

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное  
учреждение «Лицей» р.п. Земетчино**

**«Утверждаю»**

**Директор \_\_\_\_\_ /О.А. Панькина/**

# **ПРОГРАММА**

**по профилактике наркомании,**

**алкоголизма, табакокурения**

**«Мы говорим - Нет!»**

**на 2022 – 2023 учебный год**

**программу составил: педагог-психолог Е.Н. Котунова**

## Содержание.

1. Паспорт программы
2. Пояснительная записка
3. Цель и задачи программы
4. Основные направления реализации программы
5. Основные требования к условиям реализации программы
6. Участники программы
7. Сроки и этапы реализации программы
8. Критерии отслеживания эффективности программы
9. Ожидаемые результаты
10. Основные мероприятия по реализации программы:
  - Направление «Жизнь без табака и алкоголя!»
  - Направление «Здоровая личность»
11. Литература

## 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Наименование Программы	Комплексная Программа по профилактике наркомании, алкоголизма, табакокурения «Мы говорим – Нет!»
Основные разработчики Программы	педагог-психолог
Цель Программы	Комплексное решение проблем профилактики табакокурения, алкоголизма
Срок реализации Программы	2021-2023 гг. Педагог-психолог, классные
Исполнители мероприятий Программы	руководители, волонтерский отряд МБОУ «Лицей» р.п. Земетчино «Новое поколение», социальный педагог
Ожидаемые конечные результаты реализации Программы	<ul style="list-style-type: none"><li>- Адекватная оценка учащимися своего поведения;</li><li>- Стремление к физическому совершенствованию, здоровому образу жизни;</li><li>- Формирование личности, не склонной к употреблению алкоголя, табака;</li><li>- Отказ от курения, употребления алкоголя.</li></ul>

## 2. Пояснительная записка.

*Люди победили чуму, малярию, тиф... Но пьянство, наркомания, СПИД, словно злые джинны, терзают человечество. Эти проблемы в нашем обществе долгое время предавались забвению, но и в эту бездну рано или поздно пришлось бы заглянуть.*

*Ч. Айтматов*

Здоровье подрастающего поколения — важный показатель качества жизни общества и государства. Сегодня безопасность страны, политическая стабильность и экономическое благополучие находятся в тесной причинно-следственной связи с суммарным потенциалом здоровья детей, подростков, молодёжи. По мнению большинства исследователей данной проблемы, именно в этом отношении ситуация в современной России вызывает наибольшую тревогу и опасение.

Чтобы предотвратить появления негативных явлений, необходимо начинать профилактическую работу в школах с ранней ступени. Данная программа охватывает все уровни учебно-воспитательного процесса МБОУ «Лицей» р.п. Земетчино (начальная школа, основная и старшая школы).

Семья в борьбе с распространением табакокурения, алкоголизма среди подростков играет роль важного, возможно, самого важного фактора. Многочисленные исследования, проведенные в последние годы, показали, что именно ситуация, сложившаяся в семье во многом определяет, насколько велика вероятность приобщения подростков к алкоголю и табакокурению (факторы риска и защитные факторы).

Учитель – ученики – родители – вот тот треугольник, на котором базируется основная работа программы. Программа профилактики рассчитана на поэтапное и систематическое формирование тех навыков, которые необходимы молодому поколению при общении со сверстниками и старшим поколением, при стрессовых и проблемных жизненных ситуациях, при принятии решений и выборе той или иной стратегии собственного поведения. Наличие таких «жизненных навыков» позволяет говорить о более высокой социально-психологической устойчивости личности, о ее способности противостоять негативным влияниям в жизни и наличии некоего «внутреннего барьера» по отношению к алкоголю, табакокурению.

Благодаря совместным усилиям школы, семьи, общества подрастающий гражданин должен укрепиться в мысли о том, что именно он ответственен за свое собственное здоровье и должен рассматривать его как высшую ценность.

Программа по профилактике «Мы говорим - нет!» разработана на основании Конституции Российской Федерации, ФЗ «Об образовании», Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан от 22.07.93 N 5487-1, № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».

## 3. Цель и задачи программы

**Целью** программы является комплексное решение проблем профилактики алкоголизма, табакокурения.

Программа предусматривает решение следующих **задач**:

- формирование у обучающихся психологического иммунитета к алкоголю, табаку;
- формирование у школьников установок на ведение здорового образа жизни и улучшение их духовно-нравственной культуры;

- повышение уровня воспитательно-профилактической работы в школе;
- активизация разъяснительной работы среди родителей по вопросам профилактики алкоголизма, табакокурения;
- внедрение в образовательную среду инновационных педагогических и психологических технологий, обеспечивающих развитие ценностей здорового образа жизни;
- проведение работы с родителями, направленной на формирование в семьях здоровьесберегающих условий здорового образа жизни, профилактику вредных привычек;
- повышение самосознания учащихся через разнообразные формы работы;
- обеспечение координации усилий всех участников воспитательного процесса в организации профилактической работы.

#### **4. Основные направления реализации программы**

Комплексная Программа предусматривает систему работы всех участников образовательного процесса с привлечением специалистов КДН, ПДН, больницы, социального педагога и других учреждений социума по следующим направлениям:

- «Жизнь без алкоголя и табака!» (профилактика алкоголизма и табакокурения);
- «Здоровая личность» (обучение жизненным навыкам):
  1. Общения;
  2. Принятия решений;
  3. Решения проблем;
  4. Критического мышления;
  5. Межличностных контактов;
  6. Умения постоять за себя;
  7. Сопротивления негативным влияниям сверстников;
  8. Совладения с эмоциями;
  9. Управления стрессом и состоянием тревоги;
  10. Социальной адаптации;
  11. Навыков развития положительного самосознания и положительной «Я-концепции»;
  12. Навыков противостояния началу употребления психоактивных веществ.

#### **5. Основные требования к условиям реализации программы:**

- продолжительность одного занятия не более 45 минут;
- курс занятий не увеличивает учебную нагрузку детей и подростков;
- группа может быть довольно большой (15-20 человек);
- один раз в четверть перед учащимися выступает заместитель директора по учебно-воспитательной работе, один раз в полугодие – инспектор по делам несовершеннолетних. Классный руководитель проводит беседы не менее чем один раз в четверть.

Программа «Здоровая личность» рассчитана на 17 часов для 1-4 классов и на 34 часа для 5-8 классов.

Наиболее оптимальным для достижения желаемых результатов является соблюдение не только принципа систематического проведения занятий, но и принципа преемственности

занятий, созданных с учетом возрастных особенностей детей и подростков и ориентированных на рассмотрение наиболее актуальных в этом возрасте проблем.

## **6. Участники программы**

Основным звеном программы является коллектив детей, педагогов и родителей, участвующих в организации и проведении мероприятий, направленных на здоровый образ жизни, профилактику алкоголизма, табакокурения среди несовершеннолетних.

Участником программы является учащийся МБОУ «Лицей» р.п. Заметчино в возрасте от 7 до 16 лет.

## **7. Сроки и этапы реализации программы**

Программа «Мы говорим – НЕТ!» рассчитана на 2021 – 2023 г.г. и предполагает следующие этапы работы:

### ***I Аналитический***

*Время проведения:* сентябрь 2021 г. – декабрь 2021 г.

