

Государственное бюджетное учреждение  
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи  
Калининского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

Педагогическим советом  
ГБУ ЦППМСП  
Калининского района  
Санкт-Петербурга  
Протокол № 1  
от 29 августа 2024 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Приказом № 13 по ГБУ ЦППМСП  
Калининского района Санкт-Петербурга

30 августа 2024 г.

Директор ГБУ ЦППМСП  
Калининского района Санкт-Петербурга

\_\_\_\_\_ О.В. Баранова

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА**

**«Соппротивление насилию»**

Срок освоения: 1 год  
Возраст обучающихся: 11-12 лет

Разработчики:

Пермякова Надежда Михайловна, педагог-психолог  
Нерядихина Наталия Сергеевна, педагог-психолог  
Архипова Нина Валерьевна, педагог-психолог  
Шумова Ольга Сергеевна, педагог-психолог  
Гужва Елена Александровна, педагог-психолог

Санкт-Петербург  
2024 год

## Пояснительная записка.

### **Направленность – социально-педагогическая**

Программа направлена на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, адаптацию обучающихся к жизни в обществе

**Адресат:** программа рассчитана на детей 11-12 лет.

### **Актуальность**

Возрастной порог вовлечения несовершеннолетних в употребление психоактивных веществ постоянно снижается. Как показывают профессиональные исследования и ежегодное антинаркотическое тестирование, уже учащиеся 5 класса могут оказаться в ситуации риска быть вовлеченными в употребление психоактивных веществ или стать участниками противоправных действий. В связи с этим необходимо, чтобы в ситуации выбора у них были основания для того, чтобы сделать выбор в пользу здоровья и инструменты, чтобы безопасно и эффективно этот выбор отстоять.

**Уровень освоения – общекультурный**

**Объем и срок освоения:** 5 академических часов, срок освоения – месяц.

**Цель:** Формирование личной позиции обучающегося к опасным явлениям среды путем развития критического мышления и раскрытия заложенных в нем личных стремлений к самореализации и успешному будущему.

### **Задачи:**

- Информировать о вреде употребления психоактивных веществ,
- Актуализировать навыки саморегуляции,
- Определить уровень тревожности.

### **Воспитательные задачи:**

- Тренировать навык эффективного отказа сверстнику, настаивающей группе,
- Предложить и опробовать на примере задач алгоритм принятия решения в трудной ситуации,
- Актуализировать жизненные ценности.

### **Планируемые результаты освоения:**

Укрепление негативной позиции к употреблению психоактивных веществ как на индивидуальном уровне, так и на уровне группы (класса). По завершении программы детьми приобретен и опробован арсенал способов противодействия давлению в различных жизненных ситуациях. Актуализирована ценность здоровья, в том числе психологического, важность заботы о себе и о других и способы самопомощи при столкновении со стрессовыми и фрустрирующими ситуациями.

### **Организационно-педагогические условия**

Язык реализации: образовательная деятельность осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

Формы проведения занятий: мини-лекции, групповые дискуссии, творческие задания, работа в подгруппах.

Условия проведения занятий: Занятия проводятся 1 раз в неделю по 45 минут. Всего 5 занятий, 5 академических часов.

В каждом занятии можно выделить общие структурные компоненты:

1. Адаптация, снятие эмоционального напряжения, раскрепощение участников, установление контакта.
2. Постановка и обсуждение темы.
3. Практическая отработка теории
4. Групповая рефлексия. Обсуждение впечатлений от занятия.
5. Завершение занятия.

Ведущий: специалист, имеющий психологическое образование.

Материальное обеспечение программы: Флипчарт или доска с мелом. Ватман, листы формата А4, маркеры, фломастеры, шариковые ручки, карточки с заданиями, стикеры, скотч.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

\_\_\_1\_\_\_ года обучения

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/аттес- тации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вредные вещества. Умей сказать нет.	1	-	1	Опрос
2.	Стили поведения. Уверенный в себе человек.	1	-	1	Опрос
3.	Тревожность и спокойствие.	1	-	1	Опрос
4.	Алгоритм принятия решения в трудной ситуации.	1	-	1	Опрос
5.	Мечты и планы «Что я хочу от жизни»	1	-	1	Опрос

## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
«Сопrotивление насилию»  
на 2024-2025 учебный год

Год обучения, группа	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий <*>
1 год	По плану	По плану	5	5	5	1 час в неделю (45 минут)

### Содержание тренинга

Класс делится пополам и расходится в 2 кабинета. В кабинетах необходим проектор.

Группа делится на 4-5 команд. Все они будут одновременно выполнять задания и зарабатывать баллы в зависимости от ответов.

1 ЗАНЯТИЕ		
№	Знакомство	
1	Правила	Распечатанные правила на листе
2	Вводная	
3	О вреде ПАВ	Карточки, ручки, доска, мел/маркер
4	Разминка	
5	Отказ практика	Карточки, ручки
6	Отказ теория	Лист флипчарта или доска, мел/маркер
7	Рефлексия	Мягкая игрушка

<b>2 ЗАНЯТИЕ</b>		
1.	Опрос	
2.	Групповая работа «Стили поведения»	Набор картинок, ручки
4.	Навык	
6.	Рефлексия	Мягкая игрушка
<b>3 ЗАНЯТИЕ</b>		
1.	Тест	Листочки, ручки
2.	График и результаты	Лист флипчарта или доска, мел/маркер
3.	Навыки Индивидуальная работа	Карточки, ручки
4.	Обобщение работы	Лист флипчарта или доска, мел/маркер
5.	Вывод	
6.	Рефлексия	Мягкая игрушка
<b>4 ЗАНЯТИЕ</b>		
1.	Алгоритм	
2.	Задачи	
3.	Разминка	
4.	Обсуждение	
5.	Рефлексия	Мягкая игрушка
<b>5 ЗАНЯТИЕ</b>		
1.	«Гадалка»	Квадраты из цветной бумаги
2.	Разминка	
3.	Заполнение	1 скрепка, цветные фломастеры или ручка, карандаш, нить
4.	Рефлексия	

**Список использованной литературы:**

1. Савина Н.В., Колеченко А.К. Программа «Соппротивление насилию» Кафедра психологии СПбГУПМ

**Оценка эффективности программы:** Результативность программы оценивается с помощью следующих методов: наблюдение, анкета обратной связи.