

Управление образования Брянской городской администрации  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного  
образования «Центр внешкольной работы» г. Брянска

СОГЛАСОВАНО


Директор МБУ Центр психолого-  
педагогической, медицинской и  
социальной помощи «Ладья»

г. Брянска

 М.М. Зубарь  
« 08 / 08 / 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУДО «Центр  
внешкольной работы»  
г. Брянска

 Г.И. Макаричева  
« 31 / 08 / 2022 г.

Приказ № 115/5  
от 31.08.2022 г.



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа первичной  
профилактики рискованного  
поведения подростков «Ладья»  
социально-гуманитарной направленности**

**Возраст обучающихся: 13 - 17 лет**

**Срок реализации: 1 год**

**Авторский коллектив:  
Тригубенко О.Ю.,  
Кирищева О.Г.**

**Брянск - 2020**

## **Структура программы**

### **1. Комплекс основных характеристик программы**

Пояснительная записка	стр. 2
Цель и задачи программы	стр. 5
Содержание программы	стр. 6
Планируемые результаты	стр.11

### **2. Комплекс организационно-педагогических условий**

Календарный учебный график	стр.11
Условия реализации программы	стр.12
Оценка эффективности программы	стр.13
Методические материалы	стр.14
Список литературы	стр.15

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа первичной профилактики рискованного поведения детей старшего подросткового возраста «Ладья» («В ладу с собой») соответствует **социально-гуманитарной направленности** и ориентирована на развитие духовной и нравственной ценностной ориентации личности ребёнка.

Программа соответствует нормативным документам для учреждений дополнительного образования:

- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» №273 от 26.12.2012 г.,
- Приказа Минобрнауки России от 9.11.2018 г. N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам",
- СанПин 2.4.4.3172-14 (зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2014 г., регистрационный номер № 33660);
- Письма Минобрнауки России от 18.11.2015 г. №09-3242 «О направлении информации «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

Программа составлена авторским коллективом: Тригубенко О.Ю., заведующим отделом организации работы с детскими клубами, Кирищевой О.Г., воспитателем детского клуба, педагогом дополнительного образования на основе программы «Ладья», разработанной под руководством доктора медицинских наук Сирота Н.А. и реализуется в рамках проекта профилактики рискованного поведения детей старшего школьного возраста. Проект предполагает соблюдение требований к содержанию программы, к используемым методам и формам работы, к профессиональной подготовке педагогов, работающих по данной программе.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ладья» соответствует **социально-педагогической** направленности и ориентирована на развитие духовной и нравственной ценностной ориентации личности.

В современных условиях проблема духовно-нравственного воспитания приобретает особую **актуальность**. На сегодняшний день профилактика рискованного поведения в его различных формах является одной из приоритетных задач педагогического сопровождения становления личности подростков. В основе многих современных педагогических программ универсальной профилактики рискованного поведения и социально значимых заболеваний лежит образец позитивного сопровождения развития и становления личности, создания условий для формирования личностного потенциала, поддерживающего благополучие и эффективное развитие подрастающего человека. В качестве факторов защиты от рискованного поведения традиционно рассматриваются различные личностные ресурсы поведения, способствующие успешной социальной адаптации подростков. Именно на их формирование чаще всего и ориентированы имеющиеся на сегодняшний день программы первичной профилактики рискованного поведения. В программе «Ладья», помимо перечисленных выше, затрагивается и более глубокий пласт факторов защиты от рискованного поведения – духовно-нравственные ценности и ориентиры ребенка, которые являются личностным ядром совершаемых им поступков и принимаемых решений.

**Отличительной особенностью программы «Ладья»** является то, что она реализуется в рамках сетевого взаимодействия с МБУ «Центр психолого – педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладья»» г. Брянска, что позволяет повысить образовательные результаты обучающихся и профессиональное мастерство педагогов за счет использования квалифицированного кадрового состава Центра «Ладья», а также применения предоставленного им информационно – методического материала. Программа реализуется в системе дополнительного образования на базе детских клубов.

В её основу положены принципы неспецифической профилактики, направленные на формирование у подростков духовно-нравственных ориентиров. Программа «Ладья» имеет прикладной характер, то есть результаты, получаемые в ходе обучения можно использовать для установления подростками контактов с другими

людьми. Программа ориентирована, прежде всего, на воспитание духовного начала в подростках. В качестве системы нравственных ориентиров им предлагаются принципы этики, которые могут служить для них руководством к конструктивному самоопределению, фактором защиты от рискованного поведения.

