

**«Согласовано»**

Заместитель директора по ВР  
МБОУ «СОШ №26» НМР РТ  
\_\_\_\_\_ /Нуруллина Г.Г./  
от «\_\_\_\_» 202\_\_ г.

**Утверждаю**

Директор МБОУ «СОШ № \_\_\_\_» НМР РТ  
\_\_\_\_\_ /Пушкина М.С./  
Приказ № \_\_\_\_\_  
от «\_\_\_\_» 202\_\_ г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**кружка**

**«Самостоятельные дети»**

**Ибрагимовой Резеды Наилевны**

**на 2021-2022 учебный год**

Количество часов: всего 68 часов; в неделю 2 часа.

г. Нижнекамск, 2021 год

## **Планируемые результаты**

**Личностные результаты** освоения основной образовательной программы «Учеба профилактических волонтеров» отражают:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества (активная гражданская позиция);
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере (толерантность);
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;

**Метапредметные результаты** характеризуют уровень сформулированности универсальных способностей учащихся, проявляющихся в познавательной и практической творческой деятельности:

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности;
- формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

*Предполагаемый результат реализации программы по годам обучения.*

### На предметном уровне

*К концу первого года обучения учащийся будет знать:*

- основы теории добровольческой деятельности;
- правила проведения акций;
- технику безопасности и предъявляемые требования к организации массовых мероприятий;
- правила проведения игр на знакомство, в малой группе;
- информацию о вреде алкоголя, табакокурения, наркотиков;
- требования ПДД для пешеходов;
- правила поведения в маршрутном транспорте, на остановках, при посадке в транспорт и выходе из него, правила перехода дороги;
- требования к движению велосипедистов.

*уметь:*

- выступать перед публикой;
- проводить игры в малой группе;
- проводить профилактические акции;
- самостоятельно обобщать информацию по определенной тематике;
- творчески подходить к проведению массовых мероприятий;

- применять свои знания ПДД в различных дорожных ситуациях.

На личностном уровне

- проявлять активность, готовность к выдвижению идей и предложений;
- проявлять силу воли, упорство в достижении цели;
- владеть навыками работы в группе;
- понимать ценность здоровья;
- уметь принимать себя как ответственного и уверенного в себе человека.

На метапредметном уровне

- выделять главное;
- понимать творческую задачу;
- работать с дополнительной литературой, разными источниками информации;
- соблюдать последовательность;
- работать индивидуально, в группе;
- оформлять результаты деятельности;
- представлять выполненную работу.

На предметном уровне

*К концу второго года обучения учащийся будет знать:*

- технологии проведения акций, флеш-мобов;
- технологии проведения социологических исследований;
- правила проведения массовых мероприятий;
- основы составления социального проектирования;
- требования ПДД для пешеходов.

*уметь:*

- составлять тематические выступления на тему профилактики социально-негативных явлений;
- изготавливать раздаточный и агитационный материал на тему профилактики социально-негативных явлений;
- самостоятельно проводить массовые игры;
- работать с письменными и электронными информационными ресурсами для сбора и обобщения информации для проведения акций и мероприятий профилактического характера;
- применять свои знания ПДД в различных дорожных ситуациях.

На личностном уровне

- проявлять активность, готовность к выдвижению идей и предложений;
- проявлять силу воли, упорство в достижении цели;
- владеть навыками работы в группе;
- понимать ценность здоровья;
- уметь принимать себя как ответственного и уверенного в себе человека.

На метапредметном уровне

- выделять главное;
- понимать творческую задачу;
- работать с дополнительной литературой, разными источниками информации;
- соблюдать последовательность;
- работать индивидуально, в группе;
- оформлять результаты деятельности;
- представлять выполненную работу.

На предметном уровне

*К концу третьего года обучения обучающийся будет знать:*

- технологии организации профилактической работы;

- успешный опыт работы добровольческих организаций города, Республики Татарстан РФ;
- информационные технологии, используемые в профилактической деятельности;
- технологии проведения социологического исследования;
- технологии создания и реализации социальных проектов;
- игры массовые, для малой группы, спортивные эстафеты, национальные;
- основы психологической работы (упражнения на сплоченность);
- правила поведения в маршрутном транспорте, на остановках, при посадке в транспорт и выходе из него, правила перехода дороги.

