

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«МАЛИНОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»  
ТОМСКОГО РАЙОНА

Центр гражданского образования «ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ»

Утверждаю:

Директор

\_\_\_\_\_/С. П. Багнюк/

«09» сентября 2013 г.

образовательная программа

# «ОКНО»

Категория слушателей: обучающиеся 7 – 11 классов

Срок реализации: 01.09.2013г – 31.08.2014г

**Авторы:** В. А. Мастихина

М. И. Болденкова

Малиновка 2013

Образовательная программа «ОКНО»

Авторы: Болденкова Мария Игнатьевна, руководитель Центра,

Мастихина Вера Александровна, заместитель директора по воспитательной работе.

**Рецензент:** Кандинская Юлия Александровна, сотрудник филиала Томского открытого благотворительного общественного Фонда «Сибирь-СПИД-Помощь»

**Программа утверждена** на педсовете «09» сентября 2013 г., протокол № 1

**Объем программы:** 83 часа

**в том числе:** лекций – 6 часов, практических занятий – 77 часов.

**Режим занятий** – по графику, 3 занятия в неделю: вторник с 14.05; четверг – 15.00; пятница с 14.05.

### **Пояснительная записка**

- 1. Целью** программы «Окно» является подготовка команды волонтеров - добровольцев из числа обучающихся 8 – 11х классов по трём модулям:
  - Тренеры по отработке навыков ведения здорового образа жизни (базовый профилактический тренинг);
  - Волонтеры – тренеры программы «Танцуй ради жизни!»;
  - Группа волонтеров по технологии «Социальный театр».
- 2. Актуальность** образовательной программы заключается в том, что в подростковом и раннем юношеском возрасте начинает складываться ценностно-смысловая мировоззренческая картина, формируются идеалы, представления о самом себе, определяющие во многом смысл совокупности деятельности, в которые входит, и которые начинает самостоятельно строить молодой человек. Волонтерское движение – это возможность инициирования активности подростков, подбор значимых для них интересных форм деятельности. Принципиальным моментом является то, что подростки становятся субъектами профилактической работы. Понятие субъектности предполагает наличие деятельности, активности, инициативы, которые разворачивают старшеклассники. Эта деятельность может иметь разные целевые ориентиры, которые определяются конкретными образовательными условиями. Во-первых, предоставление молодым людям возможности удовлетворять свои потребности в социально приемлемой форме и этим влиять на отношения, в том числе и к рисковому поведению, приводящему к злоупотреблению ПАВ. Во-вторых, помочь молодым людям сформировать свою собственную систему ценностных ориентиров и принять для себя личностное решение о том, как они будут реализованы. Дать им возможность оценить все стороны жизни, так или иначе связанные с проблемой потребления ПАВ. В-третьих, освоить способы помощи и поддержки своих друзей, которые в ней нуждаются.

Образовательная программа составлена в соответствии с Федеральным законом от 9 декабря 2010 г. №436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию», Концепцией превентивного обучения в области профилактики ВИЧ/СПИДа в образовательной среде (письмо Минобрнауки России от 6 октября 2005 г. №АС-1270/06, Роспотребнадзора от 4 октября 2005 г. №0100/8129-05-32), Концепцией профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде (письмо Минобрнауки России от 5 сентября 2011 г. №МД-1197/06). Новизна программы заключается в том, что для пропаганды здорового образа жизни используются интерактивные формы и современные профилактические технологии. Образовательная программа направлена на выполнение **Федерального государственного образовательного стандарта:** создание условий для развития и самореализации обучающихся, для формирования здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни обучающихся. В соответствии с ФГОС основного общего образования одним из направлений программы воспитания и социализации, которая входит в содержательную часть основной образовательной программы школы на ступенях основного и среднего (полного) образования, является формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни с целью сохранения и укрепления физического, психологического и социального здоровья обучающихся как одной из ценностных составляющих личности обучающегося.
- 3. Отличительные особенности** данной программы от уже существующих образовательных программ: работа по принципу «равный – равному», она способствует не только профилактике, но и улучшению взаимоотношений внутри сообщества, в котором эта программа проводится. Работа по принципу «равный - равному» в значительной степени влияет на развитие личностных качеств самих «равных», а также их знаний. Поскольку сами «равные» являются представителями целевой

группы, позитивное воздействие происходит и на группу в целом.

4. Общие принципы отбора содержания материала заключаются в структуре превентивных программ, отвечающей психологическим особенностям подростков. Она состоит из четырёх основных блоков:

- изучение самого себя («Я-ценность»);
- общение (коллектив);
- отработка навыков противостояния (умение сказать «нет»);
- предоставление достоверной информации о ПАВ, развенчание мифов о «пользе» ПАВ в малых количествах.

Профилактическая работа в школе по принципу «взрослый - ученик» не даёт такого эффекта, как работа по принципу «ученик – ученик». Шестилетний опыт работы Центра показывает ценность данного опыта. Выпускники школы – слушатели ЦГО – это люди с активной гражданской позицией. Применение новых технологий повышает интерес старшеклассников и способствует вовлечению в сетевое взаимодействие.

5. Программа состоит из **трёх модулей**. 1). Базовый профилактический тренинг – это система профилактических интерактивных занятий, на которых подростки изучают свои индивидуальные особенности, научаются общаться, отрабатывают умения противостоять натиску, получают информацию о психоактивных веществах. 2). Программа «Танцуй ради жизни!» - это международная программа “Dance4life”, состоящая из четырёх этапов: "Тур, соединяющий сердца", "Жизненные навыки", "Действуй ради жизни", финальное танцевальное мероприятие. 3). Модуль «Социальный театр» - это создание спектакля, где не прописаны роли, каждый участник импровизирует на заданную тему, исполняя роль в спектакле, затем идёт обсуждение со зрителями.

