

муниципальное образовательное учреждение для детей,
нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной
помощи
центр психолого-медико-социального сопровождения
«Доверие»

г. Ярославль

**Рабочая программа
«Здоровье и безопасность»
на 2015-2016 учебный год**

Принято на педагогическом совете
МОУ Центр «Доверие»
«31» августа 2015г.

Ярославль, 2015

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА К ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ "ЗДОРОВЬЕ И БЕЗОПАСНОСТЬ"

В настоящее время охрана здоровья, профилактика заболеваний, в том числе социальных болезней, предупреждение жестокости и насилия является одним из факторов, способствующим формированию гармоничной личности.

Учебная программа составлена таким образом, чтобы представлять собой гибкую структуру, рассчитанную на профилактическую работу, осуществляемую в рамках класса. Под профилактикой мы понимаем заблаговременно предпринимаемые действия, которые за счет создания условий, обеспечивающих правильное поведение и здоровый образ жизни, позволяют впоследствии учащимся справляться с проблемами реального бытия.

В структуру программы включена образовательная программа «Я выбираю мир» - программа по предупреждению жестокости и насилия. Программа основана на ценностях, связанных с безопасностью человека: каждому человеку присуще чувство собственного достоинства; люди признают и уважают существующие различия мнений и взглядов; взаимоотношения между людьми.

Главной целью образовательной программы по предупреждению жестокости и насилия среди детей, подростков и молодежи является формирование безопасного поведения.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ.

Главной целью образовательной программы "ЗДОРОВЬЕ И БЕЗОПАСНОСТЬ" является повышение личной ответственности обучающихся (детей, подростков и молодежи) за свое здоровье и безопасность.

Программа, кроме главной цели, предназначена для достижения и других важных целей:

1). Повышение понимания ценности каждого человека.

2). Повышение уровня уважения в межличностных отношениях.

3). Развитие социальной ответственности детей и подростков. Достижение

указанных целей обеспечивается за счет решения следующих задач:

- повышение информированности обучающихся через сообщение им достоверной информации (в том числе о законах, о правах и ответственности);

- развитие коммуникативных способностей через обеспечение обучающихся знаниями о принципах создания и поддержки общественно-принятых отношений, через формирование стремления к уважительным отношениям, формирование навыков межличностного общения;

- развитие способности учащихся принимать решение в тех или иных ситуациях;

- формирование навыков заботы о своём здоровье и безопасности;

- приобретение защитных навыков, которые делают детей и подростков менее уязвимыми в опасных ситуациях, усиление возможностей самого ребенка;

- развитие способности строить отношения на основе взаимной заботы, поддержки, отсутствии принуждения.

- развитие способности планировать свои отношения;

- повышение личной безопасности;

- развитие способности к сопротивлению в ситуациях насилия;

- предоставление возможности для доступа к социальным, медицинским и правозащитным службам, что поможет в обращении за консультациями или помощью, необходимость которых они начинают осознавать в процессе учебных занятий.

ПРИНЦИПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

- *принцип доступности* (учитывающий разные возрастные уровни) и преемственности. Разновозрастный характер программы предполагает доступность и понимание информации для разных возрастных групп, позволяет наиболее оптимально использовать методы, предназначенные для разного возраста.

- *принцип достоверности информации*. Обучающиеся должны получать и работать только с точной информацией, основанной на фактах.

- *принцип активности*. Методы преподавания могут быть использованы самые различные: тренинг, беседа, обсуждение в группах, использование аудио-визуальных средств, использование наглядных пособий, решение ситуационных заданий, ролевые игры, видеосеминары и т.д.

Активные методы обучения позволят помочь учащимся освоить основные навыки, способствующие принятию ответственных решений в межличностных отношениях.

Перечисленные и другие методы позволят преподавателю курса выполнить общие задачи занятий:

- предоставить обучающимся необходимую для них информацию,
- привести обучающихся к осознанию ответственности за свое поведение,
- предоставить обучающимся возможность свободного обсуждения и комфортную обстановку,
- помочь обучающимся сформировать навыки ответственного, безопасного и уважительного поведения,
- развить способность обращаться за помощью и др.

