


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №2»  
Менделеевского муниципального района  
Республики Татарстан

Рассмотрено	Согласованно	Утверждено
<p>На заседании ШМО классных руководителей Протокол № <u>1</u> от «<u>09</u>» <u>09</u> 2019г. Руководитель ШМО <u>[подпись]</u> (подпись, расшифровка) <u>Энгелина И. В.</u></p>	<p>Заместитель директора по ВР <u>[подпись]</u> Павлова Л.А. «<u>10</u>» <u>09</u> 2019г.</p>	<p>Приказ № <u>5</u> от «<u>10</u>» 2019г. Директор: <u>[подпись]</u> М.П. Яковлев</p> 

Рабочая программа  
дополнительного образования  
«SMS-дети»  
на 2019-2020 учебный год  
составлена на один год  
для учащихся 12-17 лет  
за основу взята программа  
МБОУ «СОШ №11» г. Нижнекамск РТ

Рассмотрена на педагогическом совете  
Протокол № \_\_\_ от «\_\_\_» сентября 2019 г.

2019-2020 учебный год

Данная программа «SaMoСтоятельные дети» составлена на основе:

- с учетом опыта реализации шведского проекта «Smart»;
- учебного плана МБОУ «СОШ №2» г. Менделеевск РТ на 2019-2020 учебный год;
- положения образовательной программы дополнительного образования МБОУ «СОШ №2» г. Менделеевск РТ.

Программа дополнительного образования рассчитана на 70 учебных часов по 2 часа в неделю. Форма обучения безоценочная.

По данным социологических исследований почти каждый второй школьник имеет курящего отца, а каждый восьмой – курящую маму. Неудивительно, что в подобных условиях более половины подростков имеют опыт употребления табака, причем почти треть из них являются систематическими (регулярными) курильщиками.

Приобщение к употреблению алкоголя происходит также в юном возрасте, и подавляющее большинство учащихся старших классов уже имеют опыт употребления алкоголя. Тревогу вызывает тот факт, что спиртное одинаково активно употребляют и девушки, и юноши. Исследование показало, что около половины нынешних десятиклассников хотя бы один раз в своей жизни оказывались в состоянии сильного алкогольного опьянения.

Употребление школьниками спиртных напитков далеко не всегда бывает рациональным и обдуманым, во многих случаях подростки следуют сложившимся обстоятельствам, оказываясь в ситуациях, благоприятных для употребления алкоголя. Наиболее часто школьники употребляют алкоголь вне дома, в компании друзей или знакомых. Для этого выбираются места, максимально удаленные от поля зрения родительского контроля: это, например, подъезды, квартиры друзей и знакомых.

По данным специалистов, чем позднее подросток начнет употреблять алкоголь и табак, тем меньше вероятность приобщения его к наркотическим веществам.

Сегодня в первичной профилактике наркомании используются в основном традиционные формы работы. Однако современные школьники избирательны в увлечениях, ориентированы на результат, предпочитают ясность и конкретизацию информации, прагматичны. Включение новых методов работы, позволит повысить эффективность профилактики употребления психоактивных веществ. Одной из таких форм может стать деятельность в рамках долгосрочного проекта «SaMoСтоятельные дети».

Проект «SaMoСтоятельные дети» разработан с учетом опыта реализации шведского проекта «Smart». В настоящее время в Швеции он охватывает более 80% школьников в возрасте от 10 до 16 лет. Исследования подтверждают, что метод является эффективным в профилактике зависимостей и девиантного поведения. В результате на 40% уменьшилось потребление табачных изделий среди детей и на 50% сократилась проба наркотиков. В Швеции 30 % родителей, чьи дети участвуют в проекте, отказались от курения.

Этот метод профилактики наркомании и преступности также активно используется в ряде европейских стран (Норвегии, Финляндии, Литве) и городах Российской Федерации (Санкт-Петербурге, Мончегорске, Великом Новгороде).

## **Цели программы :**

- сформировать у учащихся ценностное отношение к здоровью, навыки ЗОЖ, культуру здоровья;
- предупредить или отложить первую пробу психоактивных веществ детьми школьного возраста на возможно более поздний срок;
- повышение уровня осознанности опасности употребления ПАВ среди детей и подростков;
- активизация солидарности и волонтерского движения.

