

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение городского округа Королёв Московской области
«Школа – интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»
141091, М.о., г.о. Королёв, мкр-н Первомайский, ул. Горького, д.16

РАССМОТРЕНО:

заседание ШМО учителей- предметников
протокол № 1 от 31.08 20 17 г.
председатель Кузнецова Р.В.
« 31 » 08 20 17 г.

СОГЛАСОВАНО:

зам. директора по УВР
Трифонова Е.В.
« 01 » 09 20 17 г.

УТВЕРЖДЕНО:

директор МКОУ ШИ
Н.А.Лобанова
Приказ № 84 от « 01 » 09 20 17 г.



Рабочая программа на 2017 – 2018 уч.г. по факультативному курсу «Полезные привычки» 5А класс, 5Б класс и 6А класс

на основе материалов «Полезные привычки», разработанными сотрудниками «Проекта ХОУП», разработана на основе
примерной программы «Полезные привычки» (авторы: Т.Б.Гречаная, Л.Ю.Иванова и Л.С.Колесова под редакцией
О.Л.Романовой), рекомендованной Министерством образования и науки РФ и является адаптированной.

Составитель:
Социальный педагог первой квалификационной категории: Жмурко Светлана Валерьевна

Пояснительная записка.

В настоящее время злоупотребление алкоголем, наркотиками и другими психоактивными веществами приняло характер эпидемии. По данным Всемирной организации здравоохранения, суммарное количество больных с заболеваниями, вызванными приемом различных психоактивных веществ, за исключением курильщиков табака, составляет более 500 млн. человек. В последнее десятилетие для России употребление несовершеннолетними алкоголя, наркотических и других психоактивных веществ превратилось в проблему, представляющую угрозу здоровью населения, экономике страны, социальной сфере и правопорядку. Сегодня проблема наркомании затрагивает около 30 млн. человек, т.е. практически каждого пятого жителя страны. Постоянное ухудшение здоровья, распространение вредных привычек, таких как курение, потребление алкогольных напитков и наркотиков достигло критического уровня и дальнейшее нарастание существующих тенденций может вызвать необратимые последствия.

Происходит неуклонное “омоложение” наркомании. Возраст приобщения к наркотикам снижается до 8-10 лет. Кроме роста числа лиц, злоупотребляющих наркотическими веществами и больных наркоманией, отмечается увеличение объема негативных медико-социальных последствий наркомании. Это возросшая в 7-11 раз смертность, увеличение в десятки раз числа суицидальных попыток, а так же сопутствующих наркомании болезней: в первую очередь СПИДа, инфекционных гепатитов, венерических болезней, туберкулеза и других заболеваний. За последние 10 лет число смертей от наркотиков среди детей увеличилось в 42 раза, причем в 65 % случаев причиной смерти является передозировка.

Наркоманию называют “комплексным социо-психо-физиологическим расстройством”. Данная проблема не терпит узковедомственного подхода. Она разрешима только при участии заинтересованных ведомств и широкого круга общественных организаций. Особое внимание должно уделяться обеспечению эффективного межведомственного взаимодействия в решении проблем профилактики наркомании. Работа по первичной профилактике и максимально раннему выявлению наркомании среди учащихся школ будет эффективна, если в ней будут принимать посильное участие те, кто непосредственно отвечает за их воспитание и нравственное развитие: родители, педагоги, классные руководители, воспитатели, психологи, врачи, сотрудники органов внутренних дел.

Конечно, семья остается главным “щитом”, преграждающим дорогу этому злу, но, к сожалению, не всегда может с успехом решить эту проблему. Поэтому нередко единственной и реальной преградой на пути молодого человека к зависимости от психоактивных веществ остается учитель. Именно он знает о насущных проблемах ребенка, именно в школе существует реальная возможность осуществления целенаправленного и систематического привития навыков здорового образа жизни в

процессе обучения и контроля за их усвоением; влияние на уровень притязаний и самооценку учащихся; свободный доступ к семье подростка для анализа и контроля ситуации; возможность привлечения специалистов по профилактике.

С учетом актуальности данной проблемы профилактическая программа «Полезные привычки» разработана для того, чтобы попытаться решить проблему роста употребления психоактивных веществ детьми через самопознание, самовоспитания, повышение уровня жизненной компетентности школьников и выработку навыков здорового образа жизни.

И на осуществление этой идеи должны быть направлены все имеющиеся в школе ресурсы и возможности – техническое оснащение, работа с родителями, повышение квалификации персонала школы по проблеме ПАВ, поддержка программы специализированными органами.

Школьная программа по профилактике употребления табака, алкоголя детьми, других психоактивных веществ – «Полезные привычки», ориентирована на 5-6 классы. Составлена на основе материалов «Полезные привычки», разработанными сотрудниками «Проекта ХОУП», разработана на основе примерной программы «Полезные привычки» (авторы: Т.Б.Гречаная, Л.Ю.Иванова и Л.С.Колесова под редакцией О.Л.Романовой), рекомендованной Министерством образования и науки РФ и является адаптированной.

