

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКАЯ АКАДЕМИЯ  
ПОСТДИПЛОМНОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Структурное подразделение «Институт детства»  
Кафедра педагогики семьи

**Рабочая тетрадь  
по социальному проектированию для обучающихся 8-9 классов  
образовательных учреждений в сфере немедицинского  
потребления наркотических средств и психотропных веществ  
для использования во внеурочное время.**

Разработана в соответствии с письмом Комитета по образованию  
№ 03-15-27/17-0-1 от 16.02.17г.

Утверждена на заседании кафедры педагогики семьи  
протокол № 5. от 21» марта 2017 г.

Цыганкова Н.И, доцент педагогики семьи, к.психол.н.  
Эрлих О.В., заведующий кафедрой педагогики семьи, к.п.н., доцент

Санкт-Петербург, 2017

Дорогие Друзья!

Здоровье по определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) – это не отсутствие болезни как таковой или физических недостатков, а состояние полного физического, душевного и социального благополучия.

На состояние здоровья человека с точки зрения медицины оказывают влияние прежде всего внутренние – (возраст, пол, наследственность) и внешние (экологические, социальные) факторы. По мнению педагогов и психологов не меньшее влияние на состояние здоровья оказывают особенности личности, характер межличностных отношений и социальная среда (информационное поле, социально-экономические условия жизни).

Подумайте о том, какой вклад может внести каждый из вас в решение важной государственной задачи пропаганды здорового образа жизни и противодействия незаконному потреблению наркотических средств и психотропных веществ.

Один из путей решения этой проблемы - разработка и реализация социальных проектов. Что для этого вам нужно узнать, чему научиться, какой жизненный опыт получить? Мы надеемся, что ответы на эти вопросы вы сможете получить, работая с этой тетрадью, участвуя в занятиях вместе со своими сверстниками.

### **Тема 1 Мастер эффективного общения**

**Ребята, для того, чтобы каждый чувствовал себя комфортно и безопасно, был эффективным в процессе общения, необходимо соблюдать правила группового взаимодействия.**

**Подумайте и запишите, какое значение имеют эти правила (как вы их понимаете).**

Конфиденциальность \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Здесь и теперь \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Я – высказывания \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Называть друг друга по имени \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Правило «одного микрофона» \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Не ставим оценок \_\_\_\_\_

Активность \_\_\_\_\_

Напоминаем вам также о важном правиле, которое называется «Презумпция невиновности». Это правило означает, что вне зависимости от того, что и как каждый из участников занятия говорит о психоактивных веществах, у других участников нет права подозревать и обвинять друг друга в их употреблении.

### Полезная информация

**«Я-высказывание»** – способ коммуникации, позволяющий в «бесконфликтной» но уверенной манере высказать своё отношение к ситуации, которая не устраивает одного из собеседников.

Я-высказывание состоит из следующих последовательных этапов.

1. Безоценочное информирование собеседника о неустраивающем автора высказывания факте, событии.

*Например,* "Настя, когда я вижу, что ты в очередной раз опаздываешь на занятие ..."

2. Информирование собеседника о своём эмоциональном состоянии.

*Например:* "Я огорчаюсь"

3. Информирование собеседника о невозможности сохранения существующего положения дел, о возможных негативных последствиях для него.

*Например:* Я опасаюсь, что у тебя не хватит времени подготовиться к выступлению и ты нас всех подведёшь.

4. Предлагаемые меры для устранения не устраивающей одного из собеседников ситуации.

*Например:* "Если ты постарайся не опаздывать, и мы проведём совместную репетицию, эту ситуацию можно исправить. Я верю, у тебя это получится."

5. Информация о возможных последующих действиях, если собеседник не изменит своё поведение.

*Например:* "Я опасаюсь, что, если ты не прекратишь опаздывать, ты не сможешь выступить на концерте и мы вынуждены будем искать тебе замену".

**Рефлексия** (от англ. reflection) - мыслительный процесс, направленный на анализ, понимание, осознание себя: собственных действий, поведения, речи, опыта, чувств,

состояний, способностей, характера, отношений с другими и к другим, своих задач, назначения и т.д.

**Эмпатия** (от греч. *empathia* – сопереживание) – это эмоциональная отзывчивость человека на переживания другого, разновидность социальных (нравственных) эмоций.

**Рефлексивное слушание** – стиль ведения диалога, беседы, при котором предполагается активная коммуникация, взаимодействие партнёров по общению. Как правило, для этого используются техники рефлексивного слушания. Рефлексивное слушание позволяет осуществить самоконтроль правильности восприятия получаемой от собеседника информации, избежать недопонимания, согласовать восприятие значения слов, ситуаций, эмоциональных состояний друг друга и пр.

### **Выполните в парах упражнение «Активное слушание»**

**Вербализация, ступень А:** высказанное партнёром передаётся собственными словами.

1. Повторение отдельных слов партнёра, которые способствуют уточнению мысли, конкретизация его идеи. Например: «Да, интересный фильм...», «Действительно, завтра зачёт» и т.д.

2. Высказывание партнёра возвращается ему вашими словами; форма возврата: «Так вы говорите, что...», «По вашим словам выходит...», «Если я вас правильно понял...», «Иными словами...».

3. Высказывание партнёра обобщается, если оно длинно или нечётко; форма обращения: «Таким образом...», «Коротко говоря...», «Подводя итог сказанному...», «Итак...» и др.

4. Обобщение тех слов партнёра, в которых заключено главное противоречие например: «Да, потратить сегодня деньги на кино или отложить, чтобы больше себе позволить на каникулах».

**Вербализация, ступень Б:** высказанное партнёром передаётся собственными словами и добавляется то, что вы могли бы пронаблюдать: как партнёр переживает то, что говорит, какие чувства испытывает в данный момент.

**Вербализация, ступень В:** высказанное партнёром передаётся собственными словами с добавлением того, что партнёр имел в виду, готов был сказать, но не сказал.

**Задание. Посмотрите примеры текста для вербализаций и в парах организуйте диалог с использованием техники активного слушания.**

1. Ты знаешь, завтра у нас зачёт, а меня пригласили сегодня вечером в кино, я давно этот фильм хотела посмотреть. Я пока не решила – пойти и потом поздно вечером

подготовится готовиться к зачёту или отказаться. И что делать, ума не приложу? (Пауза – ждать ответа партнёра);

2. Ты знаешь, я уже пропустил несколько уроков по физике и чувствую, что сам не догоню. Мама говорит, если будут трудности в школе – рассказывай, вместе подумаем что делать. Не знаю, рассказать ей или нет. С одной стороны –она поможет, посоветует. С другой стороны – боюсь, будет ругать за прогулы. А скоро уже зачёт. (Пауза – ждать ответа партнёра).

### **Полезная информация**

**Командообразование** (team building) – комплекс мероприятий по созданию, поддержке и развитию команды и навыков командной работы. Понятие возникло в 1942 г. первоначально как армейская методика подготовки групп специального назначения (США, Великобритания). В настоящее время она также активно и успешно используется для подготовки спецназа, десанта, и других воинских подразделений в российской армии. В 60–70 годы методы командообразования начали адаптировать к бизнесу и с тех пор это непрерывный атрибут в деятельности бизнес-структур и организаций.

**Команда** – группа единомышленников, сотрудничающих друг с другом для достижения намеченных общих целей.

**Команда** – эффективно действующая группа единомышленников с дополняющими друг друга навыками, объединённых общей целью, ценностями, ответственностью.

