

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

по формированию трезвых убеждений у молодежи Поморья

«МЫ – ЗА!»

для обучающихся 6 классов

МОУ "СОШ № 5 г. Коряжмы»

Пояснительная записка

Программа разработана во исполнение постановления комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав при Правительстве Архангельской области от 19 мая 2023 года №6/1, на основе обучающей программы по здоровьесбережению и навыкам здорового образа жизни «Основа здоровья нации – трезвое мировоззрение» и учебного пособия для учащихся, родителей и учителей «Уроки Трезвости» В. А. Загумённого.

Программа направлена на организацию превентивной работы с обучающимися со сценариями социально одобряемого поведения, развитие умений саморефлексии и самоконтроля, устойчивости к негативным воздействиям, групповому давлению; профилактику правонарушений и девиаций; предусматривает приобщение обучающихся к российским традиционным духовным ценностям¹.

На основе программы по формированию трезвых убеждений у молодежи Поморья «МЫ – ЗА!» педагоги образовательных учреждений могут разработать цикл воспитательных мероприятий в рамках реализации Федеральной рабочей программы воспитания (Модуль «Урочная деятельность», модуль «Внеурочная деятельность», модуль «Классное руководство», модуль «Профилактика и безопасность»), интегрировать в содержание учебных предметов, взять за основу для разработки программы внеурочной деятельности или дополнительной общеразвивающей программы.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Ценности человека

Тема 1.1. Что такое «хорошо» и что такое «плохо»?

Ценность. Ценности человека. Трезвость – естественное состояние человека. Роль трезвости в жизни человека. Преимущества трезвого образа жизни. История трезвого движения.

Тема 1.2. Семейные ценности

Семья, ценности и традиции семьи. Общение в семье. Личность взрослого (родителя) и ее привлекательность для ребёнка.

Тема 1.3. Трезвость как ценность человека

Трезвость. Понятие морали трезвости. Теория трезвости и ее законы. Трезвость как стратегия жизни.

Раздел 2. Право на жизнь и здоровье

Тема 2.1. Мои права

Нормативно-правовое регулирование прав детей. Право ребенка на жизнь и здоровье. Права и свободы детей в области социального обеспечения, в сфере трудовых правоотношений.

Тема 2.2. Защита и безопасность

Причины и характер нарушений прав ребенка. Информационное воздействие и информационная безопасность. Способы защиты от разрушительных информационных воздействий.

Тема 2.3. Трезвость и закон

Законодательство, отображающее вопросы трезвости.

Раздел 3. Трезвая жизнь

Тема 3.1. Образ жизни. Равнение на героев

Здоровый образ жизни: правильные и вредные привычки. Компетенции, которые помогут сделать выбор в пользу здорового образа жизни. Трезвость – как составляющая здорового образа жизни. Понятие «герой». Характеристики героя. Стремление к служению и созиданию на благо Отечества. Встреча с интересным человеком.

Тема 3.2. Имидж человека

Понятие «имидж». Составляющие имиджа: здоровье, внешний облик, манеры, личные качества, привычки. Особенности формирования имиджа у подростков: внешность, стиль, образ. Трезвость как ценностное содержание имиджа человека.

Тема 3.3. Законы трезвости

Понятие «закон», «моральный закон» Законы «писаные» и «неписаные». Основные законы теории трезвости. Всероссийский день трезвости 11 сентября.

Тема 3.4. Независимость от зависимости

Виды зависимостей, причины возникновения. Личностные факторы защиты от формирования зависимого поведения. Развитие позитивного отношения к культуре здорового образа жизни. Трезвость как естественное состояние человека. Важность трезвого образа жизни, овладение и внедрение в жизнь занятий спортом, хобби, конструктивного общения.

Раздел 4. Защити себя сам

Тема 4.1. Круг общения

5 – 9 класс. Развитие коммуникативных умений: умения выслушать, умения донести правильно информацию. Тренировочные упражнения, направленные на развитие коммуникативных умений. Выбор круга собеседников, для которых трезвость является нормой жизни.

Тема 4.3. Стресс: причины и пути выхода

Понятие «стресс». Приёмы работы со стрессом. Выбор наиболее благоприятных способов совладения со стрессом, исключая вредные привычки.

Тема 4.4. Верный выбор

Россия - страна возможностей. Мастерская «Верный выбор». Хобби как средство против зависимости. Обучающиеся демонстрируют свои увлечения, умения, достижения.

Тема 4.5. Итоговое занятие «МЫ – ЗА!»

Итоговое занятие «МЫ – ЗА!»: проведение акций, флешмобов.

Планируемые результаты обучения по программе

Обучающиеся знают:

- основные понятия: ценности, мораль, добро, зло, трезвость, образ жизни и др.;
- значение трезвости в жизни человека, семьи и общества, основы теории трезвости;
- нормативные правовые документы в сфере прав и обязанностей человека;
- причины возникновения зависимостей;
- пути развития позитивного отношения к культуре здорового образа жизни;

Обучающиеся умеют:

- анализировать ценности человека и делать аргументированный выбор;
- формулировать преимущества трезвого образа жизни, отстаивать трезвые убеждения;
- выбирать альтернативы мотивам употребления алкоголя;
- рассматривать увлечения (хобби) как средство против зависимости;
- выбирать стратегию взаимодействия в различных ситуациях;
- применять приёмы выхода из стресса.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

	Наименование разделов, тем	Количество часов	Виды деятельности/формы контроля
1.	Раздел 1. Ценности человека	6	
1.1.	Что такое «хорошо» и что такое «плохо»?	2	Беседа, тренинг
1.2.	Семейные ценности	2	Беседа, встреча с интересным человеком.
1.3.	Трезвость как ценность человека	2	Создание стенгазеты
2.	Раздел 2. Право на жизнь и здоровье	9	
2.1.	Мои права	3	Круглый стол
2.2.	Защита и безопасность	3	Практическое задание, кейс
2.3.	Трезвость и закон	3	Буклет
3.	Раздел 3. Трезвая жизнь	11	
3.1.	Образ жизни. Равнение на героев	3	Дискуссия. Встреча с интересным человеком.
3.2.	Имидж человека	3	Практикум
3.3.	Законы трезвости	3	Мозговой штурм
3.4.	Независимость от зависимости	2	Составление чек-листа
4.	Раздел 4. Защити себя сам	8	
4.1.	Круг общения	2	Тренинг
4.2.	Стресс: причины и пути выхода	2	Практикум
4.3.	Верный выбор	2	Мастерская
4.4.	Итоговое занятие «МЫ – ЗА!»	2	Акция, флешмоб
	Итого	34	