

**ОБЩЕЕ
ДЕЛО**
общее-дело.рф

Общероссийская
общественная
организация

ЗДОРОВАЯ МОЛОДЕЖЬ

— ОБЩЕЕ ДЕЛО



ПРОГРАММА

проведения интерактивных занятий по развитию личности и профилактике аддиктивного поведения подростков

12+

УДК 374.32(073)

ББК 74.660.8я73

3-46

Разработчики Программы:

Барцалкина Виктория Васильевна, кандидат психологических наук, доцент ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет»,

Дегтярёв Алексей Анатольевич, магистр психологии по программе «Психология зависимости: реабилитация и ресоциализация», руководитель направления по работе с молодёжью Общероссийской общественной организации «Общее дело»,

Дегтярёва Мария Андреевна, лингвист, преподаватель по специальности теория и методика преподавания иностранных языков и культур.

Рецензенты:

Карпова Наталия Львовна, доктор психологических наук, профессор.

3-46

Барцалкина В.В., Дегтярёв А.А. Дегтярёва М.А.

«Здоровая молодёжь – общее дело»: Программа проведения интерактивных занятий по развитию личности и профилактике аддиктивного поведения подростков / Барцалкина В.В., Дегтярёв А.А., Дегтярёва М.А. - М.: Общероссийская общественная организация «Общее дело», 2024. – С.36.

Программа «Здоровая молодёжь – общее дело» состоит из семи интерактивных занятий, направленных на развитие личности и профилактику аддиктивного поведения подростков: «Четыре ключа к твоим победам», «Девушка в современном социуме», «5 секретов настоящего мужчины», «Путь героя», «Уровни развития отношений», «Мат – грязные слова», «Опасность ВИЧ и других ЗППП». Каждое интерактивное занятие включает просмотр фильма на одну из обозначенных тем, актуальных для подросткового возраста, и организацию дискуссии, как коллективного обсуждения вопросов, поднятых этими темами. Организованная дискуссия позволяет создать условия для включения новых сведений в сложившуюся систему взглядов и убеждений подростков и сформировать у них мотивационную основу поведения, направленного на воспитание ответственного отношения к себе и положительных качеств своей личности.

Программа «Здоровая молодёжь – общее дело» адресована школьным психологам, педагогам, социальным работникам, занимающимся вопросами профилактики аддиктивного поведения подростков.

Дизайн: Культенко А.В.

Компьютерная вёрстка: Паршев А.В.

© Общероссийская общественная организация
«Общее дело», 2024

ISBN 978-5-00150-064-3

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
Организация и структура занятия.....	5
Занятие №1. «Четыре ключа к твоим победам».....	6
Занятие №2. «Девушка в современном социуме»	11
Занятие №3. «5 секретов настоящего мужчины»	14
Занятие №4. «Путь героя».....	18
Занятие №5. «Уровни развития отношений»	23
Занятие №6. «Мат – грязные слова».....	27
Занятие №7. «Опасность ВИЧ и других ЗППП»	31

ВВЕДЕНИЕ

Разработчики Программы «Здоровая молодёжь – общее дело» опираются на представление о подростковом возрасте как самом сложном этапе развития личности, — трудном переходе от детства к взрослости. У подростка возникает интерес к себе, к качествам собственной личности, потребность сопоставления себя с другими людьми, потребность в самопознании и самооценке. Самосознание подростков становится серьёзным механизмом саморегуляции поведения.

Личностный рост подростка обусловлен множеством внешних и внутренних факторов. Одни подростки начинают сознательно заниматься самовоспитанием и развивать в себе определённые качества, закалять свою волю, выносливость. Другие начинают активно подражать внешним проявлениям взрослости: курение, алкоголь, взрослая форма одежды и мода, украшения, косметика, формы отдыха, кокетство и т. д.

Важную роль в саморегуляции подростков играют образы-идеалы, идентификация себя с героями, как правило, людьми целеустремлёнными, активными, успешными, преодолевающими серьёзные препятствия, победителями.

Идеал человека, которому подросток хочет подражать и черты которого стремится в себе воспитать, означает и наличие у него постоянно действующего нравственного мотива. Интерес к нравственным качествам людей, нормам их поведения, к их взаимоотношениям друг с другом, их нравственным поступкам приводит подростков к формированию нравственных идеалов. Этот эмоционально окрашенный нравственный идеал становится регулятором собственного поведения подростков и критерием оценки поведения других людей.

