



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГОБОУ ЦДПР
Е. С.Климентьева
«01» сентября 2023

Учебный план курса

«Жизнь без вредных привычек: полезные навыки»

для обучающихся начальной школы (1-4 классы)

авторы: Т.Б. Гречаная, Л. Ю. Иванова, Л. С. Колесова

№ п/п	Наименование разделов	Всего	Лекции	Практик.	Форма контроля
1.	1 класс: Я - неповторимый человек	8		8	Пре-тест, Пост-тест
2.	2 класс: Вкусы и увлечения	8		8	Пре-тест, Пост-тест
3.	3 класс: Твой характер	8		8	Пре-тест, Пост-тест
4.	4 класс: Полезные привычки	8		8	Пре-тест, Пост-тест
	Итого часов	32		32	

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГОБОУ ЦППРК
Е. С.Климентьева
«01» сентября 2023

Учебно-тематическое планирование
превентивной программы
«Жизнь без вредных привычек: полезные навыки»
5 класс
Авторы: О. Л. Романова, Л. С. Колесова, Т.Б. Гречаная

	Тема занятия	Количество часов
1	Что такое психоактивное вещество	2
2	Соблюдай безопасность	2
3	Кто и почему употребляет психоактивные вещества	2
4	Давление, влияние, ситуации	2
5	Ингалянты	2
6	Мое здоровье	2
Итого		12

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГОБОУ ЦППРК
Е. С.Климентьева
«01» сентября 2023

Учебно-тематическое планирование
превентивной программы
«Жизнь без вредных привычек: полезные навыки» 6 класс
Авторы: О. Л. Романова, Л. С. Колесова, Т.Б. Гречаная

№п/п	Тема занятий	Количество часов
1	Тревожность	1
2	Как преодолеть тревожность	1
3	Как начать разговор	1
4	Как поддерживать и завершать разговор	1
5	Манипулирование	1
6	Манипулирование и давление	1
7	Наркотики	1
8	Наркотики	1
всего часов		8

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГОБОУ ЦППРК
Е. С.Климентьева
«01» сентября 2023

Учебно-тематическое планирование
превентивной программы
«Жизнь без вредных привычек: полезные навыки» 7 класс
Авторы: О. Л. Романова, Л. С. Колесова, Т.Б. Гречаная.

№ п/п	Тема занятий	Количество часов
1	Я и мои поступки	1
2	Самооценка и самовоспитание	1
3	Как преодолевать стеснительность	1
4	Ответственность	2
5	Что такое марихуана	1
6	Правда и ложь о марихуане	1
7	Вперед к здоровью	1
Всего часов		8

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГОБОУ ЦППРК
Е. С.Климентьева
«01» сентября 2023

Учебно-тематическое планирование
превентивной программы
«Жизнь без вредных привычек: полезные навыки» 8 класс
Авторы: О. Л. Романова, Л. С. Колесова, Т.Б. Гречаная

№ п/п	Тема занятий	Количество часов
1	Мои ценности	1
2	Красота и здоровье	1
3	Возраст, доверие, независимость	1
4	Мое настроение и общение с людьми	1
5	Тренинг навыков невербального общения	1
6	Тренинг неагрессивного отстаивания своего мнения	1
7	Развлечения в компании	1
8	ВИЧ/ Спид	1
Всего часов		8

 «УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГОБОУ ЦППРК
Е. С.Климентьева
«01» сентября 2023

Учебно-тематическое планирование
превентивной программы
«Жизнь без вредных привычек: полезные навыки» 9 класс
Авторы: О. Л. Романова, Л. С. Колесова, Т.Б. Гречаная

№п/п	Название занятия	Количество часов
1	Моя внешность	1
2	Чувства, которые мы переживаем	1
3	Как преодолеть конфликт?	1
4	Насилие	1
5	Близкие отношения и риск	1
6	Как заражаются ВИЧ?	1
7	Рискованное поведение и ВИЧ	1
8	Безопасное поведение и ВИЧ	1
Всего часов		8