*Цель:* изучение существующих в детской и подростковой среде тенденций употребления алкоголя и табакокурения.

#### ***Задачи:***

- 1) определить степень информированности детей и подростков по проблеме;
- 2) выделить факторы, влияющие на формирование позитивного отношения к употреблению алкоголя и табакокурения;
- 3) сделать выводы о степени вовлеченности подростков в проблему и выделить основные целевые группы для дальнейшей работы.

#### ***Формы, методы работы:***

- 1) изучение материалов общероссийских, областных социологических исследований с целью получения информации о состоянии проблемы алкоголизма и табакокурения в целом;
- 2) изучение физического и психического здоровья учащихся, перегрузок учащихся в учебной деятельности и их влияния на здоровье;
- 3) опрос и анкетирование (анонимное) с целью изучения состояния проблемы в школе при работе с определённой группой детей;

#### ***Значение этапа:***

Анализ результатов анкетирования позволяет сделать выводы о степени вовлеченности учащихся в проблему и выделить три целевые группы:

- подростки, имеющие опыт употребления спиртных напитков и табакокурения;
- подростки, для которых характерно позитивное отношение к употреблению спиртных напитков и табакокурения;
- подростки, имеющие четко сформированное негативное отношение к употреблению алкоголя и табакокурения.

### ***II Организационно-практический***

*Время проведения:* январь 2022 г. – декабрь 2022 г.

*Цель:* реализация профилактической работы в образовательном учреждении.

#### ***Задачи:***

- 1) предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке, алкоголе;

- 2) способствовать увеличению знаний учащихся путем обсуждения проблем, связанных с наркоманией;
- 3) учить детей лучше понимать собственные проблемы и критически относиться к поведению в обществе, способствовать стремлению детей понимать окружающих и анализировать свои отношения с ними;
- 4) создать условия для формирования у детей культуры выбора, научить их принимать ответственные решения;
- 5) обеспечить взаимодействие школы с семьей и внешкольными организациями.

**Формы, методы работы:**

- 1) информационный;
- 2) метод поведенческих навыков (анализ и проигрывание конкретных жизненных ситуаций);
- 3) конструктивно-позитивный метод (организация тренингов, направленных на повышение психологической устойчивости);
- 4) занятия с элементами арт-терапии, сказкотерапии;
- 5) просвещение учащихся в области личной гигиены, антиалкогольная и антитабачная пропаганда (встречи с медработниками, вечера вопросов и ответов и т.д.);
- 6) вовлечение учащихся в спортивно-оздоровительные объединения, привитие навыков здорового образа жизни (дни здоровья, спортивные конкурсы и т.д.);
- 7) акции;
- 8) почта доверия.

**Значение этапа:**

- развитие у учащихся таких жизненных навыков, как навыки принятия решения, общения, ответственного поведения, противостояния стрессам, сопротивления негативным социальным влияниям;
- формирование потребности в здоровом образе жизни, осознание ценности собственного здоровья и ответственности за него;
- повышение уровня психосоциальной адаптации детей;
- выработка активной жизненной позиции, исключающей использование наркотиков и алкоголя в качестве средства ухода от жизненных проблем.

**III Коррекционно-обобщающий (заключительный)**

*Время проведения:* январь 2023 г. – май 2023 г.

*Цель:* определение эффективности разработанной системы профилактики алкоголя и табакокурения.

**Задачи:**

- 1) выделить основные недостатки и достижения в проделанной работе;
- 2) определить изменения личностной позиции учащихся в отношении проблемы алкоголя и табакокурения;
- 3) совершенствовать межведомственное взаимодействие и сотрудничество в области противодействия алкоголя и табакокурения.

**Формы, методы работы:**

- 1) анализ отчетной документации;
- 2) опрос, беседа;
- 3) анонимное анкетирование.

*Примечание.* Сравнение результатов первичного и повторного анкетирования дает возможность:

- 1) изучить характер изменений в отношении учащихся к употреблению алкоголя и табакокурения;

- 2) выявить наиболее устойчивые факторы, способствующие приобщению детей и подростков к алкоголю и табакокурению;
- 3) определить динамику целевых групп.

**Значение этапа:**

- 1) позволяет обобщить и систематизировать информацию, накопленную в процессе проведения профилактической работы;
- 2) сделать выводы об эффективности предлагаемой системы профилактики;
- 3) на основании выделенных тенденций и закономерностей осуществить планирование дальнейшей работы по профилактике детского алкоголизма и табакокурения

## **8. Критерии отслеживания эффективности программы:**

Предлагается два способа отслеживания эффективности:

1 способ: *Отслеживание эффективности всей программы в целом.*

Критерии:

- изменение количества подростков, пробовавших спиртное;
- изменение количества учеников, курящих сигареты;
- увеличение количества детей, негативно относящихся к алкоголизму, табакокурению;
- результаты проведения мониторинга здоровья учащихся;
- активность и заинтересованность школьников в участии в мероприятиях, связанных с тематикой здоровья.

2 способ: *Отслеживание эффективности каждого проводимого мероприятия Программы.*

После проведения мероприятия проводится анкетирование, опросы участников (детей, родителей) с целью отслеживания эффективности мероприятия, динамики осознания проблемы и отношения к ней, уровня и степени добровольной вовлеченности родителей, обучающихся в мероприятиях.

## **9. Ожидаемые результаты:**

- Адекватная оценка учащимися своего поведения;
- Стремление к физическому совершенствованию, здоровому образу жизни;
- Формирование личности, не склонной к употреблению алкоголя, табака;
- Отказ от курения, употребления алкоголя.

### **Ожидаемые результаты предполагают формирование следующих навыков:**

- позитивного и конструктивного отношения к собственной личности;
- позитивного общения;
- самооценки и понимания других;
- управления собственными эмоциями;
- адекватного поведения в стрессовых ситуациях;
- продуктивного взаимодействия;
- самостоятельного принятия решения;

- решения проблемных ситуаций;

- творчества.

#### 10. Основные мероприятия по реализации программы:

- Направление «Мы говорим-Нет!»
- Направление «Здоровая личность»

### Направление «Мы говорим - Нет!»

2021-2022 гг.