*уметь:*

- организовывать работу малого коллектива сверстников (5-10 человек);
- составлять сценарии мероприятий;
- организовывать массовые игры и интерактивные мероприятия для детей от 7 до 14 лет;
- проводить профилактические акции и мероприятия;
- разрабатывать социальные проекты;
- самостоятельно выступать перед группой сверстников с информацией профилактического и агитационного характера;
- применять полученные знания для научно-исследовательской деятельности;
- применять свои знания ПДД в различных дорожных ситуациях.

#### На личностном уровне

- проявлять активность, готовность к выдвижению идей и предложений;
- проявлять силу воли, упорство в достижении цели;
- владеть навыками работы в группе;
- понимать ценность здоровья;
- уметь принимать себя как ответственного и уверенного в себе человека.

#### На метапредметном уровне

- выделять главное;
- понимать творческую задачу;
- работать с дополнительной литературой, разными источниками информации;
- соблюдать последовательность;
- работать индивидуально, в группе;
- оформлять результаты деятельности;
- представлять выполненную работу.

## **Содержание программы**

### **Раздел 1. Формирование ценностных ориентаций у детей и подростков.** **Оказание психологической поддержки подростку.**

**Цель:** формирование личностных ресурсов у детей и подростков социально-нормативного жизненного стиля с доминированием ценностей здорового образа жизни, действенной установки на отказ от приема употребления психоактивных веществ (ПАВ).

**Тема 1.** Вводное занятие. Введение в образовательную программу. Правила по ТБ. Знакомство с объединением.

**Тема 2.** Психологическая поддержка как фактор первичной профилактики употребления ПАВ. Психологическая поддержка. Принципы и способы оказания поддержки; сосредоточение на достоинствах ребенка; работа по повышению его самооценки, помочь в приобретении веры в себя и в свои способности, помочь в формировании позитивного “Я” подростка. Формирование устойчивых доверительных отношений в семье – залог личностной успешности всех ее членов.

**Тема 3.** Знание возрастных, физиологических, индивидуально психологических особенностей подростка как основа эффективного воспитания здоровых привычек и социально важных привычек.

**Тема 4.**Формирование образа “ Я” у подростков. Самооценка или чувство самоценности. Виды самооценки. Симптомы низкого самоуважения ребенка. Приобретенная беспомощность. Локус контроля. Положительное отношение к себе – основа психологического выживания. Способы повышения низкой самооценки у детей. Самооценка как составляющая здоровья: любить себя – быть здоровым. Дружба, хорошие отношения, доверие как способы укрепления самооценки и психического здоровья.

**Тема 5.** Воспитание навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками. Основные закономерности процесса общения и его структура. Знакомство с манипулятивными способами общения. Защиты от манипуляций. Конфликты и умение их разрешать. Непопулярность и социальная отверженность детей как возможные причины формирования отклоняющегося поведения. Помощь подросткам в налаживании межличностных контактов во взаимодействии со сверстниками. Роль родителей в формировании среды, развивающей у детей и подростков черты активной, ответственной личности, способной позаботиться о себе и других.

**Тема 6.** Приемы и методы организации помощи подросткам в преодолении кризисных ситуаций. Понятие о кризисных ситуациях в жизни детей. Условия воспитания психически здорового, лично развитого человека, способного справляться с собственными проблемами и жизненными трудностями. Способы поведения. Стратегии помощи детям в преодолении кризисных ситуаций. Роль стресса в жизни: мобилизация, дезорганизация.

**Тема 7.** Дискуссия «Мой жизненный выбор»

### **Раздел 2. Помощь детям и подросткам в успешной ориентации во внешнем мире**

**Тема 8.** Эмоции и чувства.

**Тема 9.** Социальная акция «Обними друга»

**Тема 10.** Аффективные эмоциональные состояния.

**Тема 11.** Управление эмоциями и чувствами.

**Тема 12.** Дискуссия «Эмоции в жизни человека». Эмоции и чувства. Аффективные эмоциональные состояния. Управление эмоциями и чувствами. Самоконтроль как развивающаяся человеком способность контролировать свои действия и поступки.

