

**Муниципальное казенное учреждение**  
**«Комитет Администрации Бийского района по образованию и делам молодежи»**  
**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**  
**«Первомайская средняя общеобразовательная школа»**

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель МО классных  
руководителей

Н.Г. Биткова

Протокол №1

от «23» августа 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Методический совет  
школы, заместитель  
директора по ВР

Н.Г. Биткова

Протокол №5

от «23» августа 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МБОУ  
«Первомайская СОШ»

М.Ю. Беляева

Приказ №157-П§1

от «26» августа 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по внеурочной деятельности**  
**«Все цвета, кроме черного»**  
**для 5-9 классов**  
**на 2024 – 2025 учебный год**

Составитель:  
Фомина Светлана Сергеевна,  
педагог-психолог

## Содержание рабочей программы

1.	Пояснительная записка.....	3
2.	Планируемые результаты.....	5
3.	Содержание тем курса внеурочной деятельности.....	7
4.	Тематическое планирование.....	9
5.	Описание материально-технического и учебно-методического обеспечения рабочей программы.....	11
6.	Лист корректировки рабочей программы.....	11

## Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Все цвета, кроме черного» составлена на основе авторского проекта М.М. Безруких «Все цвета, кроме черного: 5-7 классы: пособие для педагогов и родителей», А. Микляевой «Я - подросток. 8-9 класс» и учебного плана МБОУ «Первомайская СОШ» на 2024-2025 учебный год.

Программа имеет социально-педагогическую направленность. Традиционно педагоги и родители считают, что основная задача ранней профилактики наркотизма заключается в том, чтобы сформировать у ребенка (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?

Как показывают результаты многочисленных опросов, современные школьники хорошо осведомлены о том, что «пить, курить — здоровью вредить». Однако это не только не пугает детей, но и, напротив, подстегивает любопытство, толкает их на опасные эксперименты с одурманивающими веществами. По статистике, уже в 12-13 лет подавляющее большинство мальчиков и девочек пробовали курить, имеют опыт употребления алкоголя. К сожалению, нередки случаи знакомства младших подростков с наркотиками. Наиболее очевидные мотивы, побуждающие ребенка впервые попробовать то или иное наркотическое вещество — желание подростка «стать своим в компании», «выглядеть взрослым», «избавиться от скуки», «испытать новые, интересные ощущения», «расслабиться». Получается, что наркотизация для него — своеобразный способ решения проблем социальной адаптации — взаимодействия со сверстниками и взрослыми, регуляции своего состояния, получения новых впечатлений. Не зная других способов решения этих проблем, подростки начинают курить или выпивать. Чтобы этого не произошло, подростку нужна помощь взрослых. И суть данного курса заключается не только и не столько в том, чтобы рассказать детям об опасности одурманивающих веществ, сколько в том, чтобы сформировать у них навыки, позволяющие успешно справляться с возникающими проблемами, реализовывать свои желания и потребности за счет внутренних личностных ресурсов.

Данный курс направлен на развитие у подростков познавательных интересов, способности эффективно строить взаимоотношения с окружающими (в том числе сопротивляться негативному давлению), умения анализировать свои чувства и переживания и т. д. Все эти свойства и качества обеспечивают подростку личностную устойчивость к любым внешним негативным влияниям, а значит, снижают вероятность его знакомства с наркотическими веществами.

**Цель профилактической программы «Все цвета, кроме черного»** — формирование у детей навыков эффективной адаптации в обществе, позволяющей в дальнейшем предупредить вредные привычки: курение, употребление алкоголя и наркотиков.

Для успешного достижения цели были поставлены следующие **задачи**:

- развитие представления подростков о ценности здоровья, важности и необходимости бережного отношения к нему;
- формирование умения оценивать себя (свое состояние, поступки, поведение), а также поступки и поведение других людей;
- формирование самооценки, развитие навыков регуляции своего поведения, эмоционального состояния;
- развитие коммуникативных навыков (умения строить свои отношения с окружающими в разных ситуациях, избегать конфликтов);

-формирование умения оценивать ситуацию и противостоять негативному давлению со стороны окружающих;

-развитие представления подростков о своих способностях и склонностях, расширение сферы их интересов, приобщение к различным формам содержательного досуга;

-формирование представления о неизбежных негативных последствиях наркотизации для творческих, интеллектуальных способностей человека, возможности самореализации, достижения социального успеха;

-включение подростков в социально значимую деятельность, позволяющую им реализовать потребность в признании окружающих, проявить свои лучшие качества и способности.

