освоения учащимися программы:**

**Личностные УУД:**

1) самоопределение:

- мотивация учения;
- осознание себя частью семьи, страны;
- ведение здорового образа жизни и приобретение навыка самостоятельного физического совершенствования;

2) смыслообразования:

- убежденность и активность в пропаганде ЗОЖ, как необходимого элемента сохранения своей жизни;
- самостоятельность в принятии правильного решения;

3) нравственно-этического оценивания:

- оценивание усваиваемого содержания, исходя из социальных и личностных ценностей, обеспечивающее личностный моральный выбор;
- внимательность и вежливость во взаимоотношениях с окружающими.

**Предметные УУД:**

- создание у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
- знания и навыки, связанные с предупреждением возможного приобщения к одурманивающим веществам, умение отказываться от предложений, которые считают опасными;
- сформированность важнейших учебных умений и действий.

**Метапредметные УУД:**

1) познавательные:

- формулирование познавательной цели;
- поиск и выделение информации, моделирование;

- анализ с целью выделения признаков (существенных, несущественных);
- синтез как составление целого из частей, восполняя недостающие компоненты;
- выбор оснований и критериев для сравнения, классификации объектов;
- подведение под понятие, выведение следствий;
- установление причинно-следственных связей;
- построение логической цепи рассуждений;
- доказательство;
- выдвижение гипотез и их обоснование;
- формулирование проблемы;
- самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера;

2) коммуникативные УУД:

- планирование (определение цели, функций участников, способов взаимодействия);
- инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов;
- управление поведением партнёра точно выражать свои мысли;

3) регулятивные УУД:

- целеполагание (постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно);
- планирование (определение последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата; составление плана и последовательности действий);
- контроль (в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона);
- коррекция (внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его продукта);
- оценка (выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что ещё подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения);
- волевая саморегуляция (способность к мобилизации сил и энергии; способность к волевому усилию – к выбору в ситуации мотивационного конфликта и к преодолению препятствий).

**Средства формирования УУД:** *словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др.*

А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся:

*Психологическая информация.*

**Организационно-педагогические условия реализации программы**

**Язык реализации программы:** государственный язык РФ (русский).

**Форма обучения:** очная.

**Особенности реализации:** достаточно эффективный метод, способствующий углублению самосознания подростков, является изучение некоторых важных для этого возраста психологических понятий. Сообщаемая информация стимулирует подростка к размышлению о себе.

**Условия набора учащихся:** к обучению по программе приглашаются все желающие в возрасте 12-16 лет.

**Условия формирования групп:**

Для реализации программы может осуществляться формирование как одновозрастных, так и разновозрастных групп.

**Количество учащихся в группе:** 15 человек

**Форма организации деятельности учащихся на занятиях:** фронтальная, групповая, коллективная.

**Материально-техническое обеспечение программы**

1. Мультимедийная техника (компьютер, проектор, экран);

2. Наглядные материалы (картины, репродукции, фото, таблицы и др.);
3. Оборудованный учебный класс.

**Кадровое обеспечение:** программу реализует педагог – соответствующий необходимым квалификационным характеристикам по должности «социальный педагог».

**Учебный план дополнительной общеразвивающей программы  
«Всё, что тебя касается»**

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Беседа, просмотр
2.	1 раздел: «Навстречу себе»	66	33	33	Беседы, просмотр презентаций, участие в конкурсах.
3.	2 раздел: «Твой выбор».	38	19	19	Беседы, просмотр презентаций, участие в конкурсах.
4.	3 раздел: «Будь собой»)	38	19	19	Беседы, просмотр презентаций, участие в конкурсах.
5.	Итоговое занятие	2	1	1	Зачёт «в кругу», анкетирование
	<b>Итого</b>	<b>144</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	

## Методические и оценочные материалы Методические материалы

### Методики, методы и приемы, технологии обучения

#### Раздел 1. «Навстречу себе»

##### **Давайте знакомиться!**

Познакомить участников с процессом и техниками общения; сформировать позитивный настрой на работу по данной проблематике; способствовать формированию у участников ощущения единой группы.

##### **Искусство общения.**

Познакомить участников с процессом и техниками общения; показать, что может дать им успешное освоение техник общения; помочь подросткам овладеть навыками коммуникативной и социальной компетентности (навыками начала разговора, невербального общения, эффективного слушания, понимания других людей и др.).