**Командная работа** предъявляет к членам команды определённые требования:

- умение общаться и налаживать конструктивный диалог с любыми членами команды (слушать, слышать, задавать вопросы, аргументировано убеждать, корректно критиковать и принимать критику без обид, давать обратную связь, относиться уважительно, делиться информацией и опытом);

- способность поддерживать и помогать (поддерживать, предлагать и не стесняться принимать помощь);

- право ошибаться при условии готовности признавать свои ошибки и принимать чужую точку зрения;

- умение доверять (быстро адаптироваться, изначально доверяя партнёрам и полагаясь на их надёжность);

- способность работать на единую цель;

- соблюдение сроков (способность устойчиво и равномерно действовать в рамках установленных этапов, графика);

- умение достигать в поставленные сроки поставленные цели деятельности;
- соблюдение договорённостей (способность выполнять принятое командой решение, даже если оно расходится с личным мнением);
- способность управлять эмоциями и амбициями, ставить общий командный результат выше личного.

**Подумайте и ответьте на вопросы.**

1. Можно ли считать, что в классе уже существует команда? Аргументируйте свою точку зрения.

---

---

---

---

2. Каких признаков команды у коллектива класса пока нет или они проявляются слабо? Приведите конкретные примеры.

---

---

---

---

**Прочитайте определение понятия, афоризмы и выполните задание.**

**Оптимизм** (от лат. *optimus* – наилучший) – взгляд на жизнь с позитивной точки зрения, уверенность в лучшем будущем. Оптимисты утверждают, что мир замечателен, из любой ситуации есть выход, всё получится хорошо и все люди, в общем, хорошие.

**Афоризмы**

Пессимизм – это настроение, оптимизм – воля. *Ален (Эмиль-Огюст Шартье)*

Мои знания пессимистичны, но моя вера оптимистична. *Альберт Швейцер*

Я – оптимист. Не вижу особой пользы быть чем-то ещё. *Уинстон Черчилль*

Любить окружающих меня хороших людей, избегать дурных, радоваться добру, достойно сносить зло, уметь забывать – вот в чём мой оптимизм. *Андре Моруа*

Ещё ни один пессимист не проник в тайны звёзд, не открыл неизвестную землю и не распахнул перед человеческим духом новые небеса. *Хелен Келлер*

Оптимизм – это недостаток информации. *Фаина Раневская*

Пессимист видит трудности при каждой возможности; оптимист в каждой трудности видит возможности. *Уинстон Черчилль*

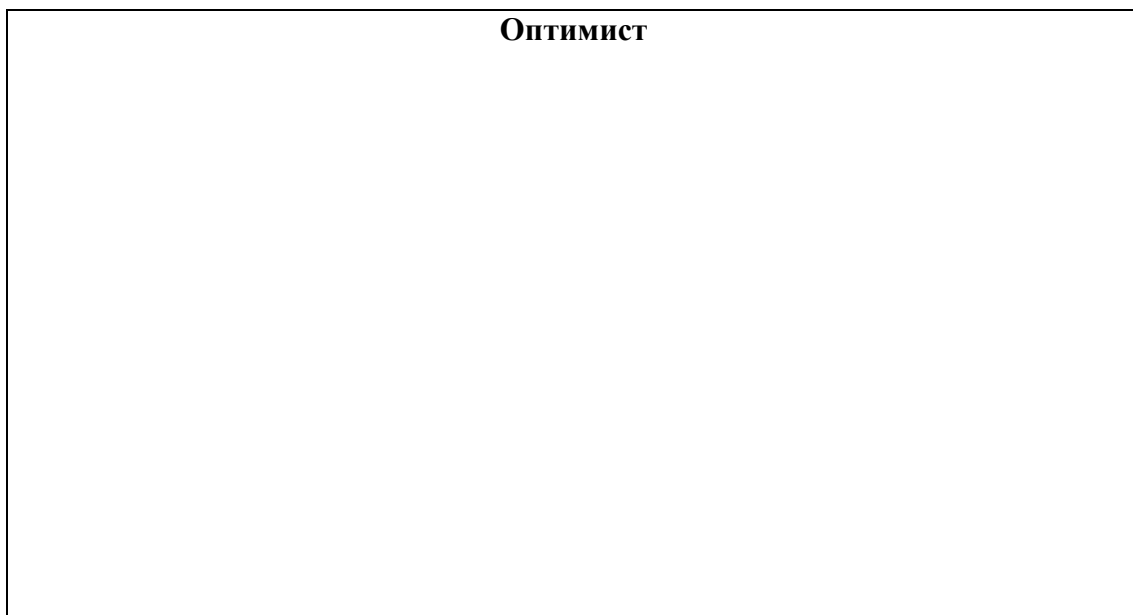
Пессимизм – это когда знания перевешивают веру, а оптимизм – это когда вера перевешивает знания. *Бауржан Тойшибеков*

Оптимизм – это способность в обломках одного проекта увидеть ростки следующего. *Сергей Нехаев*

Оптимизм – вот роскошь великих людей. *Луи Арагон*

**Упражнение. Нарисуйте символический образ оптимиста.**

**Оптимист**



Какие символы вы использовали, выполняя задание? Почему?

---

---

---

**5. Заполните таблицу.**

Я – оптимист, потому что...	Я – пессимист, потому что...

**6. Перечислите преимущества оптимистического, позитивного взгляда на жизнь.**

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_

**Обсудите свои ответы в группе.**

**Тема 2 Я в мире эмоций и чувств**

**Какие эмоции вы знаете? Перечислите.**

---

---

---

---

---

**Какие у людей бывают чувства?**

---

---

---

---

---

**Нарисуйте и назовите свое настроение в настоящий момент**

<b>Мое настроение похоже на ..... (образ)</b>	<b>Мое настроение это ..... (назвать)</b>
---	---



--	--

**Ответьте на вопросы.**

1. Как вы думаете, зачем нужны отрицательные эмоции? Какую роль в нашей жизни они играют? Обоснуйте своё мнение.

---

---

---

---

---

---

---

2. Что происходит с эмоциональным миром человека, употребляющего наркотики и алкоголь? Обоснуйте своё мнение.

---

---

---

---

---

---

---

**Прочитайте определения понятий:**

**Психоактивное вещество (ПАВ)** – это вещество, которое при введении в организм человека изменяет восприятие, настроение, способность к познанию, поведение и двигательные функции.

**Запиши свои ассоциации понятием/термином: Психоактивные вещества**

<b>Выглядит как...</b>	<b>Звучит как...</b>

Посмотрите внимательно на заполненную таблицу. Перечисленные вами ассоциации скорее положительные или отрицательные?

---

---

Обоснуйте, почему вы выбрали именно такие образы? Что эти образы означают для вас? Какие эмоции и чувства вызывают?

---

---

---

---

---

---

3. Есть ли в вашем окружении люди, употребляющие ПАВ?

---

4. Какое настроение чаще всего бывает у этого человека?

**Выполните упражнение «Признаки уверенного человека».**

Как выглядит уверенный в себе человек?

---

---

---

Как и что говорит уверенный в себе человек?

---

---

---

Как ведёт себя при разговоре уверенный в себе человек?

---

---

---

Кого из ваших друзей, родных, знакомых вы можете назвать уверенным в себе человеком?

**Полезная информация**

**Ответственность** – особое социальное и морально-правовое отношение личности к обществу в целом и другим людям, которое характеризуется выполнением своего нравственного долга и правовых норм.

**Ответственность** – способность человека сознательно выполнять определённые требования и осуществлять стоящие перед ним задачи.

**Ответственность** – осуществляемый в разных формах контроль над деятельностью с позиций выполнения им принятых норм и правил.

**Выбор** – предпочтение кого-либо, чего-либо; система мотивов, образующая психологическую основу предпочтительности.

**Свобода** – одна из основополагающих категорий политологии и других наук, отражающая защищённость человека от нежелательного воздействия, насилия

**Задание. Прочитайте приведенные ниже высказывания.**

«Свобода возникает только с изменением человека. Её нельзя создать посредством институтов, насильственно введённых в сообщество, не претерпевших изменения людей; она связана с характером коммуникации связей и общения между готовыми измениться людьми. Поэтому-то свобода как таковая не может быть запланирована, но люди при правильной постановке и решении конкретных задач сообща обретают свободу. Привести людей к свободе – значит привести их в такое состояние, когда они в диалоге будут открываться друг перед другом» (Карл Ясперс).

