

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Парбигская средняя общеобразовательная школа
имени Михаила Тимофеевича Калашникова»
ЦОЦ и ГП «Точка Роста»

<p>Принято на заседании педагогического совета Протокол № 1, от 31 августа 2023г</p>	<p>«Утверждаю» Директор МБОУ «Парбигская СОШ им М.Т.Калашникова» _____ О.А.Слепченко Приказ № 100 от от 31 августа 2023 г</p>
--	---

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа**

«Осознанный выбор»

(Социально-гуманитарное направление)

Адаптированная программа

Уровень: базовый

Возраст обучающихся: 12 – 14 лет

Срок реализации – 1 год

Составитель:
Мирошниченко Д.В., педагог
дополнительного
образования

Содержание

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

1.2. Цель и задачи программы

1.3. Содержание программы

1.4. Планируемые результаты

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график МБОУ «Парбигская СОШ им. М. Т. Калашникова» на 2022-2023 учебный год.

2.2. Условия реализации программы

2.3. Формы аттестации

2.4. Методические материалы

3. Список литературы

1.1. Пояснительная записка

Актуальность программы определяется высоким уровнем количества подростков, страдающих той или иной формой зависимости, рост которого происходит ежегодно, поэтому своевременная ранняя профилактика данного явления еще более актуализируется в современных условиях. Желание «острых» ощущений возникает у подростков чаще всего из-за чувства неуверенности, потребности в одобрении или принятии в ту или иную группу сверстников и т.д. Кроме того, у детей с задержкой психического развития чувство неуверенности и собственной неполноценности на фоне успешных «отличников», одноклассников еще более обостряется, что и является следствием ухода от реальности посредством употребления психоактивных веществ.

Особенности программы. Реализация программы обеспечивает развитие творческой, эмоциональной сторон обучающихся, учитывая возможности детей 12 - 14 лет задержкой психического развития позволяет посредством занятий постепенно развить психоэмоциональную сторону ребенка, в процессе освоения программы у обучающихся усиливается ощущение собственной личностной ценности, активно строятся индивидуальные социальные контакты, возникает чувство внутреннего контроля и порядка. Кроме этого, тренинговые упражнения помогают справиться с внутренними трудностями, позволяют выйти из состояния зажатости, неуверенности в себе.

Адресат программы. Программа предназначена для обучения лиц с задержкой психического развития с учётом их психологических, возрастных и индивидуальных особенностей. В группе могут обучаться от 6 до 12 человек. Возраст обучающихся варьируется от 12 до 14 лет. Количество обучающихся в группе, расписание занятий определяются с учётом режима дня, распределением детей по классам в школе.

Таким образом, одно из условий реализации программы – возможность и желание педагога проводить занятия, гармонично сочетающиеся с режимом дня обучающихся в школе.

Особенности детей с задержкой психического развития.

Задержка психического развития - это замедление темпа развития психики ребенка, которое выражается в недостаточности общего запаса знаний, незрелости мышления, преобладании игровых интересов, быстрой пресыщаемости в интеллектуальной деятельности.

Задержка психического развития является пограничным состоянием между нормой и умственной отсталостью. Это понятие, которое говорит не о стойком, необратимом психическом недоразвитии, а о замедлении его темпа, которое чаще обнаруживается у ребенка при поступлении в школу. В отличие от детей, страдающих олигофренией, эти дети достаточно сообразительны в пределах имеющихся знаний, значительно более продуктивны в использовании помощи. При этом в одних случаях на первый план будет выступать задержка развития эмоциональной сферы (различные виды инфантилизма), а нарушения в

интеллектуальной сфере будут выражены нерезко, в других случаях, наоборот, будет преобладать замедление развития интеллектуальной сферы.

Задержка психического развития вызывается самыми разными причинами. Вместе с тем дети этой категории имеют ряд общих особенностей развития познавательной деятельности и личности.

У всех детей с задержкой психического развития не сформирована готовность к школьному обучению, проявляющаяся в трудностях овладения навыками чтения и письма, трудностях в произвольной организации деятельности: они не умеют последовательно выполнять инструкции учителя, переключаться по его указанию с одного задания на другое. При этом учащиеся быстро утомляются, работоспособность их падает с увеличением нагрузки, а иногда просто отказываются завершать начатую деятельность.

Всем детям с задержкой психического развития свойственно снижение внимания, которое может носить разный характер: максимальное напряжение внимания в начале выполнения задания и последующее его снижение; наступление сосредоточения внимания после некоторого периода работы; периодические смены напряжения внимания и его спада на протяжении всего времени работы.