##### **Жизненные ценности.**

Познакомить участников с понятием «ценность» и выявить специфику жизненных ценностей; сформировать отношение участников тренинга к ценностям как очень важной составляющей личности, которая определяет наше отношение к жизни вообще; сформировать навык выявления ценностей в конфликтах между разными поколениями.

##### **Эмоции.**

Объяснить, что такое эмоции, какими они бывают, прояснить позитивное и негативное влияние эмоций на развитие жизненных ситуаций; сформировать внимательное отношение к эмоциям как «предупредительным сигналам»; научить определять свое эмоциональное состояние.

##### **Мужчина и женщина.**

Познакомить с правилами безопасного сексуального поведения и показать их связь с сохранением репродуктивного здоровья; научить осознавать свои потребности и ожидания по отношению к своему партнеру; сформировать навыки общения с противоположным полом.

##### **Разрешаем конфликты.**

Познакомить участников с понятием «конфликт»; сформировать у подростков стремление к предупреждению конфликтов, позитивному выходу из конфликтных ситуаций; научить предотвращать развитие конфликта, показать и отработать способы выхода из конфликтных ситуаций.

#### Раздел 2. «Твой выбор»

##### **Критическое мышление.**

Познакомить участников с понятием «критическое мышление», его аспектами и нюансами; отработать навыки задавания вопросов и принятия критики, полезные для формирования критического мышления; определить критерии доверия-недоверия к получаемой информации; сформировать у подростков позитивное отношение к критике и мнение о том, что она порой помогает не попасть в беду.

##### **Куриль или не курить?**

Показать причины и последствия курения; выработать критическое отношение к курению; привить навык отказа от сигареты.

##### **Соппротивление давлению.**

Познакомить участников с понятием социального давления (каким оно бывает, что мы чувствуем, когда под него попадаем). Сформировать позитивное отношение к стремлению быть индивидуальностью. Научить видеть ситуации манипулирования, сформировать навыки сопротивления давлению.



**Наркотики: не влезай — убьёт!**

Дать представление о причинах и последствиях наркозависимости; сформировать у подростков негативное отношение к наркотикам; сформировать навык отказа от приема наркотиков, даже легких.

**ВИЧ/СПИД: мы знаем, как себя защитить!**

Выяснить первоначальный уровень информированности участников о проблеме и сообщить достоверную информацию о ВИЧ/СПИДе, путях передачи и способах профилактики; сформировать толерантное отношение к больным ВИЧ-инфекцией; научить подростков избегать ситуаций с высокой степенью риска и закрепить полученные знания в практических навыках.

**Раздел 3. «Будь собой»****Развитие характера (Уверенное поведение).**

Познакомить участников с различными способами развития характера, с приемами и техниками уверенного поведения, а также техниками воздействия на собеседника; сформировать желание развивать свой характер, тренировать волю и работать над собой; отработать способы поведения, которые позволяют развивать свой характер и повышают уверенность в себе.

**Я абсолютно спокоен!**

Познакомить участников с типами темперамента; научить методикам самоконтроля и оценки собственного эмоционального состояния; отработать техники снятия напряжения и релаксации.

**Кризис: выход есть!**

Дать представление о кризисных ситуациях и о рискованном поведении, которое к ним приводит; сформировать отношение к кризису как к возможности для саморазвития; разработать стратегию поведения в кризисной ситуации.

**Алкоголь: мифы и реальность.**

Дать представление о причинах и последствиях алкоголизма; сформировать у подростков представление о культуре употребления спиртных напитков; сформировать у участников навыки, помогающие удержаться от алкоголя.

**Моё мнение.**

Рассказать участникам о способах эффективной аргументации и том, как важно иметь собственное мнение и уметь отстаивать его неагрессивно; сформировать у подростков активную позицию по отношению к собственной жизни; отработать навык эффективной аргументации и другие способы доказательства своей точки зрения.

**Толерантность.**

Познакомить участников тренинга с понятием «толерантность», с разными видами поддержки и ситуациями, в которых они применяются; способствовать формированию навыков толерантного поведения; научить применять поддержку на практике.

**Моё будущее: стратегии успеха.**

Сформировать представление о том, как здоровье молодого человека соотносится с его будущим; помочь участникам осознать и прочувствовать, что их будущее во многом зависит от их собственных намерений, целей и действий; сформировать навык проектирования собственного будущего.

**Подводим итоги.**

Обобщить всю полученную информацию; подвести итоги работы по программе; получить обратную связь от участников тренинга и попрощаться друг с другом.