### **Общая характеристика учебного предмета**

Содержание программы «Все цвета, кроме чёрного» 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. Модульная структура программы позволяет использовать различные модели обучения, дает возможность строить работу с детьми в зависимости от того, насколько актуальна та или иная тема в конкретной группе детей, классе.

### **Содержание и структура программы отвечают следующим принципам:**

- возрастная адекватность — соответствие используемых форм и методов обучения психологическим особенностям младших подростков;
- научная обоснованность — содержание базируется на данных исследований в области возрастной психологии, физиологии, педагогики;
- комплексность — у подростков необходимо сформировать представление об опасности любых форм употребления любых одурманивающих веществ, твердое убеждение в том, что нет «безвредных» форм наркотизации (Любое одурманивающее вещество — алкоголь, никотин, наркотик — чрезвычайно опасно для здоровья!);
- практическая целесообразность — содержание тем отражает наиболее актуальные проблемы, связанные с формированием у подростков навыков эффективной социальной адаптации, предупреждения раннего приобщения к одурманивающим веществам;
- динамическое развитие и системность — содержание программы, цели и задачи обучения на каждом этапе базируются на сведениях, оценочных суждениях и поведенческих навыках, уже сформированных у подростков входе предыдущего этапа работы, учебные задачи всех тем взаимосвязаны друг с другом;
- необходимость и достаточность предоставляемой информации — учащимся предоставляется только тот объем информации, которым они реально могут воспользоваться в жизни, который имеет для них практическую значимость;
- безопасность информации — полностью исключены сведения, способные пробуждать интерес к наркотизации, облегчить возможность приобщения к употреблению наркотических веществ (данные о видах наркотических веществ, способах их употребления).

Важнейшим условием эффективной реализации программы педагогической профилактики наркотизации является адекватность используемых форм и методов возрастным особенностям учащихся. Большинство заданий носит интерактивный, игровой характер, выполняя их, организационные способности.

### **Формы и методы работы на занятиях:**

- анализ литературных отрывков — такая форма работы не только помогает подросткам научиться оценивать жизненные ситуации, разбираться в переживаниях других людей, но и пробуждает интерес к чтению, расширяет кругозор;

- тесты, позволяющие подростку самостоятельно определить уровень сформированности того или иного личностного качества, проанализировать свое поведение и т. д. Основная задача тестовых заданий заключается в развитии навыка самооценки у учащихся;
- дневниковые формы, предполагающие регулярную оценку подростком своего состояния или организации своей деятельности (оценка режима дня, работоспособности в течение недели, дня и т. д.);
- творческие задания (составление рассказа, игры и т. д.), направленные на развитие креативных способностей подростков, умения нестандартно мыслить, находить оригинальные решения проблем;
- тренинговые задания, направленные на развитие и тренировку определенной способности или качества подростка (памяти, наблюдательности, внимания и т. д.);
- мини-тренинги или тренинговые игры, направленные на отработку какого-либо конкретного поведенческого навыка;
- дискуссии, проходящие в форме круглого стола, ток-шоу, брейнринга и т.

#### **Место профилактического курса в учебном плане**

Программа рассчитана на 34 часа в год, 1 занятие в неделю, а учебный план МБОУ «Первомайская СОШ».

Занятия направлены на включение подростков в социально значимую деятельность, позволяющую им реализовать потребность в признании окружающих, проявить свои лучшие качества и способности. Учащиеся дают определение понятиям «чувства», «эмоции», их роли в жизни человека; получают знания о способах эффективного общения со сверстниками и взрослыми, эффективного взаимодействия с окружающими; изучают различные поведенческие схемы, позволяющие избежать конфликтной ситуации; выявляют негативные последствия наркотизации для профессионального становления человека.

Не смотря на то, что занятия не носят прямолинейный характер профилактики против психотропных веществ, то есть напрямую не рассказывают о наркотиках, их классификации, о свойствах табака и алкоголя, подростки, учась понимать себя, окружающих, владеть жизненной ситуацией, противостоять напору со стороны негативного влияния, уже смогут адекватно подойти к этой проблеме, зная, что важнее всего – здоровье, как собственное, так и окружающих.