Программа «Полезные привычки» придерживается концепции ранней профилактики аддиктивного поведения в детской среде, провозглашённой Всемирной организацией Здравоохранения. В изложенной Концепции профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде, утверждённой приказом Минобрнауки России от 28.02.2000 г. № 619, большое внимание уделено роли и значению первичной профилактики.

Целями первичной профилактической деятельности профилактики злоупотребления ПАВ в образовательной среде являются:

- изменение ценностного отношения детей к ПАВ, формирование личной ответственности за своё поведение, обуславливающие снижение спроса на психоактивные вещества в детско-молодёжной популяции;
- сдерживание вовлечения детей в приём ПАВ за счёт пропаганды здорового образа жизни, формирования антинаркотических установок и профилактической работы, осуществляемой сотрудниками образовательных учреждений.

Образовательная профилактическая программа «Полезные привычки» предполагает реализацию целей первичной профилактики в образовательном учреждении.

Программа «Полезные привычки» воплотила в себе современный подход к превентивному обучению школьников, она не только предоставляет детям необходимые по возрасту знания о табаке и алкоголе, но и формирует здоровые установки и ответственное поведение.

Хотя «Полезные привычки» рассчитаны на обучающихся 5-6 классов школы и сосредоточены на предупреждении приобщения к употреблению широко распространенных табака и алкоголя, их долговременная задача – предупреждение приобщения к наркотикам.

«Полезные привычки» служат важным источником объективной информации и комплекса упражнений для развития личностной и социальной компетенции детей с ОВЗ.

Превентивная программа «Полезные привычки» направлена на приобретение обучающимися соответствующих знаний, которые способствуют формированию у них здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к ПАВ.

Учебный комплект дифференцирован по возрастам обучающихся. Программа построена на принципах интерактивного обучения.

Перечисленные особенности программы позволяют сделать вывод о том, что ее внедрение в практику должно инициировать:

- потребность у детей в здоровом образе жизни;
- создание системы профилактики в образовательном учреждении;
- разработку программ и проектов по другим направлениям профилактической деятельности образовательного учреждения,
- формирование потребностей у педагогических работников ОУ в повышении своего профессионального мастерства,
- взаимодействие ОУ с другими субъектами профилактики.

Цель программы: создание условий для овладения обучающимися объективными, соответствующими возрасту знаниями, а также формирования здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ.

Для достижения поставленной цели необходимо решить следующие **задачи**:

- Предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке и алкоголе; способствовать увеличению знаний обучающихся путем обсуждения проблем, связанных с табаком и алкоголем.
- Учить детей лучше понимать самих себя и критически относиться к собственному поведению; способствовать стремлению детей понять окружающих и анализировать свои отношения с ними.
- Учить детей эффективно общаться.

- Учить детей делать здоровый выбор и принимать ответственные решения.
- Помочь школе и родителям в предупреждении приобщения обучающихся начальной школы к табаку и алкоголю.

Принципы работы по профилактической программе «Полезные привычки»:

- Программа ориентирована на особенности организации учебного процесса, являющегося в школе главным.
- Занятия не должны напоминать школьные уроки, поэтому из них стоит исключить задания, характерные для традиционных уроков. Это – тренинги, семинары, круглые столы, интерактивные занятия с преобладанием вопросов открытого типа и т.д.
- Содержание программы реализуется посредством воспитательных мероприятий - на классных часах.
- Работать по данной профилактической программе может специалист, имеющий свидетельство (удостоверение, сертификат) или прошедший обучение по работе с данной категорией программ.

Основные компоненты работы:

- Потребностно-мотивационный – обеспечивает у детей потребность в саморазвитии, самореализации.
- Аксиологический – предполагает осознание ребенком ценности, уникальности себя, окружающих, единства с миром во всей его полноте.
- Образовательный – обеспечивает детей знаниями о: чувствах, эмоциях, конструктивных способах разрешения проблем, о психоактивных веществах.

Аксиологичность: формирование у детей и подростков представления о здоровье как о важнейшей общечеловеческой ценности, ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

Многоаспектность: сочетание различных направлений профилактической работы в рамках программы «Полезные привычки»:

- социальный аспект (формирование моральных и нравственных ценностей, определяющих выбор здорового образа жизни, отрицательного отношения к употреблению алкоголя и наркотических веществ);
- психологический аспект (формирование адекватной самооценки, освоение навыков “быть успешным”, самостоятельно принимать решения и нести за них ответственность, прежде всего, перед самим собой);
- образовательный аспект (формирование системы представления о негативных последствиях употребления наркотических веществ).

Легитимность: профилактическая работа по данной программе должна осуществляться в рамках правовой базы (с учетом нормативных актов о правах и обязанностях лиц, которые в пределах своей компетенции и статуса обязаны заниматься профилактикой, а также прав и обязанностей детей и молодежи).