### Методические пособия для учителя

1. Аудио-, видеозаписи.
2. Набор открыток сюжетного содержания.
3. Набор тематических таблиц.
4. Набор фотографий видов природы, портретов людей.
5. Психологические тесты.
6. Репродукции картин, рисунки детей для определения эмоционального состояния человека.

### Литература для педагога

1. *Айзенк Р.* Познай свои способности! М., 1992.
2. *Берн Э.* Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. М., 1988.
3. *Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А.* **Все цвета, кроме черного: Книга для родителей.** – М.: Вентана-Граф, 2003.
4. *Гамезо М.В., Домашенко И.А.* Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1989.
5. *Добрович А.Б.* Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М., 1887.
6. *Дубровина И.В.* Школьная психологическая служба: Вопросы теории и практики. М.: Просвещение, 1991.
7. Игры: обучение, тренинг, досуг // под ред. Петрусинского В.В. М.: Новая школа, 1994.
8. Как улучшить собственную память. Екатеринбург: Диамонт, 1992.
9. *Коломинский Я.Л.* Человек: психология. М.: Просвещение, 1987.
10. *Колпачников В.В.* Психологический практикум общения и самопознания. Программа курса для старшеклассников // Методические рекомендации по образовательной области “Технология”. Екатеринбург: Изд-во ИРРО, 1996.
11. *Методическое пособие по формированию здорового образа жизни у подростков по программе «Всё, что тебя касается» // коллектив авторов «Здоровая Россия».*
12. *Макеева А.Г.* **Все цвета, кроме черного: Семейная профилактика наркотизма: Книга для родителей / Под ред. М.М.Безруких.** – М.: Просвещение, 2005.
13. *Макеева А.Г.* **Не допустить беды: Педагогическая профилактика наркотизма школьников: Пособие для учителя / Под ред. М.М. Безруких.** – М.: Просвещение, 2004.
14. *Макеева А.Г.* **Как уберечь ребенка от курения и знакомства с алкоголем.** – М.: Вентана-Граф, 2004.
15. *Никитин Б.П.* Ступеньки к творчеству, или Развивающие игры. М.: Просвещение, 1990.
16. *Пекелис В.* Твои возможности, человек! М.: Знание, 1986.
17. *Петракова Т.Н.* Руководство по профилактике наркомании среди детей и подростков. М., 2007.
18. Познавательные процессы и способности в обучении // под ред. Шадрикова В.Д. М, 1990.
19. Психология. Словарь // под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского, М, 1990.
20. Руководство практического психолога. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте // под ред. Дубровиной И.В. М.: Академия, 1995.
21. *Самоукина Н.В.* Игры в школе и дома. М.: Новая книга. 1993.
22. *Сафонова Л.В.* Дневник самопознания, в 2-х частях. Екатеринбург, 1999.
23. Тактильная память // составитель Матюгин И.Ю. М.: Центр “Эйдос”, 1991.
24. *Тихомирова Л.Ф.* Развитие интеллектуальных способностей ребенка. Младший подростковый возраст 10 – 14 лет. М.: Рольф, 2001.
25. Ты меня понимаешь? // составитель Васильева Т.В.. С-Петербург, 1994.
26. *Фопель К.* Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. В 4-х частях. М.: Генезис, 2000.

27. Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. М.: Новая школа, 1994.  
 28. Шуркова Н.Е. Собрание пестрых дел. М.: Новая школа, 1994.  
 29. Психология современного подростка / Под ред. Л.А. Редуш. СПб., 2005

### 30. Литература, рекомендованная для учащихся

31. 1. Андреев О.А. Учимся быть внимательными / О.А. Андреев. — Ростов н/Д: Феникс, 2004.  
 32. 2. Бьюзен Т. Максимально используйте свой разум / Т.Бьюзен. — Минск, 2004.  
 33. 3. Гамезо М.В. Атлас по психологии: Информационно-методическое пособие по курсу «Психология человека» / М.В. Гамезо, И.А. Домашенко— М.: Педагогическое общество России, 2001.  
 34. 4. Жариков Е.С. Для тебя и о тебе / Е.С. Жариков, Е.Л. Крушельницкий — М.: Просвещение, 1991.  
 35. 5. Тертель А.Л. Психология в вопросах и ответах: Учебное пособие / А.Л.Тертель— М.: Проспект, 2005.  
 36. 6. Бабушкина Т. Что хранится в карманах детства. Уроки фантазии. / Т.Бабушкина— М.: Издательство «Атлант», 2004.  
 37.