Исследования психологов выявили у большинства детей с задержкой психического развития неполноценность тонких форм зрительного и слухового восприятия, пространственные и временные нарушения, недостаточность планирования и выполнения сложных двигательных программ. Таким детям нужно больше времени для приема и переработки зрительных, слуховых и прочих впечатлений. Особенно ярко это проявляется в сложных условиях (например, при наличии одновременно действующих речевых раздражителей, имеющих значимое для ребенка смысловое и эмоциональное содержание). Одной из особенностей восприятия таких детей является то, что сходные качества предметов воспринимаются ими как одинаковые (овал, к примеру, воспринимается как круг).

У этой категории детей недостаточно сформированы пространственные представления: ориентировка в направлениях пространства осуществляется на уровне практических действий, затруднено восприятие перевернутых изображений, возникают трудности при пространственном анализе и синтезе ситуации. Развитие пространственных отношений тесно связано со становлением конструктивного мышления. Так, при складывании сложных геометрических узоров дети с задержкой психического развития часто не могут осуществить полноценный анализ формы, установить симметричность, тождественность частей конструируемых фигур, расположить конструкцию на плоскости, соединить ее в единое целое. Надо заметить, что относительно простые узоры дети с задержкой психического развития, в отличие от умственно отсталых, выполняют правильно.

Особые образовательные потребности обучающихся с ЗПР включают общие, свойственные всем детям с ОВЗ, и специфические:

- в получении специальной помощи средствами образования сразу же после выявления первичного нарушения развития;
- в обеспечении преемственности между дошкольным и школьным образованием как условия непрерывности коррекционно-развивающего процесса;
- в получении начального общего образования в условиях образовательных организаций общего или специального типа, адекватного образовательным потребностям обучающегося и выраженности задержки психического развития;

- в обеспечении коррекционно-развивающей направленности обучения в рамках основных образовательных областей;

- в организации процесса обучения с учетом специфики усвоения знаний, умений и навыков обучающимися с ЗПР ("пошаговом" предъявлении материала, дозированной помощи взрослому, использовании специальных методов, приемов и средств, способствующих как общему развитию обучающегося, так и компенсации индивидуальных недостатков развития);

- в обеспечении непрерывного контроля за становлением учебно-познавательной деятельности обучающегося, продолжающегося до достижения уровня, позволяющего справляться с учебными заданиями самостоятельно;

- в обеспечении особой пространственной и временной организации образовательной среды с учетом функционального состояния центральной нервной системы (ЦНС) и нейродинамики психических процессов у обучающихся с ЗПР (быстрой истощаемости, низкой работоспособности, пониженного общего тонуса и др.);

- в постоянном стимулировании познавательной активности, побуждении интереса к себе, окружающему предметному и социальному миру;

- в постоянной помощи в осмыслении и расширении контекста усваиваемых знаний, в закреплении и совершенствовании освоенных умений;

- в специальном обучении "переносу" сформированных знаний и умений в новые ситуации взаимодействия с действительностью;

- в комплексном сопровождении, гарантирующем получение необходимого лечения, направленного на улучшение деятельности ЦНС и на коррекцию поведения, а также специальной психокоррекционной помощи, направленной на компенсацию дефицитов эмоционального развития и формирование осознанной саморегуляции познавательной деятельности и поведения;

- в развитии и отработке средств коммуникации, приемов конструктивного общения и взаимодействия (с членами семьи, со сверстниками, с взрослыми), в формировании навыков социально одобряемого поведения, максимальном расширении социальных контактов;

- в обеспечении взаимодействия семьи и образовательной организации (организации сотрудничества с родителями, активизации ресурсов семьи для формирования социально активной позиции, нравственных и общекультурных ценностей).

Объем программы-34 часа (нагрузка-1 час в неделю).

Форма обучения: очная.

Методы обучения:

Словесные	Наглядные	Практические
-устное изложение; -беседа, объяснение	-показ видеоматериалов, листочков, брошюр; -наблюдение;	-тренинг; -тренировочные упражнения; -самостоятельное изготовление брошюры, листочка, газеты и др. -сюжетно-ролевая игра

Типы занятий: диагностический, теоретический, практический, контрольный.

Формы проведения занятий: групповые занятия, беседа, акции, мозговой штурм, тренинг, спектакль, КВН.