Методы обучения по программе «Полезные привычки»:

- ✓ Кооперативное обучение – это метод, когда в небольших группах (от 2 до 12 человек) ученики взаимодействуют, решая общую задачу.
- ✓ Мозговой штурм используется для стимуляции высказывания детей по теме или вопросу.
- ✓ Групповая дискуссия – это способ организации совместной деятельности учеников с целью решить групповые задачи или воздействовать на мнения и установки участников в процессе обучения.
- ✓ Ролевое моделирование осуществляется в форме драматических представлений, ролевых игр, передач, телевизионных шоу и др. в этих видах деятельности дети тренируют социально желательное поведение под руководством учителя.
- ✓ Упражнения-энергизаторы или подвижные физические групповые игры, оживляющие активность группы.

Основное содержание:

Учебное пособие «Полезные привычки» по предупреждению употребления табака и алкоголя детьми начальной школы включает:

- Пособие для учителей
- Рабочие тетради для учеников 5 - 6 классов в отдельности
- Материалы для родителей
- Методические рекомендации по оценке эффективности превентивного обучения

Пособие для учителей содержит описание целей, задач, используемых понятий, методов превентивного обучения и планы уроков с 5 по 6 классы.

Планов уроков в «Полезных привычках» - 33 (34). Для каждой возрастной ступени разработаны 8 уроков, разделенных на 4 блока по 2 урока в каждом.

- 1 блок – «Я».
- 2 блок – «Я и другие»
- 3 блок – «Формы неагрессивного противодействия чужому давлению»
- 4 блок – «Информация о ПАВ»

В планах уроков темы повторяются. Это сделано для того, чтобы каждая из них рассматривалась более полно по мере развития учеников, соответствовала возрастному объему их знаний и уровню личностной и социальной компетенции. Планы уроков гибкие. Они позволяют учителю менять, дополнять их содержание для максимального соответствия особенностей класса.

Рабочие тетради, предусмотренные для детей с 5 по 6 класс в отдельности, содержат название урока, словарь, задания к каждому уроку, выводы и оценку урока учениками.

Материалы для родителей содержат краткую информацию по предупреждению употребления табака, алкоголя и других ПАВ со стороны родителей. Они дополняют и развивают знания и навыки, формируемые учителем на уроках.

Методические рекомендации включают все необходимые сведения и вопросники для проведения опросов обучающихся.

Работа по комплекту программы «Полезные привычки» предполагает достижение следующих **результатов**:

- Полученные знания позволяют детям, почему им нужно заботиться о своем здоровье, соблюдать правила здорового образа жизни.
- Дети смогут оценивать свой режим с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и корректировать несоответствия.
- Дети научатся управлять своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими.
- Дети получат знания и навыки связанные с предупреждением возможного приобщения к одурманивающим веществам, научатся отказываться от предположений, которые считают опасными.

Квалификационная характеристика воспитанника:

Обучающиеся должны **знать**:

- о природе, фармакологических свойствах и вредных последствиях употребления психоактивных веществ
- о факторах, влияющих на здоровье человека
- признаки здорового человека
- источники влияния и давления
- безопасные интересные способы проведения времени

Уметь:

- Делать здоровый выбор
- Понимать окружающих и анализировать свои отношения с ними
- Принимать рациональные решения
- Анализировать собственные качества

Обладать навыками:

- Сопротивления давления и развития личностной и социальной компетентности.
- Эффективного общения, взаимодействия с людьми, неагрессивного отстаивания своей позиции и отказа в ситуации давления

- Самоконтроля, самооценки
- Преодоления стресса, тревоги
- Ответственного поведения, снижающего вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ
- Преодоления жизненных трудностей в целом
- Самовыражения через увлечения, развивающие личность

Содержание курса в 5а и 5б классе:

№ п/п	Наименование темы	Количество часов	
		5а	5б
1.	Конвенция «полезные привычки»	1	1
2.	Я – неповторимый человек.	2	2
3.	Культура моей страны.	2	2
4.	Чувства.	2	2
5.	О чём говорят чувства.	2	2
6.	Множество решений.	2	2
7.	Решение и здоровье.	2	2
8.	Нужные и ненужные тебе лекарства.	2	2
9.	Пассивное курение.	1	1
10.	Вкусы и увлечения.	2	2
11.	Учусь находить новых друзей и интересные занятия.	2	2
12.	О чём говорят выразительные движения.	2	2
13.	Учусь понимать людей.	2	2
14.	Опасные и безопасные ситуации.	2	2
15.	Учусь принимать решения в опасных ситуациях.	2	2
16.	Реклама табака и алкоголя.	2	2
17.	Правда об алкоголе.	2	1
18.	Проведение опросов. Учусь делать здоровый выбор. Подведение итогов.	2	2
ИТОГО:		34	33

Содержание курса в 6а классе:

№ п/п	Наименование темы	Количество часов
1.	Конвенция «полезные привычки»	1
2.	Мой характер.	2
3.	Учусь оценивать себя сам.	2
4.	Учусь взаимодействовать.	2
5.	Учусь настаивать на своём.	2
6.	Я становлюсь увереннее.	2
7.	Когда на меня оказывают давление.	2
8.	Курение (часть 1).	2
9.	Курение (часть 2).	1
10.	Самоуважение.	2
11.	Привычки.	2
12.	Дружба (часть 1).	2
13.	Дружба (часть 2).	1
14.	Учусь сопротивляться давлению.	2
15.	Учусь говорить «нет».	2
16.	И снова алкоголь.	2
17.	Алкоголь в компании.	2
18.	Проведение опросов. Учусь делать здоровый выбор.	1
19.	Подведение итогов.	1
ИТОГО:		33

**Календарно – тематический план
по курсу «Полезные привычки» для 5а класса(34 часа).**

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
1.	Конвенция «Полезные привычки»	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Овладение учащимися объективными, соответствующими возрасту знаниями, а также формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ.	1. учить детей эффективно общаться; 2. учить детей делать здоровый выбор и принимать ответственные решения; 3. предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке и алкоголе; способствовать увеличению знаний путём обсуждения проблем, связанных с табаком и алкоголем.	Психоактивные вещества, алкоголь, табак, марихуана, зависимость от психоактивных веществ, профилактика, образ Я, превентивное обучение, принятие решений, обучение, общение.	Рабочая тетрадь №1	1	04.09	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
2-3.	Я – неповторимый человек.	Индивидуальная, работа в парах, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Показать уникальность каждого ученика.	1. сравнить признаки людей, находя сходства и различия; 2. объяснить, что такое «уникальность».	Уникальность, ценность, заботливое отношение к себе и другим, как к ценности.	Рабочая тетрадь №1	2	11.09 18.09	
4-5.	Культура моей страны и Я.	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Показать уникальность культуры и древние корни здорового образа жизни.	1. напомнить о богатстве родной культуры; 2. показать связь культуры семьи с культурой народа; 3. критическое отношение к употреблению табака и алкоголя.	Культура, традиция, здоровье, алкоголь, табак.	Рабочая тетрадь №1	2	25.09 02.10	
6-7.	Чувства.	Индивидуальная, работа в парах, мозговой штурм.	Дать представление о различных чувствах людей и возможности управления ими.	1. привлечь внимание к факту многообразия чувств; 2. объяснить, что неприятных чувств можно избежать.	Чувства, эмоции.	Рабочая тетрадь №1	2	09.10 16.10	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
8-9.	О чём говорят чувства.	Индивидуальная, работа в парах, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Показать способы предупреждения и преодоления отрицательных чувств.	1. показать связь чувств с желаниями, ожиданиями, последствиями поступков; 2. объяснить, что для преодоления неприятных чувств есть специальные приёмы.	Чувства, желания, ожидания, поступки, правила.	Рабочая тетрадь №1	2	23.10 13.11	
10-11.	Множество решений.	Индивидуальная, мозговой штурм, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Показать многообразие принимаемых людьми решений.	1. показать связь поступков и решений; 2. объяснить шаги принятия решений.	Импульсивный поступок, решение, альтернативы решений, последствия действий.	Рабочая тетрадь №1	2	20.11 27.11	
12-13.	Решения и здоровье.	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в парах.	Способствовать формированию у детей отношения к здоровью как к ценности.	1. показать факторы влияющие на здоровье; 2. дать представление о признаках здорового человека; 3. объяснить понятие ответственного	Здоровье, ответственное поведение.	Рабочая тетрадь №1	2	04.12 11.12	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
				поведения в отношении здоровья.					
14 - 15 .	Нужные и ненужные тебе лекарства.	Работа в парах, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек, ролевая игра.	Познакомить с понятиями «лекарство» и «яд».	1. дать представление о том, что лекарства могут быть вредными и полезными; 2. объяснить: дети не должны принимать лекарства самостоятельно и не должны брать лекарства у незнакомых людей.	Лекарство, яд, полезное, вредное.	Рабочая тетрадь №1	2	18.12 25.12	