### 38. Интернет-ресурсы

39. <http://pedsovet.org/> - Всероссийский интернет-педсовет;  
 40. <http://it-n.ru/> - сеть творческих учителей;  
 41. <http://viki.rdf.ru/> - детские электронные презентации и клипы;  
 42. <http://festival.1september.ru/> - Фестиваль педагогических идей "Открытый урок";  
 43. [www.alleng.ru](http://www.alleng.ru) – сайт информационных ресурсов;  
 44. <http://www.ug.ru> - сайт «Учительской газеты»;  
 45. <http://www.kinder.ru/default.htm> - Интернет для детей;  
 46. <http://www.km.ru> – портал компании «Кирилл и Мефодий».  
 47. <http://catalog.iot.ru> – каталог интернет-ресурсов по образованию;  
 48. <http://nsportal.ru/> - социальная сеть работников образования  
 49. <http://www.takzdorovo.ru/nezavisimost> (*Проект Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации*)  
 50. <http://youth.fskn.gov.ru/> Федеральная служба Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков (раздел «Молодежи»)  
 51. <http://family.fskn.gov.ru/> Федеральная служба Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков (раздел «Родителям и детям»)

### Оценочные материалы

Контроль на данном этапе проводится в игровой форме (конкурсы, игры, тренинги), посредством выполнения творческих заданий, их презентации и последующей рефлексии.

Способами определения результативности программы является мониторинг результативности изучения курса.

Оценка освоения программы производится по трехуровневой/трехбалльной системе:

высокий уровень освоения программы – 3 балла,

средний уровень освоения программы – 2 балла,

низкий уровень освоения программы – 1 балл.

### Форма подведения итогов:

Итоговой работой по завершению каждого раздела являются психологическая игра.

После каждого года обучения проводится мониторинг результативности изучения курса. (приложение 1)

## Применяемые методики:

<i>УУД</i>	<i>Методика</i>	<i>Исследуемые характеристики</i>
<i>Личностные УУД</i>	Диагностика учебной мотивации Н.Ц.Бадмаевой на основе методики М.В.Матюхиной	Изучение мотивационной сферы как одной из составляющих личностных УУД
<i>Регулятивные УУД</i>	Определение уровня развития словесно-логического мышления (Любовь Переслени, Татьяна Фотекова)	Изучение сформированности словесно-логического мышления как одной из составляющих познавательных УУД
<i>Познавательные УУД</i>	Методика "Интеллектуальная лабильность" (модификация С. Н. Костроминой)	Изучение концентрации внимания, скорости реакции на предлагаемое задание, а также заданной скорости выполнения как составляющих регулятивных УУД
<i>Коммуникативные УУД</i>	Методика «Социометрия»	Изучение социометрического статуса в детском коллективе как одного из составляющих коммуникативных УУД

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа № 203 Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБОУ школа № 203)**

ПРИНЯТ  
Педагогическим советом  
ГБОУ школы № 203  
Протокол от 29 августа 2023 г. № 1

УТВЕРЖДЕН  
Приказом ГБОУ школы № 203  
от 29 августа 2023 г. № 513-од

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**  
**реализации дополнительной общеразвивающей программы «Все, что тебя касается»**  
на 2023-2024 учебный год

<b>Год обучения</b>	<b>Дата начала занятий</b>	<b>Дата окончания занятий</b>	<b>Всего учебных недель</b>	<b>Кол-во учебных дней</b>	<b>Кол-во учебных часов</b>	<b>Режим занятий</b>
1 год	01.09.2023	25.05.2024	34	72	144	2 раза в неделю по 2 часа

Один учебный час - 40 минут.

**Режим работы в период школьных каникул:** Занятия проводятся по расписанию.

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа № 203 Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБОУ школа № 203)**

ПРИНЯТА  
Педагогическим советом  
ГБОУ школы № 203  
Протокол от 29 августа 2023 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом ГБОУ школы № 203  
от 29 августа 2023 г. № 513-од

### **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

#### **дополнительной общеразвивающей программы «Всё, что тебя касается»**

##### **Особенности программы и организации образовательного процесса:**

в процессе обучения учащиеся знакомятся как с различными видами современной хореографии, так и с импровизацией в танце, а также разучивают комбинации, не имеющие привязки к определённому стилю. Развивают своё тело, учатся двигаться красиво под любую музыку.