## **Задачи программы:**

- обучить школьников участвующих в проекте, работе по контрактному методу;
- пропагандировать проект через средства массовой информации;
- провести информационно-разъяснительные мероприятия детьми и их родителями;
- заключить контракты с детьми;
- организовать и провести антинаркотические мероприятия в организациях, участвующих в проекте;
- отследить результаты выполнения проекта.

## **Участники программы:**

- дети в возрасте от 12 до 17 лет, занимающиеся в учреждениях дополнительного образования, в спортивных секциях, кружках по интересам и т.п.;
- родители;
- персонал организаций, участвующих в проекте.

## **Срок реализации программы: 1 год**

## **Формы занятий:**

- по количеству детей, участвующих в занятии – коллективная, групповая, индивидуальная;
- по особенностям коммуникативного взаимодействия – тестирование, практикумы, беседы, дискуссии, мастер – классы, тренинги;

- по дидактической цели – вводные занятия, практические занятия, занятия по углублению знаний; творческие занятия; проекты.

**Методы работы:** исследование; практические работы; наблюдения; самоанализ и самооценка.

**Ожидаемые результаты:**

- снижение числа детей школьного возраста, допускающих первую пробу психоактивных веществ;
- распространение и закрепление у детей школьного возраста имиджа уважаемого и успешного человека, жизненной ценностью которого является бережное отношение к своему здоровью.

**Механизм реализации программы:**

С детьми и родителями проводится разъяснительная работа о целях, задачах и механизмах реализации проекта "SaMoСтоятельные дети".

С участниками проекта проводятся тематические информационно-просветительские, культурно-развлекательные, развивающие мероприятия в течение учебного года, а также в каникулярное время.

Дети школьного возраста самостоятельно выбирают и вписывают собственноручно в индивидуальный контракт те запреты, которые для себя определяют как «вредные привычки».

Дети и подростки, выполнившие условия контракта в течение месяца, получают значок с символикой проекта «SaMoСтоятельные дети», в течение 3 месяцев – членскую карточку, футболку и бейсболку с символикой проекта.

Ребята, которые выполнили контракт в течение учебного года, участвуют в итоговом торжественном мероприятии (*экскурсионная поездка, туристический поход, сплав и т.д.*).

**Минимальная платформа индивидуального контракта:**

- для ребенка среднего школьного возраста: запрет на употребление табака, пива, иной алкогольной продукции, совершение актов вандализма, насилия и жестокости;

- для старшего школьного возраста: запрет на употребление табака, пива, иной алкогольной продукции, психоактивных веществ, совершение актов вандализма, насилия и жестокости и т.п.;

- для подростка, имеющего опыт курения: в течение 1-3 месяцев прекратить курить, затем полный запрет на употребление табака, алкогольной продукции и т.д.

Индивидуальный контракт заключается между ребенком школьного возраста и руководителем организации. Подпись родителя в контракте означает, что он одобряет желание ребенка участвовать в проекте.

#### **Условия участия в проекте:**

- срок действия контракта ограничен (не более 1 года);
- добровольное вступление в проект и право выхода из него;
- поощрение за соблюдение контракта (льготы и прочее);
- исключение из проекта за нарушения условий контракта с изъятием членской карточки (при этом возможность повторного вступления в проект сохраняется).

Членская карточка позволяет получать различные виды льгот предоставляемые учреждениями дополнительного образования, спортивными секциями, коммерческими предприятиями, учреждениями культуры, спортивными клубами, участвующим в проекте. Каждое учреждение и предприятие самостоятельно разрабатывает систему стимулирования ребят, подписавших контракт и выполнивших его.

**Учебно-тематический план  
работы отряда «Смелые»  
на 2019-2020 учебный год**

<b>№ п/п</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Всего часов</b>	<b>теория</b>	<b>практика</b>
1.	Инструктаж по ПДД и ТБ Классный час «Безопасность на дороге»	2	2	
2.	Акция «Посади дерево»	2		2
3.	Республиканская акция «Поделись улыбкой»	2	1	1
4.	Игра для учащихся 2-4 классов «Здоровье в наших руках»	2	1	1
5.	Акция «Пожилые люди в обществе»	2	1	1
6.	Республиканская антинаркотическая акция «Здоровая пробежка»	2		2
7.	Акция «Посмотри в глаза своему ребенку»	2	1	1
8.	Акция «Молодежь за ЗОЖ»	2	1	1
9.	Всероссийская антинаркотическая акция «Сообща, где торгуют смертью!»	2	1	1
10.	Акция «Бросай курить!», посвященная «19 ноября – Международному дню отказа от курения»	2	1	1
11.	Республиканская акция «Здоровая мама – здоровый ребенок»	2	1	1
12.	Республиканская акция «Количество свечек зависит только от тебя»	2	1	1
13.	Акция «Все мы разные, но все мы вместе»	2	1	1
14.	Тренинг «Я – хозяин своей жизни»	2	2	
15.	Республиканская акция «Подари чудо»	2	1	1
16.	Акция делай добро «Рождественская карусель»	2	1	1
17.	Республиканская акция «яркая Здоровая зимушка-зима»	2	1	1
18.	Флеш-моб «День объятий»	2		2
19.	«Турнир вежливости»	2		2
20.	Беседа с учащимися «Улица полна неожиданностей»	2	2	
21.	День «Дружбы и симпатии»	2	2	