6. Основные методы и формы обучения: лекционные занятия – это предоставление нового материала. Отработка компетенций осуществляется в процессе интерактивных практических занятий – тренингов, ролевых игр, моделирования ситуаций и др. **К интерактивным технологиям относятся:** дискуссии, дебаты, ролевые игры, работа в малых группах - они способствуют развитию коммуникативных навыков, выявлению личностных позиций по отношению к проблеме. **Тренинговые технологии** развивают навыки асертивного поведения и психической саморегуляции – выбору эффективных способов решения проблемных ситуаций, противодействию ситуациям, связанных с манипуляциями личностью или принуждением к употреблению ПАВ, иному рискованному поведению. Использование **проектных технологий** позволяет выработать социальные инициативы, направленных на формирование субъектности в профилактических мероприятиях.

7. Ожидаемые результаты и способы определения их результативности (знания, умения, способы деятельности).

Требования к образовательному результату (ФГОС)	Характеристика результата (базовый уровень, повышенный уровень)	Способы оценки результата
Осознание ответственности за решение проблемы распространения злоупотребления ПАВ среди несовершеннолетних .	Инициирование обучающимися мероприятий по усилению профилактической работы и участие в их реализации.	Работа отряда волонтеров по профилактике злоупотребления ПАВ (Дни профилактики)
Формирование потребности образования и самообразования	Находит информацию для планирования профилактических мероприятий	Формирование банка данных (Портфолио тренера)

<p>Формирование положительной мотивации к здоровому образу жизни.</p>	<p>Преобладание мотивации достижения успеха над мотивацией избегания неудач. Усиление потребности в достижении цели. Рост мотивации к здоровому образу жизни в конце обучения по сравнению с исходным в начале обучения</p>	<p>Мотивация достижения успеха – избегания неудач. - Потребность в достижении цели. - Интенсивность отношения к здоровью и здоровому образу жизни. (Просветительская деятельность отряда)</p>
<p>Формирование ценности здоровья и отношения к здоровью и здоровому образу жизни.</p>	<p>Повышение рейтинга ценности здоровья в иерархии ценностей человека. Рост уровня отношения к здоровью и здоровому образу жизни в конце обучения по сравнению с исходным в начале обучения.</p>	<p>Рейтинг ценности здоровья в иерархии ценностей Уровень отношения к здоровью и здоровому образу жизни. (Тестирование)</p>
<p>Формирование навыков противодействия рискованному поведению</p>	<p>Знает что такое асертивность. Применяет навыки асертивного поведения.</p>	<p>- Способность объяснить, что такое асертивность. - Способность к асертивному поведению. (Образовательное событие)</p>
<p>Выработка совместных стратегий в отношении снижения поведенческих рисков, связанных с злоупотреблением ПАВ</p>	<p>Знает что такое копинг-стратегии поведения, социальные и личностные копинг-ресурсы (самооценка, эмпатия, мотивация достижения успеха, гибкость поведения, тревожность). Применяет функциональные копинг-стратегии для совладания со стрессом (с неудовлетворенными потребностями): «планирование решения проблем», «поиск социальной поддержки», «избегание» трудных ситуаций при недостатке личностных и социальных ресурсов для их преодоления. Умеет конструктивно общаться и решать конфликты.</p>	<p>Способность объяснить, что такое копинг-стратегии, копинг-ресурсы (самооценка, эмпатия, мотивация достижения успеха, гибкость поведения, тревожность). - Выраженность копинг-стратегий «планирование решения проблем», «поиск социальной поддержки», «избегание» трудных ситуаций при недостатке личностных и социальных ресурсов для их преодоления. - Способность к восприятию социальной поддержки. - Способность к общению и конструктивному поведению в конфликтных ситуациях. (Деятельность в рамках сетевого взаимодействия)</p>

#### 8. Формы итоговой аттестации.

- Составление портфолио волонтера,
- Проведение образовательного события,
- Организация Дней профилактики, здоровья на базе нашей школы и других

образовательных учреждений.

- Проведение обучающих семинаров для волонтеров Томского района.

9. Программа дополнительных конкурсов

<b>Уровень</b>	<b>Название конкурса</b>	<b>Форма участия</b>
Всероссийский		
Региональный	Межрайонный слёт волонтеров. Акция «Мы – здоровое поколение».	Презентация отряда, творческий конкурс.
Муниципальный	Фестиваль проектов «Найди себя»; V районный слёт волонтеров  Сетевая площадка Туганского образовательного округа «Живи ярко!»	Социальный проект Агитбригада, организаторы. Руководители секции
Школьный		

10. Учебно-тематический план расписан по модулям.

Модуль 1.

# **«Базовый профилактический тренинг»**

## Модуль 1. «Базовый профилактический тренинг»

**Цель:** подготовка команды волонтеров - добровольцев из числа обучающихся 8 – 11х классов для отработки навыков ведения здорового образа жизни

### **Задачи:**

- Обучить волонтеров – добровольцев технологии базового профилактического тренинга;
- Сформировать у волонтеров устойчивые установки к здоровому образу жизни, навыки ответственного поведения;
- Дать необходимые теоретические знания, выработать у добровольцев компетенции для проведения профилактических тренингов;
- Использовать полученные компетенции волонтеров после первого года обучения для обучения старшеклассников.

1. **Общие принципы отбора содержания материала:** Программа состоит из 4-х блоков: 1)

**О себе самом.** Формирует положительный образ «Я»;

**2) Коллектив.** Формирует навыки эффективного общения, преодоления жизненных трудностей;

**3) Нет.** Формирует навыки рационального принятия решения, навыки ответственного поведения;

**4) Обман.** Предоставляет объективную информацию о ПАВ и ВИЧ-инфекции

2. **Каждое из направлений реализуется в комплексе с другими направлениями,** которые есть в программе: познание себя и окружающего мира; изменение «Я» через общение; общение в доверительной атмосфере и неформальной обстановке; эффективная форма работы для усвоения знаний; инструмент для формирования умений и навыков; возможность приобрести друзей.

3. **Интерактивное занятие проводится по определенной схеме (структуре):**

- Знакомство (релаксация участников).
- Ожидания, опасения участников.
- Принятие правил работы группы; оценка уровня информированности;
- актуализация проблемы; мозговой штурм;
- информационный блок;
- отработка практических навыков;
- завершение работы, рефлексия.

4. **Работа** отряда не ограничивается рамками школы. Выездные дни профилактики – это традиция отряда. В школе проходят дни здоровья, акции, образовательные события ЦГО, реализуются новые профилактические технологии, направленные на ребят определённого возраста.

