

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №12»



Утверждено»

Директор школы

Н.К.Смирнова

08 20 13 года

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
групповых профилактических занятий  
с учащимися 6-8-х классов  
**«Это мой выбор»**

Составитель: Вострухина Л.Ю.

педагог-психолог

г.Балахна

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №12»

«Утверждено»  
Директор школы  
\_\_\_\_\_  
Н.К.Смирнова  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_ 20\_\_ года

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
групповых профилактических занятий  
с учащимися 6-8-х классов  
**«Это мой выбор»**

Составитель: Вострухина Л.Ю.  
педагог-психолог

г.Балахна

## **Пояснительная записка.**

Предлагаемый курс рассчитан на 6 часов учебного времени в течение года (по 2 часа в каждом классе)

Основная идея курса: «Здоровье не купишь - его разум дарит».

Курс направлен на максимальную адаптацию подростков к жизни. Очень часто человек теряет своё здоровье только потому, что не обладает достаточным количеством знаний о том, как правильно питаться, как организовать свой режим дня и свободное время, как вести себя, чтобы не стать заложником вредных привычек, уметь расставить приоритеты в пользу здорового образа жизни. С другой стороны, тематика курса помогает ребёнку осознать себя в окружающем мире, понять, что если хочешь прожить полноценную жизнь, необходимо вести здоровый образ жизни. Если хочешь жить в окружении здоровых людей, необходимо побуждать окружающих соблюдать нормы ЗОЖ.

**Цель:** Воспитание личной ответственности у учащихся за собственное здоровье и благополучие, приобретение навыков здорового образа жизни, профилактика вредных привычек, обретение способности к здоровому творчеству, формирование полноценной, всесторонне- развитой личности.

Для достижения этой цели были поставлены следующие **задачи:**

- пропагандировать здоровый образ жизни.
- расширить и активизировать спортивную жизнь воспитанников.
- всемерно использовать возможности для привлечения школьников к активной жизни, укреплению здоровья и ведению ЗОЖ.

### **Используемые методы:**

- словесный: выступления ведущего, участников мероприятия, агитбригады;
- наглядный: использование плакатов, фотографий, рисунков, репродукций на данную тему;
- практический: игровые задания, эстафеты, загадки.

**Возраст обучающихся:** учащиеся 6-8 классов

Знания о том, что здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней, помогут молодым людям адаптироваться в обществе, сохранить своё здоровье и здоровье окружающих.

Программа даёт возможность широко использовать современные технологии обучения. »

Курс помогает осознать, что для человека важны все **составляющие здорового образа жизни:**

### **Список литературы.**

- 1.Кулинич Г.Г. Вредные привычки: профилактика зависимостей(5-7 класс) Москва ВАКО 2009
- 2.Скурат Г. А. Подросткиб Как помочь им стать настоящими людьми. С-Петербург Речь 2008
- 3.Гущина Т.Н Я и мои ценности Тренинговые занятия для развития социальных навыков у старшеклассников Москва АРКТИ 2008
- 4.Тагирова Г.С. Психолого-педагогическая коррекционная работа с трудными подростками Москва педагогическое общество России 2003
- 5.Лупоядова Л.Ю. Копилка классного руководителя :родительские собрания 5-7 классы Брянск Курсив 2004

**Тематическое планирование занятий с элементами тренинга  
в 6-8-х классах  
«Это мой выбор!»**

<b>№</b>	<b>Содержание</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Время проведения</b>
	<b>6 класс</b>	<b>2</b>	
1	Влияние рекламы на сознание человека	1	октябрь
2	Ты то, что ты ешь.	1	февраль
	<b>7 класс</b>	<b>2</b>	
3	Вирус сквернословия в современном мире	1	ноябрь
4	Курение:за и против	1	март
	<b>8 класс</b>	<b>2</b>	
5	Влияние алкоголя на организм человека	1	декабрь
6	Наркотики:мифы и реальность	1	апрель
	<b>Всего</b>	<b>6</b>	