«Свободный человек – тот, кому ничто не препятствует делать желаемое, поскольку он по своим физическим и умственным способностям в состоянии это сделать» (Томас Гоббс).

Разделитесь на группы и определите свое понимание и отношение к данным высказываниям.

Запишите. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Запишите свои ассоциации с понятием «Ответственность»**

Выглядит как...	Звучит как...

**Запишите свои ассоциации с понятием «Выбор»**

<b>Выглядит как...</b>	<b>Звучит как...</b>

**Запишите свои ассоциации с понятием «Свобода»**

<b>Выглядит как...</b>	<b>Звучит как...</b>

**Запишите свои ассоциации с понятием/термином «Психоактивные вещества»**

<b>Выглядит как...</b>	<b>Звучит как...</b>

**Ответьте на вопросы.**

1. Перечисленные вами ассоциации скорее положительные или отрицательные?

\_\_\_\_\_

2. Почему вы выбрали именно такие образы? Что эти образы означают для вас?  
Какие эмоции и чувства вызывают?

\_\_\_\_\_

3. Есть ли в вашей компании сверстники, употребляющие такие вещества?

\_\_\_\_\_

4. Какое настроение чаще всего бывает у этого человека?

\_\_\_\_\_

**Полезная информация.**

К волевым качествам личности традиционно относят инициативность, самостоятельность, решительность, настойчивость, смелость, упорство, выдержку, организованность, дисциплинированность (А.И. Высоцкий, С.Л. Рубинштейн, А.Ф. Лазурский).

**Прочитайте определения понятий и укажите противоположные им по смыслу.**

**Инициативность** – это внутреннее побуждение к новым формам деятельности, творческая активность, которая сопровождается поиском новых способов работы, выдумкой, находчивостью, изобретательностью.

Противоположной характеристикой инициативности является

---

**Самостоятельность** – это способность личности к автономии, независимости, возможность действовать без постороннего вмешательства и помощи, способность сопротивляться внешним воздействиям.

Противоположностью проявления самостоятельности является

---

**Решительность** – готовность и умение человека со знанием дела, правильным пониманием ситуации и без колебаний принимать обдуманные решения и последовательно проводить их в жизнь.

Противоположностью решительности выступает

---

**Смелость** характеризуется возможностью личности принимать и исполнять решения в ситуациях, сопряжённых с определённым риском.

Противоположное смелости понятие

---

**Настойчивость** – проявление энергии при длительном, осложнённом продвижении к цели и доведение начатого дела до конца.

Противоположностью настойчивости выступает понятие

---

**Оцените степень сформированности у себя волевых качеств в форме шкалы семантического дифференциала.**

0 – минимальная выраженность либо отсутствие качества,

3 – максимальная выраженность, сформированность качества.

Пассивность	0_1_2_3	Инициативность	0_1_2_3
Зависимость, покорность	0_1_2_3	Самостоятельность	0_1_2_3
Нерешительность	0_1_2_3	Решительность	0_1_2_3
Робость, чрезмерная осторожность	0_1_2_3	Смелость	0_1_2_3

Леность	0_1_2_3	Настойчивость	0_1_2_3
---------	---------	---------------	---------

Вспомните жизненные ситуации, когда для достижения цели вам потребовались инициативность, самостоятельность, решительность, смелость, настойчивость.

Перечислите эти ситуации.

---



---



---

Чем завершились перечисленные вами ситуации? Почему? Ответ обоснуйте.

---



---



---

***Подумайте и подготовьте презентацию для выступления по одной из тем:***

1. Значение физических упражнений и активной деятельности для здоровья.
2. Положительные эмоции как фактор сохранения здоровья.
3. Антиреклама Кока-колы.
4. Употребление ПАВ - вредная привычка, болезнь, распущенность или выбор самого человека?
5. Стресс в жизни современного человека - можно ли его избежать?

Какую тему вы выбрали?

---

Обоснуйте свой выбор.

---

Составьте краткий план своего выступления

1	
2	
3	

Сделайте на занятии сообщение на выбранную вами тему.

Хорошее здоровье во многом позволяет человеку достичь в жизни того, что он хочет: получить образование, профессию, создать семью, вырастить детей, добиться успехов, радоваться жизни, несмотря на возможные трудности. Однако всего этого может

не произойти, если человек потеряет здоровье. Потребление людьми алкоголя, табака, наркотиков наносит непоправимый вред развитию личности и здоровью человека, особенно если речь идет о подростке. Уважающие себя люди высоко ценят здоровье и, как правило, не курят. Если мы выбираем образ жизни, укрепляющий здоровье, мы контролируем свою жизнь в большей мере, так как от нашего выбора в огромной степени зависит не только продолжительность нашей жизни, но и успех в делах.

Как вы думаете, какие факторы способны разрушить здоровье?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Продолжите предложения:**

1. Я уверен, что здоровье человека

---

2. Чтобы быть здоровым

---

3. Я чувствую себя здоровым, когда

---

4. Если бы все люди были здоровы

---

5. Жить надо так, чтобы

---

**Под руководством ведущего разделитесь на малые группы по 4-5 человек. Выполните коллективный рисунок «Мой выбор: здоровое и успешное будущее».**

<b>Мой выбор: здоровое и успешное будущее</b>
---



Когда закончите работу, обсудите рисунок в своей малой группе. Примите участие в создании выставки творческих работ «Мой выбор: здоровое и успешное будущее». Презентуйте группе свою коллективную работу.

#### **Занятие 4. Я принимаю ответственные решения**

**Ответьте на вопросы.**

1. Какие обязанности есть у подростка?

---

---

2. Какие виды ответственности могут быть применены к несовершеннолетним?

---

---

3. Что такое административная ответственность, с какого возраста и за какие действия она наступает?

---

---

4. Какие административные наказания могут применяться к несовершеннолетним?

---

---

5. С какого возраста подросток несёт уголовную ответственность за свои действия?

---

---

6. В каких случаях предусмотрено задержание подростка сотрудниками полиции?

---

---



7. К каким последствиям может привести неповиновение законным требованиям сотрудника полиции?

---

---

9. Какие права имеет задержанный подросток?

---

---

Если вы не смогли ответить на вопросы, обсудите их со своими родителями, найдите вместе с ними ответы в следующих документах:

- Федеральный закон от 24 июня 1999 г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».

- Федеральный закон от 7 июня 2013 г. № 120-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам профилактики немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ».

#### **Выполните упражнение «Интервью».**

Найдите себе пару из группы, и возьмите друг у друга интервью. Вопросы должны быть направлены только на выяснение состояния здоровья партнёра.

Например, «посещаешь ли ты врачей с профилактической целью? Считаешь ли ты, что только тот человек, который ведёт здоровый образ жизни, способен обеспечить собственное успешное будущее? Есть ли у тебя вредные привычки, которые негативно влияют на твоё здоровье?»

После окончания интервьюирования, проанализируйте полученные ответы и сделайте вывод об отношении вашего товарища к собственному здоровью. Обсудите полученные результаты вместе с остальными ребятами.

#### **Выполните упражнение «С законом мы на ВЫ»**

Существует мнение о том, что курение и использование алкоголя гораздо менее опасно (а то и безопасно), чем знакомство с наркотиками. Однако, важно понимать: нет безопасных и небезопасных наркотических средств и психотропных веществ. За каждую встречу с ними человек вынужден расплачиваться своим здоровьем, успехом, красотой, а так же нести административную и уголовную ответственность. Продолжите предложения:

Административная ответственность – это

---

---

Документ, определяющий административную ответственность – это

---

---

Уголовная ответственность – это

---

---

Документ, определяющий уголовную ответственность – это

---

---

Вовлечение несовершеннолетних в распитие спиртных напитков, пропаганда наркотических, психотропных средств влечет

---

---

Управление транспортным средством в алкогольном опьянении влечет

---

---

Распитие алкогольной и спиртосодержащей продукции с содержанием этилового спирта 12 и более процентов объема готовой продукции на улицах, стадионах, в скверах, парках, в транспортном средстве общего пользования, в других общественных местах (в том числе указанных в части 1 настоящей статьи), за исключением организаций торговли и общественного питания, в которых разрешена продажа алкогольной продукции в розлив влечет

---

---

Потребление наркотических средств или психотропных веществ без назначения врача либо потребление иных одурманивающих веществ на улицах, стадионах, в скверах, парках, в транспортном средстве общего пользования, а также в других общественных местах влечет

---

---

Если вы не смогли сразу ответить на поставленные вопросы, обсудите их со своими родителями, найдите вместе с ними ответы на поставленные вопросы.