22.	Викторина «Недаром помнит вся Россия»	2	1	1
23.	Акция «Будьте добрыми и человечными»	2	1	1
24.	Республиканский конкурс «Успешный волонтер республиканского антинаркотического проекта SaMo Стоятельные дети»	2	1	1
25.	Акция «Экстремизму - нет!»	2	1	1
26.	Республиканский конкурс социальной, антитабачной, антиалкогольной, антинаркотической рекламы	2	1	1
27.	Беседа с учащимися 4-7 классов «Энергетический напиток – за и против»	2	1	1
28.	Республиканская антинаркотическая акция «Будь готов! Скажи, нет!»	2	1	1
29.	Тренинг «Толерантное общение»	2	1	1
30.	Акция «Мы в ответе за свою планету»	2	1	1
31.	Беседа с учащимися 8 классов «Мой стиль – моя безопасность и здоровье»	2	1	1
32.	Тренинг «Знакомство с привычками»	2	1	1
33.	Занятие «Смысл жизни»	2	1	1
34.	Республиканская акция «Россия без табака»	2	1	1
35.	Республиканская акция ( флеш-моб ) «Будь здоровым! Танцуй»	2	1	1
<b>Итого:</b>		<b>70</b>	<b>35</b>	<b>35</b>



## **Содержание программы**

### **Введение**

Базовые компетенции современного человека. Понятия «успешный человек», «лидер», «грамотный человек». Заключение контракта участника проекта.

*Теоретическая часть:* беседы, групповая дискуссия, рассказы, видео-уроки.

*Практическая часть:* заключение контракта участника проекта.

### **Здоровье и здоровый образ жизни**

Что такое здоровье и что такое болезнь? Чтобы сохранить здоровье, нужно хорошо узнать себя. Здоровье человека связано с его образом жизни, оно достояние каждого и богатство всей страны. Факторы, влияющие на здоровье человека. Зависимость здоровья человека от здоровья природы в целом. Анализируем свой образ жизни. Правила и нормы здорового образа жизни. Мой здоровый образ жизни и образ жизни моей семьи. Программа здоровья и ее роль. Правила рационального питания.

*Теоретическая часть :* беседы, групповая дискуссия, рассказы, видео-уроки, анкетирование.

*Практическая часть:* конкурс рисунков, экскурсия в школьный медпункт, игра-путешествие, участие в акциях.

### **Антиалкогольное и антитабачное воспитание.**

Полезные и вредные привычки. Правила социально желательного поведения. Значение семьи в формировании здоровых установок и навыков ответственного поведения. На что идут дети, чтобы выглядеть взрослыми. Влияние вредных привычек на внешний вид и самочувствие человека.

*Теоретическая часть:* видео-уроки, беседа с социальным педагогом школы.

*Практическая часть:* проектная работа, конкурс рисунков и плакатов, участие в акциях.

### **Предупреждение употребления психоактивных веществ.**

Последствия употребления ПАВ. Влияние ПАВ на организм человека. Последствия токсикомании. Влияние токсикомании на организм человека.

*Теоретическая часть:* видео-уроки, беседа с социальным педагогом школы, игра «Марионатка», тренинги «Мифы».

*Практическая часть: участие в акциях.*

**Обучающиеся, прошедшие полный курс обучения по программе.**

Должны знать:

-основные вопросы гигиены, касающиеся профилактик вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;

- особенности влияния вредных привычек на здоровье человека;
- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- последствия употребления ПАВ, влияние ПАВ на организм человека;
- последствия токсикомании, влияние токсикомании на организм человека;

Должны уметь :

- проводить акции, пропагандирующие ЗОЖ;
- находить выход из ситуации, связанных с употреблением алкоголя, ПАВ, сигарет;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- работать с различными источниками информации.