16 .	Пассивное курение: учусь делать здоровый выбор.	Групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек, ролевая игра.	Дать сведения о вреде пассивного курения.	1. объяснить вред пассивного курения; 2. научить делать здоровый выбор в ситуации пассивного курения.	Пассивное курение	Рабочая тетрадь №1	1	15.01	
17 .	Подведение итогов тетради.	Индивидуальное анкетирование учащихся.	Выявление уровня усвоения полученных знаний.	1. выявить уровень усвоения полученных знаний; 2. подвести итоги полученных знаний из тетради №1.		тест	1	22.01	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
18-19.	Вкусы и увлечения.	Индивидуальная, работа в парах, работа в группах по 4-6 человек.	Показать разнообразие вкусов и увлечений.	1. дать возможность рассказать о собственных увлечениях и вкусах; 2. перечислить здоровые увлечения.	Вкусы, увлечения, последствия увлечений.	Рабочая тетрадь №2	2	29.01 05.02	
20-21.	Учусь находить новых друзей и интересные занятия.	Индивидуальная, работа в группах по 4-6 человек, интервью.	Показать, что у одноклассников можно многому научиться.	1. дать возможность узнать что-то новое об одноклассниках; 2. помочь найти друзей по интересам.	Интересы, увлечения.	Рабочая тетрадь №2	2	12.02 19.02	
22-23.	О чем говорят выразительные движения.	Индивидуальная, работа в парах, работа в группах по 4-6 человек, пантомима.	Познакомить с выразительным и движениями как невербальными средствами общения.	1. привлечь внимание к выразительным движениям; 2. дать потренироваться в невербальном общении.	Общение, общение без слов, выразительные движения.	Рабочая тетрадь №2	2	26.02 05.03	
24-25.	Учусь понимать людей.	Индивидуальная, работа в парах, работа в группах по 4-6 человек.	Показать, что эффективное общение предполагает совпадение вербальных и невербальных	1. привлечь внимание к совпадению/несовпадению вербальных и невербальных компонентов сообщения;	Компоненты общения, понимать человека.	Рабочая тетрадь №»	2	12.03 19.03	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
			компонентов общения.	2. показать важность совпадения вербальных и невербальных компонентов общения для понимания сообщения.					
26 - 27 .	Опасные и безопасные ситуации.	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Обсудить опасные и безопасные ситуации.	1. обсудить безопасные ситуации; 2. обсудить опасные ситуации.	Опасная и безопасная ситуация, принятие решения в опасной ситуации.	Рабочая тетрадь №2	2	02.04 09.04	
28 - 29 .	Учуь принимать решения в опасных ситуациях.	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Способствовать рациональному принятию решений.	1. обсудить разные варианты решения проблемных ситуаций и их последствий; 2. обсудить опасные для здоровья ситуации; 3. обсудить опасные ситуации, связанные с табаком.	Альтернативные решения, последствия поступков для здоровья.	Рабочая тетрадь №2	2	16.04 23.04	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
30 - 31 .	Реклама табака и алкоголя.	Индивидуальная, работа в парах, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Познакомить с рекламными приёмами.	1. обсудить цели рекламы; 2. описать рекламные приёмы; 3. обсудить рекламу сигарет и алкоголя.	Реклама, потребитель, рекламный приём.	Рабочая тетрадь №2	2	28.04 07.05	
32 - 33 .	Правда об алкоголе.	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в парах.	Рассказать о действии алкоголя на организм.	1. сообщить, что алкоголь затормаживает работу организма; 2. описать различные эффекты алкоголя.	Алкоголь, миф и факт.	Рабочая тетрадь №2	1	14.05 21.05	
34 .	Подведение итогов тетради. Проведение опросов.	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в парах, анкетирование.	Закрепить полученные знания.	1 выявить уровень усвоения полученных знаний из тетради №2. 2. подвести итоги полученных знаний за год.		тест	1	28.05	
Итого: 34 часа.									