### **5. Формы обучения:**

- Семинары с использованием интерактивных методов
- Тренинги
- Неформальные беседы
- Акции

### **6. Предполагаемые результаты модуля «Базовый профилактический тренинг»:**

- Создание отряда волонтеров с устойчивыми установками к здоровому образу жизни, обладающими навыками проведения профилактического тренинга.
- Выработка у подростков компетенций, которые способствуют проявлению активной гражданской позиции.
- Получение знаний о вреде ПАВ, профилактике социально опасных заболеваний
- Социальные пробы:

Средняя школа (8-9 классы) – получение компетенций;

Старшая школа (10-11 классы) – тренерская деятельность (консультации)

### **7. Формы итоговой аттестации модулю «Базовый профилактический тренинг»:**

- Зачётное занятие (наблюдение специалиста)
- Портфолио волонтера
- Участие в конкурсах
- Мастер-класс
- Эссе на тему:

1. «Я – волонтер!»

2. «Критика и критиканство. Умение общаться»
3. «Дружбой дорожить умейте...»
4. «Не хочу быть белой вороной?»
5. «Знание – сила!»
6. Свободная тема.

### УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

#### Программа «Базовый профилактический тренинг» 1 год обучения модуль 1. «Формирование навыков ведения здорового образа жизни»

№ п/п	Наименование разделов и тем курса	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Лекции	Практические занятия	
1.	Введение. Знакомство.	1		тренинг	
2	Формирование команды. Что такое тренинг?	3	1	2	тест
3	Кто и для кого проводит тренинг?	4	1	3	зачёт
4	Я планирую тренинг...	4	1	3	План тренинга группы
5	Как оценивать эффективность тренинга?	2	1	1	Пре-тест – пост-тест
6	<b>О себе самом.</b> Формирование положительный образ «Я»;	4		4	зачёт
7	<b>Коллектив.</b> Формирование навыков эффективного общения, преодоления жизненных трудностей;	3		3	Зачёт, мастер-класс
8	<b>Нет.</b> Формирование навыков рационального принятия решения, навыков ответственного поведения;	3		3	зачёт
9	<b>Обман.</b> Предоставляет объективную информацию о ПАВ и ВИЧ-инфекции	2	1	1	Зачёт,
10	Я организую тренинг.	4		4	Проведение тренинга
11	Я провожу тренинг.	5		5	Проведение тренинга. Наблюдение специалиста
12	Итоговое занятие. Тренинг.	1		1	Написание эссе. Обсуждение. Вручение удостоверений
13	Итого	36	5	31	

### СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### Тема 1: Введение. Знакомство

**Цель:** Преодолеть тревогу и недоверие, установить контакт, выявить темы, волнующие учеников.

**Задачи:**

- познакомиться с участниками группы;
- установить доверительные, комфортные и поддерживающие отношения в группе.



Тренинг – практическое занятие.

### **Тема 2: Формирование команды.**

**Цель:** донести до подростков факт существования ценностей, предоставить достоверную информацию.

**Задачи:**

- познакомить подростков с добровольческим движением
- изучить структуру тренинга
- дать информацию о разных формах работы

**Лекции:** «Что такое тренинг?», «Кто и для кого проводит тренинг», «Я планирую тренинг...», «Как оценивать эффективность тренинга?»

### **Тема 3: О себе самом**

**Цель:** Формирование положительного образа «Я».

**Задачи:**

- Помочь подросткам осознать свои ценности, критически относиться к своему поведению.
- Показать влияние ценностей на жизненные цели человека.
- Обсудить ценность здоровья для осуществления жизненных целей.

**Этапы:** «Учусь находить новых друзей и интересные занятия», «Мой характер», «Учусь оценивать себя сам», «Я и мои поступки», «Самооценка и самовоспитание»

### **Тема 4: Коллектив**

**Цель:** Формирование навыков эффективного общения.

**Задачи:**

- Способствовать стремлению детей понять окружающих и анализировать свои отношения с ними.
- Учить детей эффективно общаться.
- Способствовать отношениям взаимной помощи и поддержки в коллективе.

**Этапы:** «Учусь понимать людей», «Учусь взаимодействовать», «Учусь настаивать на своем», «Дружба», «Давление, влияние, ситуации», «Как начать разговор», «Продолжить учить общению», «Как преодолеть стеснительность»

### **Тема 5: Нет**

**Цель:** Формирование навыков рационального принятия решения.

**Задачи:**

- Учить подростков делать здоровый выбор и принимать ответственные решения.
- Научить подростков противостоять натиску и умению сказать «нет».

**Этапы:** «Когда на меня оказывают давление», «Учусь говорить «нет», «Кто и почему употребляет ПАВ?», «Манипулирование и давление», «Ответственность», «Вперед к здоровью!»

### **Тема 6: Обман**

**Цель:** Предоставление объективной информации о ПАВ и ВИЧ-инфекции.

**Задачи:**

- Способствовать увеличению знаний обучающихся о ПАВ и ВИЧ-инфекции.
- Предоставить подросткам объективную информацию о пагубном влиянии ПАВ и об опасности, которую несет ВИЧ-инфекция.

**Этапы:** «Правда об алкоголе», «Курение», «Что такое ПАВ?», «Наркотики», «ВИЧ-инфекция. СПИД»

### **Тема 6: Я организую тренинг**

Практические занятия: 10 часов

## **РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ**

<b>Дата</b>	<b>Время</b>	<b>Тема</b>	<b>Место занятий</b>	<b>Преподаватель</b>	<b>Ресурсы</b>
-------------	--------------	-------------	----------------------	----------------------	----------------