**Содержание программы** структурировано вокруг категорий экзистенциально-нравственного плана: счастье, я и моя жизнь, мир души, общение и дружба, ты не один, мужчина и женщина, любовь, семья, род, культура, здоровье, толерантность, жизнь с болезнью, кризис и выход, жизнь и смерть, добро и зло, ценности, цели и смысл, свобода, выбор. Занятия построены в соответствии с возрастными особенностями восприятия подростками информации, особенностями вхождения в групповой контакт и в контакт с ведущим, логикой групповой динамики, а также с учетом целей формирования мотивации на углубленную работу в программе.

### **Особенности организации учебного процесса**

#### **Адресат программы**

Целевой аудиторией программы являются подростки старшего подросткового возраста 13 - 17 лет. Старший подростковый возраст - это период усвоения самых разных форм, ценностей и правил социального функционирования.

Для достижения более высоких результатов в рамках реализации программы на основе сетевого взаимодействия для совместной разработки и проведения мастер – классов, творческих заданий, игр и других форм организации образовательного процесса могут быть привлечены специалисты Центра «Ладья».

**Формы организации учебного занятия** определяются содержанием программы: ролевые игры, беседы, дискуссии, «мозговой штурм».

Программа рассчитана на 72 часа обучения за год: 36 занятий продолжительностью по 2 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Количество обучающихся в группе 12 - 14 человек. Состав группы постоянный.

Основная **форма организации образовательного процесса** - групповые занятия. Групповой метод препятствует отчуждению. В группе обучающиеся получают навыки общения, экспериментируют с различными стилями

взаимоотношений, идентифицируют себя с другими. Программа рассчитана на очную форму обучения.

**Цель:**

универсальная неспецифическая профилактика рискованного поведения среди подростков посредством формирования духовно-нравственных ориентиров.

**Задачи:**

- создание условий для получения подростками определенного объема нравственных знаний, которые впоследствии могут быть положены в основу самостоятельных устойчивых нравственных суждений и стать, тем самым, нравственными ориентирами личности;
- создание условий для интериоризации представлений о нравственно-этических ценностях и их ассимиляции в нравственном самосознании подростков, формирование стремления опираться на них в процессе осуществления жизненных выборов;
- формирование социальной компетентности подростков, которая является важным ресурсом развития их духовно-нравственного развития.

## Содержание программы

### Учебно-тематический план 1 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Всего час	теоретических	практических	Формы аттестации/ контроля
1.	Вводное занятие «Карта нашего пути»	2	0,5	1,5	обсуждение
2.	Счастье	2	0,5	1,5	дискуссия
3.	Я и моя жизнь	4	1	3	дискуссия
4.	Мир чувств	4	1	3	обсуждение «Я-высказывание»
5.	Общение и дружба	2	0,5	1,5	игра-обсуждение
6.	Ты не один	2	0,5	1,5	обсуждение
7.	Мужчина и женщина	4	1	3	беседа
8.	Любовь	4	1	3	дискуссия
9.	Семья	4	1	3	беседа
10.	Род, культура	4	1	3	игра
11.	Здоровье	4	1	3	выставка творческих работ
12.	ВИЧ/СПИД	2	0,5	1,5	обсуждение
13.	Толерантность. Жизнь с болезнью	2	0,5	1,5	обсуждение
14.	Зависимость от психоактивных веществ	4	1	3	обмен мнениями
15.	Преодоление проблем	4	1	3	устный опрос
16.	Кризис и выход	4	1	3	творческое задание
17.	Жизнь и смерть	2	0,5	1,5	обсуждение
18.	Добро и зло	2	0,5	1,5	групповая дискуссия-обсуждение
19.	Ценности	4	1	3	обмен мнениями
20.	Цели и смысл	4	1	3	обсуждение
21.	Свобода	2	0,5	1,5	обсуждение
22.	Выбор	4	1	3	обмен мнениями

23.	Заключительное занятие. «Симфония прощания»	2	0,5	1,5	творческое задание
<b>Итого</b>		<b>72</b>	<b>18</b>	<b>54</b>	

## Содержание учебного плана 1 года обучения

### **Тема 1. Вводное занятие «Карта нашего пути»**

**Теория** Знакомство с группой, демонстрация модели поведения на занятиях.

**Практика** Упражнение «Интервью». Упражнение «Карта нашего пути».

Диагностика исходного уровня нравственных представлений.