**Календарно – тематический план
по курсу «Полезные привычки» для 5б класса(33 часа).**

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
1.	Конвенция «Полезные привычки»	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Овладение учащимися объективными, соответствующими возрасту знаниями, а также формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и др. психоактивных веществ.	1. учить детей эффективно общаться; 2. учить детей делать здоровый выбор и принимать ответственные решения; 3. предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке и алкоголе; способствовать увеличению знаний путём обсуждения проблем, связанных с табаком и алкоголем.	Психоактивные вещества, алкоголь, табак, марихуана, зависимость от психоактивных веществ, профилактика, образ Я, превентивное обучение, принятие решений, обучение, общение.	Рабочая тетрадь №1	1	07.09	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
2-3.	Я – неповторимый человек.	Индивидуальная, работа в парах, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Показать уникальность каждого ученика.	1. сравнить признаки людей, находя сходства и различия; 2. объяснить, что такое «уникальность».	Уникальность, ценность, заботливое отношение к себе и другим, как к ценности.	Рабочая тетрадь №1	2	14.09 21.09	
4-5.	Культура моей страны и Я.	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Показать уникальность культуры и древние корни здорового образа жизни.	1. напомнить о богатстве родной культуры; 2. показать связь культуры семьи с культурой народа; 3. критическое отношение к употреблению табака и алкоголя.	Культура, традиция, здоровье, алкоголь, табак.	Рабочая тетрадь №1	2	28.09 05.10	
6-7.	Чувства.	Индивидуальная, работа в парах, мозговой штурм.	Дать представление о различных чувствах людей и возможности управления ими.	1. привлечь внимание к факту многообразия чувств; 2. объяснить, что неприятных чувств можно избежать.	Чувства, эмоции.	Рабочая тетрадь №1	2	12.10 19.10	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
8-9.	О чём говорят чувства.	Индивидуальная, работа в парах, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Показать способы предупреждения и преодоления отрицательных чувств.	1. показать связь чувств с желаниями, ожиданиями, последствиями поступков; 2. объяснить, что для преодоления неприятных чувств есть специальные приёмы.	Чувства, желания, ожидания, поступки, правила.	Рабочая тетрадь №1	2	26.10 09.11	
10-11.	Множество решений.	Индивидуальная, мозговой штурм, групповая дискуссия, работа в гр. по 4-6 чел.	Показать многообразие принимаемых людьми решений.	1. показать связь поступков и решений; 2. объяснить шаги принятия решений.	Импульсивный поступок, решение, альтернативы решений, последствия действий.	Рабочая тетрадь №1	2	16.11 23.11	
12-13.	Решения и здоровье.	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в парах.	Способствовать формированию у детей отношения к здоровью как к ценности.	1. показать факторы влияющие на здоровье; 2. дать представления о признаках здорового человека; 3. объяснить понятие ответственного	Здоровье, ответственное поведение.	Рабочая тетрадь №1	2	30.11 07.12	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
				поведения в отношении здоровья.					
14 - 15 .	Нужные и ненужные тебе лекарства.	Работа в парах, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек, ролевая игра.	Познакомить с понятиями «лекарство» и «яд».	1. дать представление о том, что лекарства могут быть вредными и полезными; 2. объяснить: дети не должны принимать лекарства самостоятельно и не должны брать лекарства у незнакомых людей.	Лекарство, яд, полезное, вредное.	Рабочая тетрадь №1	2	14.12 21.12	
16 .	Пассивное курение: учусь делать здоровый выбор.	Групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек, ролевая игра.	Дать сведения о вреде пассивного курения.	1. объяснить вред пассивного курения; 2. научить делать здоровый выбор в ситуации пассивного курения.	Пассивное курение	Рабочая тетрадь №1	1	28.12	
17 .	Подведение итогов тетради.	Индивидуальное анкетирование учащихся.	Выявление уровня усвоения полученных знаний.	1. выявить уровень усвоения полученных знаний; 2. подвести итоги полученных знаний из тетради №1.		тест	1	18.01	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
18-19.	Вкусы и увлечения.	Индивидуальная, работа в парах, работа в группах по 4-6 человек.	Показать разнообразие вкусов и увлечений.	1. дать возможность рассказать о собственных увлечениях и вкусах; 2. перечислить здоровые увлечения.	Вкусы, увлечения, последствия увлечений.	Рабочая тетрадь №2	2	25.01 01.02	
20-21.	Учусь находить новых друзей и интересные занятия.	Индивидуальная, работа в группах по 4-6 человек, интервью.	Показать, что у одноклассников можно многому научиться.	1. дать возможность узнать что-то новое об одноклассниках; 2. помочь найти друзей по интересам.	Интересы, увлечения.	Рабочая тетрадь №2	2	08.02 15.02	
22-23.	О чем говорят выразительные движения.	Индивидуальная, работа в парах, работа в группах по 4-6 человек, пантомима.	Познакомить с выразительным и движениями как неверб-ми средствами общения.	1. привлечь внимание к выразительным движениям; 2. дать потренироваться в неверб-ом общении.	Общение, общение без слов, выразительные движения.	Рабочая тетрадь №2	2	22.02 01.03	
24-25.	Учусь понимать людей.	Индивидуальная, работа в парах, работа в группах по 4-6 человек.	Показать, что эффективное общение предполагает совпадение вербальных и невербальных	1. привлечь внимание к совпадению/несовпадению вербальных и невербальных компонентов сообщения;	Компоненты общения, понимать человека.	Рабочая тетрадь №»	2	15.03 22.03	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
			компонентов общения.	2. показать важность совпадения вербальных и невербальных компонентов общения для понимания сообщения.					
26 - 27 .	Опасные и безопасные ситуации.	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Обсудить опасные и безопасные ситуации.	1. обсудить опасные ситуации; 2. обсудить безопасные ситуации.	Опасная и безопасная ситуация, принятие решения в опасной ситуации.	Рабочая тетрадь №2	2	05.04 12.04	
28 - 29 .	Учуь принимать решения в опасных ситуациях.	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Способствовать рациональному принятию решений.	1. обсудить разные варианты решения проблемных ситуаций и их последствий; 2. обсудить опасные для здоровья ситуации; 3. обсудить опасные ситуации, связанные с табаком.	Альтернативные решения, последствия поступков для здоровья.	Рабочая тетрадь №2	2	19.04 26.04	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
30-31	Реклама табака и алкоголя.	Индивидуальная, работа в парах, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Познакомить с рекламными приёмами.	1. обсудить цели рекламы; 2. описать рекламные приёмы; 3. обсудить рекламу сигарет и алкоголя.	Реклама, потребитель, рекламный приём.	Рабочая тетрадь №2	2	03.04 10.05	
32	Правда об алкоголе.	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в парах.	Рассказать о действии алкоголя на организм.	1. сообщить, что алкоголь затормаживает работу организма; 2. описать различные эффекты алкоголя.	Алкоголь, миф и факт.	Рабочая тетрадь №2	1	17.05	
33	Подведение итогов тетради. Проведение опросов.	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в парах, анкетирование.	Закрепить полученные знания.	1 выявить уровень усвоения полученных знаний из тетради №2. 2. подвести итоги полученных знаний за год.		тест	1	24.05	
Итого: 33 часа.									