**Подготовьте краткое сообщение на тему: «Негативное отношение к употреблению ПАВ: моя личная позиция».**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### **Занятия 5 Моё здоровое будущее**

**Прочитайте определения понятий и ответьте на вопрос.**

*Инициатива* (от *франц.* initiative, от *лат.* initium – начало) – это почин, внутреннее побуждение к новым формам деятельности; руководящая роль в каких-либо действиях; предприимчивость, способность к самостоятельным активным действиям. Инициатива представляет собой разновидность социальной активности, социального творчества, предпринимаемого лицом или группой. В моральном смысле инициатива характеризуется тем, что человек берёт на себя бóльшую меру ответственности, чем этого требует простое соблюдение общепринятых норм.

*Доброволец, добровольцы* – лицо (лица), осуществляющее какую-либо деятельность добровольно, а также зачастую безвозмездно – не получая за это материального вознаграждения. люди, работающие в какой-то области по своей воле, согласию, а не по принуждению,

*Добровольчество* – это движение, развитое во многих странах мира, направленное на улучшение жизни, оно является важной частью для построения гуманного общества, в котором люди помогают тем, кому сейчас трудно, кто в этом нуждается.

*Добровольческие движения* – это свободные союзы людей, объединённых каким-либо общественным интересом. В России большинство добровольческих движений направлено в своей деятельности на пропаганду здорового образа жизни, оказание

помощи детям-сиротам и престарелым гражданам, на сохранение чистоты окружающей среды и многое другое.

Какую пользу вы сможете принести людям, обществу став добровольцем движения за здоровый образ жизни?

---

---

---

---

**Нарисуйте в группе по 5-7 человек символический образ волонтера, добровольца.**

**Я - волонтер**

## Полезная информация

### Полезная информация.

#### Как создать и реализовать социальный проект?

Социальные проекты бывают разные, так что процесс создания успешного проекта будет зависеть от темы. Вам необходимо выбрать тему и создать план реализации своего проекта. Затем провести определенное исследование, чтобы выяснить, действительно ли выбранная вами тема проекта актуальна, что именно является социальной проблемой, на решение которой направлен проект. И наконец, скомпоновать все вместе в готовый проект. Учитель поможет вам, предложив примерную структуру проекта.

Определяясь с темой проекта, имейте в виду - хотя выбор широкой темы, например – «Школа за здоровый образ жизни», довольно заманчив, но решать широкий круг проблем в одном проекте затруднительно, поэтому с «узкой темой», направленной на решение конкретной проблемы, работать гораздо проще. Таким образом вы не увязнете в колоссальном количестве деталей. Удачи!

## Полезная информация

**Коллективный проект** – это результат скоординированных совместных действий группы или нескольких групп учащихся.

**Результат** – реальное улучшение социальной ситуации в местном сообществе.

**Проект** – это пять «П»: проблема, проектирование, поиск информации, продукт, презентация.

Когда вы создаёте и реализуете свой собственный проект, вы учитесь побеждать: сотрудничать, идти на компромисс, развивать и разумно использовать свои возможности, ставить и добиваться своих целей.

Социальные проекты бывают разные, так что процесс создания успешного проекта будет зависеть, в первую очередь, от актуальности, выбранной вами темы. Определяясь с темой проекта, имейте в виду – хотя выбор широкой темы, например, «Школа за здоровый образ жизни», довольно заманчив, но решать широкий круг проблем в одном проекте затруднительно, поэтому с «узкой темой», направленной на решение конкретной задачи, работать гораздо проще. Таким образом вы не увязнете в колоссальном количестве деталей. Разделитесь под руководством учителя на команды по 4-5 человек. Разработайте свой проект в соответствии с алгоритмом. Через 40 мин. представьте результаты совместной деятельности. Удачи!

**Придумайте название своего проекта в группах по 4-5 человек**

---

---

## Алгоритм разработки и реализации проекта

### Шаг 1. Анализ жизненной ситуации

Мечты – не уход от действительности, а средство приблизиться к ней.

У. Моэм

В жизни для меня важно

---

---

Я бы хотел (а), чтобы люди, которые меня окружают, были

---

---

Поэтому меня тревожит

---

---

### Шаг 2. Формулировка проблемы

Мысли – это почки, слова – цветки, питательный плод – лишь в толковом деле.

И.В. Гёте

Какая проблема, связанная с пропагандой здорового образа жизни среди подростков, значима для меня?

<b>Реальная ситуация</b> (как ребята из моего окружения относятся к своему здоровью)	<b>Желаемая ситуация</b> (как я лично хотел (а) бы, чтобы ребята из моего окружения относились к своему здоровью)	<b>Проблема</b> (должна иметь простое, чёткое определение, опираться на приведение фактов, информации, доказывающих ее существование)	<b>Предлагаемый Вами способ решения проблемы</b>	<b>Мнение экспертов</b> (другие способы решения, оценка реалистичности решения проблемы)

### Шаг 3. Принятие решения

Добро – это прекрасное в действии.

Ж.Ж. Руссо

Готов (а) ли я сейчас приступить к созданию и осуществлению своего проекта, направленного на укрепление здоровья подростков?

Аргументы «за»	Аргументы «против»	Нейтрализация аргументов «против»
Для меня сейчас это важно, потому что	Для меня сейчас это не очень важно, потому что	
У меня есть ресурсы (время, знания, способности, контакты)	У меня недостаточно ресурсов	
Я считаю, что моя работа над проектом будет успешна, потому что...	Я считаю, что моя работа над проектом сейчас не будет успешна, потому что	
Другие аргументы		

### Моё решение

---

---

---

### Шаг 4. Постановка цели, определение задач

Ничто так не делает жизнь легко переносимой, как деятельность, направленная к одной цели.

Ф. Шиллер

Цель проекта: (конкретная, с ясным образом конечного результата, который можно достичь к определённом моменту времени).

---

---

---

Задачи, последовательное решение которых приведёт к цели (формулировка может включать в себя указания кто, что, когда, где и в каком объёме будет делать).

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

### **Шаг 5. Создание команды проекта**

Мы, смертные,  
достигаем бессмертия в оставшихся после нас вещах,  
которые мы создаем вместе.

А. Эйнштейн

Критерии приглашения людей в команду проекта: заинтересованность в работе по проекту, склонности, способности и навыки, необходимые для участия в проекте, наличие свободного времени, определённые качества характера, другое.

Люди, которых приглашаем в команду:

---

---

### **Примерный текст приглашения**

---

---

---

---

---



### Шаг 6. Уточнение задач, оценка ресурсов

Задача	Необходимые ресурсы		Пути превращения потенциальных ресурсов в имеющиеся
	Имеющиеся	Потенциальные	

### Шаг 7. Определение этапов. Составление плана реализации проекта

---

---

---

---

---

### Шаг 8. Реализация проекта, оценка успешности выполнения плана, внесение корректив

---

---

---

---

---

### Шаг 9. Оценка результата проекта

Цель достигнута

---

Задачи решены.