Перечисленные особенности подросткового возраста нашли своё отражение в Программе интерактивных занятий, направленных на создание условий для включения новых сведений в сложившуюся систему взглядов и убеждений подростков и формирование у них мотивационной основы поведения, направленного на воспитание ответственного отношения к себе и положительных качеств своей личности.

Программа «Здоровая молодёжь – общее дело» адресована школьным психологам, педагогам, социальным работникам.

ОРГАНИЗАЦИЯ И СТРУКТУРА ЗАНЯТИЯ

Цель занятия:

Развитие личности и профилактика аддиктивного поведения учащихся 9 - 11 классов средних общеобразовательных школ, а также студентов средне-специальных и высших учебных заведений.

Задачи занятия:

- создать условия для включения новых сведений в сложившуюся систему взглядов и убеждений подростков относительно саморазвития;
- сформировать у подростков мотивационную основу поведения, направленного на воспитание ответственного отношения к себе и положительных качеств своей личности.

Условия проведения занятий

Занятия могут проводиться на уроках ОБЖ, технологии, классных часах, кураторских часах, внеклассных занятиях.

Продолжительность занятия – 45 минут.

Материально-техническое оснащение занятия:

MP4-диск / USB-флеш-накопитель с шестью фильмами, компьютер, мультимедийный проектор и экран для проектора, звуковые мониторы или телевизор с MP4-проигрывателем / USB-интерфейсом.

Ведущие занятия:

школьные психологи, педагоги, социальные работники, занимающиеся вопросами профилактики аддиктивного поведения.

Структура занятия

1. Ведущий представляет план занятия, тему, которой посвящён фильм.
2. Ведущий вместе с учащимися просматривает фильм.
3. Ведущий организует дискуссию с учащимися по поводу содержания фильма, задаёт учащимся вопросы по содержанию фильма, отвечает на возникающие у них вопросы по теме обсуждения.

Информация для ведущего

Ведущему рекомендуется при подготовке к занятию заранее внимательно посмотреть фильм, который будет обсуждаться в аудитории, обращая особое внимание на моменты, по которым будут задаваться вопросы во время занятия. Это позволит сделать занятие динамичным и интересным, повысить его профилактический эффект.

ПОШАГОВЫЙ ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЯ

«ЧЕТЫРЕ КЛЮЧА К ТВОИМ ПОБЕДАМ»

ШАГ 1. Ведущий представляет себя, называет своё имя, знакомится с аудиторией.

ШАГ 2. Ведущий представляет цель занятия:

«Можно задать вопрос? Пожалуйста, поднимите руку, кого хоть раз спрашивали, кем ты хочешь стать? Кем будешь работать в будущем?» Ответы учащихся.

«А кто этот вопрос задавал себе?» Ответы учащихся.

«Очень сложно определённо ответить на этот вопрос, не правда ли? Но у меня есть хорошая новость: многие выдающиеся люди в молодости не знали, кем они станут и чего добьются. И что же делать? Давайте представим маленький росток дерева, по которому сложно определить, какие плоды на нем будут. Представили? Вот дерево вырастает, появляются плоды, и всё становится понятно. В жизни человека происходит нечто похожее. Если сейчас нам непонятно, кем мы будем в жизни, чего добьёмся, надо просто расти, развиваться, и со временем это станет ясным. И мы, конечно, не можем говорить только про физическое развитие. У каждого из нас есть четыре сферы жизни, и если мы упускаем хотя бы одну, это будет влиять на все остальные».

ШАГ 3. Ведущий объявляет план занятия:

«Сейчас мы вместе посмотрим короткий фильм «Четыре ключа к твоим победам» и после просмотра побеседуем о содержании фильма».

ШАГ 4. Ведущий обращается к аудитории с просьбой смотреть и слушать внимательно, о чём будет идти речь в фильме, и рекомендует учащимся по ходу просмотра записывать все моменты, вызывающие вопросы, для последующего обсуждения.

ШАГ 5. Ведущий просит учащихся выключить звук на своих мобильных телефонах и подготовить бумагу и ручки для записи.

ШАГ 6. Ведущий включает фильм «Четыре ключа к твоим победам».