№ п.п.	Наименование мероприятия	Срок	Класс	Ответственные
<b>Аналитический</b>				
1	Изучение нормативных документов по профилактике	Сентябрь		Администрация лицея, классные руководители
2	Практические занятия для классных руководителей по вопросам организации профилактической работы	Сентябрь - октябрь		Администрация лицея, классные руководители
3	Составление социальных паспортов школы и классов с целью получения необходимой информации о детях, обучающихся в школе.	Сентябрь	1-11	Соц. педагог
4	Составление базы данных по учащимся, имеющим отклонения в поведении, и семьям неблагополучного характера с целью последующей помощи им.	Сентябрь	1-11	Соц. педагог, педагог-психолог
5	Размещение информации о действующих «горячих линиях», «телефонов доверия» с целью обеспечения правовой защищенности учащихся	В течение года	1-11	Соц. педагог, педагог-психолог
<b>Практический</b>				
<b>Работа с учащимися</b>				
6	Анкетирование среди обучающихся 5,10 классов с целью контроля за их адаптацией к новым условиям	Октябрь	5,10 классы	Психолог
7	Анкетирование среди обучающихся 5,7, 9 классов с целью выявления	Ноябрь	5,7,9 классы	Психолог

	знаний и отношений детей разных возрастных групп к ЗОЖ			
8	Диспут «Чья сторона?»	Февраль	7-8 9-11	Классные руководители, педагог-психолог
9	Круглый стол «Жизнь без сигарет, алкоголя - поговорим о преимуществах»  Круглый стол для старшеклассников «Тропинка, ведущая к бездне».	Февраль  Март	5-8  9-11	Классные руководители, педагог-психолог  Классные руководители, педагог-психолог
10	Психологические тренинги, мозговые штурмы: «Учусь сопротивляться давлению», «Я и они», «Как сказать «нет».	В течение года	5-11	Классные руководители, педагог-психолог
11	Игра по станциям «Верить, творить, жить!»  Игра «Кто кого, или подросток в мире вредных привычек»  Обыгрывание ситуации «Однажды...», «Если тебе предложат...»	В течение года	5-6 7-8  9-11	Классные руководители, педагог-психолог
12	Час психолога: «Мое здоровье в моих руках», «От вредной привычки к болезни всего один шаг», «Твое свободное время» «Сигарете – нет! Алкоголю – нет!»,	Январь Февраль Март Апрель	1-4 5-7 8-9 10-11	Классные руководители, педагог-психолог
13	Конкурс рисунков «Спорт в моей жизни»	Октябрь-ноябрь	1-11	Педагог-психолог, волонтеры
14	Акция, приуроченная к Всемирному Дню отказа от курения «Спортивная сумка – вместо сигарет!»  Акция, приуроченная ко всемирному Дню Здоровья (организация социологического опроса учащихся старшеклассниками-волонтерами)	третий четверг ноября, 31 мая  Апрель	1-11  1-11	Старшеклассники-волонтеры, педагог-психолог  Старшеклассники-волонтеры, педагог-психолог

	Мероприятия в рамках Всероссийской акции «Скажи телефону доверия – «Да!»»	Май	1-11	Старшеклассники-волонтеры, педагог-психолог
15	Беседы врача нарколога и терапевта с учащимися «Вечер вопросов и ответов»	В течение года	1-11	Классные руководители
16	Спортивные мероприятия (Декады Здоровья; кроссы, эстафеты) по плану	В течение года	1-11	Учителя физкультуры
17	Подготовка и распространение специальных материалов профилактической направленности: буклеты, брошюры, социальная реклама.	В течение года	1-11	Педагог-психолог, соц. педагог
<b>Работа с родителями</b>				
18	Участие в круглом столе для родительской общественности по проблемам участия родителей в формировании здорового образа жизни у учащихся	<b>Январь</b>		
19	<p><b>Темы занятий с родителями. Учеников 1-2 класса:</b></p> <p>1. Особенности физического и психического развития в младшем школьном возрасте;</p> <p>2. Трудности младшего школьного возраста.</p> <p><b>Учеников 3-4 класса:</b></p> <p>1. Особенности возраста:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ физиологические;</li> <li>○ психологические;</li> <li>○ социальные.</li> </ul> <p>2. Трудности возраста:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ социальное развитие;</li> <li>○ развитие самосознания.</li> </ul> <p><b>Учеников 5-6 класса:</b></p> <p>1. Правила, нормы и ценности в нашей семье;</p> <p>2. Стресс;</p> <p><b>Учеников 7 класса:</b></p> <p>1. Подросток – взрослый или ребенок?;</p> <p>2. Критика и похвала . Их влияние на формирование личности и поведения подростка;</p> <p><b>Учеников 8 класса:</b></p>	В течение года	<p>1-2</p> <p>3-4</p> <p>5-6</p> <p>7</p>	

	<p>1. Семейные правила.</p> <p><b>Учеников 9 класса:</b></p> <p>1. Актуальные проблемы отношений «Родитель – подросток»;</p> <p>2. Актуальные проблемы отношений «Родитель – подросток».</p> <p><b>Учеников 10-11 класса:</b></p> <p>1. Работа над ошибками</p>		<p>8</p> <p>9</p> <p>10-11</p>	
<b>Работа с педагогами</b>				
20	МО классных руководителей: «Анализ состояния профилактической работы по предупреждению вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотических веществ»			
21	Лекции, семинары для классных руководителей. Темы: «Возрастные особенности подростков», «Особенности отношения детей к алкоголю и табакокурению», «Стиль педагогического общения как стрессовый фактор»	В течение года	1-11	Педагог-психолог

**2022-2023 гг.**

№ п.п.	Наименование мероприятия	Срок	Класс	Ответственные
1	Изучение нормативных документов по профилактике .	Сентябрь		Администрация лицея, классные руководители
2	Практические занятия для классных руководителей по вопросам организации профилактической работы	Сентябрь - октябрь		Администрация лицея, классные руководители
3	Составление социальных паспортов школы и классов с целью получения необходимой информации о детях, обучающихся в школе.	Сентябрь	1-11	Соц. педагог
4	Обновление базы данных по учащимся, имеющим отклонения в поведении, и семьям неблагополучного характера с целью последующей помощи им.	Сентябрь	1-11	Соц. педагог, педагог-психолог
5	Размещение информации о действующих «горячих линиях», «телефонов доверия» с целью	В течение года	1-11	Соц. педагог, педагог-психолог

	обеспечения правовой защищенности учащихся			
<b>Работа с учащимися</b>				
<b>6</b>	Анкетирование среди обучающихся 5,10 классов с целью контроля за их адаптацией к новым условиям	Октябрь	5,10 классы	Психолог
<b>7</b>	Анкетирование среди обучающихся 5,7, 9 классов с целью выявления знаний и отношений детей разных возрастных групп к ЗОЖ	Ноябрь	5,7,9 классы	Психолог
<b>8</b>	Круглый стол «Мы и пагубные привычки»  Круглый стол для старшеклассников «Пока не поздно».	Февраль  Март	5-8  9-11	Классные руководители, педагог-психолог  Классные руководители, педагог-психолог
<b>9</b>	Психологические тренинги, мозговые штурмы: «Запретный плод», «Мой выбор», «Умей сказать «нет».	В течение года	5-11	Классные руководители, педагог-психолог
<b>10</b>	Игра - путешествие «Полезные и вредные привычки» Игра по станциям «День независимости» Игра-викторина «No Smoking» Игра-викторина «Alko.Stop»	В течение года	1-4 5-6  7-8 9-11	Классные руководители, педагог-психолог
<b>11</b>	Час психолога: «Мы за здоровый образ жизни!», «Твоя жизнь - твоя ответственность» «Курение – признак свободы или зависимости?» «Думай, решай, действуй!».	Январь Февраль Март Апрель	1-4 5-7 8-9 10-11	Классные руководители, педагог-психолог
<b>13</b>	Конкурс рисунков «Мы за ЗОЖ!»	Октябрь-ноябрь	<b>1-11</b>	Педагог-психолог, волонтеры
<b>14</b>	Акция, приуроченная к Всемирному Дню отказа от курения «Спортивная сумка – вместо сигарет!»	третий четверг ноября, 31 мая	<b>1-11</b>	Старшеклассники-волонтеры, педагог-психолог