#### **Планируемые результаты обучения**

##### **Личностные:**

- самоопределение:
- мотивация учения;
- осознание себя частью семьи, страны;
- ведение здорового образа жизни и приобретение навыка самостоятельного физического совершенствования;
- смыслообразования:
- убежденность и активность в пропаганде ЗОЖ, как необходимого элемента сохранения своей жизни;
- самостоятельность в принятии правильного решения
- нравственно-этического оценивания:
- оценивание усваиваемого содержания, исходя из социальных и личностных ценностей, обеспечивающее личностный моральный выбор;
- внимательность и вежливость во взаимоотношениях с окружающими

##### **Метапредметные:**

- познавательные УУД:

- 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, сериации, 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

- 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
- 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)

#### **Предметные:**

- создание условий для успешной адаптации в школе, класса;
- 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.

Работа по программе «Все цвета, кроме чёрного» направлена на достижение конкретных результатов:

- полученные знания позволят учащимся понять, почему им нужно заботиться о своем здоровье, соблюдать правила здорового образа жизни;
- подростки научатся управлять своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими;
- учащиеся получат знания и навыки, связанные с предупреждением возможного приобщения к использованию одурманивающих веществ, научатся отказываться от предложений, которые считают опасными.

#### **Предполагаемые результаты реализации программы:**

1. Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни):

- приобретение школьниками социальных знаний, которые позволят понять, почему им нужно заботиться о своём здоровье, соблюдать правила здорового образа жизни; о принятых в обществе нормах поведения и общения; о правилах конструктивной групповой работы: об основах разработки социальных проектов и организации

- коллективной творческой деятельности; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации; о правилах проведения исследования.
  - понимание своего внутреннего состояния, умение оценивать свой режим с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и корректировать несоответствия;
  - предупреждение возможного приобщения к одурманивающим веществам, умение отказываться от сомнительных и опасных предложений;
2. Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом):
- осознание учащимися роли ЗОЖ в жизни человека, практическое овладение запасами соответствующих знаний, понимание учащимися ценности человеческой жизни;
  - заинтересованность различными видами полезной деятельности, позволяющей реализовать потребность в признании, общении;
  - управление своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими;
  - формирование чувства гражданской ответственности за сохранность собственной жизни и жизни окружающих;
  - высокий уровень самосознания, самодисциплина
3. Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия):
- школьник может приобрести
- опыт исследовательской деятельности;
  - опыт публичного выступления;
  - опыт самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими детьми.

#### Учебно-тематическое планирование

№п/п	Наименование разделов	Кол-во часов
1	«Помогая другим, помогаю себе»	19 ч
2	«Разумный выбор, правильное решение»	15 ч
	<b>Итого</b>	<b>34ч</b>

Содержание курса
<b>Раздел I. «Помогая другим, помогаю себе» (19 часов).</b>
Тема 1. Вводное занятие «Помогая другим, помогаю себе» (1 час).
Ознакомление с содержанием и планом курса. Обсуждение форм и методов работы на занятиях.
Тема 2. «Пишем книгу рекордов» (2 часа).
Роль личной активности человека в реализации целей, достижении успеха. Умение оценивать личностные характеристики окружающих. Развитие навыка самооценки. Расширение представлений о негативных последствиях наркотизации.
Тема 3. «Ученье – свет...» (3 часа).
Значимость учебы для будущего. Удовлетворенность своей учебной работой. Отношения с учителями. Роль образования в достижении человеком жизненного успеха, самореализации.

Тема 4. «За компанию» (3 часа).
Понятия «компания», «такт». Освоение эффективных форм поведения в ситуациях, связанных с риском наркогенного заражения.
Тема 5. «Можно ли избежать конфликтов?» (3 часа).
Понятие «конфликт». Виды конфликтов. Способы эффективного общения. Освоение поведенческих схем, позволяющих избежать конфликтных ситуаций. Способы оценки своего поведения и поведения окружающих. Методы регуляции своего эмоционального состояния в конфликтной ситуации.
Тема 6. «Интересные маршруты» (2 часа).
Осведомление подростков о городе Бийск. Формами досуговой деятельности города. Углубление знаний о негативных последствиях наркотизации.
Тема 7. «Театральные подмостки» (2 часа).
Виды искусства. Формы досуга. Театр.
Тема 8. «О спорте и не только» (3 часа).
Роль спорта в жизни человека. Какие возможности для занятий спортом есть в г. Бийске. Профилактика подростковой агрессивности. Углубление знаний о негативных последствиях наркотизации.
<b>Раздел II. «Разумный выбор, правильное решение» (16 часов).</b>
Тема 1. «Здоровье – это здорово» (3 часа).
Здоровье – личностная ценность. Ответственность человека за собственное здоровье. Понятие о ЗОЖ. Формы наркотизации.
Тема 2. «Моя семья» (3 часа).
Представление проекта. Опрос, анкетирование. Подбор материала для газеты. Презентация газеты.
Тема 3. «Люди встречаются, люди влюбляются» (1 час).
Понятия «любовь» и «влюбленность». Как привлечь к себе внимание, заинтересовать. Анализ возможных негативных последствий наркотизации.
Тема 4. «Профессии которые мы выбираем» (3 часа).
Профессиональное самоопределение. «Кем быть?» Роль профессии в жизни человека. Личностные качества, необходимые человеку для освоения желаемой профессии. Негативные последствия наркотизации для профессионального становления человека. «Калейдоскоп профессий».
Тема 5. «Досуг – дело серьезное» (3 часа).
Планирование своей деятельности. Анализ и оценка некоторых социальных мифов, связанных с алкоголем.
Тема 6. «Модная тема» (2 часа).
Социальная роль моды. Существующие модные стандарты. Подход и выбор модного стандарта.
Итоги работы в течение года. Учащиеся с помощью учителя обобщают все, что они узнали о себе, своих особенностях и личных качествах, и заносят все сведения в сводную таблицу. Важные шаги к самопознанию и самосовершенствованию.