**Календарно-тематическое планирование отряда «Смелые»  
на 2019-2020 год**

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Характеристика деятельности уч-ся или виды учебной деятельности	Дата проведения	
				По плану	По факту
1	Инструктаж по ПДД и ТБ Классный час «Безопасность на дороге»	2	Привлекать внимание пешеходов и водителей к проблеме детского дорожно-транспортного травматизма	06.09	
2	Акция «Посади дерево»	2	Такая традиция позволяет участникам проекта восстанавливать леса.	13.09	
3	Республиканская акция «Поделись улыбкой»	2	Поделиться улыбкой и хорошим настроением с окружающими.	18.09	
4	Игра для учащихся 2-4 классов «Здоровье в наших руках»	2	Помочь учащимся выяснить, что является непреложными условиями здоровья и что мешает быть здоровым.	27.09	
5	Акция «Пожилые люди в обществе»	2	Формировать внимание к пожилому человеку сегодня и оказание ему заслуженной помощи во взаимодействии с социумом, и позитивного отношения к тем, кто через несколько лет приобретает социальный статус пожилого человека.	4.10	
6	Республиканская антинаркотическая акция «Здоровая пробежка»	2	Формировать и привлекать население к регулярным занятиям физической культуры и пропагандировать здорового образа жизни.	11.10	
7	Акция «Посмотри в глаза ребенку»	2	Рассказывать об уловках, на которые идут злоумышленники, а также о способах и методах самозащиты. Формировать антинаркотические установки у родителей и детей.	18.10	

8	Акция «Молодежь за ЗОЖ»	2	Привлечение внимания горожан к проблемам наркомании, пропаганда здорового образа жизни.	25.10	
9	Всероссийская антинаркотическая акция «Сообща, где торгуют смертью!»	2	Формирование антинаркотического мировоззрения, профилактики распространения наркомании и противодействия злоупотреблению наркотических средств.	8.11	
10	Акция «Бросай курить!», посвященная «19 ноября – Международному дню отказа от курения»	2	Заставить задуматься курящих людей о своем здоровье и поддержать тех, кто хочет бросить курить.	15.11	
11	Республиканская акция «Здоровая мама- здоровый ребенок»	2	Проведение разъяснительной работы с прохожими женского пола, предлагая им подписать однодневный контракт и отказаться от вредных привычек, если они есть.	22.11	
12	Республиканская акция «Количество свечек зависит только от тебя»	2	Формирование у подрастающего поколения потребности в здоровом образе жизни, нравственности, морально устойчивой позиции в обществе.	29.11	
13	Акция «Все мы разные, но все мы вместе»	2	Сформировать у детей и родителей основы толерантной культуры.	6.12	
14	Тренинг «Я-хозяин своей жизни»	2	Переформирования неуверенности, страхов, негативных программ в ресурс для развития; Повысить самооценку и обрести уверенность; стать хозяином своей жизни.	13.12	
15	Республиканская акция «Подари чудо»	2	Реализация лучших социальных проектов, направленных на решение проблем детей, находящихся в трудной жизненной	20.12	

			ситуации.		
16	Акция делай добро «Рождественская карусель»	2	Формировать у детей качество стремления совершать добрые поступки, пробуждать добрые чувства, желание изменить мир к лучшему, воспитывать у детей чувство доброты, вежливости, ведь доброта, милосердие, радость переживания за других людей создают основу человеческого счастья.	27.12	
17	Республиканская акция «Яркая здоровая зимушка-зима»	2	Пропаганда активного, позитивного, здорового способа организации собственного досуга на территории школьного двора.	10.01	
18	Флеш-моб «День объятий»	2	Улучшить социальную адаптацию детей, лишенных родительской опеки, внимания, путем формирования активной жизненной позиции, коммуникативных навыков, усвоения норм ценностей общества.	17.01	
19	«Турнир вежливости»	2	Формирование у учащихся правил культурного поведения, правил этикета, желания общаться, умения дружить друг с другом, воспитывать у детей вежливость, галантность.	24.01	
20	Беседа с учащимися «Улица полна Неожиданностей»	2	Учить детей видеть то, что представляет опасность для их жизни и здоровья; закрепить у детей понятие безопасность, убедить в необходимости соблюдать правила безопасности.	31.01	