- *принцип широкого охвата* подчеркивает совместную ответственность правительства, СМИ, руководителей образования, педагогов, родителей и общественности за обеспечение благополучия подрастающего поколения. Данный принцип предполагает интеграцию обучения, т.е. возможность для реализации программы не только в государственных учреждениях образования, ее усиление через родителей, СМИ и другие источники, координацию, сотрудничество и взаимоподдержку всех перечисленных и иных институтов общества, усиливающих такое образование.

Концепция программы представлена в виде схемы (Приложение 1).

Концепция учебной программы предполагает проведение учебных занятий, основой которых является сочетание духовного, информационного, эмоционального, личностного и поведенческого компонентов.

2. ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Образовательная программа для детей и подростков предназначена для обучающихся всех типов образовательных учреждений: общеобразовательных школ, интернатов, специальных школ и приютов для детей и подростков.

Программа рассчитана на детей, подростков, молодежь и содержит три логически взаимосвязанных раздела, содержание которых составляет область знаний,

необходимых для достижения поставленных целей. Первый раздел "Я и мой мир" предполагает формирование у детей и подростков основных представлений о закономерностях развития человека, особенностях его личности и их влиянии на сохранение собственной безопасности. Второй раздел "Я и мое окружение" предполагает изучение особенностей межличностных отношений, формирование и развитие навыков безопасного и ненасильственного общения. Третий раздел "Я, мое здоровье и безопасность", базируясь на двух предыдущих разделах, предполагает изучение ключевых вопросов проблемы здоровья и безопасности: профилактики "социальных" болезней и правила обеспечения собственной безопасности.

Учебные программы состоят из 2-х курсов:

1. основного (базового) курса для учащихся 9 - 10 классов;
2. дополнительного курса (подготовительного) для учащихся 3, 5, 7, 8 классов.

Образовательная программа "Здоровье и безопасность" проводится на основании договоров, заключенных с администрациями образовательных учреждений согласно утвержденному графику.

Инвариантная часть.

Учебный план программы «Здоровье и безопасность» для обучающихся 7-10 классов. ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 7-х КЛАССОВ

№	Название темы	Обоснование темы	Кол-во часов
1.	«Я в мире сверстников. Интернет угрозы»	Ценности и значение взаимоотношений со сверстниками. Тренинг повышения эффективности общения между сверстниками. Интернет угрозы.	2+2
2.	«Личная безопасность»	Психологические аспекты безопасного поведения. Тренинг распознавания опасных ситуаций.	2
3.	«Уроки Фемиды»	Профилактика правонарушений среди несовершеннолетних.	2
4.	«Плоды легкомыслия»	Первичная профилактика употребления ПАВ.	2
ИТОГО:			10

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 8-х КЛАССОВ

№	Название темы	Обоснование темы	Кол-во часов
1.	«Секреты успешного общения»	Психологические основы общения с разными категориями людей.	2+2
2.	«Подросток и группа»	Повышение коммуникативной компетентности подростков, исключение рисков группового давления.	2+2
3.	«Я и мир вокруг»	Права и обязанности подростков по Конституции РФ.	2
4.	«Плоды легкомыслия»	Первичная профилактика употребления ПАВ.	2
ИТОГО:			8

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 9-х КЛАССОВ

№	Название темы	Обоснование темы	Кол-во часов
1.	“Предупреди беду”	Социально-правовые и психологические основы профилактики СПИДа.	2+2
2.	«Будь осторожен!»	Психологические аспекты поведения в чрезвычайных ситуациях.	2
3.	“Личная безопасность”	Психолого-правовой тренинг по вопросам безопасности (дев.) Профилактика преступлений против половой неприкосновенности (юноши)	2+2
4.	“На краю пропасти!”	Первичная профилактика употребления ПАВ (психоактивные вещества)	2+2
5.	“Уроки Фемиды”	Занятие по предупреждению правонарушений (для юношей).	2
6.	“Жизнь в семье ”	Формирование готовности девушек к будущей семейной роли, профилактика ранних браков и разводов. Одна из целей занятия - развитие понимания, что создание гармоничной семьи требует подготовительного периода (для девушек).	2
7.	«Интернет угрозы»	Развитие навыков осознанного, ответственного и безопасного использования сети Интернет. Профилактика интернет-зависимостей, интернет преследований.	2+2
ИТОГО:			22