	<p>1. Поэтапное решение проблем; 2. Подросток, алкоголь и закон.</p> <p><b>Учеников 7 класса:</b> 1. Умение слушать в конфликтной ситуации.</p> <p><b>Учеников 8 класса:</b> 1. Семейные правила.</p> <p><b>Учеников 9 класса:</b> 1. Актуальные проблемы отношений «Родитель – подросток»; 2. Актуальные проблемы отношений «Родитель – подросток».</p> <p><b>Учеников 10-11 класса:</b> 1. Работа над ошибками</p>		<p>7</p> <p>8</p> <p>9</p> <p>10-11</p>	
<b>Работа с педагогами</b>				
<b>20</b>	МО классных руководителей: «Анализ состояния профилактической работы по предупреждению вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотических веществ»			
<b>21</b>	Лекции, семинары для классных руководителей. Темы: «Как предотвратить подростковую трагедию», «Конфликты в школе: выход есть!», «Профилактика детского алкоголизма»	В течение года	<b>1-11</b>	<b>Педагог-психолог</b>
<b>Заключительный</b>				
<b>22</b>	Анализ реализации программы, подведение итогов, разработка мероприятий на новый уч. год.	Апрель		Классные руководители, педагог-психолог

### **Направление «Здоровая личность» (обучение жизненно важным навыкам)**

Жизненно важные навыки – это основа психосоциальной компетентности. У подрастающего поколения в недостаточной степени сформированы необходимые жизненные навыки, обеспечивающие способность к социально адекватному поведению и позволяющие сформировать здоровый и эффективный жизненный стиль.

Психосоциальная компетентность как способность человека эффективно действовать в любых ситуациях играет важную роль в сохранении психологического здоровья, которое

обеспечивает адаптивность личности к социальной среде, является основой её эмоциональной стабильности, восприимчивости к социальному опыту и знаниям, адекватного поведения. Таким образом, развитие психосоциальной компетентности – одна из важнейших психолого-педагогических задач, решить которую можно путём обучения жизненно важным навыкам детей в соответствии с возрастом в школе.

### Тематическое планирование на 2021-2023 г. для 1-4 классов

№ п.п.	Тема занятия	Содержание	Цель	Количество часов
1	Знакомство	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Рассказ о себе и о целях курса</li> <li>2. Упражнение "Весёлое приветствие"</li> <li>3. Упражнение "Имя и качество"</li> <li>4. Упражнение "Интервью"</li> <li>5. Игра "Карлсон сказал"</li> <li>6. Рефлексия</li> </ol>	Знакомство с курсом, создание условий для более близкого знакомства детей в группе и с педагогом, способствовать раскрепощению учащихся, приобретению желания работать вместе, общаться друг с другом, развивать навыки позитивного общения, доброжелательность.	1
2	Выработка правил взаимодействия в группе	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнение "Встаньте те, кто..."</li> <li>2. Игра "Дождь"</li> <li>3. Дискуссия "Для чего нам нужны правила?"</li> <li>4. Выработка правил взаимодействия</li> <li>5. Рефлексия. Цвет моего настроения</li> </ol>	Обсуждение способов взаимодействия в группе, выработка и принятие правил работы в группе, содействовать пониманию детьми норма и правил, которым необходимо следовать при общении с окружающими, <u>способствовать раскрепощению детей</u> , сплочению коллектива.	1
3	"Путешествие в страну радости"	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнение "Ласковое имя"</li> <li>2. Упражнение «Поляна радости»</li> <li>3. Этюд «Кто как радуется»</li> <li>4. Упражнение «Нарисуй радость»</li> </ol>	Расширять представлений детей об эмоции "радость"; формировать положительные эмоции, чувства через улыбку; расширять представление детей о поступках, которые приносят радость. Тренировка радостных эмоций.	1

		5. Рефлексия		
4	«Мы и наши привычки»	Приветствие. 1. Упражнение "Комплимент" 2. Упражнение – разминка "Нос-пол-потолок" 3. Беседа "Полезные, вредные привычки" 4. Упражнение "Твои привычки" 5. Упражнение "Восковая палочка" 6. Рефлексия Домашнее задание: дополнить таблицу "Твои привычки" (обсуждение с родителями).	Учить анализировать свои поступки, переживания, ясно и открыто выражать свои мысли, способствовать формированию адекватной самооценки, развитию уверенности в себе, стимулировать активность, развивать навыки совместной деятельности, содействовать сплочению коллектива. Формирование представления о режиме дня, умения самостоятельно планировать дела с учётом своих индивидуальных особенностей, интересов, привычек; актуализация представлений <u>о привычках</u> ; формирование убеждений в преимуществах предварительного планирования предстоящих дел.	2
5	«Путешествие в Здраволюбию»	Ритуал приветствия 1. Упражнение "Ласковое имя" 2. Упражнение "Когда я прихожу из школы домой" 3. Беседа "Режим дня" 4. Выработка собственного режима. 5. Рефлексия. Домашнее задание: "Моя рабочая неделя", подготовить фломастеры или цветные карандаши.	Формирование отношения к ЗОЖ.	1
6	«Я индивидуальность»	Ритуал приветствия (все последующие занятия начинаются с ритуала приветствия). 1. Упражнение "Комплимент"	Развитие навыков самопознания и самопринятия, способствовать осознанию детьми себя как индивидуальности, усилению внимания к себе, к своим чувствам, развивать уверенность в себе; учить с	1

		<p>2. Обсуждение домашнего задания, раскрашивание листа "Моя рабочая неделя"</p> <p>3. Упражнение "Закончи предложение"</p> <p>4. Упражнение "Хорошее настроение"</p> <p>5. Игра "Дождь"</p> <p>6. Рефлексия. "Цвет моего настроения".</p> <p>Домашнее задание: анкета "Вот я какой"</p>	<p>пониманием относиться к индивидуальным особенностям и различиям между людьми; содействовать сплочению коллектива.</p>	
7	«Учись общаться»	<p>1. Упражнение "Приветствие"</p> <p>2. Упражнение "Доброе животное"</p> <p>3. Беседа "Что такое общение"</p> <p>4. Тест-игра "С тобой приятно общаться"</p> <p>5. Упражнение "Ворвись в круг"</p> <p>6. Рефлексия. Упражнение "Цвет моего настроения"</p>	<p>Формирование первоначального представления о значении общения в жизни человека, актуализация представлений о себе как о субъекте взаимодействия; способствовать осмыслению и освоению эффективных способов общения и поведения и использованию их в реальной жизни.</p> <p>Развивать способность к общению: желание вступать в контакт с окружающими, умение организовать общение – умение слушать, эмоционально сопереживать, содействовать пониманию учащимися правил и норм, которым необходимо следовать при общении с окружающими; повышение самооценки, развитие уверенности в себе, преодоление скованности, пассивности.</p>	1