**Тема 13.** Самоконтроль как развивающаяся человеком способность контролировать свои действия и поступки. Представление о манипулятивном общении в подростковой среде. Способы развития у подростков умения распознавать манипуляции в общении со стороны сверстников или взрослых. Способы противостояния негативному давлению со стороны окружающих.

**Тема 14.** Психодиагностическая работа по выявлению способности к самоконтролю. Психофизиологические особенности детей и подростков. Сензитивные возрастные периоды и кризисы в развитии детей и подростков. Понятие темперамента; его типы и свойства, особенности проявления темперамента, учет типа нервной системы ребенка в организации взаимодействия с окружающими.

**Тема 15.** Обучающие упражнения на приобретение навыков самоконтроля и саморегуляции

**Тема 16.** Дебаты «Подросток в XXI веке»

**Тема 17.** Рисуем плакат «Мы вместе»

**Тема 18.** Развитие навыков личной безопасности подростка

**Тема 19.** Личная безопасность. Личная безопасность. Правила безопасности. Ограничения, виды ограничений. Запрет, нарушение запрета. Правила и способы обеспечения безопасности подростков. Механизм возникновения конструктивного и неконструктивного поведения. Связь ситуации, мыслей, чувств, поведения. Изменение собственных мыслей как способ изменения отношения к ситуации.

**Тема 20.** Правила безопасности.

**Тема 21.** Ограничения, виды ограничений.

**Тема 22.** Запрет, нарушение запрета.

**Тема 23.** Дебаты «Мир в XXI веке»

**Тема 24.** Правила и способы обеспечения безопасности подростков. Механизм возникновения конструктивного и неконструктивного поведения.

**Тема 25.** Связь ситуации, мыслей, чувств, поведения.

**Тема 26.** Социальная акция «Улыбка друг человека!»

**Тема 27.** Изменение собственных мыслей как способ изменения отношения к ситуации.

**Тема 28.** Флешмоб учимся говорить «Нет»»

**Тема 29.** Рисуем плакат «Мир гармонии»

**Тема 30.** Представление о манипулятивном общении в подростковой среде.

**Тема 31.** Способы развития у подростков умения распознавать манипуляции в общении со стороны сверстников или взрослых.

**Тема 32.** Способы противостояния негативному давлению со стороны окружающих.

**Тема 33.** Практическая работа с использованием ролевых игр и упражнений по обучению навыкам эффективного поведения в ситуации группового давления, манипулирования

**Тема 34.** Общий смотр знаний.

**Тема 35.** Общий смотр знаний. Флешмоб «Мы против».

## Тематический план

	Тема	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>Раздел 1. Формирование ценностных ориентаций у детей и подростков. Оказание психологической поддержки подростку.</b>				
1	Вводное занятие.	2	1	1
2	Введение в образовательную программу.	2	1	1
3	Правила по ТБ.	2	1	1
4	Знакомство с объединением.	2	1	1
5	Волонтерское движение. Основные понятия	2	1	1
6	Агитационная работа по профилактике	2	1	1
7	Саморазвитие личности	2	1	1
8	Социальное проектирование	2	1	1
9	Основы профилактики. Информация о вреде алкоголя, табакокурения, наркотиков	2	1	1
10	Коллектив. Основы организаторской работы	2	1	1
11	Формы агитационной работы: акции, уроки, агитационные выступления, флеш-мобы	2	1	1
12	Спортивный комплекс ГТО как форма профилактики	2	1	1
13	Методика проведение игр	2	1	1
14	Игротека	2	1	1
15	Основы проектирования	2	1	1
16	Коллектив. Основы создания команды	2	1	1
17	СМИ как средство профилактики	2	1	1
18	Социальная реклама как форма профилактики	2	1	1
19	Движение профилактических волонтеров. Опыт работы	2	1	1
20	Ознакомление воспитанников с контрактным методом работы в отряде.	2	1	1
21	Подписание контракта	2	1	1