### **Тема 2. Счастье**

**Теория** Формирование понятия «счастье».

**Практика** Дискуссия. Упражнение «Счастливая лесенка».

### **Тема 3. Я и моя жизнь**

**Теория** Понятия ценности личности.

**Практика** Дискуссия. Упражнения «Кто я», «Мудрец», «Линия жизни».

### **Тема 4. Мир чувств**

**Теория** Эмоциональные состояния.

**Практика** Упражнения «Закрашивание контуров человечков», «Эмоциональная гимнастика».

### **Тема 5. Общение и дружба**

**Теория** Дружеское общение. Нравственные основы дружбы.

**Практика** Упражнения «Живая скульптура», «Печатная машинка». Дискуссия на тему «дружба».

### **Тема 6. Ты не один**

**Теория** Общение. Одиночество.

**Практика** Упражнения «Дом», «Надписи на спине».

Дискуссия. Ролевая игра

### **Тема 7. Мужчина и женщина**

**Теория** Взаимоотношениях между полами.

**Практика** Мозговой штурм «Идеальный мужчина и идеальная женщина».

Дискуссия - обсуждение «Сказки о мужчинах и женщинах».

### **Тема 8. Любовь**

**Теория** Понятия «любовь, влюбленность, преданность, верность».

**Практика** Дискуссия – обсуждение притчи «Принцесса волшебного озера».

Упражнения «Сердечки», «Сиамские близнецы», «Спорные утверждения».



## **Тема 9. Семья**

**Теория** Семья, внутрисемейное общению.

**Практика** Упражнение «Желаем всем хорошего настроения». Обсуждение притчи «Заплачено сполна». Обсуждение проблемы «Зачем нужна семья?»

Лекция-беседа: «Семья как единый организм». Рисунок «Моя семья».

## **Тема 10. Род, культура**

**Теория** Родовые корни.

**Практика** Упражнения «Дни рождения», «Генеалогическое древо».

Ролевая игра «Семейная скульптура».

## **Тема 11. Здоровье**

**Теория** Понятия «здоровье-болезнь», «здоровье тела и здоровье души».

**Практика** Упражнения «Оттаивание», «Жизнь с болезнью». Дискуссия, мозговой штурм на тему «Здоровье-болезнь». Групповой рисунок (коллаж).

Совместное проведение мастер – класса с Центром «Ладья»

## **Тема 12. ВИЧ/СПИД**

**Теория** Риск инфицирования.

**Практика** Упражнение «Калейдоскоп». Ролевая игра «Василина и Егор».

## **Тема 13. Толерантность. Жизнь с болезнью**

Сохранение здоровья. Толерантное отношение.

**Практика** Упражнения «Социум», «Снежинки», «Свои и чужие», «Голубоглазые и кареглазые». Дискуссия-обсуждение притчи «Благодарность».

## **Тема 14. Зависимость от психоактивных веществ**

**Теория** Проблемы зависимости от ПАВ.

**Практика** Упражнение «Ворвись – вырвись из круга». Дискуссия «Зачем люди употребляют психоактивные вещества?» Ролевая игра «Давай дружить!».

Ролевая игра «Давай с нами!».

## **Тема 15. Преодоление проблем**

**Теория** Оценка проблемной ситуации и принятие решения.

**Практика** Упражнения «Преодолей препятствие», «Остановись и подумай» «Оценка ситуации». Дискуссия на тему «стресс».

Совместное проведение творческих заданий с Центром «Ладья»

## **Тема 16. Кризис и выход**

**Теория** Оценки и преодоление кризисных ситуаций.

**Практика** Упражнения «Ужасно-прекрасный рисунок», «Помогите!», «Прикосновение к обиде».

## **Тема 17. Жизнь и смерть**

**Теория** Представление о смерти тела и бессмертии души.

**Практика** Упражнения «Эпитафия», «Суд».

## **Тема 18. Добро и зло**

**Теория** Формирование этических представлений.

**Практика** Упражнения «Хорошо-плохо», «Составители словаря», «Добрый поступок», «Похороны зла». Дискуссия-обсуждение притчи «Звезда».

Дискуссия-обсуждение притчи «Булочка».

### **Тема 19. Ценности**

**Теория** Ценностно-смысловая сфера. Духовные ценности.

**Практика** Упражнения «Пересядьте те, кто ценит...», «Необитаемый остров», «Наши ценности». Дискуссия - обсуждение истории «Богатство».

