

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**

«Здоровая молодежь»

Срок освоения: 1 год
Возраст обучающихся: 15-17 лет

Разработчики:

Пермякова Надежда Михайловна, педагог-психолог
Нерядихина Наталия Сергеевна, педагог-психолог
Архипова Нина Валерьевна, педагог-психолог
Малеева 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

Целевая аудитория программы: учащиеся 9-10 классов ОУ Калининского района, имеющие особенности развития:

- Выраженные трудности в общении со сверстниками и взрослыми
- Неустойчивый эмоциональный фон
- Неадекватная самооценка
- Отсутствие информированности о проблемах современной молодежи
- Отсутствие навыков решения собственных проблем
- Неблагоприятные семейные отношения
- Выраженные учебные проблемы

Актуальность

Под поведением высокой степени риска мы понимаем такие формы поведения, которые потенциально или реально могут нанести вред окружающим и самому подростку. Подростковый возраст сам по себе толкает подростков на позиционно-протестное поведение, подросток выходит из семьи, его интересы и ценности перемещаются во вне, на сверстников. Подросток активно осваивает окружающий мир, не всегда отдавая себе разумный отчет в последствиях своего поведения, просто они для него не значимы, он живет «здесь и сейчас». На наш взгляд важно именно в этот период сопровождать подростка, помогать ему решать свои проблемы, понимать себя и окружающих, то есть заниматься профилактикой отклонений в поведении. Данная программа затрагивает многие проблемы, с которыми может столкнуться подросток, и помогает услышать альтернативные мнения, получить необходимую информацию, поддержку и возможность выразить себя. Под профилактикой понимается предоставление целевой аудитории достоверной информации о различных проблемах, с которыми они могут столкнуться, о мерах предосторожности, а также выработка поведения, снижающего риск, и формирование осознанного отношения к собственному здоровью и своей жизни.

Уровень освоения – общекультурный

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

Цель – создание, организация и проведение комплекса мероприятий, направленных на профилактику наркозависимости, распространения ВИЧ-инфекции, на развитие навыков толерантного и ответственного поведения, формирование личной позиции к опасным явлениям среды среди учащихся 9-11 классов образовательных учреждений Калининского района

Задачи:

1. повышение информированности подростков о негативном воздействии ПАВ на организм и личность человека;
2. повышение информированности подростков о ВИЧ/СПИД;
3. повышение осознания таких процессов, как стигматизация и дискриминация и их негативных социальных последствий, развитие толерантности;

Воспитательные задачи:

4. помощь в раскрытии и выражении собственной позиции к опасным явлениям среды;
5. развитие коммуникативных навыков;
6. развитие умения определять конфликтные ситуации и предотвращать рискованное поведение;
7. формирование мотивации вести здоровый образ жизни;
8. формирование навыков принимать осознанные решения и нести за них ответственность.

Планируемые результаты освоения:

- Повышение уровня коммуникативной компетенции участников тренинга
- Увеличение числа учащихся, у которых образ себя и того, какими они хотели бы быть, совпадает с образом человека, заботящегося о своем здоровье
- Развитие навыков рефлексии и контроля эмоционального состояния
- Получение подростками достоверной информации о вреде ПАВ
- Формирование установок толерантного сознания
- Коррекция поведенческих нарушений
- Формирование личных убеждений против употребления наркотиков и негативного отношения к ПАВ

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 4 занятия, 4 академических часа.

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.

Материальное обеспечение программы

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

Ведущий: специалист, имеющий психологическое образование.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 года обучения

| N п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы контроля/аттестации |
|-------|------------------------|------------------|--------|----------|---------------------------|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1. | Риск | 1 | - | 1 | Опрос |
| 2. | ВИЧ/СПИД | 1 | - | 1 | Опрос |
| ... | Наркотики | 1 | - | 1 | Опрос |
| | Толерантность | 1 | - | 1 | Опрос |
| 5. | Эмоции | 1 | - | 1 | Опрос |

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Здоровая молодежь»
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 (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 | | |
|------------------|------------------------------------|--|
| № | Название | Необходимые материалы |
| | Знакомство группы и ведущего | Фломастеры, бумага, бейджи \ скотч и ножницы |
| | Принятие правил группы | Доска и мел или правила на листе бумаги |
| | «Мнение» | Карточки ценностей |
| | Ценности – глупости. Обсуждение | Карточки «глупости» |
| | Обобщение и вывод | |
| | Упражнение «Диаграмма» | |
| 2 ЗАНЯТИЕ | | |
| | Бездевушка «Зайка моя» | |
| | Информационный блок | Фильм «Кубики» |
| | Рейтинг | Карточки |
| | Упражнение «Диаграмма» | |
| 3 ЗАНЯТИЕ | | |
| | «Причины» | Мягкая игрушка, доска и мел |
| | Деление на команды | 2 листа А4 и 2 ручки |
| | «Мифы» | Доска и мел |
| | «Последствия» | Доска и мел |
| | Альтернатива | |
| | *Дополнительно «Эксперимент» | Маркер |
| | Упражнение «Диаграмма» | |
| 4 ЗАНЯТИЕ | | |
| | Приветствие | Мяч\мягкая игрушка - микрофон |
| | Упражнение «Белая ворона» | Стикеры на 5 цветов и один белый |
| | Упражнение «Стереотипы» | листы А4, ручки |
| | Обсуждение упражнения «стереотипы» | |
| | Упражнение «Перейти реку» | Список утверждений |
| | Рефлексия | |
| | Завершение | Мягкая игрушка - микрофон |
| 5 ЗАНЯТИЕ | | |

| | | |
|--|-----------------------------|-------------------------------|
| | Я - они | |
| | Потеряное поколение | А4, ручки по количеству групп |
| | «Три угла» | |
| | «Замороженные» | |
| | «Полный контроль» | А4, ручки по 2 шт |
| | Анкетирование | Анкеты, ручки |
| | Завершение «Обратная связь» | |

Психодиагностические методики

- 1) Анкеты информированности для подростков
- 2) Метод наблюдения как оценка суждений и навыков

Литература

1. Ананьев В.А., Малыхина Я.В., Васильев М.А., Концептуальные положения социально-психологического мониторинга школьной среды, Спб, 2003, 174с.
2. Боголюбова О.Н. Психология сообществ и ее применение в работе по профилактике ВИЧ / СПИДа // Русский журнал ВИЧ / СПИД и родственные проблемы. М., 2003. т.7. 1. с. 77-79.
3. Дети с девиантным поведением: психолого-педагогическая реабилитация и коррекция. Материалы Всероссийской научно-практической конференции (Саратов, 1991). – М., 1992
4. Концепция профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде (утв. Министерством образования и науки РФ от 5 сентября 2011 г.) [Электронный ресурс]: Гарант информационно-правовой портал URL: <http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/12090282/> (дата обращения: 13.04.2012).
5. Программа по профилактике поведения высокой степени риска «PRO Здоровый выбор» РОО «Взгляд в будущее», 2005-2009
6. Программа по профилактике поведения высокой степени «Здоровье – выбор молодежи» центра Василеостровского района, 2010-2011