22	Психологическая поддержка как фактор первичной профилактики употребления ПАВ.	2	1	1
23	Возрастные особенности человека	2	1	1
24	Знание возрастных, физиологических, индивидуально психологических особенностей подростка как основа эффективного воспитания здоровых привычек.	2	1	1
25	Знание возрастных, физиологических, индивидуально психологических особенностей подростка как основа эффективного воспитания социально важных привычек.	2	1	1
26	Лекция «Подросток и «Я»	2	1	1
27	Формирование образа “ Я” у подростков.	2	1	1
28	Рисуем плакаты «Моя семья»	2	1	1
29	Организация выставки «Семья-главная ячейка общества»	2	1	1
30	Воспитание навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками	2	1	1
31	Приемы и методы организации помощи подросткам в преодолении кризисных ситуаций.	2	1	1
32	Социальная акция «Вместе! И только вместе»	2	1	1
33	Дискуссия «Мой жизненный выбор»	2	1	1
34	Практическая работа «Мир разных профессий»	2	1	1

#### **Раздел 2. Помощь детям и подросткам в успешной ориентации во внешнем мире**

35	Эмоции и чувства.	2	1	1
36	Дискуссия «Влияние настроения на мой ритм жизни»	2	1	1
37	Социальная акция «Обними друга»	2	1	1
38	Аффективные эмоциональные состояния.	2	1	1
39	Управление эмоциями и чувствами.	2	1	1
40	Дискуссия «Эмоции в жизни человека»	2	1	1
41	Практическая работа на тему «Как я выражаю свои эмоции»	2	1	1
42	Самоконтроль как развивающаяся способность контролировать свои действия и поступки.	2	1	1

43	Психодиагностическая работа по выявлению способности к самоконтролю.	2	1	1
44	Обучающие упражнения на приобретение навыков самоконтроля и саморегуляции	2	1	1
45	Дебаты «Подросток в XXI веке»	2	1	1
46	Рисуем плакат «Мы вместе»	2	1	1
47	Развитие навыков личной безопасности подростка	2	1	1
48	Практическая работа на тему «Личная безопасность подростка»	2	1	1
49	Квест «Мои достижения»	2	1	1
50	Личная безопасность.	2	1	1
51	Правила безопасности.	2	1	1
52	Ограничения, виды ограничений.	2	1	1
53	Запрет, нарушение запрета.	2	1	1
54	Дебаты «Мир в XXI веке»	2	1	1
55	Правила и способы обеспечения безопасности подростков.	2	1	1
56	Механизм возникновения конструктивного и неконструктивного поведения.	2	1	1
57	Связь ситуации, мыслей, чувств, поведения.	2	1	1
58	Социальная акция «Улыбка друг человека!»	2	1	1
59	Изменение собственных мыслей как способ изменения отношения к ситуации.	2	1	1
60	Флешмоб учимся говорить «Нет»»	2	1	1
61	Рисуем плакаты «Мир гармонии»	2	1	1
62	Организация выставки «Как прекрасен мир вокруг»	2	1	1
63	Представление о манипулятивном общении у младших подростков	2	1	1
64	Представление о манипулятивном общении в подростковой среде.	2	1	1
65	Способы развития у подростков умения распознавать манипуляции в общении со стороны сверстников или взрослых.	2	1	1
66	Способы противостояния негативному давлению со стороны окружающих.	2	1	1

67	Практическая работа с использованием ролевых игр и упражнений по обучению навыкам эффективного поведения в ситуации группового давления.	2	1	1
68	Практическая работа с использованием ролевых игр и упражнений по обучению навыкам эффективного поведения в ситуации манипулирования	2	1	1
69	Общий смотр знаний. Подготовка к флешмобу «Мы против»	2	1	1
70	Общий смотр знаний. Флешмоб «Мы против»	2	1	1
Итого часов:		140 часов	70	70