Дискуссия «Ценности разных эпох».

### **Тема 20. Цели и смысл**

**Теория** Познавательные, поведенческие, духовные цели.

**Практика** Упражнения «Радуга», «Бедность, богатство, всемогущество», «Что я хочу изменить?», «Горести».

### **Тема 21. Свобода**

**Теория** Свобода и ответственность.

**Практика** Упражнение «Шаг вперед - два назад», «Слепой и поводырь».

Дискуссия «Что такое свобода». Обсуждение притчи «Птичка».

### **Тема 22. Выбор**

**Теория** Сущность выбора.

**Практика** Разминка «Коллективный счет». Упражнения «Должен-выбираю», «Дилемма узника». Дискуссия – обсуждение сказки «Фиолетовый котенок».

Дискуссия «Что выбрать?»

Совместное проведение видео-занятия с Центром «Ладья»

### **Тема 23 «Симфония прощения».**

Упражнения «Подсолнух» «Ладонка». «Наша группа».

Определение уровня нравственных представлений.

## **Планируемый результат**

Развитие у подростков духовной и нравственной ценностной ориентации личности, адаптивных поведенческих стратегий и личностных ресурсов, способствующих эффективной психосоциальной адаптации и препятствующих формированию отклоняющихся и рискованных форм поведения.

## Комплекс организационно-педагогических условий

### Календарный учебный график реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Ладья» на 2022 - 2023 учебный год

<b>Календарная продолжительность учебного периода</b>	
1 полугодие	18 недель
2 полугодие	21 неделя
<b>Дата начала занятий</b>	1.09. 2020
<b>Дата окончания занятий</b>	31.05. 2020
<b>Количество учебных часов</b>	72 час
<b>Режим занятий</b>	1 раз в неделю по 2 час
<b>Праздничные дни</b>	<b>4.11.2022, 1 - 8.01.2023, 23.02.2023, 8.03.2023, 1.05.2023, 9.05.2023</b>
<b>Каникулы</b>	в дни школьных каникул занятия объединений ведутся по расписанию

## Условия реализации программы

Помещение для занятий должно быть:

- достаточно просторным для использования подвижных техник, но не слишком большим, так как это разрушает ощущение безопасности;
- свободным от всего лишнего – предметов, плакатов и прочего;
- без острых углов и опасных мест;
- всегда одним и тем же, чтобы не нарушалось ощущение безопасности;
- непроходным и непросматриваемым для посторонних;
- достаточно светлым и проветриваемым;
- хорошо звукоизолированным, чтобы в него не проникали посторонние шумы;
- дверь во время занятий должна быть закрыта;
- стулья в помещении должны легко перемещаться;
- оптимальным является вариант, если в помещении имеется возможность сидеть и работать на полу (рисовать, передвигаться, использовать элементы телесно ориентированного тренинга);
- должна быть возможность крепить ватман к стене или к доске и использовать аудио-, видео- и мультимедийное оборудование.

Для большинства занятий необходимы такие **материалы**, как цветные карандаши, ручки, бумага, скотч, ножницы, доска.

## Кадровое обеспечение

Программу «Ладья» ведет педагог дополнительного образования, прошедший курсы обучения по программе «Содержательные и методические аспекты реализации программы первичной профилактики рискованного поведения подростков «Ладья».

На основе сетевого взаимодействия могут быть привлечены специалисты Центра «Ладья».

Игра в профилактической программе «Ладья» требует участия **специально подготовленных** для данной программы ведущих (педагогов). Они должны иметь навыки проведения групповых дискуссий, создания безопасного эмоционального

пространства в группе. Специальная подготовка включает в себя информирование о программе, приобретение знаний по основам профилактики, овладение навыками организации и проведения программы.

**Оценка эффективности программы** включает в себя два взаимосвязанных блока и предполагает сравнение этических представлений обучающихся до и после окончания занятий, а также анализ отзывов о программе со стороны родителей детей, педагогов и администрации учебного заведения.

Первый блок – сравнение этических представлений, демонстрируемых подростками после прохождения программы с исходным уровнем – может осуществляться с помощью психосемантических методов, например, метода свободного ассоциативного ряда.

Второй блок – анализ отзывов о программе со стороны подростков, их родителей, педагогов и представителей администрации учебного заведения, которые получают в результате беседы или письменного опроса.