8	«Учись общаться»	<p>Упражнение "Я рад с тобой общаться"</p> <p>2. Упражнение "Подойди ближе"</p> <p>3. Беседа "Что такое уважение"</p> <p>4. Упражнение "Рефлексия"</p> <p>5. Рефлексия.</p>	<p>Объяснить роль уважительных отношений во взаимодействии.</p> <p>Объяснить смысл правила: «Относись к другим людям так, как тебе хочется, чтобы они относились к тебе».</p> <p>Познакомить детей с выразительными движениями как невербальными средствами общения</p>	1
9	Мы поссоримся и помиримся	<p>1. Упражнение "Приветствие"</p> <p>2. Игра "Толкалки без слов"</p> <p>3. Беседа "Что такое конфликт?"</p> <p>4. Упражнение "Интонации"</p> <p>5. Упражнение "Паровоз"</p> <p>6. Рефлексия.</p>	<p>Знакомство с понятиями "конфликт", "спор", причинами возникновения конфликтов; обучение детей поиску альтернативных вариантов поведения в конфликте, приёмам конструктивного, бесконфликтного общения; развитие навыков самоанализа и самооценки.</p> <p>Актуализация представлений учащихся о бесконфликтном общении, усвоение правил разрешения конфликтов, развитие умения анализировать конфликтные ситуации и разрешать конфликты, осмысление возможности самосовершенствования.</p>	1
10	Учимся взаимодействовать друг с другом	<p>1. Упражнение "Приветствие"</p> <p>2. Игра "Подъёмный кран"</p> <p>3. Чтение басни Крылова «Лебедь, рак и щука»'</p> <p>4. Упражнение "Я не люблю"</p> <p>5. Упражнение "Рассказ по кругу"</p> <p>6. Рефлексия.</p>	<p>Повышение социально-психологической компетентности учащихся, развитие <u>способности эффективно взаимодействовать с</u> окружающими, поддерживать контакт с партнёром по общению; развитие коммуникативных навыков, выработка доброжелательного отношения друг к другу, сплочение коллектива.</p>	1
11	«Учимся говорить «Нет!»»	<p>1. Упражнение "Приветствие"</p>	<p>Учить детей говорить: "Нет!"; помочь осознать ответственность за свой выбор; развивать чувство</p>	2

		<p>2. Игра «Формулы вежливого отказа»</p> <p>3 Упражнение «Попробуй отказаться»</p> <p>5. Рефлексия.</p>	<p>эмпатии; воспитывать бережное отношение к своему здоровью.</p>	
12	«Мы и наши близкие»	<p>1. Упражнение "Любящий взгляд"</p> <p>2. Упражнение "Математика"</p> <p>3. Беседа "Кто такие близкие люди"</p> <p>4. Конкурс рисунков "Моя семья". Обсуждение</p> <p>5. Игра "Разыгрывание ситуаций"</p> <p>6. Рефлексия.</p>	<p>Учить понимать окружающих взрослых, способствовать усвоению правил общения со взрослыми; развивать представления о роли близких в жизни человека; формировать убеждение, что близкие могут быть опорой в жизни.</p>	1
13	«Мы и наш класс»	<p>1. Упражнение "Мы"</p> <p>2. Упражнение "Те, кто"</p> <p>3. Беседа "Ценность школьной дружбы"</p> <p>4. Дискуссия "Дружный класс"</p> <p>5. Упражнение "Закончи предложение"</p> <p>6. Рефлексия</p>	<p>Достижение внутригруппового сплочения, осмысления своего персонального "Я" как части общего "Мы"; обобщение полученного опыта взаимодействия в группе.</p>	1
14	"Смешинки и зюлочки"	<p>1.Упражнение "Передай эмоцию"</p> <p>2. Мини –викторина «Угадай эмоцию»</p> <p>2. Упражнение «Поведение обиженного»</p> <p>3. Упражнение «Копилка зюлочки »</p> <p>4. Упражнение «Я справился</p>	<p>Закрепить умение выражать эмоцию "злость"; умение детей сравнивать эмоции на фотографии и на картинке; умение детей выражать злость, гнев социально - приемлемыми способами; развивать активный словарь эмоциональных состояний.</p>	1

		5. Рефлексия		
15	Подведем итоги	<p>1. Упражнение "Достоинства"</p> <p>2. Анкета "Моё отношение к занятиям курса "Обучение жизненно важным навыкам"</p> <p>3. Упражнение "Я хочу сказать спасибо"</p> <p>5. Рефлексия Упражнение "Воспоминания".</p>	Выявление отношения учащихся к курсу занятий "Обучение жизненно важным навыкам"; побуждать детей осознанно анализировать свои мысли, ощущения, изменения в <u>себе по окончании занятий</u> , осмысление опыта, полученного в ходе занятий.	1

### Тематическое планирование на 2021-2023 гг. для 5-8 классов

№ п.п.	Тема занятия	Содержание	Цель	Количество часов
1	Знакомство	<p>1. Рассказ о себе и о целях курса</p> <p>2. Упражнение "Весёлое приветствие"</p> <p>3. Упражнение "Имя и качество"</p> <p>4. Упражнение "Интервью"</p> <p>5. Игра "Карлсон сказал"</p> <p>6. Рефлексия</p>	Знакомство с курсом, создание условий для более близкого знакомства детей в группе и с педагогом, способствовать раскрепощению учащихся, приобретению желаний работать вместе, общаться друг с другом, развивать навыки позитивного общения, доброжелательность.	1
2	Выработка правил взаимодействия в группе	<p>1. Упражнение "Встаньте те, кто..."</p> <p>2. Игра "Дождь"</p> <p>3. Дискуссия "Для чего нам нужны правила?"</p> <p>4. Выработка правил взаимодействия</p> <p>5. Рефлексия. Цвет моего настроения</p>	Обсуждение способов взаимодействия в группе, выработка и принятие правил работы в группе, содействовать пониманию детьми норма и правил, которым необходимо следовать при общении с окружающими, <u>способствовать раскрепощению детей</u> , сплочению коллектива.	1