04.10	14.05 – 15.05	Введение. Знакомство.	202 каб	Болденкова М.И. Мастихина В.А.	Канцтовары, бейджики
11.10	14.05 – 16.05	Формирование команды. Что такое тренинг?	202 каб	Болденкова М.И. Тихонова А. Ю.	Канцтовары, бейджики, ТСО, интерактивная доска
18.10	14.05 – 15.05	Формирование команды. Что такое тренинг?	202 каб	Болденкова М.И. Тихонова А. Ю.	Канцтовары, , ТСО, интерактивная доска
25.10	14.05 – 16.05	Кто и для кого проводит тренинг?	202 каб	Болденкова М.И. Тихонова А. Ю.	Канцтовары, , ТСО, интерактивная доска
08.11	14.05 – 16.05	Кто и для кого проводит тренинг?	202 каб	Болденкова М.И. Тихонова А. Ю.	Раздаточный материал
15.11	14.05 – 16.05	Я планирую тренинг...	202 каб	Болденкова М.И. Тихонова А. Ю.	Раздаточны й материал
22.11	14.05 – 16.05	Я планирую тренинг...	202 каб	Болденкова М.И. Тихонова А. Ю.	
29.11	14.05 – 15.05	Как оценивать эффективность тренинга?	202 каб	Болденкова М.И. Функ А. С.	Раздаточный материал
08.12	14.05 – 15.05	Как оценивать эффективность тренинга?	202 каб	Болденкова М.И. Тихонова А. Ю.	
15.12	14.05 – 16.05	<b>О себе самом.</b> Формирование положительный образ «Я»;	202 каб	Болденкова М.И.	Раздаточный материал
16.12	14.05 – 16.05	<b>О себе самом.</b> Формирование положительный образ «Я»;	202 каб	Болденкова М.И.	
22.12	14.05 – 16.05	<b>Коллектив.</b> Формирование навыков эффективного общения, преодоления жизненных трудностей;	202 каб	Болденкова М.И. .	
17.01	14.05 – 15.05	<b>Коллектив.</b> Формирование навыков эффективного общения, преодоления жизненных трудностей;	202 каб	Болденкова М.И.	

24.01	14.05 – 15.05	<b>Нет.</b> Формирование навыков рационального принятия решения, навыков ответственного поведения;	202 каб	Болденкова М.И.	Раздаточный материал
31.01	14.05 – 16.05	<b>Нет.</b> Формирование навыков рационального принятия решения, навыков ответственного поведения;	202 каб	Болденкова М.И.	
07.02	14.05 – 16.05	<b>Обман.</b> Предоставляет объективную информацию о ПАВ и ВИЧ-инфекции	202 каб	Болденкова М.И.	Канцтовары, бейджики, ТСО, интерактивная доска
14.02	14.05 – 16.05	Я организую тренинг.	202 каб	Болденкова М.И. Тихонова А. Ю.	Канцтовары, бейджики, ТСО,
21.02	14.05 – 16.05	Я организую тренинг.	202 каб	Болденкова М.И.	Канцтовары, бейджики, ТСО,
28.02	14.05 – 16.05	Я провожу тренинг.	202 каб	Болденкова М.И. Тихонова А. Ю.	Канцтовары, бейджики, ТСО,
06.03	14.05 – 16.05	Я провожу тренинг.	202 каб	Болденкова М.И. Функ А. С.	Канцтовары, бейджики, ТСО,
13.03	14.05 – 15.05	Я провожу тренинг.	202 каб	Болденкова М.И.	Канцтовары, бейджики, ТСО,
20.03	14.05 – 15.05	Итоговое занятие. Тренинг.	202 каб	Болденкова М.И. Мастихина В. А.	Канцтовары, бейджики, ТСО,

### **Модуль 1. «Базовый профилактический тренинг» 2 год обучения**

**Цель:** Отработка навыков ведения здорового образа жизни через просветительскую деятельность .

**Задачи:**

- закрепление полученных компетенций через организацию и проведение системы профилактических тренингов в школе;
- организация акций по ведению здорового образа жизни;
- проведение дней профилактики в школе и других учебных заведениях;
- участие и организация Дней здоровья.

**Предполагаемые результаты программы «Базовый профилактический тренинг»:**

- ❖ Формирование здорового жизненного стиля и высокоэффективных поведенческих стратегий и личностных ресурсов у обучающихся;
- ❖ уменьшение факторов риска употребления наркотиков и других ПАВ среди подростков;
- ❖ развитие системного подхода к профилактике злоупотребления ПАВ.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
**2 год обучения**  
**Модуль 1. «Базовый профилактический тренинг»:**

№ п/п	Наименование разделов и тем курса	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Лекции	Практич. занятия	
<b>1 блок «О себе самом»</b>					
1	«Вкусы и увлечения» «Учусь находить новых друзей и интересные занятия»	1		1	Составление портфолио тренера  Тесты, анкеты, рисунки, кластеры
2	«Я и мои поступки»	1		1	
<b>2 блок «Коллектив»</b>					
3	«Учусь понимать людей»	1		1	
4	«Дружба»	1		1	
<b>3 блок «Нет»</b>					
5	«Учусь настаивать на своем»	1		1	
6	«Учусь говорить «нет»	1		1	
<b>4 блок «Обман»</b>					
7	«Что такое ПАВ?»	1		1	эссе
8	«Правда и ложь о социально опасных болезнях»	1		1	
9	Итоговое занятие. Рефлексия.	1		1	эссе
	<b>ИТОГО:</b>	9		9	

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**I О себе самом.**

**Цель:** Формирование положительного образа «Я». Я – тренер.

**Задачи:**

- Осознание своей ценности, критическое отношение к своему поведению.
- Обсуждение ценности здоровья для осуществления жизненных целей.

**Этапы:**

«Вкусы и увлечения»  
«Учусь находить новых друзей и интересные занятия»  
«Мой характер»  
«Учусь оценивать себя сам»  
«Привычки»  
«Мое здоровье»  
«Тревожность»  
«Я и мои поступки»  
«Самооценка и самовоспитание»

**II Коллектив.**

**Цель:** Формирование навыков эффективного общения.

**Задачи:**

- Формирование гражданской активности;
- Отработка навыков эффективного общения.

- Способствовать отношениям взаимной помощи и поддержки в коллективе.

**Этапы:**

- «Учусь понимать людей»
- «Учусь взаимодействовать»
- «Учусь настаивать на своем»
- «Дружба»
- «Давление, влияние, ситуации»
- «Как преодолеть стеснительность»

**III Нет.**

**Цель:** Формирование навыков рационального принятия решения.

**Задачи:**

- Как сделать здоровый выбор и принять ответственные решения.
- Научиться противостоять натиску и уметь сказать «нет».