##### **Цель программы:**

способствовать формированию уверенной в себе личности, уважающей себя и других, умеющей анализировать и контролировать ситуацию и свое поведение, осознающей ответственность за свое здоровье.

##### **Задачи:**

- создание у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
- формирование познавательных представлений о том, как можно сделать свою жизнь увлекательной и интересной, не прибегая к потреблению психоактивных веществ;
- формирование способностей эффективно строить взаимоотношения со взрослыми и сверстниками;
- развитие личностных ресурсов детей за счет расширения кругозора, сферы актуальных интересов и способностей;
- развитие у детей и подростков умения оценивать свои действия и поступки, прогнозировать их возможные результаты;
- формирование представления о личной ответственности за своё поведение;
- формирование единого воспитательного пространства, в котором осуществляется педагогическая профилактика.

##### **Планируемые результаты**

###### **Личностные УУД:**

###### **1) самоопределение:**

- мотивация учения;
- осознание себя частью семьи, страны;
- ведение здорового образа жизни и приобретение навыка самостоятельного физического совершенствования;

###### **2) смыслообразования:**

- убежденность и активность в пропаганде ЗОЖ, как необходимого элемента сохранения своей жизни;
- самостоятельность в принятии правильного решения;

3) нравственно-этического оценивания:

- оценивание усваиваемого содержания, исходя из социальных и личностных ценностей, обеспечивающее личностный моральный выбор;
- внимательность и вежливость во взаимоотношениях с окружающими.

**Предметные УУД:**

- создание у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
- знания и навыки, связанные с предупреждением возможного приобщения к одурманивающим веществам, умение отказываться от предложений, которые считают опасными;
- сформированность важнейших учебных умений и действий.

**Содержание программы:**

**Раздел 1. «Навстречу себе»**

**Давайте знакомиться!**

Познакомить участников с процессом и техниками общения; сформировать позитивный настрой на работу по данной проблематике; способствовать формированию у участников ощущения единой группы.

**Искусство общения.**

Познакомить участников с процессом и техниками общения; показать, что может дать им успешное освоение техник общения; помочь подросткам овладеть навыками коммуникативной и социальной компетентности (навыками начала разговора, невербального общения, эффективного слушания, понимания других людей и др.).

**Жизненные ценности.**

Познакомить участников с понятием «ценность» и выявить специфику жизненных ценностей; сформировать отношение участников тренинга к ценностям как очень важной составляющей личности, которая определяет наше отношение к жизни вообще; сформировать навык выявления ценностей в конфликтах между разными поколениями.

**Эмоции.**

Объяснить, что такое эмоции, какими они бывают, прояснить позитивное и негативное влияние эмоций на развитие жизненных ситуаций; сформировать внимательное отношение к эмоциям как «предупредительным сигналам»; научить определять свое эмоциональное состояние.

**Мужчина и женщина.**

Познакомить с правилами безопасного сексуального поведения и показать их связь с сохранением репродуктивного здоровья; научить осознавать свои потребности и ожидания по отношению к своему партнеру; сформировать навыки общения с противоположным полом.

**Разрешаем конфликты.**

Познакомить участников с понятием «конфликт»; сформировать у подростков стремление к предупреждению конфликтов, позитивному выходу из конфликтных ситуаций; научить предотвращать развитие конфликта, показать и отработать способы выхода из конфликтных ситуаций.

**Раздел 2. «Твой выбор»**

**Критическое мышление.**

Познакомить участников с понятием «критическое мышление», его аспектами и нюансами; отработать навыки задавания вопросов и принятия критики, полезные для формирования критического мышления; определить критерии доверия-недоверия к получаемой информации; сформировать у подростков позитивное отношение к критике и мнение о том, что она порой помогает не попасть в беду.

**Курить или не курить?**

Показать причины и последствия курения; выработать критическое отношение к курению; привить навык отказа от сигареты.

**Сопротивление давлению.**

Познакомить участников с понятием социального давления (каким оно бывает, что мы чувствуем, когда под него попадаем). Сформировать позитивное отношение к стремлению быть индивидуальностью. Научить видеть ситуации манипулирования, сформировать навыки сопротивления давлению.

**Наркотики: не влезай — убьёт!**

Дать представление о причинах и последствиях наркозависимости; сформировать у подростков негативное отношение к наркотикам; сформировать навык отказа от приема наркотиков, даже легких.