3	«Что такое 5, 6, 7, 8 класс?»	<p>1. Упражнение "Те, кто"</p> <p>2. Игра "Что я люблю делать"</p> <p>3. Упражнение "Ритуал приветствия"</p> <p>4. Беседа "Школьный путь"</p> <p>5. Дискуссия "В 5, 6, 7, 8-ом классе мне хотелось бы..."</p> <p>6. Рефлексия.</p>	<p>Профилактика проблем адаптации, мобилизация внутреннего ресурса, умения оказывать поддержку себе и другим; развивать представления о новом социальном статусе пятиклассника.</p> <p>Формировать позитивное отношение к своим возможностям, умение преодолевать трудности; сплочение коллектива, развитие творческих способностей.</p>	1
4	«Мы и наши привычки»	<p>Приветствие.</p> <p>1. Упражнение "Комплимент"</p> <p>2. Упражнение – разминка "Нос-пол-потолок"</p> <p>3. Беседа "Полезные, вредные привычки"</p> <p>4. Упражнение "Твои привычки"</p> <p>5. Упражнение "Восковая палочка"</p> <p>6. Рефлексия</p> <p>Домашнее задание: дополнить таблицу "Твои привычки" (обсуждение с родителями).</p>	<p>Учить анализировать свои поступки, переживания, ясно и открыто выражать свои мысли, способствовать формированию адекватной самооценки, развитию уверенности в себе, стимулировать активность, развивать навыки совместной деятельности, содействовать сплочению коллектива.</p> <p>Формирование представления о режиме дня, умения самостоятельно планировать дела с учётом своих индивидуальных особенностей, интересов, привычек; актуализация представлений <a href="#">о привычках</a>; формирование убеждений в преимуществах предварительного планирования предстоящих дел.</p>	1
5	«Мы и наши привычки»	<p>Ритуал приветствия</p> <p>1. Упражнение "Ласковое имя"</p> <p>2. Упражнение "Когда я прихожу из школы домой"</p> <p>3. Беседа "Режим дня"</p>	<p>Учить анализировать свои поступки, переживания, ясно и открыто выражать свои мысли, способствовать формированию адекватной самооценки, развитию уверенности в себе, стимулировать активность, развивать навыки совместной деятельности, содействовать сплочению коллектива.</p> <p>Формирование представления</p>	1

		<p>4. Выработка собственного режима.</p> <p>5. Рефлексия.</p> <p>Домашнее задание: "Моя рабочая неделя", подготовить фломастеры или цветные карандаши.</p>	<p>о режиме дня, умения самостоятельно планировать дела с учётом своих индивидуальных особенностей, интересов, привычек; актуализация представлений <a href="#">о привычках</a>; формирование убеждений в преимуществах предварительного планирования предстоящих дел.</p>	
6	«Я индивидуальность»	<p>Ритуал приветствия (все последующие занятия начинаются с ритуала приветствия).</p> <p>1. Упражнение "Комплимент"</p> <p>2. Обсуждение домашнего задания, раскрашивание листа "Моя рабочая неделя"</p> <p>3. Упражнение "Закончи предложение"</p> <p>4. Упражнение "Хорошее настроение"</p> <p>5. Игра "Дождь"</p> <p>6. Рефлексия. "Цвет моего настроения".</p> <p>Домашнее задание: анкета "Вот я какой"</p>	<p>Развитие навыков самопознания и самопринятия, способствовать осознанию детьми себя как индивидуальности, усилению внимания к себе, к своим чувствам, развивать уверенность в себе; учить с пониманием относиться к индивидуальным особенностям и различиям между людьми; содействовать сплочению коллектива.</p>	1
7	«Я индивидуальность»	<p>1. Упражнение "Колокол"</p> <p>2. Анализ домашнего задания. Обсуждение анкет.</p> <p>3. Игра "Кто я?"</p> <p>4. Игра "Все мы чем-то похожи"</p>	<p>Развитие навыков самопознания и самопринятия, способствовать осознанию детьми себя как индивидуальности, усилению внимания к себе, к своим чувствам, развивать уверенность в себе; учить с пониманием относиться к индивидуальным особенностям и различиям между людьми; содействовать сплочению коллектива.</p>	1

		<p>5. Игра "Если весело живётся, делай так"</p> <p>6. Рефлексия.</p> <p>Домашнее задание: "Нарисуй себя" (в виде растения или животного)</p>		
8	«Тайна моего Я»	<p>1. Упражнение "Клубочек"</p> <p>2. Анализ домашнего задания</p> <p>3. Упражнение "Психологический автопортрет"</p> <p>4. Беседа "Как стать самим собой"</p> <p>5. Упражнение "Похвала"</p> <p>6. Рефлексия. "Цвет моего настроения"</p> <p>Домашнее задание: подготовить "Комплимент-сюрприз"</p>	<p>Развивать способность к познанию собственного "Я", учить видеть себя со стороны: особенности и манеры поведения, отдельные черты характера; развивать чувство собственной индивидуальности и личностной уникальности; учить правильно оценивать себя, замечать и подвергать анализу собственные успехи и достижения, что поможет обрести необходимую уверенность в себе, в общении с окружающими.</p> <p><a href="#">Способствовать расширению представлений</a> детей о себе, развивать внимание к себе, к своим чувствам, учить анализировать свои чувства, переживания, чувства и переживания окружающих, учить ясно и конкретно излагать свои мысли; содействовать созданию атмосферы доверия, взаимопонимания.</p>	1
9	«Тайна моего Я»	<p>1. Упражнение "Комплимент-сюрприз"</p> <p>2. Упражнение "Карлсон сказал"</p> <p>3. Упражнение "Составь рассказ"</p> <p>4. Беседа "Фантазии на тему "Если бы я был..."</p> <p>5. Упражнение "Похвала"</p> <p>6. Рефлексия.</p>	<p>Продолжать учить анализировать свои чувства, переживания, способствовать усилению внимания к себе, развивать навыки произвольного контроля и регуляции своего эмоционального состояния; актуализировать представления учащихся о факторах, влияющих на эмоциональное состояние человека, оказать помощь в осмыслении приобретённого опыта; развивать позитивное</p>	1

		Домашнее задание: задание "Перевоплощение"	отношение к себе, коммуникативные навыки.	
10	«Тайна моего Я»	1. Упражнение "Комплимент-сюрприз"  2. Задание "Перевоплощение". Анализ.  3. Упражнение "От чего зависит настроение"  4. Упражнение "Твоё настроение"  5. Упражнение "Вверх по радуге"  6. Рефлексия. "Цвет моего настроения"	Продолжать учить анализировать свои чувства, переживания, способствовать усилению внимания к себе, развивать навыки произвольного контроля и регуляции своего эмоционального состояния; актуализировать представления учащихся о факторах, влияющих на эмоциональное состояние человека, оказать помощь в осмыслении приобретённого опыта; развивать позитивное отношение к себе, коммуникативные навыки.	1
11	«Мои достоинства и недостатки»	1. Упражнение "Комплимент"  2. Упражнение "Твои поступки"  3. Дискуссия "Что мы больше всего ценим в людях"  4. Упражнение "Мои достоинства и мои недостатки"  5. Упражнение "Мне надо..."  6. Рефлексия.	Развитие умения учитывать свои сильные и слабые стороны, преодолевать слабости и использовать преимущества: актуализация представлений <a href="#">о человеческих слабостях и</a> достоинствах как неотъемлемых сторонах личности; развитие умения объективно оценивать сильные и слабые стороны своего характера; формирование стремления преодолевать свои слабости, развивать достоинства; принятие себя и осмысление возможности самосовершенствования.	1
12	«Умение владеть собой»	1. Упражнение "Летает, не летает"  2. Игра "Альпинисты"  3. Беседа "Внимание и внимательность"	Развивать умение управлять своим поведением, контролировать свою речь и поступки, сосредотачиваться на высказываниях собеседника; способствовать развитию самоконтроля (способности контролировать свои действия в процессе	1