21	День «Дружбы и симпатии»	2	Содействовать развитию эмоционально-чувственной среды детей; способствовать сплочению детского коллектива; формировать представления об эстетических нормах общения между полами.	7.02	
22	Викторина «Недаром помнит вся Россия»2	2	Активизировать творческую деятельность учащихся, направленную на возрождение интереса к героическим событиям Отечественной войны	14.02	
23	Акция «Будьте добрыми и человечными»	2	Привлечь внимание ответственности к социально значимым проблемам и повысить статус добровольчества через привлечение волонтеров к общественно- полезной деятельности.	21.02	
24	Республиканский конкурс «Успешный волонтер Республиканского антинаркотического проекта SaMoСтоятельные дети»	2	Развить антинаркотическое волонтерское движение в образовательном учреждении, поддержать его творческий потенциал по пропаганде здорового образа жизни.	28.02	
25	Акция «Экстремизму нет!»	2	Провести лекции с детьми, ведь они должны знать, как вести себя в той или иной экстренной ситуации, какое наказание грозит за правонарушение	7.03	
26	Республиканский конкурс социальной, антитабачной, антиалкогольной, антинаркотической рекламы	2	Формировать у детей ответственное отношение к своему психическому и физическому здоровью, здоровью окуржающих, привлечения внимания общества и СМИ к проекту «СМС-Дети»	14.03	

27	Беседа с учащимися 4-7 классов «Энергетически й напитков- за и против»	2	Способствовать формированию у учащихся навыков критического мышления и осмыслению ими отрицательных последствий употребления энергетических напитков.	28.03	
28	Республиканская антинаркотическая акция «Будь готов! Скажи, нет!»	2	Привлечение внимания общественности к проблемам наркомании и пропаганды здорового образа жизни.	4.04	
29	Тренинг «Толерантное общение»	2	Воспитание в подрастающем поколении потребности и готовности к конструктивному взаимодействию с людьми и группами людей независимо от их национальной, социальной, религиозной, принадлежности, взглядов, мировоззрения стилей мышления и поведения.	11.04	
30	Акция «Мы в ответе за свою планету»	2	Привлечение внимания населения к проблема окружающей среды.	18.04	
31	Беседа с учащимися 8 классов «Мой стиль – безопасность и здоровье»	2	Привлечение внимания учащейся молодежи к проблеме курения, алкоголизма, профилактики преступлений и правонарушений, формирования собственной жизненной позиции.	25.04	
32	Тренинг «Знакомство с привычками»	2	Ознакомить учащихся с вредными привычками, а также научиться самостоятельно противостоять своим привычкам с наименьшими психическими потерями для себя и окружающих.	2.05	
33	Занятие «Смысл жизни»	2	Можно соглашаться, можно спорить – и каждый будет прав, потому что этот вопрос очень индивидуальный и многомерный.	16.05	

34	Республиканская акция «Россия без табака»	2	Провести разъяснительную работу с прохожими об опасности употребления табака.	24.05	
35	Республиканская акция (флеш-моб) «Будь здоровым! Танцуй»	2	Привлечение внимания жителей города к проекту, актуализация активной гражданской антинаркотической позиции участников проекта.	28.05	
	<b>Итого</b>	<b>70</b>			



## Учебно-методическое обеспечение и перечень рекомендуемой литературы

1. Дрынов, И.Д. Вич не передается через дружбу. Оставайтесь людьми». Москва: Фокус-Медиа, 2008.-16с.-С.5-10
2. Коробкина, З.А. «Пиво делает сердце дряблым» [Текст]// «Воспитание школьника».-Москва. -2007-№4-С.16
3. Подобел, С. «Программно-целевой подход в решении проблем преодоления наркотической зависимости у детей (из опыта работы)»// «Воспитание школьников» - Москва.- 2007. - №9
4. Ткачук, М. «Влияние положительных эмоций на здоровье школьников»// «Воспитание школьника». - Москва, 2007-№9
5. «Профилактика вредных привычек» Н.И. Еременко, издательство «Панорама», Москва 2007.
6. «Не совсем обычный урок», С.В. Кулькевич, Воронеж, «Учитель», 2007.
7. «Формирование здорового образа жизни подростков», В.С. Кучменко, Л.П. Анастасова, Москва, Вентана – Граф, 2007
8. «Методические материалы по антинаркотическим профилактическим программам в учебных заведениях», Приволжск, 2008