

Рассмотрено:  
на заседании НМС  
протокол № 1 от

«25» августа 2020 г.



Утверждаю:  
Ефимова М.А.  
заместитель  
директора по НМР  
«25» августа 2020 г.

**Изменения и дополнения на  
2020 - 2021 учебный год  
в дополнительную общеобразовательную программу**

«Твой выбор»  
(наименование)

В содержание дополнительной общеобразовательной программы (далее – ДОП) внесены изменения с учетом закупленного оборудования в Мастерскую 3 «Физическая культура, спорт и фитнес».

Приобретены:

- комплект фотоаппаратуры для обучения созданию видеороликов;
- ноутбуки с периферийным и сетевым оборудованием;
- интерактивный комплект (доска, проектор) для демонстрации наглядного материала, видеофрагментов;
- различные тренажеры, в т.ч. для обучающихся с инвалидностью;
- многофункциональная рама.

Занятия по ДОП частично проводятся на базе мастерской 3. При изучении темы «Стресс. Умение противостоять негативным посылам извне», содержание которой предполагает усвоение знаний о путях преодоления кризисных ситуаций, конструктивных способов снятия нервного напряжения, практическое занятие проводится на базе Мастерской и обучающиеся при выполнении упражнений овладевают опытом группового взаимодействия, конструктивного решения проблем.

Итоговая аттестация предполагает защиту социального мини-проекта, обучающиеся по специальности «Физическая культура» выполняют проект в области физкультурно-спортивной деятельности, используя МТБ Мастерской.

Руководитель  
Центра дополнительного образования

Охохонова Т.С. Охохонова Т.С.

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«КУРГАНСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

«СОГЛАСОВАНО»  
на заседании НМС  
«07» июня 2018 г.  
Протокол № 7



«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор колледжа  
Л.Г. Бобкова  
«07» июня 2018 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

социально-педагогической направленности

**«Твой выбор»**

по профилактике употребления ПАВ  
и деструктивного поведения

[наименование программы]

«Программно-методические издания»

Курган 2018

Программа разработана в соответствии с методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), направленных Письмом Минобрнауки РФ № 09-3242 от 18 ноября 2015 г.

**Разработчики:**

	<b>Фамилия, имя, отчество</b>	<b>Ученая степень (звание) [квалификационная категория]</b>	<b>Должность</b>
1	Никулина Людмила Юрьевна	Высшая категория, победитель регионального этапа конкурса профмастерства «Педагог- психолог России – 2017»	Педагог-психолог

*[вставить фамилии и квалификационные категории разработчиков]*

**Одобрено на заседании НМС:**

	<b>Фамилия, имя, отчество председателя (заместителя председателя) НМС</b>	<b>Дата заседания НМС</b>	<b>№ протокола</b>	<b>Подпись</b>
1				

**Утверждено:**

	<b>Фамилия, имя, отчество</b>	<b>Должность</b>	<b>Подпись</b>
1			
2			

|  |

[дата]

## Содержание

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование</b>	<b>Стр.</b>
1.	Информационная карта программы	4
2.	Пояснительная записка	4
3.	Содержание программы	8
4.	Условия реализации программы	10
5.	Оценка качества освоения программы	12

## 1. Информационная карта программы

<b>Направленность программы</b>	Социально-педагогическая
<b>Название программы</b>	«Твой выбор» по профилактике употребления ПАВ и деструктивного поведения
<b>Возраст обучающихся</b>	15-18 лет (студенты 1 курса, поступившие в колледж на базе 9 классов)
<b>Срок реализации программы</b>	6 месяцев
<b>Уровень освоения</b>	Стартовый (ознакомительный) – 1 год обучения
<b>Форма организации</b>	Кружок
<b>С какого года реализуется</b>	2015

## 2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Актуальность**

Необходимость профилактики употребления ПАВ и деструктивного поведения подростков определяется ростом числа наркозависимой, курящей, регулярно выпивающей молодежи. А также возрастающим количеством юношей и девушек, не понимающих истинной ценности человеческой жизни, не умеющих контролировать собственные эмоции, не осознающих последствий необдуманных решений. Тема выбора всегда была актуальной. И если взрослый человек руководствуется жизненным опытом и прогностической сформированностью мышления, то вчерашний школьник только учится выбирать. К сожалению, незрелыми умами пытаются манипулировать, причем эти манипуляции далеко не всегда безопасны. Примером тому суицидальные группы в социальных сетях, криминальные движения, организации, пропагандирующие сомнительные приоритеты и дающие ложные ориентиры.

Недостаточный жизненный опыт не является поводом, упраздняющим самостоятельность. Нельзя решать за молодежь, директивно управлять ею даже с благими намерениями. Такой подход малоэффективен, у него нет перспектив, если мы хотим вырастить думающее и ответственное поколение – настоящих патриотов своей страны.