**ВИЧ/СПИД: мы знаем, как себя защитить!**

Выяснить первоначальный уровень информированности участников о проблеме и сообщить достоверную информацию о ВИЧ/СПИДе, путях передачи и способах профилактики; сформировать толерантное отношение к больным ВИЧ-инфекцией; научить подростков избегать ситуаций с высокой степенью риска и закрепить полученные знания в практических навыках.

**Раздел 3. «Будь собой»****Развитие характера (Уверенное поведение).**

Познакомить участников с различными способами развития характера, с приемами и техниками уверенного поведения, а также техниками воздействия на собеседника; сформировать желание развивать свой характер, тренировать волю и работать над собой; отработать способы поведения, которые позволяют развивать свой характер и повышают уверенность в себе.

**Я абсолютно спокоен!**

Познакомить участников с типами темперамента; научить методикам самоконтроля и оценки собственного эмоционального состояния; отработать техники снятия напряжения и релаксации.

**Кризис: выход есть!**

Дать представление о кризисных ситуациях и о рискованном поведении, которое к ним приводит; сформировать отношение к кризису как к возможности для саморазвития; разработать стратегию поведения в кризисной ситуации.

**Алкоголь: мифы и реальность.**

Дать представление о причинах и последствиях алкоголизма; сформировать у подростков представление о культуре употребления спиртных напитков; сформировать у участников навыки, помогающие удержаться от алкоголя.

**Моё мнение.**

Рассказать участникам о способах эффективной аргументации и том, как важно иметь собственное мнение и уметь отстаивать его неагрессивно; сформировать у подростков активную позицию по отношению к собственной жизни; отработать навык эффективной аргументации и другие способы доказательства своей точки зрения.

**Толерантность.**

Познакомить участников тренинга с понятием «толерантность», с разными видами поддержки и ситуациями, в которых они применяются; способствовать формированию навыков толерантного поведения; научить применять поддержку на практике.

**Моё будущее: стратегии успеха.**

Сформировать представление о том, как здоровье молодого человека соотносится с его будущим; помочь участникам осознать и прочувствовать, что их будущее во многом зависит от их собственных намерений, целей и действий; сформировать навык проектирования собственного будущего.

**Подводим итоги.**

Обобщить всю полученную информацию; подвести итоги работы по программе; получить обратную связь от участников тренинга и попрощаться друг с другом.



УТВЕРЖДЕН  
 Приказом ГБОУ школы № 203  
 от 29 августа 2023 г. № 513-од

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
**реализации дополнительной общеразвивающей программы «Все, что тебя касается**  
**для учащихся 7-8 классов»**  
 на 2023-2024 учебный год  
 для группы № \_\_\_\_\_  
 педагога Фокина Анжелика Геннадьевна

№ занятия	Темы занятия	Виды и формы внеурочной деятельности	Количество часов	Вид занятия
1.	Давайте знакомиться	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое
2.	Искусство общения	Познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение	6	Практическое
3.	Искусство общения	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	6	Практическое
4.	Жизненные ценности	Познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение	5	Практическое
5.	Жизненные ценности	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	10	Практическое
6.	Эмоции	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	9	Практическое
7.	Эмоции	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	9	Практическое
8.	Мужчина и женщина	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	5	Практическое
9.	Мужчина и женщина	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	5	Практическое

10	Разрешаем конфликты	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	5	Практическое
11	Разрешаем конфликты	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, игра	5	Практическое
12	Критическое мышление	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое
13	Критическое мышление	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое
14	Курить или не курить	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	6	Практическое
15	Курить или не курить	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	4	Практическое
16	Сопротивление давлению	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	1	Практическое
17	Сопротивление давлению	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	2	Практическое
18	Наркотики: не влезай - убьёт!	Познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение	5	Практическое
19	Наркотики: не влезай - убьёт!	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	6	Практическое
20	ВИЧ/СПИД: мы знаем, как себя защитить	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, игра	6	Практическое
21	Развитие характера (Уверенное поведение)	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	2	Практическое
22	Развитие характера (Уверенное поведение)	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	2	Практическое
23	Я абсолютно спокоен!	Познавательная деятельность, элементы тренинговых	3	Практическое

		упражнений, проблемно-ценностное общение		
24	Я абсолютно спокоен!	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	4	Практическое
25	Кризис: выход есть!	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	3	Практическое
26	Кризис: выход есть!	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	3	Практическое
27	Алкоголь: мифы и реальность	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	2	Практическое
28	Алкоголь: мифы и реальность	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	4	Практическое
29	Моё мнение	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	2	Практическое
30	Моё мнение	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	2	Практическое
31	Толерантность	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	2	Практическое
32	Толерантность	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	2	Практическое
33	Моё будущее: стратегии успеха	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	4	Практическое
34	Моё будущее: стратегии успеха	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение	4	Практическое
35	Подводим итоги. Игра «Все, что тебя касается»	Познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, игра	6	Практическое