**Календарно – тематический план
по курсу «Полезные привычки» для 6а класса (33 часа)**

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
1.	Конвенция «Полезные привычки»	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Овладение учащимися объективными, соответствующими возрасту знаниями, а также формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ.	1. учить детей эффективно общаться; 2. учить детей делать здоровый выбор и принимать ответственные решения; 3. предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке и алкоголе; способствовать увеличению	Психоактивные вещества, алкоголь, табак, марихуана, зависимость от психоактивных веществ, профилактика, образ Я, превентивное обучение, принятие решений, обучение, общение.	Рабочая тетрадь №3	1	07.09	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
				знаний путём обсуждения проблем, связанных с табаком и алкоголем.					
2-3.	Мой характер.	Индивидуальная, работа в парах, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Способствовать анализу детьми собственных качеств.	1. рассказать ребенку о различных человеческих качествах (внешности и чертах характера). 2. научить детей самоанализу. Самоанализ необходим для формирования реалистической самооценки. 3. познакомить детей с внутренними качествами	Человеческие качества, самоанализ, самооценка, характер, черты характера.	Рабочая тетрадь №3	2	14.09 21.09	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
				человека, составляющие его характер (черты характера).					
4-5.	Учусь оценивать себя сам.	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Поговорить с учениками о самооценке.	1. дать ученикам представление о самооценке; 2. предоставить возможность оценить себя.	Самооценка, заниженная самооценка, завышенная самооценка, реалистичная самооценка.	Рабочая тетрадь №3	2	28.09 05.10	
6-7.	Учусь взаимодействовать.	Индивидуальная, работа в парах, мозговой штурм.	Способствовать пониманию детьми важности уважительных отношений во взаимодействии.	1. объяснить роль уважительных отношений во взаимодействии; 2. объяснить смысл правила «относись к другим людям так, как тебе хочется, чтобы	Взаимодействие, агрессивное поведение.	Рабочая тетрадь №3	2	12.10 19.10	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
				они относились к тебе».,					
8-9.	Учусь настаивать на своём.	Индивидуальная, работа в парах, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Научить детей отстаивать свои интересы в неагрессивной форме.	1. показать возможность неагрессивного отстаивания своей позиции; 2. дать представление о возможности отказа в ситуации давления.	Давление одного человека на другого.	Рабочая тетрадь №3	2	26.10 09.11	
10-11.	Я становлюсь увереннее.	Индивидуальная, мозговой штурм, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Способствовать преодолению учениками неуверенности в себе.	1. поговорить о неуверенности в себе и её причинах; 2. перечислить способы преодоления неуверенности в поведении.	-	Рабочая тетрадь №3	2	16.11 23.11	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
12 - 13 .	Когда на меня оказывают давление.	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в парах.	Объяснить детям, что давление – одна из форм влияния на людей.	1. поговорить об источниках влияния и давления; 2. показать, что влияние может иметь положительные и отрицательные последствия; 3. объяснить, что в ситуации давления следует самостоятельно принимать решения.	Давление сверстников.	Рабочая тетрадь №3	2	30.11 07.12	
14 - 15 .	Курение (часть1).	Работа в парах, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек,	Показать вредное влияние табачного дыма на организм.	1. познакомить детей с вредным влиянием курения на здоровье; 2. показать, что	Никотин, смолы, угарный газ, привыкание.	Рабочая тетрадь №3	2	14.12 21.12	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
		ролевая игра.		существует много безопасных и интересных способов проводить время.					
16.	Курение (часть 2).	Групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек, ролевая игра.	Показать вредное влияние табачного дыма на организм.	1. предоставить детям возможность описать последствия курения; 2. объяснить, что информацию о действии табака на организм можно получить у учителя или от родителей.	Никотин, смолы, угарный газ, привыкание.	Рабочая тетрадь №3	1	28.12	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
17.	Подведение итогов тетради.	Индивидуальное анкетирование учащихся.	Выявление уровня усвоения полученных знаний.	1. выявить уровень усвоения полученных знаний; 2. подвести итоги полученных знаний из тетради №3.		тест	1	18.01	
18 - 19.	Самоуважение.	Индивидуальная, работа в парах, работа в группах по 4-6 человек.	Способствовать самоуважению детей.	1. Поговорить о качествах, достойных уважения. 2. Перечислить качества, которые детям хотелось бы развить в себе.	Уважение, самоуважение, цель.	Рабочая тетрадь №4	2	25.01 01.02	
20 - 21.	Привычки.	Индивидуальная, работа в группах по 4-6 человек, интервью.	Способствовать анализу своих привычек учениками.	1. Поговорить с учениками о привычках. 2. Перечислить привычки, укрепляющие	Привычка.	Рабочая тетрадь №4	2	08.02 15.02	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
				здоровье.					
22 - 23 .	Дружба (часть 1).	Индивидуальная, работа в парах, работа в группах по 4-6 человек, пантомима.	Поговорить о дружбе.	1. Перечислить важные для дружбы качества. 2. Описать проявления дружбы. 3. Показать связь дружбы и социального здоровья.	Дружба.	Рабочая тетрадь №4	2	22.02 01.03	
24 .	Дружба (часть 2).	Индивидуальная, работа в парах, работа в группах по 4-6 человек.	Поговорить о дружбе.	1. Перечислить условия дружбы. 2. Описать различные влияния дружбы. 3. Поговорить о влиянии друзей друг на друга.	Конструктивная или созидательная критика, критиканство или разрушительная критика.	Рабочая тетрадь №4	1	15.03	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
25 - 26 .	Учусь сопротивляться давлению	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Обсудить давление и способы сопротивления давлению.	1. Познакомить с видами давления. 2. Обсудить способы сопротивления давлению.	Давление.	Рабочая тетрадь №4	2	22.03 05.04	
27 - 28 .	Учусь говорить «нет».	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	Научить отказываться в опасных ситуациях.	1. Показать ученикам ситуации, в которых отказ – единственный способ ответственного поведения. 2. Познакомить учеников с формами отказа от табака и алкоголя.	-	Рабочая тетрадь №4	2	12.04 19.04	
29 - 30	И снова алкоголь.	Индивидуальная, работа в парах,	Повторить информацию об алкоголе и его	1. Повторить основные факты об	-	Рабочая тетрадь №4	2	26.04 03.05	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
		групповая дискуссия, работа в группах по 4-6 человек.	рекламе.	алкоголе. 2. Освежить представления о рекламе.					
31	Алкоголь в компании.	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в парах.	Познакомить детей с распространёнными мотивами и последствиями употребления алкоголя в компании.	1. Познакомить детей с мотивами употребления алкоголя в компании. 2. Познакомить детей с последствиями употребления алкоголя в компании.	Мотив.	Рабочая тетрадь №4	2	10.05 17.05	
32	Подведение итогов тетради. Проведение опросов.	Индивидуальная, групповая дискуссия, работа в парах, анкетирование.	Закрепить полученные знания.	1. выявить уровень усвоения полученных знаний из тетради №4. 2. подвести итоги полученных		тест	1	24.05	