		<p>4. Упражнение "Разведчик"</p> <p>5. Упражнение "Описание другого человека"</p> <p>6. Рефлексия.</p>	<p>выполнения любой деятельности); развивать внимание, память, наблюдательность, навыки взаимодействия.</p>	
13	«Умение владеть собой»	<p>1. Упражнение "Запретный номер"</p> <p>2. Беседа "Волевые качества личности или как управлять собой"</p> <p>3. Упражнение "Мне надо..."</p> <p>4. Игра "Сказка наоборот"</p> <p>5. Игра "Четыре стихии"</p> <p>6. Рефлексия.</p> <p>Домашнее задание: выполнить в тетради упражнение "Мне надо..."</p>	<p>Актуализация представлений о волевых качествах личности, развитие умения объективно оценивать себя; формирование стремления преодолевать свои слабости; осмысление возможности самосовершенствования.</p>	1
14	«Как мы видим друг друга»	<p>1. Упражнение "Окажи внимание другому"</p> <p>2. Анализ домашнего задания.</p> <p>3. Дискуссия "Кого мы называем добрым?"</p> <p>4. Упражнение "Доброе животное"</p> <p>5. Игра "Поводырь и слепец"</p> <p>6. Рефлексия. "Цвет моего настроения"</p>	<p>Развивать <u>способность эффективно взаимодействовать</u> с окружающими, поддерживать контакт с партнёром по общению, чувство общности; учить "видеть" рядом другого человека с присущими ему индивидуальными особенностями; учить понимать внутренний мир других людей, их эмоциональное состояние, поступки.</p>	1
15	«Как мы видим друг друга»	<p>1. Упражнение "Доброе животное"</p> <p>2. Упражнение "Комплимент"</p> <p>3. Упражнение "Как разговаривать с людьми"</p>	<p>Развивать способность эффективно взаимодействовать друг с другом, ставить себя на место партнёра по общению; развивать коммуникативные навыки, выработка доброжелательного, внимательного отношения</p>	1

		<p>4. Игра "Домино" - 5</p> <p>5. Упражнение "Давайте жить дружно"</p> <p>6. Рефлексия.</p>	<p>друг к другу; способствовать возникновению чувства симпатии, уважения и сопереживания к окружающим; учить детей толерантности.</p>	
16	«Как мы видим друг друга»	<p>1. Упражнение "Комплимент"</p> <p>2. Игра "Биография по фото"</p> <p>3. Упражнение "Как разговаривать с людьми"</p> <p>4. Игра "Я тебя знаю"</p> <p>5. Упражнение "Давайте жить дружно"</p> <p>6. Рефлексия.</p>	<p>Способствовать пониманию эмоционального состояния других людей, учить видеть сходство и различие в эмоциональных реакциях различных людей в <a href="#">одной и той же ситуации</a>; развитие сплочённости в группе, организация совместных действий, содействовать установлению атмосферы доверия и безопасности, формирование внимательного, бережного отношения друг к другу.</p>	1
17	«Как мы видим друг друга»	<p>1. Упражнение "Колокол"</p> <p>2. Игра "Альпинисты"</p> <p>3. Дискуссия "Что такое настоящий друг?"</p> <p>4. Упражнение "Закончи предложение"</p> <p>5. Тест "Хороший ли ты друг?"</p> <p>6. Рефлексия. Упражнение "Цвет моего настроения"</p>	<p>Осмысление понятий "друг", "дружба", развивать навыки самоанализа, совершенствовать навыки взаимодействия с окружающими, осмысление возможности самосовершенствования.</p>	1
18	«Как нас воспринимают люди»	<p>1. Упражнение "Комплимент-пожелание"</p> <p>2. Упражнение "Закончи предложение"</p> <p>3. Беседа "Как расположить к себе людей"</p> <p>4. Упражнение "Ассоциации"</p>	<p>Развивать навыки самоанализа, способствовать усилению внимания к себе, повышению самооценки; учить ясно и конкретно выражать свои мысли, слушать, воспринимать и обдумывать высказывания окружающих; актуализация представлений о собственном образе; совершенствовать навыки эффективного общения.</p>	1

		5. Игра "Вода, воздух, земля" 6. Рефлексия.		
19	«Комплимент-дело серьезное»	1. Упражнение "Шаг навстречу" 2. Дискуссия "Что такое комплимент" 3. Беседа "Зачем и как делаются комплименты" 4. Игра "Король комплиментов" 5. Рефлексия. "Цвет моего настроения"	Развитие умений замечать положительные качества в людях, выразить это в доброжелательной и приятной форме, учить учащихся принимать комплименты, отвечать на них; <a href="#">способствовать развитию уважительного</a> отношения к окружающим; формировать навыки позитивного общения, развивать уверенность в себе.	1
20	«Умеем ли мы себя вести»	1. Упражнение "Приветствие" 2. Упражнение "Солдат и тряпичная кукла" 3. Беседа "Поведение и культура" 4. Упражнение "Оцени ситуацию" 5. Рефлексия.	Актуализация представлений о правильном поведении, стимулирование поведенческих изменений, развитие самоконтроля, обучение приёмам эффективного межличностного общения.	1
21	«Общение в нашей жизни»	1. Упражнение "Приветствие" 2. Упражнение "Доброе животное" 3. Беседа "Что такое общение" 4. Тест-игра "С тобой приятно общаться" 5. Упражнение "Ворвись в круг" 6. Рефлексия. Упражнение "Цвет моего настроения"	Формирование первоначального представления о значении общения в жизни человека, актуализация представлений о себе как о субъекте взаимодействия; способствовать осмыслению и освоению эффективных <a href="#">способов общения и поведения</a> и использованию их в реальной жизни.	1
22	«Общение в нашей жизни»	1. Упражнение "Пожелание" 2. Упражнение "Подарок"	Развивать способность к общению: желание вступать в контакт с окружающими, умение организовать общение – умение слушать,	1

		<p>3. Упражнение "Правила общения"</p> <p>4. Игра "Угадай, о ком говорим"</p> <p>5. Упражнение "Расшифруй слово"</p> <p>6. Рефлексия.</p>	<p>эмоционально сопереживать, содействовать пониманию учащимися правил и норм, которым необходимо следовать при общении с окружающими; повышение самооценки, развитие уверенности в себе, преодоление скованности, пассивности.</p>	
23	«Общение в нашей жизни»	<p>1. Упражнение "Я рад с тобой общаться"</p> <p>2. Упражнение "Подойди ближе"</p> <p>3. Беседа "Что такое уважение"</p> <p>4. Упражнение "Рефлексия"</p> <p>5. Рефлексия.</p>	<p>Знакомство с понятием "рефлексия", развитие навыков самоанализа, актуализация представлений <a href="#">о необходимости уважительного</a> отношения к окружающим в процессе общения, осмысление возможности самосовершенствования; сплочение коллектива.</p>	1
24	«Мы поссоримся и помиримся»	<p>1. Упражнение "Приветствие"</p> <p>2. Игра "Толкалки без слов"</p> <p>3. Беседа "Что такое конфликт?"</p> <p>4. Упражнение "Интонации"</p> <p>5. Упражнение "Паровоз"</p> <p>6. Рефлексия.</p>	<p>Знакомство с понятиями "конфликт", "спор", причинами возникновения конфликтов; обучение детей поиску альтернативных вариантов поведения в конфликте, приёмам конструктивного, бесконфликтного общения; развитие навыков самоанализа и самооценки.</p>	1
25	«Мы поссоримся и помиримся»	<p>1. Упражнение "Шаг навстречу"</p> <p>2. Упражнение "Испорченный телефон"</p> <p>3. Игра "Ситуация"</p> <p>4. Мозговой штурм "Конфликт: способы решения"</p>	<p>Актуализация представлений учащихся о бесконфликтном общении, усвоение правил разрешения конфликтов, развитие умения анализировать конфликтные ситуации и разрешать конфликты, осмысление возможности самосовершенствования.</p>	1