---

Основные достижения в работе над проектом

---

---

Основные трудности

---

---

Какие выводы я делаю из работы над проектом

---

---

### **Критерии оценки проекта.**

1. Актуальность темы проекта для решения проблем наркопотребления среди подростков;
2. Опора содержания проекта на объективную информацию о современном состоянии проблемы;
3. Ориентация механизма реализации проекта на социальное партнерство с другими организациями;
4. Оригинальность и новизна авторской идеи проекта;
5. Реалистичность и ресурсная обеспеченность проекта.

Обсудите результаты выполнения задания в вашей группе, где Ваш проект может быть полезным. После корректировки и уточнения деталей Проекта начинайте шаги по поиску средств для его реализации. Сбор подписей, публикация Проекта в местной газете могут быть первыми полезными шагами для его реализации.

**Представьте себе, что вам предстоит наметить пятилетний план вашей жизни.**

Каковы ваши три главные цели в предстоящем году?

1.	
2.	
3.	

Что вы уже делаете чтобы достичь каждой из этих целей?

1.	
2.	
3.	

Какой, по-вашему, станет после этого ваша жизнь?

---

---

---

**Выполните упражнение.** Создайте портрет – образ «Мечта как образ моей жизненной цели».

**«Мечта как образ моей жизненной цели».**

На пути достижения заветной цели – мечты всегда будут проблемы и препятствия. Сформулируйте, какие по вашему мнению могут быть проблемы – препятствия на пути к достижению вашей жизненной цели.

---

---

---

---

---



---



---



---

После определения своих стратегических целей проведите SWOT-анализа своего личностного потенциала и имеющихся возможностей для достижения вами своей стратегической цели-мечты.

Мои сильные стороны(как потенциал для достижения цели)	Мои слабые стороны
Открывающиеся возможности во внешней среде	Новые риски во внешней среде

Сделайте графическое изображение пути к мечте – стратегической цели, как определённых этапов жизненной самореализации, где началом пути – точкой отсчёта выступает сегодняшнее положение дел (статус ученика 9 класса), итогом –достижение желанной цели-мечты, а этапами пути к цели – достижение промежуточных результатов через 5,10 и 15 лет.

**Графическое изображение модели деятельности по социальному проектированию своей жизнедеятельности как стратегической жизненной цели – мечты**

Точка отсчета-----	Результат-----	Результат-----	Мечта (образ цели)

Мечта (образ цели) Через 5 лет	Через 10 лет	Через 15 лет

Создайте проект программы вашей деятельности по достижению результатов на каждом временном промежутке. Таких программ будет всего три.

*Первая Программа деятельности (5-7 мероприятий, которые необходимы для достижения результата) на временном промежутке «Точка отсчёта – через 5 лет».*

*Вторая Программа деятельности (5-7 мероприятий), который начнется через 5 лет и займёт следующие 5 лет. Реализация этой программы направлена на достижения цели-результата «через 10 лет».*

*Третья Программа деятельности (5-7 мероприятий). Она планируется к реализации на временном промежутке «через 10 лет – следующие 5 лет» (через 15 лет), и имеет в качестве результата достижение стратегической цели – мечты.*

<b>Потенциал развития для достижения стратегической цели – мечты</b>	<b>Программа деятельности</b>
1 этап	5-7 мероприятий
2 этап	5-7 мероприятий
3 этап	5-7 мероприятий

Посмотрите на созданный вами портрет-образ вашей мечты. Сохранилось ли у вас желание осуществить вашу мечту именно в таком образе? Если что-то изменилось, то что конкретно? Почему?

---

---

---

Выскажите своё отношение к проведённой работе

---

---

---

В заключении педагог организует обсуждение представленных результатов, предлагает учащимся высказать своё отношение к проведённой работе.

**Выполните упражнение «Карта будущего».**

Нарисуйте своё будущее в виде карты местности. Свои жизненные цели обозначьте как пункты, в которых вы хотели бы оказаться. Обозначьте также промежуточные большие и маленькие цели на пути к ним. Придумайте и напишите названия для

«пунктов-целей», к которым вы стремитесь. Нарисуйте улицы и дороги, по которым вы будете идти.

**Карта будущего**

Ответьте на вопросы.

1. Где на карте вы расположили свои важнейшие пункты-цели?

---

---

2. Где на пути к цели вас могут подстерегать опасности?

---

---

3. Есть ли на вашей карте места, где вы сможете набраться силы для движения к цели?

---

---

4. Какие чувства вызывает у вас ваша «Карта вашего будущего»?

---

---

**Выполните упражнение «Доброе пожелание».**

Наши занятия подходит к концу, пожелайте своей группе, своим друзьям, другим участникам занятий что-то доброе и хорошее, подумай и запиши слова благодарности за то, чему ты у них научился ...

Например:

Борис, спасибо тебе за то, что ты показал мне, что значит быть ответственным.

---

---

---

Наше будущее строится уже сегодня! Важно ответственно подходить к настоящему и всему, что делаем сейчас.

Давайте запомним некоторые аксиомы, которые позволят нашим планам осуществиться на 100%:

1. От того, какие цели мы поставим, какие планы построим, и вообще от того, каким мы увидим свое будущее, во многом зависит то, каким оно будет.

2. Наши мысли материальны! Позитивно формулируя цели, озвучивая то, чего мы хотим, мы достигаем успеха гораздо быстрее, чем не делая этого.

Помните о своем здоровье сейчас, иначе вы рискуете заниматься им всю оставшуюся жизнь.

Лучше быть богатым и здоровым, чем бедным и больным.

Удачи вам! Успешной реализации проектов!

**Подводим итоги**

**Закончите предложения.**

На занятиях по теме "Социальное проектирование"

Я узнал (а)

---

---

Я научился (лась)

---

---

Я буду применять

---

---

### МЕСТО ДЛЯ ЗАПИСИ УМНЫХ МЫСЛЕЙ

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

#### Методические материалы для педагогов

Одна из приоритетных задач современного педагога – помочь подростку осознать личную ответственность за свои поступки, свои успехи и достижения, научить обучающихся прогнозировать возможные положительные и отрицательные последствия различных вариантов своего возможного поведения, давать им правовую и нравственную оценку. При проведении занятий:

- помогите учащимся внутренне принять ценности и нормы здорового образа жизни, основ правовой культуры как ключевого вектора определяющего поведение человека в обществе;
- помогите учащимся научиться осознавать свои эмоциональные состояния и управлять ими;



- помогите учащимся научиться слышать другого человека, понимать суть его мнения или возражений, воспринимать иную точку зрения, анализируя её сильные и слабые стороны;

- подчеркивайте при общении, что разные точки зрения имеют право на существование, даже если они не совпадают с мнением большинства, при этом потенциал и границы человеческого поведения должны определяться нравственными, социальными и правовыми нормами общества;

- помогайте подросткам понять, что каждый человек лично несёт ответственность за свои поступки и поведение и, следовательно, за свою жизнь, которая предъявляет самые разные вызовы;

- учащимся трудно высказывать свои мысли, поэтому им нужна ваша помощь;

- помните, что абсолютной истины не существует, но дети, как и взрослые, очень чувствительны к их собственной истине;

Успехов вам!

### **Психологические особенности подросткового возраста (8,9 класс)**

В 8 классе мечта, как форма проектирования образа своей будущей жизнедеятельности, всё больше начинает занимать место сюжетно-ролевой игры. Игра отныне становится не самоценной деятельностью, как в детском возрасте, а формой тренинга и проектирования различных модельных характеристик процесса настоящей и будущей жизнедеятельности подростка. Мечта имеет чрезвычайно важное значение для развития подростка, способствуя развитию его потребностей, создавая идеальные образы будущего, как личностного, так и профессионального. Значение роли воображения для формирования личности подростка – восьмиклассника свидетельствует, с одной стороны, о необходимости его развития в подростковом возрасте, а с другой – о возможности его использования в ходе занятий, ориентированных на воспитание и социализацию школьников.