№ п/п	Дата		Тема/содержание занятия	Количество часов	Примечание
	план	факт			

1	5.09.2023		Вводное занятие. Давайте знакомиться.	1	
2	7.09.2023		Искусство общения	2	
3	12.09.2023		Искусство общения	2	
4	14.09.2023		Искусство общения	2	
5	19.09.2023		Искусство общения	2	
6	21.09.2023		Искусство общения	2	
7	22.09.2023		Искусство общения	2	
8	26.09.2023		Жизненные ценности	2	
9	28.09.2023		Жизненные ценности	2	
10	3.10.2023		Жизненные ценности	2	
11	5.10.2023		Жизненные ценности	2	
12	10.10.2023		Жизненные ценности	2	
13	12.10.2023		Жизненные ценности	2	
14	17.10.2023		Жизненные ценности	2	
15	19.10.2023		Жизненные ценности. Эмоции	2	
16	24.10.2023		Эмоции	2	
17	26.10.2023		Эмоции	2	
18	31.10.2023		Эмоции	2	
19	2.11.2023		Эмоции	2	
20	7.11.2023		Эмоции	2	
21	9.11.2023		Эмоции	2	
22	14.11.2023		Эмоции	2	
23	16.11.2023		Эмоции	2	
24	21.11.2023		Эмоции	2	
25	23.11.2023		Мужчина и женщина	2	
26	28.11.2023		Мужчина и женщина	2	
27	30.11.2023		Мужчина и женщина	2	
28	5.12.2023		Мужчина и женщина	2	
29	7.12.2023		Мужчина и женщина	2	
30	12.12.2023		Разрешаем конфликты	2	
31	14.12.2023		Разрешаем конфликты	2	
32	19.12.2023		Разрешаем конфликты	2	
33	21.12.2023		Разрешаем конфликты	2	
34	26.12.2023		Разрешаем конфликты	2	
35	28.12.2023		Критическое мышление	2	
36	16.01.2024		Курить или не курить	2	
37	18.01.2024		Курить или не курить	2	
38	23.01.2024		Сопrotивление давлению	2	
39	25.01.2024		Наркотики: не влезай - убьёт!	2	
40	30.01.2024		Наркотики: не влезай - убьёт!	2	
41	01.02.2024		Наркотики: не влезай - убьёт!	2	
42	06.02.2024		Наркотики: не влезай - убьёт! Я абсолютно спокоен!	2	
43	08.02.2024		ВИЧ/СПИД: мы знаем, как себя защитить	2	
44	13.02.2024		ВИЧ/СПИД: мы знаем, как себя защитить	2	

45	15.02.2024		ВИЧ/СПИД: мы знаем, как себя защитить	2	
46	20.02.2024		Развитие характера (Уверенное поведение)	2	
47	22.02.2024		Я абсолютно спокоен!	2	
48	27.02.2024		Я абсолютно спокоен! Кризис: выход есть!	2	
49	29.02.2024		Кризис: выход есть!	2	
50	05.03.2024		Кризис: выход есть!	2	
51	07.03.2024		Алкоголь: мифы и реальность	2	
52	12.03.2024		Алкоголь: мифы и реальность	2	
53	14.03.2024		Толерантность	2	
54	19.03.2024		Моё будущее: стратегии успеха	2	
55	21.03.2024		Моё будущее: стратегии успеха	2	
56	03.04.2024		Алкоголь: мифы и реальность	2	
57	04.04.2024		Алкоголь: мифы и реальность	2	
58	09.04.2024		Толерантность	2	
59	11.04.2024		Курение.	2	
60	16.04.2024		Курение.	2	
61	18.04.2024		Разрешаем конфликты.	2	
62	23.04.2024		Практическое занятие.	3	
63	25.04.2024		Практическое занятие.	3	
64	02.05.2024		Практическое занятие.	3	
65	07.05.2024		Практическое занятие.	3	
66	14.05.2024		Практическое занятие.	3	
67	21.05.2024		Подводим итоги. Игра «Все, что тебя касается»	2	
68	23.05.2024		Подводим итоги. Игра «Все, что тебя касается»	2	
69	28.05.2024		Подводим итоги. Игра «Все, что тебя касается»	2	
70	30.05.2024		Подводим итоги. Игра «Все, что тебя касается»	2	