**Этапы:**

- «Когда на меня оказывают давление»
- «Учусь говорить «нет»»
- «Кто и почему употребляет ПАВ?»
- «Манипулирование и давление»
- «Ответственность»
- «Вперед к здоровью!»

**IV Обман.**

**Цель:** Предоставление объективной информации о ПАВ и ВИЧ-инфекции.

**Задачи:**

- Способствовать углублению знаний о ПАВ и ВИЧ-инфекции.
- Предоставление объективной, соответствующей возрасту информации о пагубном влиянии ПАВ и об опасности, которую несет ВИЧ-инфекция.

**Этапы:**

- «Правда об алкоголе»
- «Курение»
- «Что такое психоактивное вещество?»
- «Наркотики»
- «Правда и ложь о марихуане»

**РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ**

Дата	Время	Тема	Место занятий	Преподаватель	Ресурсы
6.10.2011г.	15.00	«Вкусы и увлечения»	209	М. И. Болденкова Волонтеры	Канцтовары
20.10.2011г.	15.00	«Учусь находить новых друзей и интересные занятия»	201	М. И. Болденкова Волонтеры	
17.11.2011г.	15.00	«Учусь понимать людей»	202	М. И. Болденкова Волонтеры	Канцтовары, бейджики, ТСО, интерактивная доска
15.12.2011г.	15.00	Дружба	103	М. И. Болденкова Волонтеры	
19.01.2012г.	15.00	Учусь наставлять на	102	М. И.	

		своем		Болденкова Волонтеры	
16.02.2012г.	15.00	Учусь говорить «нет»	104	М. И. Болденкова Волонтеры	
15.03.2012г.	15.00	Что такое ПАВ	304	М. И. Болденкова Волонтеры	Раздаточный материал
19.04.2012г.	15.00	Правда и ложь о социально опасных болезнях	201	М. И. Болденкова Волонтеры	
17.05.2012г.	15.00	Итоговое занятие. Рефлексия. Оценка.	202	М. И. Болденкова	

### Методическое обеспечение образовательной программы

Описание комплекса обеспечения программы методическими видами продукции:

- разработки тренингов
- раздаточные материалы
- методические рекомендации учёта психофизиологических особенностей подростков младшего, среднего и старшего школьного возраста.
- Перечень адаптированных игр, энергизаторов, используемых во время тренинга.
- Портфолио тренеров.

### Рекомендуемая литература для преподавателей (3-5 источников)

1. «Рабочий набор профилактиолога» Сборник полезных методических и информационных материалов для специалистов, работающих с подростками и молодежью в области профилактики ВИЧ/СПИДа, наркозависимости и ИППП, Новосибирск, 2002г.
2. Учебное пособие превентивного образования «Полезные привычки», «Полезные навыки», «Полезный выбор», Москва, 2002-2003гг.
3. [www.takzdorovo.ru](http://www.takzdorovo.ru)
4. <http://profilaktika.tomsk.ru>

### Рекомендуемая литература для слушателей (3-5 источников)

1. Раздаточный материал МБЛТУ ЗОТ «Центр медицинской профилактики» по профилактике алкоголизма, курения, наркомании. Томск – 2012.
2. [www.tomsk.aids.ru](http://www.tomsk.aids.ru)

### СПИСОК преподавателей и консультантов образовательной программы

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Год рождения	Место работы, учебы, должность	Опыт работы
1	Болденкова Мария Игнатьевна	1961	Школа, социальный педагог	Более 5 лет
2	Мастихина Вера Александровна	1960	Школа, заместитель директора по УВР	Более 5 лет
3	Тихонова Анастасия Юрьевна	1983	ТОБО Фонд «Сибирь-СПИД-Помощь»	Более 5 лет
4	Функ Александр Сергеевич	1989	ТОБО Фонд «Сибирь-СПИД-Помощь»	Более 5 лет

Модуль 2.

# «Танцуй ради жизни!»

## Модуль 2. «Танцуй ради жизни!»

**Цель:** обучение волонтеров - добровольцев из числа обучающихся 8 – 11х классов программе «Танцуй ради жизни!»

**Задачи:**

- Обучить волонтеров технологии: «Танцуй ради жизни!»
- Сформировать у волонтеров устойчивые установки к здоровому образу жизни, навыки ответственного поведения;
- Дать необходимые теоретические знания, выработать у добровольцев компетенции для проведения занятий и запуска программы «Танцуй ради жизни!»;

Проект “Dance4life” (Танцуй ради жизни) – это всемирное молодежное движение, которое объединяет активных молодых людей вокруг идеи здорового образа жизни. В него вовлечены 25 стран мира! В 2009 году проект приобрел статус самой крупной профилактической сети в России, объединив 31 регион страны от Сочи до Южно-Сахалинска, в 2010 году к проекту присоединилась и наша школа.

**Проект "Танцуй ради жизни" состоит из 4 этапов:**

1. Привлечение. "Тур, соединяющий сердца"
2. Углубленное обучение. Программа "Жизненные навыки"
3. Вовлечение в деятельность. "Действуй ради жизни"
4. Поощрение. Финальное танцевальное мероприятие.

1. "Тур, соединяющий сердца" — это интерактивные уроки, "сердце" проекта, его основа. На них в интересной, яркой форме молодые люди узнают о вреде ПАВ, о том, как сохранить свое здоровье и, конечно же, изучают движение основного танца. В этих уроках принимают участие танцоры, тренеры-сверстники. При этом используются не учебники и лекции, а реальные истории и факты, видео, музыка, игры. И, конечно же, на этом уроке разучивается международный танец, Танец ради жизни.

2. Программа "Жизненные навыки". После "Тура, соединяющего сердца" школьная программа продолжается регулярными занятиями по сохранению здоровья, которые проводятся на классных часах. На этих занятиях получают более подробную информацию о ПАВ, узнают, что происходит с организмом в период взросления. Здесь учатся отстаивать свое мнение и ценить мнение других людей, формировать навыки ответственного поведения. Самые активные участники программы получают возможность принять участие в танцевальном мероприятии, объединяющем ребят из разных городов и стран.

