

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МОУ Центр «Доверие»

\_\_\_\_\_ В.А. Шелкова

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МОУ СОШ № \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

**Учебный план по программе «Здоровье и безопасность»  
на 2015-16 уч. год  
Инвариантная часть.**

№	класс	Название темы	Обоснование темы	Кол-во часов
1.	7 класс	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 (для <b>девушек</b> ).	2
		"Уроки Фемиды"	Профилактика правонарушений среди несовершеннолетних (для <b>юношей</b> ).	2
		3. «Плоды легкомыслия»	Первичная профилактика употребления ПАВ.	2
2.	8 класс	1. «Секреты успешного общения»	Психологические основы общения с разными категориями людей (тренинг по группам).	2 2
		2. «Я и мир вокруг»	Права и обязанности подростков по Конституции РФ.	2
		3. «Плоды легкомыслия»	Первичная профилактика употребления ПАВ.	2
		4. «Подросток и группа»	Мотивы выбора своих друзей и компании. Способы сопротивления в ситуациях группового давления.	2 2
3.	9 класс	1. «Предупреди беду»	Социально-правовые и психологические основы профилактики СПИДа (тренинг по группам).	2 2
		2. «Будь осторожен!»	Психологические аспекты поведения в чрезвычайных ситуациях.	2
		3. «Личная безопасность»	Психолого-правовой тренинг по вопросам безопасности (для <b>девушек</b> ). Профилактика преступлений против половой неприкосновенности (для <b>юношей</b> ).	2 2
		4. «На краю пропасти!»	Первичная профилактика употребления ПАВ (психоактивные вещества) (для <b>девушек/ для юношей</b> ).	2 2
		5. «Интернет угрозы»	Развитие навыков осознанного, ответственного и безопасного использования сети Интернет. Профилактика интернет-зависимостей, интернет преследований. (тренинг по группам).	2 2
		6. «Уроки Фемиды»	Занятие по предупреждению правонарушений (для <b>юношей</b> )	2

		7. “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 ( <b>для девушек</b> ).	2
4.	<b>10 класс</b>	1. “Какой ты, какая я?”	Роли людей в современном мире. Предупреждение непонимания и конфликтов, построение конструктивных отношений между юношами и девушками (тренинг по группам).	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) (тренинг по группам).	2 2
	<b>7 классы</b>	«Учусь звонить»	Знакомство с работой линии телефона доверия. Тренинг звонка, проигрывание ситуаций. Правила обращения за помощью, разъяснение, что может мешать работе ТД.	1+1
			<b>Вариативная часть (по заявкам СОШ)</b>	
1.	<b>1-4 классы</b>	«Учусь звонить»	Знакомство с работой линии телефона доверия. Тренинг звонка, проигрывание ситуаций. Правила обращения за помощью, разъяснение, что может мешать работе ТД.	1+1
2.	<b>1-10 классы</b>	Дополнительные образовательные программы	По различной тематике	2
3.		Программа «Здоровье и безопасность»	Проведение занятий для обучающихся, обучающих семинаров для родителей и педагогов по заявкам образовательных учреждений.	

**Вариативная часть программы «Здоровье и безопасность»**

*Для обучающихся*

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

<b>Тема</b>	<b>Содержание</b>	<b>Продолжительность. Условия проведения.</b>
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. Повышение мотивации обучения.	Повышение мотивации обучающихся к получению знаний, личностному развитию, дисциплине.	Семинар для обучающихся 6-8 классов. Проводится на базе школы или базе центра «Доверие», продолжительность 1 час.

9. О силе слов	О вреде сквернословия.	Семинар для обучающихся 9 классов. Проводится на базе школы или базе центра «Доверие», продолжительность 1 час.
10. Телефон доверия, «Учусь звонить», «Скажи телефону доверия «Да!».	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
11. 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.
12. Права и обязанности детей.	Профилактика правонарушений среди подростков, ответственность несовершеннолетних перед законом.	Семинар для обучающихся 7-11 классов. Проводится на базе школы или базе центра «Доверие», продолжительность 1 час
13. 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.
14. Профилактика употребления ПАВ (курительные смеси «Спайс»)	Первичная профилактика употребления ПАВ.	Семинар для обучающихся 5-11 классов. Проводится на базе школы. Продолжительность 1 час.
15. 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.
16. Административная ответственность несовершеннолетних	Правонарушения, влекущие административную ответственность несовершеннолетних	Семинар для обучающихся 7-11 классов. Проводится на базе школы. Продолжительность 1 час.
17. Безопасность использования сети интернет. Агрессия в сети интернет	Профилактика интернет-зависимостей, интернет-преследований.	Семинар для обучающихся 6-11 классов. Проводится на базе школы. Продолжительность 1 час.
18. Программа «Сотрудничество»	Развитие сотрудничества подростков в группе, создание чувства принадлежности к группе, сплочение коллектива,	Занятия для обучающихся 5-7 классов. Проводится на базе школы или базе центра «Доверие»,

	развитие коммуникативных навыков.	продолжительность 10 занятий (по 1 часу).
19. Профилактика Вич/спид в образовательной среде «Знать, чтобы жить!»	Первичная профилактика Вич/спид среди подростков.	Семинар для обучающихся 10-11 классов. Проводится на базе школы. Продолжительность 1 час.

**Для педагогов**

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

<b>Тема</b>	<b>Содержание</b>	<b>Продолжительность. Условия проведения.</b>
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.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1 час.

	Рекомендации педагогам.	
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. Административная и уголовная ответственность.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1 час.
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.
10. Дети в интернете. Компьютер без вреда для здоровья.	Роль родителей в профилактике интернет-зависимостей среди подростков. Признаки интернет зависимости.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1 час.

### *Для родителей*

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

<b>Тема</b>	<b>Содержание</b>	<b>Продолжительность. Условия проведения.</b>
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. Различие 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	Создание благоприятных условий для ребенка в	Семинар проводится на базе образовательного учреждения.

экзаменов?	период экзаменов. Работа со стрессом, поведение во время экзамена.	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 тревожность. Пути преодоления.	Виды детских страхов, их проявление. Взаимодействие взрослых с детским страхом, пути его преодоления.	Семинар проводится на базе 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 «Жизнь без жестокости к детям»	Виды насилия в отношении детей. Признаки перенесенного насилия. Способы защиты ребенка от насилия. Роль родителей в благополучии детей. Воспитательные стратегии.	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 поведение. Что сделать, чтобы помочь ребенку.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1-1,5 часа. Родители дошкольников, 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.
23. Дети и семейные конфликты.	Построение конструктивных взаимоотношений с детьми. Понимание причин конфликтного поведения у детей.	Семинар проводится на базе образовательного учреждения. Продолжительность 1 – 1, 5 часа.