### Календарно – тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем урока	Количество часов	Дата проведения	Характеристика деятельности учащихся	Примечание
1.	Вводное занятие. «Помогая другим, помогаю себе».	1 ч		Ознакомление с содержанием и планом курса. Обсуждение форм и методов работы на занятиях. Проект «Лестница успеха». Проект «Учиться или не учиться. Вот в чем вопрос» Игра «Секреты этикета». Игра «Требуется совет». Творческий проект «История моего города, вчера, сегодня, завтра». Конкурс рекламы «Реклама – двигатель прогресса». Творческий проект «Приглашение в театр». Творческий проект «Олимп – ура».	
2.	«Пишем книгу рекордов».	1 ч			
3.	«Пишем книгу рекордов».	1 ч			
4.	«Учение – свет...».	1 ч			
5.	«Учение – свет...».	1 ч			
6.	«Учение – свет...».	1 ч			
7.	«За компанию».	1 ч			
8.	«За компанию».	1 ч			
9.	«За компанию».	1 ч			
10.	«Можно ли избежать конфликтов?»	1 ч			
11.	«Можно ли избежать конфликтов?»	1 ч			
12.	«Можно ли избежать конфликтов?»	1 ч			
13.	«Интересные маршруты».	1 ч			
14.	«Интересные маршруты».	1 ч			
15.	«Театральные подмостки».	1 ч			
16.	«Театральные подмостки».	1 ч			
17.	«О спорте и не только».	1 ч			
18.	«О спорте и не только».	1 ч			
19.	«О спорте и не только».	1 ч			
Раздел II. «Разумный выбор, правильное решение» (15 часов).					
20.	«Здоровье – это здорово».	1 ч		Творческий проект «Здоровье – путь к успеху». Ролевая игра «Сложная ситуация».	
21.	«Здоровье – это здорово».	1 ч			
22.	«Здоровье – это здорово».	1 ч			
23.	«Моя семья».	1 ч			

24.	«Моя семья».	1 ч		Тихая дискуссия	
25.	«Моя семья».	1 ч		«Это – любовь».	
26.	«Люди встречаются, люди влюбляются».	1 ч		Игра «Давайте говорить друг другу комплименты».	
27.	«Профессии, которые мы выбираем».	1 ч		Творческий проект «Куда пойти учиться».	
28.	«Профессии, которые мы выбираем».	1 ч		Творческий проект «Увлечение - вторая натура?»	
29.	«Профессии, которые мы выбираем».	1 ч		Проекты «Звездные секреты», «Серебряный валенок».	
30.	«Досуг – дело серьезное».	1 ч		Подведение итогов учебного года.	
31.	«Досуг – дело серьезное».	1 ч			
32.	«Досуг – дело серьезное».	1 ч			
33.	«Модная тема».	1 ч			
34.	«Модная тема».	1 ч			

### Учебно-методическое обеспечения программы

1. Безруких М.М. Все цвета, кроме черного: 5-6 классы: пособие для педагогов и родителей/ М.М. Безруких, А.Г. Макеева, Т.А. Филиппова. – М.: Вентана-Граф.

### ЛИСТ КОРРЕКТИРОВКИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

№	Тема	Дата не выдачи	Дата выдачи	Причина