## Календарно-тематическое планирование

	Тема	количество часов	дата
<b>Раздел 1. Формирование ценностных ориентаций у детей и подростков. Оказание психологической поддержки подростку.</b>			
1	Вводное занятие.	2	
2	Введение в образовательную программу.	2	
3	Правила по ТБ.	2	
4	Знакомство с объединением.	2	
5	Волонтерское движение. Основные понятия	2	
6	Агитационная работа по профилактике	2	
7	Саморазвитие личности	2	
8	Социальное проектирование	2	
9	Основы профилактики. Информация о вреде алкоголя, табакокурения, наркотиков	2	
10	Коллектив. Основы организаторской работы	2	
11	Формы агитационной работы: акции, уроки, агитационные выступления, флеш-мобы	2	
12	Спортивный комплекс ГТО как форма профилактики	2	
13	Методика проведения игр	2	
14	Игротека	2	
15	Основы проектирования	2	
16	Коллектив. Основы создания команды	2	
17	СМИ как средство профилактики	2	
18	Социальная реклама как форма профилактики	2	
19	Движение профилактических волонтеров. Опыт работы	2	
20	Ознакомление воспитанников с контрактым методом работы в отряде.	2	

21	Подписание контракта	2	
22	Психологическая поддержка как фактор первичной профилактики употребления ПАВ.	2	
23	Возрастные особенности человека	2	
24	Знание возрастных, физиологических, индивидуально психологических особенностей подростка как основа эффективного воспитания здоровых привычек.	2	
25	Знание возрастных, физиологических, индивидуально психологических особенностей подростка как основа эффективного воспитания социально важных привычек.	2	
26	Лекция «Подросток и «Я»	2	
27	Формирование образа “ Я” у подростков.	2	
28	Рисуем плакаты «Моя семья»	2	
29	Организация выставки «Семья-главная ячейка общества»	2	
30	Воспитание навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками	2	
31	Приемы и методы организации помощи подросткам в преодолении кризисных ситуаций.	2	
32	Социальная акция «Вместе! И только вместе»	2	
33	Дискуссия «Мой жизненный выбор»	2	
34	Практическая работа «Мир разных профессий»	2	
35	Эмоции и чувства.	2	
36	Дискуссия «Влияние настроения на мой ритм жизни»	2	
37	Социальная акция «Обними друга»	2	
38	Аффективные эмоциональные состояния.	2	
39	Управление эмоциями и чувствами.	2	
40	Дискуссия «Эмоции в жизни человека»	2	
41	Практическая работа на тему «Как я выражают свои эмоции»	2	
42	Самоконтроль как развиваемая человеком способность контролировать свои действия и поступки.	2	
43	Психодиагностическая работа по выявлению способности к самоконтролю.	2	
44	Обучающие упражнения на приобретение навыков самоконтроля и саморегуляции	2	

45	Дебаты «Подросток в XXI веке»	2	
46	Рисуем плакат «Мы вместе»	2	
47	Развитие навыков личной безопасности подростка	2	
48	Практическая работа на тему «Личная безопасность подростка»	2	
49	Квест «Мои достижения»	2	
50	Личная безопасность.	2	
51	Правила безопасности.	2	
52	Ограничения, виды ограничений.	2	
53	Запрет, нарушение запрета.	2	
54	Дебаты «Мир в XXI веке»	2	
55	Правила и способы обеспечения безопасности подростков.	2	
56	Механизм возникновения конструктивного и неконструктивного поведения.	2	
57	Связь ситуации, мыслей, чувств, поведения.	2	
58	Социальная акция «Улыбка друг человека!»	2	
59	Изменение собственных мыслей как способ изменения отношения к ситуации.	2	
60	Флешмоб учимся говорить «Нет»»	2	
61	Рисуем плакаты «Мир гармонии»	2	
62	Организация выставки «Как прекрасен мир вокруг»	2	
63	Представление о манипулятивном общении у младших подростков	2	
64	Представление о манипулятивном общении в подростковой среде.	2	
65	Способы развития у подростков умения распознавать манипуляции в общении со стороны сверстников или взрослых.	2	
66	Способы противостояния негативному давлению со стороны окружающих.	2	
67	Практическая работа с использованием ролевых игр и упражнений по обучению навыкам эффективного поведения в ситуации группового давления.	2	
68	Практическая работа с использованием ролевых игр и упражнений по обучению навыкам эффективного поведения в ситуации манипулирования	2	

69	Общий смотр знаний. Подготовка к флешмобу «Мы против»	2	
70	Общий смотр знаний. Флешмоб «Мы против»	2	
Итого часов:		140 часов	