Методологической основой для разработки цикла занятий явились работы И.С. Кона, А.Г. Асмолова, А.В. Захарова, С.Б. Белогурова. Л.М. Шипициной, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, В.В. Ковалева, Ц.П. Короленко. Содержание занятий

кружка отбирается в соответствии с возрастными особенностями учащихся и задачами формирования жизненно важных умений.

### **Условия реализации программы**

Принимая во внимание специфику избранной темы, с учетом ее целей и задач, проведение профилактических занятий должно носить системный и регулярный характер. (Одно занятие – сдвоенный урок один раз в неделю). Подобный подход продиктован сохранением риска вовлечения в наркотизацию и деструктивные группы на протяжении всего подросткового и юношеского периода. Выделение именно сдвоенного урока связано с особой структурой занятий, а так же с тем, что в ходе курса речь идет не о пассивном усвоении суммы знаний, а о понимании, осознании и приобретении жизненно важных умений.

Целевая аудитория – обучающиеся 1 курса, поступившие на базе 9 классов. В качестве оценки эффективности кружка «Твой выбор» участники защищают свои мини-проекты, из материалов которых впоследствии формируется маршрутный интерактив для будущих первокурсников.

Руководителю кружка необходимо проявлять умение, выстраивая доверительные отношения, управлять вниманием группы, быть хорошо осведомленным в подростковых проблемах, разбираться в молодежных субкультурах, проявлять гибкость и чувство юмора, владеть ситуацией на 100%.

### **Формы организации занятий**

Занятия кружка рассчитаны на 20 учебных часов. Каждое занятия включает максимум практики (18 практических часов, 2 – теоретических), проводится с использованием современных интерактивных методов.

### **Технологии, методы, приемы обучения**

#### **Технологии:**

- проектирование;
- кейс-технология;
- психолого-педагогические технологии;
- IT-технологии;
- информационно-коммуникационные технологии;
- социально-адаптирующие и личностно-развивающие технологии;
- технология обучения в сотрудничестве;
- технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности;
- здоровьесберегающие технологии.

#### **Методы:**

- метод групповой дискуссии;
- метод эксперимента;
- метод визуализации;
- мозговой штурм;
- игровой метод;
- метод психолого-педагогического наблюдения;

- сказкотерапия;
- МАК (метафорические ассоциативные карты);
- аффирмации;
- арттерапия.

**Цель программы:** Повышение уровня социально-психологической компетентности первокурсников по актуальным для современной молодежи проблемам.

**Задачи программы:**

1. Создать условия для формирования следующих жизненно важных умений.
2. Способствовать проявлению личных качеств защитного характера и уверенности в себе.
3. Предоставить сведения о негативных последствиях приема ПАВ и деструктивного поведения.

**Ожидаемые результаты:**

**Обучающиеся должны знать:**

- |    |  |
|----|--|
| 1. | Пути преодоления кризисных ситуаций                                |
| 2. | Конструктивные способы снятия нервного напряжения                  |
| 3. | Свои личностные особенности  |
| 4. | Негативные последствия употребления ПАВ и деструктивного поведения |

**Обучающиеся должны уметь:**

- |    |  |
|----|--|
| 1. | Устанавливать и поддерживать гармоничные отношения |
| 2. | Принимать обдуманные решения                       |
| 3. | Противостоять групповому давлению                  |
| 4. | Открыто выражать свои чувства                      |

**Обучающиеся приобретут опыт:**

- |    |                                 |
|----|---------------------------------|
| 1. | Группового взаимодействия       |
| 2. | Конструктивного решения проблем |
| 3. | Трансляции полученных знаний    |

**Формируемые общие компетенции:**

- |      |   |
|------|---|
| ОК 1 | выбирать способы решения задач профессиональной деятельности, применительно к различным контекстам;                     |
| ОК 2 | осуществлять поиск, анализ и интерпретацию информации, необходимой для выполнения задач профессиональной деятельности;  |
| ОК 3 | планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;   |
| ОК 4 | работать в коллективе и команде, эффективно взаимодействовать с коллегами, руководством, клиентами;                     |
| ОК 6 | проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе общечеловеческих ценностей. |

**Итоговая аттестация** проводится в конце курса в виде защиты социального мини-проекта и служит основанием для выдачи сертификата об успешном освоении программы.



### Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделы, темы	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение. Я – Личность	2	1	1	Записи в тетрадях
2	Всё в наших руках	2	-	2	Педагогическое наблюдение
3	Эмоции и чувства, их взаимосвязь с употреблением ПАВ	2	-	2	Записи в тетрадях, самодиагностика
4	Стресс. Умение противостоять негативным посылам извне	2	-	2	Записи в тетрадях, самодиагностика
5	Секреты успешной коммуникации	2	-	2	Педагогическое наблюдение
6	СПИД/ВИЧ как возможные последствия употребления ПАВ	2	1	1	Письменное задание
7	Моя будущая семья	2	-	2	Записи в тетрадях
8	Мы против!	2	-	2	Педагогическое наблюдение
9	Что такое эмпатия	2	-	2	Оценивание материалов в беседе Вк
10	<b>Итоговая аттестация:</b> Защита социального мини-проекта	2	-	2	Выявление победителей, сертификаты

### 3. Содержание программы

#### Тема 1. Введение. Я – Личность (2 часа)

Теория (1 час): Аспекты, необходимые для становления настоящей сильной личности. Обсуждения правил работы в группе.

Практика (1 час): Игра «Рисунок на троих». Упражнение «Спорные утверждения». Работа в тетрадях:

1. Что нас ждет впереди.
2. Моя жизнь.
3. Кто я? Какой я?
4. Мой герб.
5. Мой девиз.
6. Вот я какой!

#### Тема 2. Всё в наших руках (2 часа)

Практика (2 часа): Игра «Наша Таня громко плачет...». Социальный видеоролик. Мозговой штурм по подгруппам на тему «Признаки уверенного человека». Работа в тетрадях: «Три случая». Игра «Марионетки». Игра «Волк и семеро козлят».

Ролевая игра «Сомнительное приключение». Упражнение «Навык Я-высказывания».

### **Тема 3. Эмоции и чувства, их взаимосвязь с употреблением ПАВ (2 часа)**

Практика (2 часа): Упражнение «Изобрази эмоцию». Упражнение «Передай эмоцию». Дискуссия «Эмоции и алкоголь». Работа в тетрадях:

1. Закончи предложение.
2. Чтобы поднять себе настроение, нужно (свои способы):.....
3. Когда плохое настроение, нельзя:.....

Игра «Семейка Гномс».

### **Тема 4. Стресс. Умение противостоять негативным посылам извне (2 часа)**

Практика (2 часа): Упражнение «Аборигены и путешественники». Социальный видеоролик. Работа в тетради:

1. Упражнение «Продолжите фразу».
2. Как проявляется стресс?

Подготовка и защита плакатов по теме «Стресс и ПАВ». Круглый стол «Конструктивные и деструктивные способы снятия стресса». Упражнение с МАК.

### **Тема 5. Секреты успешной коммуникации (2 часа)**

Практика (2 часа): Игра «Телеграмма». Социальный видеоролик. Работа в тетради:

1. Я не остров.
2. Продолжи фразу «Групповое давление это...»

Игра «ЭкиВоки». Упражнение с МАК.

### **Тема 6. СПИД/ВИЧ как возможные последствия употребления ПАВ (2 часа)**

Теория (1 час): Что такое СПИД. Чем ВИЧ отличается от СПИДа. Способы передачи ВИЧ-инфекции. Как защититься от СПИДа.

Практика (1 час): Социальный видеоролик. Упражнение «Портрет человека, зараженного ВИЧ». Упражнение «12 листочков». Упражнение «Степной огонь». Работа в тетрадях.

### **Тема 7. Моя будущая семья (2 часа)**

Практика (2 часа): Упражнение «Я горжусь...». Социальный видеоролик. Работа в тетрадях. Дискуссия «Осознание подростком ценности семьи в кризисные моменты». Практикум по подгруппам «Съемки мультфильма». Упражнение «Фэнтэзи». Упражнение «Семья».

### **Тема 8. Мы против! (2 часа)**

Практика (2 часа): Упражнение с МАК. Социальный видеоролик. Мозговой штурм «Главные ценности». Упражнение «Шесть шляп». Упражнение с МАК.

### **Тема 9. Что такое эмпатия (2 часа)**

Практика (2 часа): Командная социально-психологическая игра «Я тебя понимаю».

## Тема 10. Защита социальных мини-проектов (2 часа)

Практика (2 часа): Защита социальных мини-проектов на итоговом (общем для всех групп) мероприятии. Награждение победителей. Выдача сертификатов.