3. "Действуй ради жизни". Это деятельность и проекты, участие в конкурсах сочинений и плакатов, благотворительные концерты, спектакли, ярмарки, организация образовательных занятий для своих сверстников и передача им информации о том, как защитить себя.

Приняв участие в вышеперечисленных направлениях, волонтер получает статус ЧЕЛОВЕКА ПЕРЕМЕН.

Человек перемен проекта "Танцуй ради жизни" — это молодые юноши и девушки, принимающие активное участие в "Туре, соединяющем сердца" и программе "Жизненные навыки" и/или "Действуй ради жизни". Они осуществляют позитивный, активный вклад в развитие проекта.

**4. Финальное танцевальное мероприятие** является завершением цикла "Школьной программы", наградой тем, кто принимал участие в ней и стал Человеком перемен. Оно объединяет Людей перемен из школ Туганского образовательного округа, Томского района, причем участники могут видеть друг друга и танцевать вместе. Люди перемен смогут одновременно исполнить танец —



символ творческой энергии проекта. Мероприятие дает возможность создания наглядной единой трибуны молодежи, требующей перемен. Начни танцевать, действуй ради жизни!

**Ожидаемый образовательный результат:**

1. Получение компетенций ведения здорового образа жизни;
2. Углубление знаний о вреде вредных привычек;
3. Формирование умения получать знания из различных источников. В том числе из Интернета.
4. Умение использовать компьютерные технологии.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
**модуль 2. «Танцуй ради жизни!»**

№ п/п	Наименование разделов и тем курса	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Лекции	Практические занятия	
1.	Введение. О программе «Танцуй ради жизни!»	1		1	
2	Информационный блок	2	1	1	тест
3	"Тур, соединяющий сердца"	4		4	Проведение запуска во 2х-8х классах школы
4	Программа "Жизненные навыки".	6		6	сертификаты, удостоверения
5	Итого	13	1	12	

**Содержание программы**

Тема 1. Введение. О программе «Танцуй ради жизни!»

Цель: дать информацию о международной программе, продемонстрировать фильм.

Краткое описание тем (теоретических и практических видов занятий).

*Практические занятия (1 час)*

Тема 2. Информационный блок

Цель: углубить знания о вреде вредных привычек. Пре-тест.

Краткое описание тем (теоретических и практических видов занятий).

*Лекции, беседа (1 час)*

*Практические занятия (1 час)*

Тема 3. "Тур, соединяющий сердца"

Цель: в интересной, яркой форме информировать о вреде ПАВ, о том, как сохранить свое здоровье и, конечно же, изучить движение основного танца.

Краткое описание тем (теоретических и практических видов занятий).

*Практические занятия (4 часа)*

Тема 4. "Жизненные навыки".

Цель: научиться отстаивать свое мнение и ценить мнение других людей, сформировывать навыки ответственного поведения. Пост-тест.

Краткое описание тем (теоретических и практических видов занятий).

*Практические занятия (6 часов)*

**РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ**

Дата	Время	Тема	Место занятий	Преподаватель	Ресурсы
20.10	15.00 – 16.00	Введение. О программе	Актовый зал	Шаповалова Д. Болденкова М. И.	Видеоматериалы, анкета, печатная

		«Танцуй ради жизни!»		Пояркова А	продукция
27.10	15.00 – 16.00	Информационный блок	202 каб.	Болденкова М. И. Котлярова Г. Иженбина Т. Пояркова А	Видеоролики о вреде курения, статистика
10.11	15.00 – 17.00	"Тур, соединяющий сердца"	Актовый зал	Калинина В. Прошутина А. Фарина А. Пояркова А	Видеоблок, презентации, музыка
17.11	15.00 – 17.00	"Тур, соединяющий сердца"	Актовый зал	Тюленёва И. Калинина В. Прошутина А. Фарина А.	Видеоблок, презентации, музыка
24.11	15.00 – 17.00	Жизненные навыки	Актовый зал	Тюленёва И. Калинина В. Прошутина А. Котлярова Г. Иженбина Т.	Видеоблок, презентации, музыка
01.12	15.00 – 17.00	Жизненные навыки	Актовый зал	Тюленёва И. Калинина В. Прошутина А. Котлярова Г. Иженбина Т.	Видеоблок, презентации, музыка
08.12	15.00 – 17.00	Жизненные навыки	Актовый зал	Тюленёва И. Калинина В. Прошутина А. Котлярова Г. Иженбина Т. Шаповалова Д.	Видеоблок, презентации, музыка

### Методическое обеспечение образовательной программы

Описание комплекса обеспечения программы методическими видами продукции:

- Электронный сборник видеороликов по профилактике курения, СПИДА;
- Аудиозаписи фристайла для проведения запуска;
- Планы проведения обучающих семинаров по технологии «Танцуй ради жизни!»

### Рекомендуемая литература для преподавателей (3-5 источников)

5. [www.dance4life.ru](http://www.dance4life.ru)
6. [www.takzdorovo.ru](http://www.takzdorovo.ru)
7. [www.safe-sex.ru](http://www.safe-sex.ru)

### Рекомендуемая литература для слушателей (3-5 источников)

1. Блокнот участника тренингов, изданный организацией «Твой выбор» при поддержке Фонда «ФОКУС МЕДИА»;
2. Брошюры по профилактике курения, изданные в рамках ДЦП «Профилактика правонарушений и наркомании в Томской области (2010-2013 годы)»
3. Сайт Департамента по молодёжной политике, физической культуре и спорту Томской области: <http://depms.tomsk.ru>

### СПИСОК преподавателей и консультантов образовательной программы

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Год рождения	Место работы, учебы, должность	Опыт работы
-------	------------------------	--------------	--------------------------------	-------------