		5. Упражнение "Я-высказывание" 6. Рефлексия.		
26	«Учимся взаимодействовать друг с другом»	1. Упражнение "Приветствие" 2. Игра "Подъёмный кран" 3. Чтение басни Л.Н. Толстого "Галка и голуби" 4. Упражнение "Я не люблю" 5. Упражнение "Рассказ по кругу" 6. Рефлексия.	Повышение социально-психологической компетентности учащихся, развитие <u>способности эффективно взаимодействовать</u> с окружающими, поддерживать контакт с партнёром по общению; развитие коммуникативных навыков, выработка доброжелательного отношения друг к другу, сплочение коллектива.	1
27	«Учимся взаимодействовать друг с другом»	1. Упражнение "Приветствие" 2. Упражнение "Клоун" 3. Чтение рассказа Л.Н. Толстого "Старый дед и внучек" 4. Упражнение "Взаимодействие" 5. Упражнение "Прожектор" 6. Рефлексия.	Учить устанавливать и удерживать контакт в процессе общения, актуализация представлений учащихся о правилах эффективного общения, обучение правилам коллективной работы (алгоритм взаимодействия); сплочение коллектива.	1
28	«Учимся взаимодействовать друг с другом»	1. Упражнение "Шаг навстречу" 2. Упражнение "Математика" 3. Чтение рассказа Л.Н. Толстого "Косточка" 4. Упражнение "Взаимодействие" 5. Упражнение "Отверженный" 6. Рефлексия.	Развитие способности эффективно взаимодействовать с окружающими, поддерживать контакт с партнёром по общению, способствовать построению доверительных отношений, готовности к принятию личностных особенностей другого человека; развитие самокритичности, осмысление возможности самосовершенствования.	1

29	«Учимся взаимодействовать друг с другом»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Игра "Любящий взгляд"</li> <li>2. Игра "Подъемный кран"</li> <li>3. Чтение рассказа "Наши поступки"</li> <li>4. Упражнение "Пожелания"</li> <li>5. Игра "Робот"</li> <li>6. Рефлексия.</li> </ol>	Способствовать принятию качеств и принципов общения, появлению стремления к открытому, откровенному общению, обеспечение прочного контакта, достижение взаимопонимания, состояния защищенности, развитие чувства "Мы"	1
30	«Учимся говорить «Нет!»»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнение "Счастливого пути"</li> <li>2. Упражнение "Неваляшка"</li> <li>3. Беседа "Умение сказать "нет"</li> <li>4. Упражнение "Техника отказа"</li> <li>5. Упражнение "Попробуй отказаться"</li> <li>6. Рефлексия</li> </ol> <p>Домашнее задание: рисунок "Моя семья"</p>	Освоение и отработка общих позитивных поведенческих навыков <u>у учащихся</u> : конструктивное общение, выбор и принятие решения, сопротивление внешнему давлению; формирование эффективных поведенческих схем в трудных ситуациях, развитие умений активно противостоять пагубному влиянию со стороны окружающих.	1
31	«Мы и наши близкие»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнение "Любящий взгляд"</li> <li>2. Упражнение "Математика"</li> <li>3. Беседа "Кто такие близкие люди"</li> <li>4. Конкурс рисунков "Моя семья". Обсуждение</li> <li>5. Игра "Разыгрывание ситуаций"</li> <li>6. Рефлексия.</li> </ol>	Учить понимать окружающих взрослых, способствовать усвоению правил общения со взрослыми; развивать представления о роли близких в жизни человека; формировать убеждение, что близкие могут быть опорой в жизни.	1
32	«Мы и наш класс»	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Упражнение "Мы"</li> <li>2. Упражнение "Те, кто"</li> </ol>	Достижение внутригруппового сплочения, осмысления своего персонального "Я" как части общего "Мы"; обобщение	1

		3. Беседа "Ценность школьной дружбы" 4. Дискуссия "Дружный класс" 5. Упражнение "Закончи предложение" 6. Рефлексия	полученного опыта взаимодействия в группе.	
33	«Мы и наш класс»	1. Упражнение "Мы" 2. Упражнение "Математика" 3. Игра-тест "Симпатии" 4. Выработка правил эффективного общения в классе" 5. Рефлексия.	Стимулирование общения между одноклассниками, выявление значения индивидуального восприятия друг друга, определение закономерностей, помогающих конструктивному общению в группе; способствовать созданию атмосферы открытости, доверия, сплочённости.	1
34	Подведем итоги	1. Упражнение "Достоинства" 2. Анкета "Моё отношение к занятиям курса "Обучение жизненно важным навыкам" 3. Упражнение "Я хочу сказать спасибо" 5. Рефлексия Упражнение "Воспоминания".	Выявление отношения учащихся к курсу занятий "Обучение жизненно важным навыкам"; побуждать детей осознанно анализировать свои мысли, ощущения, изменения <u>в себе по окончании занятий</u> , осмысление опыта, полученного в ходе занятий.	1

## 11. Литература

1. Внеклассные мероприятия: 8 класс, М.: ВАКО, 2009
2. Дереклеева Н.И. Новые родительские собрания 10-11 классы.- М.: ВАКО, 2006
3. Дереклеева Н.И., Савченко М.Ю. Справочник классного руководителя: 5-9 классы. – М.: ВАКО, 2009
4. Дереклеева Н.И., Савченко М.Ю., Артюхова И.С. Справочник классного руководителя (10-11 кл.) / М.: ВАКО, 2005

5. Дереклеева Н.И. Родительские собрания 5-11 классы.- М.: ВАКО, 2005.
6. Классные часы. 9 класс/ Волгоград: Учитель, 2007
7. Кулинич Г.Г. Вредные привычки: профилактика зависимостей: 5-7 классы.-М.: ВАКО, 2008.
8. Мой выбор. Учебно-методическое пособие для учителей средней школы. М.: 2003
9. Открытый урок нашей общей тревоги. Составитель Н.Клименко – М.: «Эфлак», 2003
10. Профилактика безнадзорности, беспризорности и правонарушений среди несовершеннолетних/ Авт. сост.: Е.П.Картушина, Т.В.Романенко.- М.: Издательство «Глобус», 2009.
11. Профилактика подростковой наркомании. Навыки противостояния и сопротивления распространению наркомании: Наглядно-методическое пособие/ С.Б. Белогуров, В.Ю. Климович. – М.:Центр «Планетариум», 2002
- 12.Профилактика подростковой наркомании: Наглядно-методическое пособие для педагогов и родителей/ С.Б. Белогуров, В.Ю. Климович. – М.:Центр «Планетариум», 2002