### 4. Условия реализации дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы

#### 4.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Наименование кабинетов, аудиторий	Оборудование
Комната психологической разгрузки (213 аудитория)	<p><u>Материальные ресурсы:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- аппаратура (музыкальный центр, компьютер, мультимедийная установка, фотоаппарат);</li><li>- метафорические ассоциативные карты;</li><li>- игры («Социальное метро», «Лепешка», «ЭкиВоки», «Я тебя понимаю» (авторская), «Семейка Гномс» и пр.);</li><li>- оборудование Комнаты психологической разгрузки;</li><li>- канцелярские принадлежности (цветные карандаши, маркеры, краски, клей ПВА, кисти, цветная и печатная бумага формата А4);</li><li>- наглядный и раздаточный материал (плакаты, газеты, журналы, буклеты, памятки).</li></ul> <p><u>Информационные ресурсы:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- телевидение;</li><li>- интернет;</li><li>- литература.</li></ul>

#### 4.2. Информационное и учебно-методическое обеспечение программы

##### Перечень используемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

###### Основные источники:

1. Александровская Э.М. Программа сопровождения подростков в школе. Учебно-методическое пособие. М., 2000.
2. Анисимов, Л.Н. Профилактика пьянства и наркомании среди молодежи / Л.Н. Анисимов. - М.: Просвещение, 2006.- 45 с.
3. Бездна: Пьянство. Наркомания. СПИД. - М.: ЮНИТИ, 2004. - 192 с.
4. Генкова Л.Л., Славков Н.Б. Почему это опасно. - М.: Просвещение, 2004. - 328 с.
5. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д.. Практикум по сказкотерапии.- СПб.: ООО «Речь», 2002.

6. Кобякова Т.С., Смердов О.А. Первичная профилактика наркозависимости: Концепция программы организации и развития подросткового добровольческого движения. - М., 2006. - 333 с.
7. Кулинич Г.Г. Вредные привычки: Профилактика зависимостей. 8-11 классы: Классные часы. Родительские собрания. Викторины, конкурсы. Тесты, анкеты. Советы психолога и врача. - М.: ВАКО, 2008. - 272 с.
8. Руководство по профилактике злоупотребления психоактивными веществами несовершеннолетними и молодежью/Под науч. ред. Л.М. Шипицыной, Л.С. Шпилени. - СПб.: Питер, 2003. - 345 с.
9. Фалькович Т.А., Толстоухова Н.С., Высоцкая Н.В. Подростки XXI века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях: 8-11 классы. - М.: ВАКО, 2007. - 256 с.
10. Школа без наркотиков. Книга для педагогов и родителей: Изд. 2-е, перераб. и доп. // Под науч. ред. Л.М. Шипицыной, Е.И. Казаковой. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2006. - 330 с.

### **Дополнительные источники**

1. Галагузова М.А. Социальная педагогика /Галагузова М.А., Беляева М.А., Галагузова, Ю.Н., Дорохова Т.С., Ларионова И.А., Молчанова Н.В., 2-е изд. – М.: НИЦ ИНФРАМ, 2016. – 320 с. – Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=521460#>
2. Социально-педагогическая деятельность в учреждениях социальной сферы [Электронный ресурс] : учебное пособие / Под ред. И.А. Липского – М.: Магистр: НИЦ Инфра-М, 2012. – 384 с. – Режим доступа: <http://znanium.com/bookread2.php?book=312716#>

### **Интернет-ресурсы:**

1. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов [Электронный ресурс]. – URL: <http://scool-collection.edu.ru>
2. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс]. – URL:<http://window.edu.ru>
3. Издательство «Юрайт» [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://biblio-online.ru>
4. Рукопт [Электронный ресурс]: межотраслевая электронная библиотека. – URL: <http://rucont.ru>
5. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]: научная электронная библиотека. – URL: <http://www.elibrary.ru>
6. ibooks.ru[Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL:<http://ibooks.ru>
7. Znanium.com[Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – URL: <http://znanium.com>

## 5. Оценка качества освоения программы

**Форма:** презентация групповых социальных мини-проектов по актуальным для современной молодежи темам. План итогового мероприятия:

- общий сбор первокурсников;
- приветственная часть;
- жеребьевка;
- презентация мини-проектов;
- слово компетентному гостю;
- определение победителей (1, 2 и 3 место);
- выдача сертификатов.

ГБПОУ «Курганский педагогический колледж»  
**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА**

Название кружка: «Твой выбор»

ФИО руководителя: Никулина Л.Ю.

2 семестр 2018-2019 уч.года

Всего 20 часов: 10 учебных недель по 2 часа в неделю

№ занятия	Дата	Вид занятия	Количество часов	Тема занятия
1		теория/практика	1/1	Введение. Я – Личность
2		практика	2	Всё в наших руках
3		практика	2	Эмоции и чувства, их взаимосвязь с употреблением ПАВ
4		практика	2	Стресс. Умение противостоять негативным посылам извне
5		практика	2	Секреты успешной коммуникации
6		теория/практика	1/1	СПИД/ВИЧ как возможные последствия употребления ПАВ
7		практика	2	Моя будущая семья
8		практика	2	Мы против!
9		практика	2	Что такое эмпатия
10		практика	2	<b>Итоговая аттестация:</b> Защита социального мини-проекта
Итого:			20	

Подпись руководителя \_\_\_\_\_