1	Болденкова Мария Игнатьевна	1961	Школа, социальный педагог	Более 5 лет
2	Мастихина Вера Александровна	1960	Школа, заместитель директора по УВР	Более 5 лет
3	Тихонова Анастасия Юрьевна	1983	ТОБО Фонд «Сибирь-СПИД- Помощь»	Более 5 лет
4	Функ Александр Сергеевич	1989	ТОБО Фонд «Сибирь-СПИД- Помощь»	Более 5 лет
5	Тюленёва Ирина	1999	Школа, 8 класс, консультант	2
6	Шаповалова Дарья Владимировна	1995	ТГПУ, 2 курс, тренер	Более 3 лет
7	Калинина Валентина	1998	Школа, 9 класс, консультант	2
8	Прошутина Анастасия	1998	Школа, 9 класс, консультант	2
9	Котлярова Галина	1998	Школа, 9 класс, консультант	2
10	Иженбина Татьяна	1998	Школа, 9 класс, консультант	2
11	Пояркова Анастасия	1998	Школа, 9 класс, консультант	2

**3 модуль**

# **«Социальный театр»**

## Модуль 3 «Социальный театр»

**Цель:** обучение волонтеров - добровольцев из числа обучающихся 6х классов технологии «Социальный театр».

### **Задачи:**

- Обучить волонтеров технологии: «Социальный театр»
- Сформировать у волонтеров устойчивые установки к здоровому образу жизни, навыки ответственного поведения;
- Дать необходимые теоретические знания, выработать у добровольцев компетенции для проведения занятий и запуска программы «Социальный театр»;

В 2007 году в России была адаптирована новая технология, построенная на театральной методике. Театральная технология была создана для решения социальных проблем в подростковой среде и основана на принципе «равный-равному». Уникальность театральной методики состоит в том, что вся постановка построена на импровизации. Более того, по окончании просмотра спектакля у зрителей есть возможность пообщаться с персонажами — актёрами в образах, задать интересующие вопросы. Театральный подход в обучении по принципу «равный-равному» может использоваться по-разному. «Равные преподаватели» могут вплетать ролевые игры и небольшие сценки в свои обычные мероприятия, которые они проводят с молодежью. Ребята, обучающие сверстников, могут также создать целую постановку, сделав ее основным элементом профилактического занятия. Хорошо разработанные программы на основе театра могут стать серьезным представлением, даже гастролировать.

### ***Образовательная функция театра***

Образовательная функция театра подразумевает гораздо больше, чем просто развлечение аудитории. Целью является изменить знания, отношение или поведение целевой аудитории (а возможно, и все три компонента сразу).

### ***Великолепная история***

В основе любого великолепного представления лежит великолепная история, вместе с которой успешно взаимодействуют другие элементы. Ниже перечислены элементы, которые помогают создавать увлекательную историю:

- В истории четко определены персонажи, которых связывают сложные и реалистичные отношения, которые при этом соотносятся с ходом истории и помогают ее развитию.
- Персонажи переживают какой-то конфликт, который увлекает аудиторию.

### ***Равные преподаватели как актеры***

Театральные проекты рассчитаны на молодежную аудиторию, авторами и участниками которых являются сами молодые люди.

### **Формы итоговой аттестации:**

- Представление социального театра на социально значимые проблемы.
- Фасилитация

### **Ожидаемый образовательный результат:**

1. Получение компетенций ведения здорового образа жизни;
2. Углубление знаний о социально опасных заболеваниях;
3. Совершенствование техники актерского мастерства.
4. Применение методики обучения «равный-равному».

### Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем курса	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Лекции	Практ. занятия	
1	Знакомство с технологией «РАВНЫЙ РАВНОМУ»	1	1		беседа
2	Кто такой волонтер?	1	1		тест
3	СПИД, ВИЧ. Что это? Чем они отличаются?	1		1	тест
4	Зависимости. Какими они бывают?	1		1	тест
5	Выбор актуальных тем для постановки	1		1	роль
6	Определяем, что мы ходим донести до зрителя.	1		1	роль
7	Постановка сцен	3		3	роль
8	Прописываем каждого героя.	1		1	роль
9	Что такое фасилитация? Фасилитация на практике.	1		1	Умение задавать вопросы к обсуждению
10	Прописываем послание.	1		1	роль
11	Выбор музыки к сценам	1		1	
12	Постановка спектакля.	3		3	спектакль
13	Работа над речью, движением, работой с реквизитом.	1		1	спектакль
14	Выезд из школы со спектаклем	2		2	спектакль
15	«Разбор полетов». Что не получилось? Оправдались ли ожидания?	1		1	беседа
16	Выбор новых тем для постановки.	1		1	беседа
17	Определяем и пишем послание.	1		1	
18	Ставим сцены	2		2	роль
19	Детально прописываем героев	1		1	роль
20	Ставим спектакль	2		2	спектакль
21	Выезд из школы со спектаклем	1		1	спектакль
22	«Разбор полетов».	1		1	беседа
23	Выбор темы и становление заключительного спектакля.	1		1	роль
24	Постановка заключительного спектакля.	1		1	спектакль
25	Показ спектакля в СВОЕЙ школе.	1		1	спектакль
26	Подведение итогов года, технологии в целом.	1		1	эссе
	Итого	34	2	32	

Тема 1. Знакомство с технологией «РАВНЫЙ-РАВНОМУ»

Цель: Дать понятие о технологии «Социальный театр», кто такой волонтер.

Лекции, беседа (2 часа) О принципах «РАВНЫЙ-РАВНОМУ», добровольчестве.

Тема 2. Социально опасные заболевания. Зависимость.

Цель: дать понятие о ВИЧ-инфекции, СПИДе, зависимостях человека.

Тренинг (2 часа)

Тема 3. Работа над спектаклем - 1.

Цель: поставить спектакль

Лекции, беседа (11 часов)

Самостоятельная работа (2 часа)

Выездной спектакль (2 часа)

«Разбор полётов» (1 час)

Тема 4. Работа над спектаклем - 2.

Цель: поставить спектакль

Лекции, беседа (7 часов)

Самостоятельная работа (2 часа)

Выездной спектакль (1 часа)

«Разбор полётов» (1 час)

Тема 5. Работа над спектаклем - 3.

