

Темы занятий по программе

«Полезные привычки, полезные навыки, полезный выбор» (О.Л.Романова, Л.С.Колесова).

1 класс

1. Я – неповторимый человек
2. Культура моей страны
3. Чувства
4. О чём говорят чувства
5. Множество решений
6. Решения о здоровье
7. Нужные и ненужные тебе лекарства
8. Пассивное курение: учусь делать здоровый выбор

2 класс

1. Вкусы и увлечения
2. Учусь находить друзей и интересные занятия
3. О чём говорят выразительные движения
4. Учусь понимать людей
5. Опасные и безопасные ситуации
6. Учусь принимать решения в опасных ситуациях
7. Реклама табака и алкоголя
8. Правда об алкоголе

3 класс

1. Мой характер
2. Учусь оценивать себя сам
3. Учусь взаимодействовать
4. Учусь настаивать на своём
5. Я становлюсь увереннее
6. Когда на меня оказывают давление
7. Курение
8. Курение. Случай с Папироскиным

4 класс

1. Самоуважение
2. Привычки
3. Дружба

4. Дружба
5. Учусь сопротивляться давлению
6. Учусь говорить «нет»
7. И снова алкоголь
8. Алкоголь в компании

5 класс

1. Что такое психоактивные вещества? (Часть 1)
2. Что такое психоактивные вещества? (Часть 2)
3. Соблюдай безопасность! (Часть 1)
4. Соблюдай безопасность! (Часть 2)
5. Кто и почему употребляет психоактивные вещества? (Часть 1)
6. Кто и почему употребляет психоактивные вещества? (Часть 2)
7. Давление, влияние, ситуации... (Часть 1)
8. Давление, влияние, ситуации... (Часть 2)
9. Ингалянты (Часть 1)
10. Ингалянты (Часть 2)
11. Моё здоровье (Часть 1)
12. Моё здоровье. (Часть 2)

6 класс

1. Тревожность
2. Преодоление тревожности
3. Как начать разговор?
4. Как поддерживать и завершать разговор?
5. Манипулирование
6. Манипулирование и давление
7. Наркотики (Часть 1)
8. Наркотики (Часть 2)

7 класс

1. Я и мои поступки
2. Самооценка и самовоспитание
3. Как преодолевать стеснительность
4. Ответственность (Часть 1)
5. Ответственность (Часть 2)
6. Что такое марихуана?
7. Правда и ложь о марихуане
8. Вперёд к здоровью

8 класс

1. Мои ценности
2. Красота и здоровье
3. Возраст, доверие и независимость
4. Моё настроение и общение с людьми
5. Тренинг навыков невербального общения
6. Тренинг неагрессивного отстаивания своего мнения
7. Развлечения в компании
8. ВИЧ/СПИД

9 класс

1. Моя внешность
2. Чувства, которые мы переживаем
3. Как преодолеть конфликт?
4. Насилие
5. Близкие отношения и риск
6. Как заражаются ВИЧ
7. Рискованное поведение и ВИЧ
8. Безопасное поведение и ВИЧ

10 класс

1. Всё меняется
2. Потребности
3. Семья
4. Отношения с родителями
5. Как выбрать профессию?
6. Куда пойти учиться?
7. Инфекции, передающиеся половым путём
8. Тестирование на ВИЧ

11 класс

1. Как искать работу?
2. Резюме
3. Собеседование
4. Социальные стереотипы
5. Дискриминация, сила, власть
6. Свидания
7. Это должен знать каждый (часть 1)

8. Это должен знать каждый (часть 2)

**Уроки для родителей,
или как помочь ребёнку не употреблять табак и алкоголь
(для начальной школы)**

1. Проблема? А существует ли она?
2. Заметки для родителей
3. Эффективное общение
4. Правила эффективного общения
5. Правила эффективного общения
6. Правила эффективного общения
7. Правила эффективного общения
8. Правила эффективного общения

**«127 полезных советов,
или Как уберечь детей от наркотиков»
(советы для родителей учащихся 5-7 классов)**

Для средних классов темы для родителей можно объединить, сделать только 8 уроков

1. Защитные факторы
 2. Защитные факторы вашего ребёнка
 3. Анкета для детей
 4. Анкета для родителей
- Советы по построению внешних защит
1. Поддержка семьи
 2. Родители, являющиеся образцом социальных связей
 3. Общение с родителями
 4. Единые правила воспитания
 5. Контроль со стороны родителей
 6. Общение с другими взрослыми
 7. Участие родителей в жизни школы
 8. Положительный школьный климат
 9. Организация домашнего досуга
 10. Хорошие друзья
 11. Занятия музыкой
 12. Дополнительные занятия

Советы по формированию внутренних защит

1. Реалистическая самооценка
2. Оптимизм
3. Стремление к успеху
4. Хорошая успеваемость в школе
5. Стремление учиться
6. Стремление помогать людям
7. Умение сопереживать людям
8. Навыки уверенного отстаивания своего мнения
9. Навыки принятия решений
10. Умение находить друзей
11. Навыки планирования

27 полезных запретов

Семь полезных шагов

или как узнать, употребляет ли подросток наркотики?

(для родителей учащихся 8 – 11 классы)

1. Семь признаков
2. В школе и дома
3. Особые признаки
4. Первый разговор
 - Подготовка
 - Что и как говорить?
 - Чего нельзя делать?
5. Четыре стадии
 - Экспериментирование
 - Планируемое употребление
 - Зависимость
 - Истощение
6. Семья наркомана
7. Разговор с подростком о сексе
8. Инфекции, передающиеся половым путём