ШАГ 7. Ведущий вместе с учащимися внимательно и заинтересованно смотрит фильм, чтобы присутствующие в аудитории осознавали важность происходящего на экране.

ШАГ 8. По окончании фильма ведущий организует его обсуждение. В начале занятия ведущий кратко рассказывает собственный вдохновляющий опыт первого просмотра данного фильма. Затем он задаёт вопрос аудитории, выслушивает различные варианты ответов, проговаривает некоторые из них вслух и дожидается, пока кто-то из учащихся предложит правильный ответ. Ведущий благодарит учащихся за верные ответы и формулирует их ещё раз. Если правильный ответ так и не прозвучал, ведущий излагает его сам.

ПРИМЕРЫ ВОПРОСОВ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ И ПРАВИЛЬНЫЕ ОТВЕТЫ

Вопрос 1. *«Кто может сказать, из каких сфер состоит жизнь человека?»*

Правильный ответ:

Жизнь каждого человека состоит из четырёх сфер:

- физической – это наше здоровье;
- социальной – отношения с окружающими;
- интеллектуальной – образование, навыки;
- духовной – это наш внутренний мир, жизненные ценности.

Ведущий комментирует правильный ответ (пример):

«Иногда от тех, кто посмотрел этот фильм, можно услышать: «Разве важны все сферы? Есть люди, которые развивали одну сферу и добились успеха. Например, какой-нибудь известный спортсмен». Можно привести пример Джорджа Лукаса (ведущий может привести свой аналогичный пример). Кто-то знает, кто это? Режиссёр «Звёздных войн». Это очень известный и богатый человек. Есть документальный фильм о том, как создавался фильм «Звёздные войны». В нём есть интервью самого Джорджа Лукаса, где он рассказывает, что из-за того, что он всё время проводил на съёмках, от него ушла жена, с ним не общается ребёнок. И когда он про это рассказывал, было видно, что это глубоко несчастный человек. Несмотря на то, что у него есть деньги и слава».

Вопрос 2. *«Итак, первая сфера - это физическое развитие. Кто может назвать три основных составляющих здорового тела?» (Попросите кого-нибудь из учащихся записывать правильные ответы на доске).*

Правильный ответ:

- Правильное питание;
- Своевременный отдых;
- Физические нагрузки.

Вопрос 3. *«Давайте вспомним, какие примеры приводились в фильме, что полезно для нашего здоровья, а что надо исключить?»*

Правильный ответ:

- Необходимо исключить то, что разрушает здоровье. Например, употребление веществ, которые вызывают зависимость: алкоголь, табак, другие наркотики;
- Давать себе физические нагрузки, например, заниматься бегом, упражнениями на турниках;
- Ложиться спать до 22 часов, чтобы организм полноценно восстановился;
- Правильно питаться. Есть больше фруктов и овощей.

Вопрос 4. *«Кто помнит, почему для человека вредно ложиться спать поздно?»*

Правильный ответ:

В нашем организме проходит процесс выработки гормона мелатонина, который является необходимым для всей иммунной системы человека. Он вырабатывается только во время сна, только в темноте, только в период с 11 вечера до 2-3 часов ночи.

А если человек в этот период времени не спит, он лишает себя нормального процесса восстановления сил.

Вопрос 5. *«Кто может назвать второй из четырёх ключей?»*

Правильный ответ:

Второй ключ – это образование, наши навыки и умения.

Вопрос 6. *«В фильме говорилось о том, что иногда ребята не знают, зачем они учатся, и у них возникает вопрос, стоит ли вообще учиться или лучше устроиться на работу. Кто-то задавал себе вопрос, зачем он учится в школе, как ему это пригодится в жизни? (Ответы учащихся) Кто может сказать, чему самому главному учится человек, обуча-ясь в школе, колледже, институте?»*

Правильный ответ:

Задача учёбы не в том, чтобы мы запомнили как можно больше исторических дат и формул. Главная задача во время обучения – дисциплинировать себя, научиться трудиться, фокусироваться на цели, проектно мыслить. Это поможет нам в будущем решать различные задачи, которые будут возникать в жизни.