Для обучающихся 8 класса характерна высокая неустойчивость представлений о себе, о своей «Я-концепции». Наиболее актуальными и эмоционально значимыми оказываются «Я-прошлое» и «Я-будущее», к которым школьник испытывает амбивалентное отношение: и то и другое одновременно и притягивает, и отталкивает, «Я-настоящее» при этом как бы постоянно примеряется то к первому, то ко второму (своеобразное проявление «принципа качелей»). Особое сочетание инфантильных и взрослых представлений о себе важно учитывать при организации процесса обучения, развития и воспитания восьмиклассников, которые остро хотят знать, что о них думают

окружающие – и сверстники, и взрослые. Их самооценка формируется под воздействием одновременного влияния двух тенденций: повышения значимости мнения окружающих и усиления ориентации на собственные, внутренние критерии оценивания своей личности. При этом в разных ситуациях может преобладать то одна, то другая тенденция. Однако критерии самооценок в этот период ещё очень несамостоятельны. Во многом они продолжают оставаться заимствованными у взрослых. Чрезвычайно ценя общение со сверстниками и часто становясь в оппозицию ко взрослому, подросток-восьмиклассник ещё во многом продолжает смотреть на себя как бы извне, глазами взрослого.

В 9 классе обучающиеся впервые реально сталкиваются с необходимостью принимать решения, делать сознательный выбор относительно своего будущего (продолжить обучение в школе или в системе профессионального образования). Для того, чтобы помочь им в этот непростой период жизни необходимо продолжить работу по развитию у школьников вербальных и невербальных коммуникативных навыков и умений как средств общения, обеспечивающих возможность контактов с партнёром или с группой людей, основанных на взаимопонимании и уважении. Умение грамотно выражать свои мысли, способность представлять себя на месте другого человека, эмоциональная отзывчивость помогут девятиклассникам в будущем эффективно взаимодействовать с людьми, самовыражаться и получать удовлетворение от общения.

Необходимо также продолжить формирование у школьников навыков достижения сознательно поставленных целей, умений преодолевать при этом внешние и внутренние препятствия. Важно, чтобы подростки были правильно сориентированы при определении своих жизненных ценностей, умели ставить цели и чётко формулировать задачи, необходимые для их достижения, чувствовали уверенность в собственных силах и были готовы к трудностям. Повышение самооценки достигается за счёт привлечения внимания подростка к позитивным чувствам, связанным с «победой над собой», над своим нежеланием что-либо делать, собственным страхом. Очень важно обеспечить девятиклассника средствами достижения желаемой цели, организации своего поведения. К таким средствам относятся умение учитывать последствия совершённых и потенциально возможных поступков для себя и других, способность представлять такие последствия не только интеллектуально, но и эмоционально (например, представить собственные переживания в случае утаивания от родителей информации о длительных прогулах уроков). Девятиклассников следует специально обучать умению представлять себе, как он будет себя чувствовать в дальнейшем, через определённое время. Это для них очень трудно, поскольку, как отметила выдающийся исследователь проблематики развития личности ребёнка и подростка Л.И. Божович, подростки не умеют предвидеть те

последствия поступка, которые зависят не от объективных обстоятельств, а от собственного психологического или даже физического состояния. Риском развития в этом возрастном периоде выступает отказ от волевого поведения, этому может способствовать характерная для подростков этого возраста «установка на отказ от усилия», особенно от усилия длительного, и своеобразная «экономия энергии». В этом плане полезно научить подростка ставить промежуточные цели: разбивать намерение на ряд конкретных, достаточно мелких этапов и вознаграждать себя за преодоление каждого из них.

Принципы построения программы, которые позволяют учителю стать активным участником взаимодействия с учеником, звучат так:

- ответственность – прежде всего ученика, а не учителя;
- доверие – учитель не контролирует, а поддерживает, сопровождает;
- партнёрство – партнёрские отношения и личностно ориентированное общение с подростками;
- открытость – трудности не скрываются, а разрешаются.

Основная форма работы – групповое взаимодействие, тренинг и проектирование в игровой форме (с ориентацией на подростков, требующих особого педагогического внимания).

Занятия как это рекомендовано для всех форм работы в рамках внеурочной деятельности, не должны походить на традиционные уроки по общеобразовательным предметам, учёт правил и закономерностей организации групповой работы.

### **Цели и задачи программы внеурочной деятельности**

#### **Цели:**

*Образовательные:* формирование у обучающихся представлений о понятиях «здоровье», «здоровый образ жизни», «социальная ответственность»; ознакомление с причинами и последствиями употребления ПАВ; изучение социальных и правовых норм для понимания ответственности за нарушения законодательства в сфере незаконного оборота наркотических веществ.

*Воспитательные:* формирование у обучающихся ценностей здорового образа жизни.

*Развивающие:* развитие у обучающихся критического мышления в отношении информации связанной с ПАВ и мотивации к социально одобряемой деятельности; формирование у подростков нового положительного опыта для личностного развития в процессе межличностного и группового содержательного общения.

#### **Задачи:**

1. Создать психологические условия, способствующие приобретению подростками нового положительного опыта межличностного и группового содержательного общения как фактора защиты личности от употребления ПАВ.
2. Способствовать формированию основ правовой культуры как необходимости следовать социальным и правовым нормам общества на основе ознакомления с этими нормами, в том числе, в сфере незаконного оборота наркотических средств и психотропных веществ.
3. Способствовать формированию паттернов (повторяющихся образцов) правопослушного ответственного поведения, исполнения законов.
4. Способствовать формированию здорового стиля жизни и отрицательного отношения к употреблению ПАВ.
5. Способствовать развитию критического отношения к информации, связанной с ПАВ и предложениям их приобретения и употребления.
6. Содействовать развитию мотивации к социально одобряемой деятельности, исключающей употребление ПАВ.
8. Создать условия для приобретения опыта целеполагания, разработки и реализации собственных социальных идей и проектов в сфере пропаганды здорового образа жизни, законопослушного поведения, предупреждения немедицинского потребления ПАВ.

#### **Планируемые результаты обучения**

**Личностные результаты** будут достигнуты в рамках **когнитивного**, ценностного и эмоционального, деятельностного (поведенческого) компонентов.

*В рамках когнитивного компонента будут сформированы:*

- знания законодательства Российской Федерации в сфере предупреждения распространения и потребления ПАВ немедицинского характера;
- ориентация в системе моральных норм и ценностей как условий законопослушного поведения, здорового образа жизни предупреждения потребления ПАВ;
- основы социально-критического мышления, способность ориентироваться в особенностях социальных отношений и взаимодействий.

*В рамках ценностного и эмоционального компонентов будут сформированы:*

- готовность к равноправному сотрудничеству;
- уважение к личности и её достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия;
- устойчивость к давлению сверстников и группы направленному на вовлечение в потребление ПАВ и готовность противостоять им;
- потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании как важное условие предупреждения потребности в потреблении ПАВ.

*В рамках деятельностного (поведенческого) компонента будут сформированы:*

- готовность и способность к организации и участию в школьных и внешкольных мероприятиях в пределах возрастных компетенций, в детских и молодёжных общественных организациях, в волонёрской деятельности в сфере предупреждения потребления ПАВ;

- готовность и способность к выполнению правовых норм и требований в том числе в сфере касающейся немедицинского употребления, незаконного распространения и оборота ПАВ;

- умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия;

- потребность участия в общественной жизни ближайшего социального окружения и в общественно полезной деятельности, связанной с проектированием моделей здорового образа жизни и профилактики потребления ПАВ;

- умение строить жизненные планы создавать и реализовывать социальные проекты в сфере пропаганды здорового образа жизни, профилактики потребления ПАВ.

### **Формы и режим занятий**

Занятия могут проводиться учителями, классными руководителями, педагогами-организаторами, педагогами-психологами, педагогами организаций дополнительного образования в рамках внеурочной деятельности.