Цель: поставить спектакль

Лекции, беседа (1 часов)

Самостоятельная работа (2 часа)

Заключительный спектакль (1 часа)

Подведение итогов (1 час)

**Расписание занятий**

Дата	Время	Тема	Место занятий	Преподаватель	Ресурсы
<b>06.09.2012</b>	15.00 – 16.00	Знакомство с технологией «РАВНЫЙ- РАВНОМУ»	Каб. 302	Данильченко А. Котова К.	канцтовары
<b>13.09.</b>	15.00 – 16.00	Кто такой волонтер?	Каб. 302	Данильченко А. Котова К.	канцтовары
<b>20.09.</b>	15.00 – 16.00	СПИД, ВИЧ. Что это? Чем они отличаются?	Каб. 302	Данильченко А. Котова К.	Раздаточный материал
<b>27.09.</b>	15.00 – 16.00	Зависимости. Какими они бывают?	Каб. 302	Данильченко А. Котова К.	Раздаточный материал
<b>04.10.</b>	15.00 – 16.00	Выбор актуальных тем для постановки.	Каб. 302	Данильченко А. Котова К.	Интернет
<b>11.10.</b>	15.00 – 16.00	Определяем, что мы ходим донести до зрителя.	Каб. 302	Данильченко А.	
<b>18.10.</b>	15.00 – 16.00	Постановка сцен.	Каб. 302	Котова К.	
<b>25.10.</b>	15.00 – 16.00	Постановка сцен.	Каб. 302	Данильченко А.	
<b>08.11.</b>	15.00 – 16.00	Прописываем каждого героя.	Каб. 302	Котова К.	

<b>15.11.</b>	15.00 – 16.00	Постановка сцен.	Каб. 302	Данильченко А.	
<b>22.11.</b>	15.00 – 16.00	Что такое фасилитация? Фасилитация на практике.	Каб. 302	Котова К.	
<b>29.11.</b>	15.00 – 17.00	Прописываем послание. Выбор музыки к сценам	Каб. 302	Данильченко А.	
<b>06.12.</b>	15.00 – 17.00	Постановка спектакля.	Каб. 302	Котова К.	
<b>13.12.</b>	15.00 – 17.00	Постановка спектакля. Работа над речью, движением, работой с реквизитом.	Актальный зал	Данильченко А.	
<b>20.12.</b>	15.00 – 16.00	Выезд из школы со спектаклем	МБОУ «Октябрьская СОШ» Томского района	Данильченко А. Котова К. М. И. Болденкова	Школьный автобус
<b>27.12.</b>	15.00 – 16.00	Выезд из школы со спектаклем	МБОУ «Молодёженск ая СОШ» Томского района	Данильченко А. Котова К. М. И. Болденкова	Школьный автобус
<b>14.01. 2013</b>	15.00 – 16.00	«Разбор полетов». Что не получилось? Оправдались ли ожидания?	Каб. 302	Данильченко А.	
<b>21.01</b>	15.00 – 16.00	Выбор новых тем для постановки.	Каб. 302	Котова К.	
<b>28.01.</b>	15.00 – 16.00	Определяем и пишем послание.	Каб. 302	Данильченко А.	
<b>04.02.</b>	15.00 – 17.00	Ставим сцены.	Каб. 302	Котова К.	
<b>11.02</b>	15.00 – 16.00	Детально прописываем героев.	Каб. 302	Данильченко А. Котова К.	
<b>18.02.</b>	15.00 – 17.00	Ставим спектакль.	Каб. 302	Данильченко А. Котова К.	
<b>25.02.</b>	15.00 – 16.00	Выезд из школы со спектаклем.	МБОУ «Александровск ая СОШ» Томского района	Данильченко А. Котова К. М. И. Болденкова	Школьный автобус
<b>03.03.</b>	15.00 – 16.00	«Разбор полетов».	Каб. 302	Данильченко А. Котова К.	
<b>10.03.</b>	15.00 – 16.00	Выбор темы и становление заключительного спектакля.	Каб. 302	Данильченко А. Котова К.	
<b>17.03.</b>	15.00 – 16.00	Постановка заключительного спектакля.	Каб. 302	Данильченко А.	
<b>07.04</b>	15.00 – 16.00	Показ спектакля в СВОЕЙ школе.	Актальный зал	Котова К.	
<b>14.04.</b>	15.00 – 16.00	Подведение итогов года, технологии в целом.	Каб. 302	Данильченко А. Котова К. М. И. Болденкова Козловская А.	эссе



### Методическое обеспечение образовательной программы

Описание комплекса обеспечения программы методическими видами продукции (разработки игр, бесед, походов, экскурсий, конкурсов, конференций и т.д.);

#### Рекомендуемая литература для преподавателей (3-5 источников)

1. «Использование театральных методик по принципу «Равный – равному». Издано при финансовой поддержке Фонда ООН в области народонаселения, ЮНФПА. 2002г.
2. И. И. Соковня «Социальное взросление и здоровье школьников», Москва, «Просвещение», 2004г.

#### Рекомендуемая литература для слушателей (3-5 источников)

1. «Я хочу провести тренинг» Пособие для начинающего тренера, работающего в области профилактики ВИЧ/СПИДа, наркозависимости и инфекций, передающихся половым путем. Третье издание, Новосибирск, 2005г.
2. «Все в твоих руках» Пособие для волонтеров программ по профилактике ВИЧ/СПИДа среди сверстников, Москва, 2005г.
3. Videотека фильмов, поднимающих проблему социально значимых заболеваний.
4. Сайт Департамента по молодежной политике, физической культуре и спорту Томской области: <http://derms.tomsk.ru>
5. Сайт ТОБО Фонда «Сибирь-СПИД-Помощь» [www.aids.tomsk.ru](http://www.aids.tomsk.ru)

#### Список преподавателей и консультантов образовательной программы

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Год рождения	Место работы, учебы, должность	Опыт работы
1	Болденкова Мария Игнатьевна	1961	Школа, социальный педагог	Более 5 лет
2	Мастихина Вера Александровна	1960	Школа, заместитель директора по УВР	Более 5 лет
3	Тихонова Анастасия Юрьевна	1983	ТОБО Фонд «Сибирь-СПИД-Помощь»	Более 5 лет
4	Функ Александр Сергеевич	1989	ТОБО Фонд «Сибирь-СПИД-Помощь»	Более 5 лет
5	Козловская Анастасия Валерьевна	1996	консультант	2
6	Данильченко Анэля Хамзаевна	1996	консультант	3
7	Котова Кристина Валерьевна	1997	консультант	2