Нормативные сроки освоения программы: программа рассчитана на один учебный год с нагрузкой 1 час в неделю (за год 34 часа).

1.2. Цель и задачи программы

Цель: формирование ответственного отношения к собственному здоровью и профилактика употребления психоактивных веществ (ПАВ) у подростков.

Задачи:

- пропаганда здорового образа жизни,
- выявление трудностей и проблем, конфликтных ситуаций, отклонений в поведении и оказание своевременной социальной помощи и поддержки несовершеннолетним;
- развитие у подростков навыков конструктивного поведения, способствующих их адаптации, социальной интеграции, психическому и физическому здоровью;
- формирование воспитывающих гуманистических, нравственно и физически здоровых отношений подростков с окружающими.

1.3. Содержание программы

Учебный план программы

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Раздел 1. Введение	2	1	1	анкетирование
2.	Раздел 2. Зависимое поведение и его причины	3	1	2	опрос
3.	Раздел 3. Движение-это жизнь	3	1	2	Творческая работа
4.	Раздел 4. Питание и здоровье	2	1	1	анкетирование
5.	Раздел 5. Алкоголь-враг организму	2	1	1	реферат
6.	Раздел 6. Табакокурение-вредная привычка	2	1	1	Изготовление стенгазеты
7.	Раздел 7. Наркотики, приносящие беды	3	1	2	опрос
8.	Раздел 8. Мои эмоции и чувства.	4	1	3	Выполнение упражнений
9.	Раздел 9. Я и другие.	4	1	3	опрос
10.	Раздел 10. Выбор и ответственность.	3	1	2	опрос
11.	Раздел 11. Досуг и отдых	3	1	2	Творческое задание
12.	Раздел 12. Альтернатива вредным привычкам				Творческое задание
13.	ИТОГО:	34	12	22	

Содержание учебно-тематического плана программы

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся
Раздел 1. Введение	Знакомство. Игры на знакомство. Заполнение анкет.
Раздел 2. Зависимое поведение и его причины	Определение зависимости. Основные понятия зависимости. Виды зависимостей. Общие черты всех зависимостей. Способы избегания проблем. Сюжетно-ролевая игра «Скажи «нет».
Раздел 3. Движение-это жизнь	Физические нагрузки и их польза для организма. Понятие гиподинамии.

Раздел 4. Питание и здоровье	Понятие здоровья. Основы правильного питания. Источники витаминов. Профилактика болезней. КВН «Будь здоров!»
Раздел 5. Алкоголь-враг организму	Понятие алкоголя и алкоголизма. Факторы приобщения к алкоголю. Ранняя алкоголизация и ее последствия. Роль личности в формировании алкоголизма.
Раздел 6. Табакокурение-вредная привычка	Влияние табака на организм человека. Изготовление стенгазеты о вреде никотина. Акция «СТОПтабак»
Раздел 7. Наркотики, приносящие беды	Понятие наркотиков и наркомании. Влияние наркотических веществ на психику человека.
Раздел 8. Мои эмоции и чувства.	Виды чувств и эмоций. Влияние чувств и эмоций на состояние здоровья. Тренинг, обучение методам преодоления эмоционального напряжения, тревоги.
Раздел 9. Я и другие.	Понятие референтной группы. Значимый взрослый для подростка. Авторитеты и мнение окружающих. Мини-спектакль.
Раздел 10. Выбор и ответственность.	Виды ответственности. Меры ответственности за потребление, распространение ПАВ. Стратегия принятия осознанных решений.
Раздел 11. Досуг и отдых	Виды досуга и отдыха. Функции досуга и отдыха. Активный и пассивный отдых.
Раздел 12. Альтернатива вредным привычкам	Хобби и увлечения. Выявление способностей обучающихся, выполнение творческих заданий.

1.4. Планируемые результаты

Ожидаемые результаты:

Обучающийся будет знать	Обучающийся научится
<ul style="list-style-type: none"> - о составляющих здоровья и причинах формирования зависимого поведения - знать факторы здорового образа жизни; - о пользе двигательной активности и правильного питания для организма; - о негативных последствиях употребления табачных изделий, алкогольной продукции, наркотических средств. - рациональные способы организации свободного времени; - о мерах ответственности, предусмотренных за употребление и распространение ПАВ; 	<ul style="list-style-type: none"> - навыкам саморегуляции; - методам преодоления стресса, тревоги; - правильно вести себя в трудной ситуации; - осознанно отказываться от опасных предложений;

2. Комплекс организационно-педагогических условий

1. Календарный учебный график МБОУ «Парбигская СОШ им. М. Т. Калашникова»
Продолжительность учебного года в МБОУ «Парбигская СОШ им. М. Т. Калашникова»: начало учебного года - 01.09.2023 г. Начало учебных занятий - 15.09.2023 г. Продолжительность учебного года - 34 недели.