Формы работы по программе: взаимодействие в больших и малых группах. Использование групповой работы – важнейший элемент современного обучения. Работа в группе позволяет обучающимся приобрести ряд важнейших качеств: умение выработать совместное решение; терпимость к другим людям и позициям; необходимость поиска компромиссов; способность аргументировать свою точку зрения; стремление к диалогу; умение строить отношения с учётом эмоционального состояния, общей атмосферы.

Социальное проектирование в программе призвано удовлетворять продолжающие возрастать потребности подростка – учащегося 8 и 9 класса в самореализации, успехе и проверке своих возможностей. Особое значение для поддержки названных выше социальных потребностей подростков 8 и 9 класса имеет рефлексивное общение и правильно организованная (позитивная, формирующая) обратная связь со стороны педагога. На основе методов социального проектирования организуется разработка и реализация индивидуальных и групповых проектов по пропаганде здорового образа жизни и формированию негативного отношению к немедицинскому употреблению ПАВ.

Участниками может быть проведено небольшое социологическое исследование в школе. Выбирается тема, которая может заинтересовать участников, например, «Как мои ровесники относятся к проектированию собственного направления здорового образа жизни?», «Здоровый образ жизни у подростка: миф или реальность?».

В ранней юности формируется социально-психологическая готовность (способность) к личностному и жизненному самоопределению. Для профилактики употребления ПАВ подростками большое значение имеет формирование у них основ правовой культуры, включающей как информацию о правах и обязанностях в сфере административной и уголовной ответственности за применение и распространение ПАВ, так и интериоризацию установок к правопослушному поведению. Интеллектуальный уровень девятиклассников позволяет выходить при работе над этой темой на достаточно глубокий уровень рефлексивного обсуждения. Факторами защиты личности в данной сфере в определённой степени можно отнести умение вступать в диалог и вести его на основе равноправных отношений, взаимного уважения и принятия, а также участвовать в коллективном обсуждении проблем, аргументировать свою позицию.

В процессе занятий следует в рефлексивном режиме обсудить с учащимися смысл утверждений о здоровом образе жизни. Например, запишите свои ассоциации к пословице «В здоровом теле – здоровый дух».

Выглядит как...	Звучит как...

После заполнения участниками таблицы рекомендуется организовать обсуждение и аргументировать свою позицию относительно данного высказывания сначала в малых группах, а затем – со всеми участниками. Учитель может помочь составить единую таблицу ассоциаций, которые возникли у участников в связи с утверждением утверждению «В здоровом теле – здоровый дух». В рабочей тетради приведены примеры других утверждений относительно здорового образа жизни, которые целесообразно обсудить с участниками занятий и сформулировать вместе определение здоровья.

Юность – время активного социального «развёртывания» растущего человека и освоения им социокультурных достижений и ценностей, период пробы и самоопределения в постоянно расширяющихся и усложняющихся контактах. Понятие инициатива (от *франц.* initiative, от *лат.* initium – начало) определяется как почин, внутреннее побуждение к новым формам деятельности; руководящая роль в каких-либо действиях; предприимчивость, способность к самостоятельным активным действиям. Инициатива

представляет собой разновидность социальной активности, социального творчества, предпринимаемого лицом или группой. В моральном смысле инициатива характеризуется тем, что человек берёт на себя бóльшую меру ответственности, чем этого требует простое соблюдение общепринятых норм.

Доброволец, добровольцы – лицо (лица), осуществляющее какую-либо деятельность добровольно, а также зачастую безвозмездно – не получая за это материального вознаграждения. Добровольчество – это движение, развитое во многих странах мира, направленное на улучшение жизни, оно является важной частью для построения гуманного общества, в котором люди помогают тем, кому сейчас трудно, кто в этом нуждается. Добровольцы – люди, работающие в какой-то области по своей воле, согласию, а не по принуждению, а добровольческие движения – это свободные союзы людей, объединённых каким-либо общественным интересом. В России большинство добровольческих движений направлено в своей деятельности на пропаганду здорового образа жизни, оказание помощи детям-сиротам и престарелым гражданам, на сохранение чистоты окружающей среды и многое другое. Одной из основных предпосылок создания добровольческих программ и проектов для пропаганды и формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни является создание условий для развития инициативы и лидерских способностей подростков, а также реализации их посредством участия в конкретных и важных для их возраста видах деятельности. Процесс воспитания активности, подготовки лидеров должен строиться на основе сотрудничества, взаимного уважения и доверия взрослых и детей.

Изучение вопроса о сущности лидерства в подростковой среде привело к необходимости рассмотрения социальной активности как фактора развития ребёнка. Социальная активность – интегративное понятие, которое необходимо рассматривать как фактор развития подростка. Она проявляется как состояние деятельности, актуальная потребность, преобразующая способность и качество личности. Как особое состояние деятельности социальная активность характеризуется позитивно выраженной субъективностью; как актуальная потребность она реализуется в системе целевых установок, мотивов, определяющих интересы личности, её включение в деятельность. В качестве преобразующей способности социальная активность проявляется в специальных знаниях, умениях и навыках и как устойчивое качество личности – в целеустремлённости, самостоятельности и других соответствующих качествах. Социальная инициатива является формой проявления социальной активности субъектов социальных отношений в интересах и на благо личности, общества и государства, направленной на конструирование новой социальной реальности. Способность личности к инициативе,

самостоятельным общественным начинаниям, активности, предприимчивости образует личностное качество – инициативность.

В подростковом возрасте инициативность как личностное качество развивается в большей степени. С подросткового возраста ребёнок, по законодательству Российской Федерации (Федеральный закон «Об общественных объединениях»), может «самостоятельно принимать решение о вхождении в инициативную группу (общественное объединение)». Социальная инициатива иногда рассматривается, как устойчивое свойство личности, отражающее отношение человека к труду, обществу, общественно-полезной деятельности. Чаще всего социальная инициатива определяется как двигатель, побудитель деятельности, как потребность, желание, обращающее энергию личности на общественно-значимые, активные действия. Таким образом, социальная инициатива – это инициатива решения некой социально значимой проблемы. Однако следует отдавать отчёт в том, что чисто детских социальных инициатив быть не может. На самом деле детская социальная инициатива – это всегда инициатива взрослых, поддержанная ребятами, увлечшая их. Благодаря помощи и руководству взрослых дети взрослеют. Именно помощь, а не тотальная опека, поддерживает собственную активность тех, кому предназначена, и расширяет сферу этой собственной активности; опека, наоборот, подменяет и подавляет, отменяет, делает просто ненужной собственную активность опекаемых. Важными качествами человека в современном мире становится мобильность, конкурентоспособность. Особенно сложно самоопределиться подростку, для которого именно это время является определяющим в его становлении и развитии. Очень важно, чтобы подросток научился правильно оценивать окружающий мир и позиционировать себя в нём. Для собственной успешности в социуме необходимы определённые знания и умения, с помощью которых можно определять собственную жизненную позицию и активно реализовывать её в рамках определённой деятельности, одной из форм которой может стать социальное проектирование. Разработка и реализация проектов по пропаганде здорового образа жизни, создадут благоприятные условия для социализации подростка и формированию у него негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ.

На занятиях педагогу рекомендуется привлечь внимания подростков к проектированию собственного направления здорового образа жизни, вовлекая их в такие формы взаимодействия, как социальная проба, социальная практика, социальный проект как виды социального проектирования.

В ходе социального проектирования учащиеся получают практический опыт социально активной деятельности, направленной на предупреждение потребления ПАВ и



отработку значимых, одобряемых обществом навыков социального поведения, выбор которых мотивируется и осуществляется первоначально на теоретическом уровне, а затем реализуется в индивидуальных и групповых проектах по пропаганде здорового образа жизни и формированию негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ.

В рамках практикума (тренинга) с элементами подготовки к добровольчеству в сфере пропаганды здорового образа жизни «Наше будущее в наших руках!» проводится отработка навыков социального проектирования, школьники под руководством педагога разрабатывают социальные проекты по пропаганде здорового образа жизни, и негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ, реализуют их и представляют на выставке.