Итого: 144 часа

**Согласован:**

Заведующий ОДОД \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)

Дата: «\_» «\_» 202\_ года

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа № 203 Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБОУ школа № 203)**

ПРИНЯТА  
Педагогическим советом  
ГБОУ школы № 203  
Протокол от 29 августа 2023 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом ГБОУ школы № 203  
от 29 августа 2023 г. № 513-од

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ  
дополнительной общеразвивающей программы «Все что тебя касается» на 2023-2024  
учебный год  
педагога Фокиной Анжелики Геннадьевны**

***I. Основные направления воспитательной работы на учебный год***

- 1.Формирование представления о личной ответственности за своё поведение.
- 2.Формирование единого воспитательного пространства, в котором осуществляется педагогическая профилактика.
- 3.Развитие у детей и подростков умения оценивать свои действия и поступки, прогнозировать их возможные результаты.
- 4.Формирование представления о личной ответственности за своё поведение;

**Календарный план воспитательной работы программы «Все что тебя касается» на 2023-2024 г**

№ п/п	Название мероприятия	Год обучения	Сроки	Место проведения	Примечание
<b><i>1. Воспитательные мероприятия в коллективе</i></b>					
1	Вступление в объединение «Все что тебя касается»	1	сентябрь	ГБОУ школа № 203	
2	Выставка рисунков «Жизненные ценности»	1	октябрь	ГБОУ школа № 203	
3	Тренинг – «Мужчина и женщина»	1	ноябрь	ГБОУ школа № 203	
4	Фотовыставка «Моя дружная семья»	1	ноябрь	ГБОУ школа № 203	
5	Тренинг – по разрешению конфликтов	1	декабрь	ГБОУ школа № 203	
6	Выставка рисунков «Курить или не курить»	1	январь	ГБОУ школа № 203	
7	Выставка мини-сочинений Наркотики «Не влезай убьет» «Я абсолютно спокоен»	1	февраль	ГБОУ школа № 203	

8	Тренинг Вич/Спид	1	март	ГБОУ школа № 203	
9	Коллективный рисунок «Алкоголь: мифы и реальность»	1	апрель	ГБОУ школа № 203	
10	Совместный детско-родительский тренинг «Мое будущее»	1	май	ГБОУ школа № 203	
<b>2. Участие в воспитательных мероприятиях</b>					
1.	Новогодняя благотворительная акция «Согрей теплом души»	1	декабрь	ГБОУ школа № 203	
2.	«Будь здоров!»	1	апрель	ГБОУ школа № 203	
5	Семейный конкурс «Традиции моей семьи»	1	май	ГБОУ школа № 203	
<b>3. Участие в воспитательных мероприятиях района и города</b>					
1	Участие в районном конкурсе среди учащихся на лучшие творческие работы по антинаркотическим и антиалкогольным проблемам»	1	Ноябрь-декабрь		
2	Всероссийская акция «Будь здоров!»	1	март-апрель		
3	Всероссийская социальная акция «Здоровье - стиль жизни!»	1	апрель-май		
<b>4. Участие в конкурсных мероприятиях в ДДТ, районного, городского, всероссийского и международного уровней</b>					
1	Фестиваль-конкурс семейного творчества «Семь+Я»	1	сентябрь-май	ДДТ	
2	Всероссийская онлайн-викторина «Здоровый образ жизни»	1	сентябрь-май		

### III. План работы с родителями

№ п/п	Название мероприятия	Год обучения	Сроки	Место проведения	Примечание
1	Родительское собрание Тема: О задачах объединения в учебном году, планирование совместной работы.	1	сентябрь	ГБОУ школа № 203	
2	Тренинг «Типы семейного воспитания»	1 год	декабрь	ГБОУ школа № 203	
3	Родительское собрание Тема: «Подведение итогов работы объединения за 1	1 год	январь	ГБОУ школа № 203	

	полугодие, планирование работы на 2 полугодие»				
4	Совместный детско-родительский тренинг «Важней всего погода в доме», направленный на укрепление ДРО	1	май	ГБОУ школа № 203	
5	Открытое занятие для родителей учащихся	1	28 мая 2024 года	ГБОУ школа № 203	

Согласована:

Заведующий ОДОД \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)

(подпись)

(ФИО)

Дата: \_\_\_\_\_ года