Вопрос 7. *«Давайте попробуем назвать то, что можно делать для развития нашей сферы образования».*

Правильный ответ:

- Читать книги и статьи. Например, можно выработать привычку читать не менее 15 минут в день;
- Ставить и записывать цели на неделю, месяц, год, подводить итоги своих достижений;
- Избегать пустого времяпрепровождения у телевизора, за компьютерными играми, в интернете;
- Слушать и смотреть то, что интеллектуально развивает. Например, смотреть в Youtube видео на исторические темы.

Вопрос 8. *«Кто может назвать третий из четырёх ключей, которые были в фильме?»*

Правильный ответ:

Третий ключ – это отношения с окружающими.

Ведущий комментирует правильный ответ (пример):

«Отношения пронизывают всю нашу жизнь: на работе, в школе, в семье, в обществе в целом. От того, как мы выстраиваем отношения, как с обществом, так и с отдельными людьми, зависит очень многое: насколько мы будем счастливы, насколько гармонична будет наша жизнь, насколько мы будем успешны».

Вопрос 9.

«Почему круг общения человека - его друзья, окружение - влияет на то, чего он добьётся в жизни? Что означает поговорка «Скажи мне, кто твой друг, и я скажу, кто ты?»»

Правильный ответ:

В повседневной жизни мы не замечаем, как постепенно идеи окружающих людей пропитывают нас. Чужие убеждения мы начинаем принимать за своё собственное решение и видение.

В общении с людьми мы понимаем, как они достигали своих результатов, понимаем, что ими движет, перенимаем их опыт. Например, если мы хотим спортивных достижений, мы можем общаться и дружить с теми, кто преуспевает в спорте. Если хотим преуспеть в вопросах финансов, то нужно искать общение среди людей, у которых есть хорошие результаты в этой сфере. Общаясь, мы понимаем, как они достигают своих результатов, и можем воплотить это в своей жизни.

Вопрос 10.

«Давайте вспомним, что можно делать для построения хороших отношений?»

Правильный ответ:

- Проявлять внимание к членам семьи. Например, сходить с родителями в музей или концертный зал;
- Помогать окружающим людям, участвовать в благотворительных акциях и волонтерской деятельности;
- Развивать отношения с порядочными и целеустремлёнными людьми;
- Посещать литературные и туристические клубы, музыкальные и спортивные кружки.

Вопрос 11.

«Кто может назвать четвёртый ключ?»

Правильный ответ:

Четвёртый ключ – это наш внутренний мир.

Вопрос 12.

«Почему человеку важно развивать свой внутренний мир?»

Правильный ответ:

Внутренний мир - это наша духовная составляющая: источник ценностей, целей, смысла и внутренней силы. Если у нас нет внутренних ценностей, любые внешние факторы будут влиять на нас и выводить из себя. Например, кто-то задел нас в транспорте или сказал что-то не так, и мы выходим из равновесия и тратим свои силы, чтобы преодолеть это.

Вопрос 13.

«Можно услышать фразу: «человек есть то, что он ест». Но ведь мы ещё и то, что мы слушаем, читаем, смотрим. И то, что попадает в наше сознание, не менее важно, чем то, что попадает в наше тело. Давайте подумаем, как нам правильно питать наш внутренний мир?»

Правильный ответ:

- Быть избирательным к тому, что мы смотрим, читаем и слушаем. Например, если

музыка или фильмы вызывают депрессию, злость, подавленность, желание быть жестоким – это мусор. С другой стороны, если музыка и фильмы вдохновляют и дают надежду, помогают расслабиться - это хороший источник энергии и развития в жизни;

- Анализировать свою жизнь, учиться смотреть на себя со стороны, учиться осознавать свои мысли и чувства;
- Наполнять свой внутренний мир, например, читая глубокомысленные книги, проводя время на природе.

Ведущий комментирует правильный ответ (пример):

«Сейчас мы можем не знать, кем мы будем в будущем, какие достижения и победы нас ждут. Но, если мы развиваемся, работаем над собой, нам постепенно это будет открываться. Ведь человек либо развивается, либо деградирует, третьего не дано. И время, которое мы уделяем на развитие каждой из сфер нашей жизни, обязательно принесёт свои плоды».

ШАГ 9. Подведение итогов занятия.

Ведущий благодарит учащихся за ответы на вопросы, за интересное обсуждение, за активность и внимание.

Самым активным участникам обсуждения можно подарить призы: закладки для книг или диски Организации «Общее дело».