Для оценки результатов ответы опрошенных анализируются по следующим направлениям:

- количество опрошенных, более или менее точно представляющих себе цели и задачи программы;
- количество опрошенных, получивших положительные отзывы подростков-участников программы;
- количество опрошенных, отметивших позитивные изменения в подростках, участвовавших в программе;
- количество опрошенных, высказавших положительное отношение к программе и ее результатам;
- пожелания опрошенных.

Показателем эффективности является признание программы интересной, полезной и соответствующей заявленным целям.

**Критерии эффективности:**

- понимание подростками нравственной системы ценностей;

- усиление и развитие духовных и личностных ресурсов, препятствующих развитию у человека саморазрушающих форм поведения;
- уменьшение факторов рискованного поведения.

### **Методические материалы**

Каждое занятие программы включает несколько обязательных этапов.

- Начало работы – разминка. Целью разминки, помимо создания рабочего контроля в группе, является обращение к изучаемой на занятии теме.
- Работа по теме. Предлагаемые в программе упражнения для работы над каждой темой требуют обязательного обсуждения, в ходе которого группа проводит аналогии поведения в упражнении и поведения в реальной жизни и выходит на обсуждение этических вопросов происходившего.
- Обобщение результатов преследует две цели: содержательное подведение итогов занятия и вербализация подростками нового опыта в форме обсуждения «нового», «Интересного» и «неожиданного».
- Домашнее задание направлено на закрепление результатов работы группы.

Основным методом работы является личностный тренинг, в ходе которого создаются условия для личностного преобразования участников в контексте с происходящими с ними духовно-нравственными изменениями.

В программе используются упражнения, которые следует правильно обсудить. Для этого используются следующие формы работы:

- информирование (расширение кругозора);
- метафора (метод аналогий);
- самораскрытие (рассказ о личном опыте);
- ролевое проигрывание;
- групповая дискуссия;
- анализ ситуаций из жизни знакомых или литературных персонажей.

### Список литературы для педагогов

1. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога. — М.: Ось-89, 2002. — 224 с.
2. Вачков И.В., Дерябо С.Д., Окна в мир тренинга. Методологические основы субъектного подхода к групповой работе. — СПб.: Речь, 2004. — 272 с.
3. Воспитание и развитие личности в социуме: Комплексно-целевая программа. Н. Новгород, 2000.
4. Жить в мире с собой и другими: Тренинг толерантности для подростков / Под ред. Г. У. Солдатовой, Л. А. Шайгеровой, О. Д. Шаровой. М., 2000.
5. Захаров В. П., Хрящева Н. Ю. Социально-психологический тренинг: Учебное пособие. Л., 1989.
6. Кон И. С. Психология ранней юности: Книга для учителя. М., 1989.
7. Коротаева Е. В. Игровые модули общения: Учебные материалы к тренингу. Екатеринбург, 1995.
8. Кристофер Э., Смит Л. Тренинг лидерства. СПб., 2001.
9. Кричевский Р. Л., Дубовская Е. М. Психология малой группы: теоретические и прикладные аспекты. М., 1991.
10. Макшанов С. И. Психология тренинга. Теория. Методология. Практика. СПб., 1997.
11. Почуев Д., Гаврилов И. Карточка игр. М., 1992.
12. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: Учебное пособие / Под ред. Д. Я. Райгородского. Самара, 2001.
13. Прутченков А. С. Свет мой, зеркальце, скажи...: Методические разработки социально-психологических тренингов. М., 1996.
14. Турнер Д. Ролевые игры: Практическое руководство. СПб., 2002.
15. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие. В 4 т. Т. 1-4. М., 1998.

## Список литературы для обучающихся

1. Иванов И. П. Энциклопедия коллективных творческих дел. М., 1989.
2. Игры — обучение, тренинг, досуг / Под ред. В. В. Петрусинского. М., 1994.
3. Лутошкин А. Н. Как вести за собой: старшеклассникам об основах организаторской работы. М., 1986.
4. Солдатова Г. У., Шайгерова Л. А., Шарова О. Д. Жить в мире с собой и другими: Тренинг толерантности для подростков. М., 2000.
5. Хочу быть лидером! Серия: Детское общественное движение и ученическое самоуправление. Выпуск 1. Н. Новгород, 2000.
6. Шмаков С. А. Ее величество игра. Забавы, потехи, розыгрыши для детей, родителей, воспитателей. М., 1992.
7. Шмаков. С. А. Игра и дети. М., 1988.