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 10-х КЛАССОВ

№	Название темы	Обоснование темы	Кол-во часов
1	“Какой ты, какая я?”	Роли людей разного пола в современном мире. Предупреждение непонимания и конфликтов между юношами и девушками.	2+2
2	“Семья и право”	Права и обязанности детей, родителей, супругов.	2
3	“Умей сказать нет!”	Тренинг отказа, умение противостоять давлению сверстников и действовать рационально в трудных ситуациях (в том числе предупреждение наркотизма в молодёжной среде).	2+2
4	«Ворота ста печалей»	Профилактика употребления ПАВ.	2
ИТОГО:			12

Вариативная часть программы «Здоровье и безопасность»

Для обучающихся

(Тематические занятия проводятся факультативно или на классных часах по письменным заявкам образовательных учреждений).

Тема	Содержание	Продолжительность. Условия проведения.
1. Новое поколение выбирает пиво или здоровье?	Влияние пивного алкоголизма на организм подростка.	Семинар для обучающихся 5-9 классов. Проводится на базе школы или базе центра «Доверие», продолжительность 1 час.
2. Курение: мифы и реальность.	Психологические основы зависимого поведения.	Семинар для обучающихся 5-9 классов. Проводится на базе школы или базе центра «Доверие», продолжительность 1 час.
3. Психологические основы выбора профессии.	Выбор профессии, поведение на рынке труда, умение грамотно подать себя, написание резюме.	Семинар для обучающихся 8-9 классов. Проводится на базе школы или базе центра «Доверие», продолжительность 1 час.
4. Знай и будь осторожен!	Программа по личной безопасности	Занятия для обучающихся начальных классов. Проводится на базе школы или базе центра «Доверие», продолжительность 7 занятий (по 1 часу).
5. Здорового курения не бывает.	Занятие по профилактике табакокурения.	Семинар для обучающихся 5-9 классов. Проводится на базе школы или базе центра «Доверие», продолжительность 1 час.
6. Ворота ста печалей	Занятие по профилактике наркотизма в молодежной среде.	Семинар для обучающихся 10-11 классов. Проводится на базе школы или базе центра «Доверие», продолжительность 1 час.
7. Психологическая подготовка к экзаменам.	Основы эффективной подготовки к сдаче экзаменов, создание мотивации успеха. Организация рабочего места, рационального питания. Работа со стрессом. Поведение во время экзамена.	Семинар для обучающихся 9, 11 классов. Проводится на базе школы или базе центра «Доверие», продолжительность 1 час.
8. О силе слов	О вреде сквернословия.	Семинар для обучающихся 9 классов. Проводится на базе школы или базе центра «Доверие», продолжительность 1 час.

9. Телефон доверия	Знакомство с работой линии детского телефона доверия. Тренинг звонка, проигрывание ситуаций. Правила обращения за помощью, разъяснение, что может мешать работе ТД. Телефоны экстренных служб.	Семинар для обучающихся начальной школы. Проводится на базе школы. Продолжительность 30-40 минут
10. Армия и право.	Правовое регулирование поступления на военную службу. Основные понятия: воинский учёт, служба по призыву, контрактная служба воинская обязанность и военная служба, альтернативная гражданская служба, освобождение и отсрочки от призыва. Ролевая игра «Призывная комиссия».	Семинар для обучающихся 10-11 классов. Проводится на базе школы или базе центра «Доверие», продолжительность 1 час.
11. Телефон доверия	Знакомство с работой линии телефона доверия. Тренинг звонка, проигрывание ситуаций. Правила обращения за помощью, разъяснение, что может мешать работе ТД.	Семинар для обучающихся 7-8 классов. Проводится на базе МОУ Центр «Доверие». Продолжительность 1-2 часа.
12.Профилактика употребления ПАВ	Первичная профилактика употребления ПАВ.	Семинар для обучающихся 5-11 классов. Проводится на базе школы. Продолжительность 1 час.
13. Толерантность к другим: разные миры	Принятие другого человека, терпимое отношение, понимание чувств других людей.	Семинар для обучающихся 9-11 классов. Проводится на базе школы. Продолжительность 1 час.
14. Административная ответственность несовершеннолетних	Правонарушения, влекущие административную ответственность несовершеннолетних	Семинар для обучающихся 7-11 классов. Проводится на базе школы. Продолжительность 1 час.
15. Агрессия в сети интернет	Профилактика интернет-зависимостей, интернет-преследований	Семинар для обучающихся 7-11 классов. Проводится на базе школы. Продолжительность 1 час.
16. Программа «Сотрудничество»	Развитие сотрудничества подростков в группе, создание чувства принадлежности к группе, сплочение коллектива, развитие коммуникативных навыков.	Занятия для обучающихся 5-7 классов. Проводится на базе школы или базе центра «Доверие», продолжительность 10 занятий (по 1 часу).