1 четв	Осенние каникулы	2 четв	Зимние каникулы	3 четв	Весенние каникулы	4 четв	Летние каникулы
15.09-28.10	28.10-06.11	07.11-29.12	30.12-08.01	09.01-22.03	23.03-31.03	01.03.-27.05	27.05-31.08

2.2. Условия реализации программы

Материально-технические условия:

- учебная аудитория для групповых занятий, оборудованная мебелью;
- мультимедийный проектор;
- цифровые образовательные ресурсы;
- компьютерные презентации к занятиям;
- наглядный материал;
- художественные материалы: акварель, гуашь, карандаши, мелки, пастель, гелевые ручки; бумага разного формата, бумага для детского труда - цветная, картон, кисти разных номеров и материалов.

Кадровые условия:

- педагог дополнительного образования МБОУ «Парбигская СОШ им. М. Т. Калашникова», прошедший курсы повышения квалификации по работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья (реализация программы).

2.3. Формы аттестации

С целью контроля и оценки результатов подготовки и учета индивидуальных образовательных достижений обучающихся применяются следующие методы и формы: анкетирование, опросы. Методами отслеживания результативности являются: постоянный контроль в форме наблюдений, фиксации индивидуальной работы обучающихся, анализа творческих продуктов.

Принципы аттестации:

- учет индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся;
- свобода выбора педагогом методов и форм проведения и оценки результатов;
- открытость результатов для педагогов и родителей.

Функции аттестации:

- учебная: создает дополнительные условия для обобщения и осмысления обучающимися полученных теоретических и практических знаний, умений и навыков;
- воспитательная: является стимулом к расширению познавательных интересов и потребностей обучающихся;
- развивающая: позволяет обучающимся осознать уровень их актуального развития и определить перспективы;
- коррекционная: позволяет педагогу своевременно выявить и устранить объективные и субъективные недостатки учебно-воспитательного процесса, верно спланировать свою работу на следующий учебный период;
- социально-психологическая: предоставляет возможность каждому обучающемуся пережить «ситуацию успеха».

2.4. Методические материалы

Методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности:

объяснительно - иллюстративные, поисковые, исследовательские, проблемные и др. Для обеспечения наглядности и доступности изучаемого материала используются следующие виды дидактических материалов:

- наглядные:иллюстрации; листовки, брошюры;
- звуковые: аудиозаписи;
- смешанные: видеозаписи;
- дидактические пособия: раздаточный материал.

Правила для педагога при ведении занятия с обучающимися с задержкой психического развития:

- четко задавайте вопросы, обращаясь к ребенку, но ни в коем случае не кричите;
 - старайтесь делать небольшие паузы после объяснения материала, чтобы ребенок мог понять воспринятое;
 - повторите основные предложения 2-3 раза;
 - как можно шире используйте иллюстративный материал;
 - не задавайте вопросы «Понял?», «Понятно».
- не верьте односложным ответам «Да» или «Нет», важно понять, что скрывается за этими ответами;
- будьте доброжелательны, не показывайте своего недовольства или раздражения, вызванного непониманием.

4. Список литературы

Для педагогов:

1. Белов, В. Г. Профилактика аддиктивного поведения. Учебное пособие. / В. Г. Белов, Санкт-Петербург - 2013. – 260 с.
2. Казаева Е. А., Шабардина О. Г. Роль профилактики девиантного поведения подростков в учреждениях дополнительного образования // Преподаватель XXI век. 2012. №4.
3. Шелехов, И. Л. Аддиктивныесостояния : учебно-методический комплекс / И. Л. Шелехов, Т. Г. Гадельшина. – 2-е изд., испр. и доп. – Томск : Издательство Томского государственного педагогического университета, 2012. – 332 с.

Для детей:

1. Мартинчик А.Г. Здоровое питание - Москва : СВР Медиа-проекты, 2013. - 256 с.
2. Саркисов Г.Е. Дайте стрессу пройти !// Чудеса и приключения. – 2019. - № 1. – С. 26 – 29.
3. 6 живучих мифов об иммунитете // Сельская Новь. – 2013. - № 11. – С. 86 – 87.