№ п\п	Тема урока	Тип урока, его форма	Цель урока	Задачи урока	Словарь	Наглядность, оборудование	Кол-во часов	Дата	Примечание
				знаний за год.					
Итого: 33 часа.									

Список используемой литературы:

1. Учебник «Полезные привычки». Авторы Т. Б. Гречаная, Л.С. Колесова
2. Учебное пособие «Полезные привычки». Авторы Т. Б. Гречаная, Л.С. Колесова.
3. Беспалова, Е.В. Факторы, негативно влияющие на здоровье ребенка/ Е.В.Беспалова// Справочник классного руководителя. – 2008. - №3. – С.22-29.
4. Громова, Ю.О. Вся правда о курении: классный час/ Ю.О.Громова, И.Б.Сухарева// Классный руководитель. – 2007. - №5. – С.58-63.
5. Калягин, А.Н. Школа по преодолению табачной зависимости/ А.Н.Калягин, Е.А.Швецова// ОБЖ. – 2009. - №4. – С.54-60.
6. Максимова, Е.К. Формирование здорового образа жизни/ Е.К.Максимова// Справочник классного руководителя. – 2007. - №8. – С.19-24.
7. Науменко, Ю.В. Моделирование здоровьесформирующего образования/ Ю.В.Науменко// Вопросы образования. – 2007. - №2. – С.140-160.
8. Носова, Е. Предупреждение подростковой наркотизации/ Е.Носова// Воспитание школьников. – 2008. - №7. – С.61-66.
9. Паскал, В.В. Как уберечь ребенка от наркотиков/ В.В. Паскал// Справочник классного руководителя. – 2008. - №12. – С.62-64.
10. Потемкин, Г.А. Факультативный курс «Твое здоровье»// Г.А. Потемкин// Справочник классного руководителя. – 2008. - №4. – С.39-46; №5. – С.44-52.
11. Смокотина, Е.В. Влияние курения на здоровье подростков/ Е.В. Смокотина// Справочник классного руководителя. – 2008. - №7. – С.28-41.
12. Соловьев, С. Алкоголь – угроза здоровью и социальному статусу человека/ С.Соловьева// Воспитание школьников. – 2008. - №4. – С.58-62.
13. Торговлю спиртным – под общественный контроль!// Здоровье детей: прил. к газете «Первое сентября». – 2009. - №1. – С.5.
14. Черкасова, В.Б. Опыт работы классного руководителя по преодолению вредных привычек/ В.Б.Черкасова// Классный руководитель. – 2008. - №5. – С.73-74.
15. Фёклин, С. Наркоситуация в России: ответственность школы/ С. Фёклин// Народное образование. – 2008. - №9. – С.50-55.