Для педагогов

(Тематические занятия проводятся на педсоветах или МО преподавателей по письменным заявкам).

Тема	Содержание	Продолжительность. Условия проведения.
------	------------	--

1. Профилактика употребления психоактивных веществ в школе.	Психологические аспекты употребления ПАВ. Первичная профилактика.	Семинар на базе образовательного учреждения или базе Центра "Доверие". Продолжительность 1 час.
2. Организация работы педагога с гиперактивными детьми и детьми с дефицитом внимания.	Особенности работы с детьми с дефицитом внимания и гиперактивностью.	Семинар с элементами тренинга на базе Центра «Доверие» или ОУ. Для учителей начальной школы. Продолжительность 2 часа.
3. Дети с девиантным поведением. Профилактика суицидального поведения в подростковом возрасте.	Факторы, причины суицидального поведения, профилактика суицида.	Семинар на базе образовательного учреждения или базе Центра "Доверие". Продолжительность 1-1,5 часа. Для учителей 7-11 классов.
4. Роль педагога в деятельности по проблеме жестокости и насилия.	Виды насилия. Выявление внешних признаков насилия в отношении детей. Действия педагога в случае выявления фактов насилия по отношению к ребенку.	Семинар (мастерская) на базе образовательного учреждения или базе Центра "Доверие", 2-4 часа. Возможна демонстрация слайдов.
5. Сохранение психоэмоционального здоровья педагогов (возможно использование КПП - комнаты психологической разгрузки)	Понятие стресса. Влияние стресса на состояние здоровья человека. Профессиональные стрессы педагогов. Способы защиты организма от негативного влияния стрессов. Стресс-менеджмент. Управление стрессом.	Семинар на базе образовательного учреждения или базе Центра "Доверие". Продолжительность 2-4 часа.
6. Подготовка к Конкурсу «Учитель года» (психологические аспекты).	Тренинг самопрезентации. Умение себя подать. Работа со стрессом.	Мастер-класс на базе Центра "Доверие", 2-4 часа.
7. Молодежные субкультуры: опасность вовлечения и помощь подростку.	Расширение представлений педагогов о современных молодежных субкультурах. Опасности и риски вовлечения подростков в неформальные движения. Рекомендации педагогам.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1 час.
8. Основные права детей, родителей, педагогов.	Действия педагогов в ситуации нарушения прав детей со стороны родителей и третьих лиц. Основные права детей по Конвенции о правах ребенка, Семейному кодексу РФ.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1 час.

	Административная и уголовная ответственность.	
9. Агрессивность у детей и подростков.	Причины агрессивности. Действия и помощь педагогов при агрессивном поведении детей и подростков.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1-2 часа.

Для родителей

(Тематические занятия проводятся на родительских собраниях по письменным заявкам).