Представления о будущем является показателем социальной зрелости подростка. Потребность подростков учащихся 8-9 классов к построению жизненных планов во временной перспективе возрастает. Важным фактором предупреждения и отказа от употребления ПАВ является способность к прогнозированию как способу предвидения будущих событий. На занятиях обучающиеся получают представление о новом для них способе анализа и прогнозирования в проектной деятельности – SWOT-анализе. SWOT-анализ (СВОТ-анализ) сегодня является одним из самых распространённых методов, оценивающих внутренние и внешние факторы, влияющие на развитие организации (компании), выступает необходимым элементом исследований и обязательным предварительным этапом при составлении любого уровня стратегических и маркетинговых планов.

Аббревиатура SWOT означает: strengths – сильные стороны, weakness – слабые стороны, opportunities – возможности, threats – угрозы.

Эта универсальная методика, применима, помимо бизнеса и в других областях жизни. Она помогает реально определить и оценить потенциал своих сил и возможностей в процессе планирования своей будущей жизнедеятельности для достижения «стратегических жизненных целей», увидеть, на каких «слабых» моментах нужно акцентировать внимание, чтобы своевременно их устранить и нейтрализовать.

В качестве одного из упражнений, которые могут помочь участникам составить планы на будущее, актуализировать полученную информацию, может быть рекомендовано упражнение «Карта будущего».

Ведущий предлагает участникам нарисовать своё будущее в виде карты местности. Свои жизненные цели обозначить как пункты местности, в которых участник хотел бы оказаться. Обозначить также промежуточные большие и маленькие цели на пути к ним.

Придумать и написать названия для «пунктов-целей», к которым он стремится в своей жизни. Нарисовать улицы и дороги, по которым будет идти.

Метафорическое выражение целей в виде пунктов на карте, а путей их достижения в виде улиц и дорог помогает участникам создать в воображении наглядную картину своего будущего. После создания такой карты каждый сможет соотнести цели между собой и понять, насколько они сочетаются друг с другом, какие препятствия встречаются на пути к ним, какие новые возможности открываются.

Представления о будущем, в зависимости от их содержания являются показателем социальной зрелости подростка. В восьмом-девятом классе начинает складываться способность к построению жизненных планов во временной перспективе. Поэтому мотивация к проектированию будущего в этом возрасте уже значительно выше, чем у подростков более младших возрастов.

Формирование и развитие способности к прогнозированию как способу предвидения будущих событий и проектированию будущей жизнедеятельности имеет в рамках профилактики употребления наркотических средств и психотропных веществ обучающимся важное значение. В случае формирования представлений об успешном будущем подросток склонен сделать мотивированный выбор социально успешного образа жизни, или, наоборот, в случае отсутствия представлений о своих социальных перспективах – у него актуализируется риск потребления ПАВ. Большое значение имеет для обучающихся 8-9 классов овладение на практике навыками проектирования успешного и здорового будущего, целеполагания и умения адекватно оценивать свои возможности для достижения цели в различных сферах самостоятельной деятельности, прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения поставленных целей, выделять альтернативные способы достижения цели и выбирать наиболее эффективный способ. Занятия по проектированию будущего способствуют созданию условий для актуализации, сохранения и интериоризации полученной на занятиях информации.

Можно предложить участникам развёрнутый алгоритм деятельности по проектированию своей стратегической цели-мечты, который включает в себя 4 последовательных этапа.

1 этап. Создание портрета – образа «Мечта как образ моей жизненной цели».

На пути достижения заветной цели – мечты всегда будут проблемы и препятствия. Для того, чтобы подростки получили опыт, способствующий формированию психологической готовности к преодолению препятствий на пути к цели, можно провести

с ними игру «Мои проблемы – препятствия на пути к достижению цели». Игра имеет следующий алгоритм:

- Вначале участники составляют портрет – образ своей мечты как стратегической цели жизнедеятельности (кем я хочу стать, каких успехов добиться через 15 лет).

- Затем желающие (по очереди, всего могут попробовать свои силы 3–4 человека), остальные помогают им в качестве ассистентов и получают опыт в качестве наблюдателей) называют ключевые проблемы – препятствия, которые по их мнению могут стать на пути к достижению цели (5–6 крупных препятствий – проблем).

- Далее определивший «свои проблемы – препятствия» ученик выбирает из числа одноклассников соответствующее количество своих сверстников на «роли» данных проблем – препятствий.

- Играющие роли проблем – препятствий сверстники «главного героя» выстраиваются перед ним в той последовательности, в которой по его мнению эти проблемы надо будет решать.

- Затем начинается поочередное озвучивание ребятами, играющими роль «проблем» вначале своих «проблемных сторон» для «главного героя», а затем – тех новых возможностей, которые открываются для него в процессе решения этих проблем (например, я твоя финансовая проблема, тебе понадобятся деньги для достижения твоей цели, но зато решая меня, ты получишь опыт их зарабатывания и научишься составлять чёткий финансовый план).

По итогам каждого тура игры (после диалога со всеми проблемами – препятствиями) «главный герой» рассказывает, какие выводы он для себя сделал, что по его мнению ему предстоит в первую очередь сделать для начала движения к цели. В ходе диалога со своими проблемами – препятствиями «главные герои» должны придти к схожим выводам – дорогу осилит идущий, только на пути активной деятельности по преодолению всегда существующих проблем, препятствий, неблагоприятных жизненных обстоятельств можно получить новый ценный практический опыт, без которого добиться цели все равно невозможно.

2 этап. После определения обучающимися своих стратегических целей организуется работа по проведению обучающимися SWOT-анализа своего личностного потенциала и имеющихся возможностей для достижения стратегической цели-мечты.

<b>Мои сильные стороны</b> <b>(как потенциал для достижения цели)</b>	<b>Мои слабые стороны</b>
--	---------------------------

<b>Открывающиеся возможности во внешней среде</b>	<b>Новые риски во внешней среде</b>

3 этап. На третьем этапе продолжается работа по социальному проектированию планов своей жизненной самореализации в соответствии с предложенным алгоритмом. Вначале обучающиеся делают графическое изображение пути к мечте – стратегической цели, как определённых этапов жизненной самореализации, где началом пути – точкой отсчёта выступает сегодняшнее положение дел (статус ученика 9 класса), итогом – достижение желанной цели-мечты, а этапами пути к цели – достижение промежуточных результатов через 5, 10 и 15 лет.

4 этап. Подростки проектируют программы деятельности по достижению результатов на каждом временном промежутке. Таких программ будет всего три.

*Первая Программа деятельности* (5-7 мероприятий, которые необходимы для достижения результата) на временном промежутке «Точка отсчёта – через 5 лет».

*Вторая Программа деятельности* (5-7 мероприятий), который начнется через 5 лет и займёт следующие 5 лет. Реализация этой программы направлена на достижения цели-результата «через 10 лет».

*Третья Программа деятельности* (5-7 мероприятий). Она планируется к реализации на временном промежутке «через 10 лет – следующие 5 лет» (через 15 лет), и имеет в качестве результата достижение стратегической цели – мечты.

Графическое изображение того, что необходимо в целом сделать в процессе практикума по проектированию своей жизнедеятельности после завершения работы по программе «Я принимаю вызов!» изображено ниже.

**Графическое изображение модели деятельности по социальному проектированию своей жизнедеятельности как стратегической жизненной цели – мечты**

Точка отсчёта	Результат	Результат	Мечта (образ цели)

<b>Мечта (образ цели) Через 5 лет</b>	<b>Через 10 лет</b>	<b>Через 15 лет</b>

<b>Потенциал развития для достижения стратегической цели – мечты</b>	<b>Программа деятельности</b>
1 этап	5-7 мероприятий
2 этап	5-7 мероприятий
3 этап	5-7 мероприятий

В заключении педагог организует обсуждение представленных результатов, предлагает учащимся высказать своё отношение к проведённой работе.