Тема	Содержание	Продолжительность. Условия проведения.
1. Особенности подросткового возраста. Построение конструктивных отношений с подростком.	Психологические особенности подростков, построение доверительных отношений с подростком.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1-1,5 часа. Родители учащихся 6-9 классов.
2. Как помочь ребенку учиться?	Оказание ребенку помощи в усвоении учебного материала. Как грамотно помочь ребенку организовать время на выполнение домашних занятий.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1-1,5 часа. Родители учащихся начальной школы.
3. Роль отца в воспитании детей.	Влияние отца на воспитание детей. Различные роли отца и матери, разные цели и задачи в воспитании детей.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1-1,5 часа. Для родителей детей ДОУ и детей школьного возраста.
4. Почему дети лгут?	Причины детской лжи. Виды лжи. Как вести себя родителям.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Для родителей детей ДОУ и младших школьников.
5. Школьная дезадаптация (нежелание ребенка посещать школу, учебные проблемы).	Причины отсутствия учебной мотивации. Возможные пути коррекции.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1-1,5 часа.
6. Как помочь своему ребенку в период экзаменов?	Создание благоприятных условий для ребенка в период экзаменов. Работа со стрессом, поведение во время экзамена.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1-1,5 часа.
7. О важности родительской любви. Любовь к ребенку: мифы и реальность.	О важности безусловной любви: принятие ребенка таким, какой он есть. Способы проявления любви.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1-1,5 часа.
8. Детские страхи и	Виды детских страхов, их	Семинар проводится на базе

тревожность. Пути преодоления.	проявление. Взаимодействие взрослых с детским страхом, пути его преодоления.	образовательного учреждения. Продолжительность 1-1,5 часа.
9. Воспитательные стратегии: поощрение и наказание.	Недопустимость физических наказаний. Запрет как альтернатива наказанию. Поощрение - основа послушного поведения ребенка.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1-1,5 часа. Для родителей учащихся начальной школы.
10. Что должны знать родители о наркотиках и наркомании. Роль родителей в профилактике употребления ПАВ у детей.	О вредных привычках в подростковой среде. Способы выявления признаков наркотического опьянения. Как вести себя с ребенком. Куда обратиться.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1-1,5 часа.
11. Влияние вредных привычек родителей на здоровье ребенка.	Табакокурение, алкоголь, нецензурная речь и т.д., как они влияют на психическое и физическое здоровье ребенка.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1-1,5 часа. Для родителей учащихся начальной школы.
12. Права и обязанности детей и родителей в семье.	Вопросы защиты прав детей в семье, ответственность несовершеннолетних перед законом, права и обязанности детей и родителей в семье.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1-1,5 часа.
13. Агрессивность у детей	Причины агрессивного поведения детей. Способы коррекции. Морально-психологический климат в семье.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1-1,5 часа.
14. Как защитить ребенка от насилия.	Виды насилия в отношении детей. Признаки перенесенного насилия. Способы защиты ребенка от насилия.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1-1,5 часа.
15. Мой ребенок пятиклассник.	Ваш ребенок перешел в 5 класс. Адаптация детей к среднему звену школьного обучения: чем могут помочь родители?	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1-1,5 часа.
16. Синдром дефицита внимания у детей. Возможности его коррекции.	Понятие СДВГ, возможности коррекции, рекомендации.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1-1,5 часа. Родители дошкольников, младших школьников.
17. Когда ваш ребенок сводит вас с ума.	Воспитательные стратегии. Причины плохого поведения ребенка и реакции родителей на это	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1-1,5 часа. Родители дошкольников,

	поведение. Что сделать, чтобы помочь ребенку.	младших школьников.
18. Психологическая готовность детей к обучению в школе	Критерии готовности ребенка к школьному обучению. Рекомендации родителям.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1-1,5 часа. Для родителей будущих первоклассников.
19. Молодежные субкультуры: опасность вовлечения и помощь подростку.	Расширение представлений родителей о современных молодежных субкультурах. Опасности и риски вовлечения подростков в неформальные движения. Рекомендации родителям.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1 час. Родители учащихся 7-11 классов.
20. Защита прав детей.	Обязанности педагогов в образовательном учреждении. Основные права детей по Конвенции о правах ребенка, Семейному кодексу РФ. Административная и уголовная ответственность за нарушение прав ребенка.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1-1,5 часа. Родители дошкольников и детей школьного возраста.
21. Нарушение социальной адаптации детей и подростков. Пути оказания помощи. Деятельность МОУ Центр «Доверие»	Индикаторы нарушений адаптации у детей и подростков. Услуги МОУ Центр «Доверие».	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 20 мин. – 1 час.
22. Как помочь ребенку противостоять давлению среды.	Профилактика девиантного поведения у детей.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1 – 1,5 часа.