ПОШАГОВЫЙ ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЯ

«ДЕВУШКА В СОВРЕМЕННОМ СОЦИУМЕ»

ШАГ 1. Ведущий представляет себя, называет своё имя, знакомится с аудиторией.

ШАГ 2. Ведущий представляет цель занятия:

«Наша встреча сегодня посвящена прекрасной половине нашего общества. Сегодня мы будем говорить о девушках. Уверен, что мужчинам эта информация тоже будет полезна. Наверняка многие слышали выражение «успешная женщина». Очевидно, что у женщины для достижения успеха, гармонии в жизни, раскрытия своего потенциала в сравнении с мужчиной есть свои особенности. Сегодня мы с вами посмотрим, каковы особенности женской природы. Попробуем раскрыть тайну природы женщины».

ШАГ 3. Ведущий объявляет регламент занятия:

«Сейчас мы вместе посмотрим короткий фильм «Тайна природы женщины» и после просмотра обсудим с вами увиденное».

ШАГ 4. Ведущий обращается к аудитории с просьбой смотреть и слушать внимательно, о чём будет идти речь в фильме, и рекомендует учащимся по ходу просмотра записывать все моменты, вызывающие вопросы, для последующего обсуждения.

ШАГ 5. Ведущий просит учащихся выключить звук на своих мобильных телефонах и подготовить бумагу и ручки для записи.

ШАГ 6. Ведущий включает фильм «Тайна природы женщины».

ШАГ 7. Ведущий вместе с учащимися внимательно и заинтересованно смотрит фильм, чтобы присутствующие в аудитории осознавали важность происходящего на экране.

ШАГ 8. По окончании фильма ведущий организует его обсуждение. В начале занятия ведущий кратко рассказывает собственный вдохновляющий опыт первого просмотра данного фильма. Затем он задаёт вопрос аудитории, выслушивает различные варианты ответов, проговаривает некоторые из них вслух и дожидается, пока кто-то из учащихся предложит правильный ответ. Ведущий благодарит учащихся за верные ответы и формулирует их ещё раз. Если правильный ответ так и не прозвучал, ведущий излагает его сам.

ПРИМЕРЫ ВОПРОСОВ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ И ПРАВИЛЬНЫЕ ОТВЕТЫ

Вопрос 1. *«Кто может сказать, почему женская природа в фильме сравнивается с батареей, а мужская - с аккумулятором?»*

Правильный ответ:

Основные качества в девочке заложены с рождения: чистота, нравственность, забота о детях, семье. И основная её задача - сохранить и проявить эти качества. Это можно сравнить с батареей, которая изначально уже имеет заряд. Мальчик, напротив, с рождения не имеет внутреннего понимания мужских качеств, и его задача в том, чтобы развить в себе эти качества, преодолевая трудности, препятствия в жизни. Его можно сравнить с аккумулятором, который нужно зарядить.

Вопрос 2. *«Почему для девушки важно сохранить нравственную чистоту, и как это скажется на её будущей семейной жизни?»*

Правильный ответ:

Наиболее крепкие браки создаются там, где в обществе соблюдается нравственная чистота, а половая распущенность считается ненормальным явлением. Мужчина, планирующий с девушкой серьёзные отношения, ценит именно эти качества и готов заботиться о ней. И, наоборот, девушке, растратившей нравственную чистоту, тяжелее создать семью, сохранить отношения с близким человеком.

Вопрос 3. *«Что происходит с девушкой, если она общается в компании, где курят, пьют алкоголь, ругаются матом?»*

Правильный ответ:

Если молодые люди ведут себя так в присутствии девушки, они её не уважают и она теряет самоуважение. Когда человек не уважает самого себя, его никто не будет уважать. Соответственно, девушке будет сложно в будущем построить настоящие отношения. Если мужчина планирует серьёзные отношения, он будет искать девушку без вредных привычек. Обычно, если он хочет просто развлекаться, ему всё равно, она ему не интересна как личность.

Вопрос 4. *«Это также демонстрируют результаты опроса. Кто помнит, как отвечали парни на вопрос: «Как Вы относитесь к тому, что девушки курят?»*

Правильный ответ:

- «Как Вы относитесь к тому, что девушки курят?» 42% ответили, что отрицательно.
- «Как Вы относитесь к тому, что в твоей компании девушки курят?» Уже 84% ответили, что отрицательно.
- «Как Вы отнесётесь к тому, что Ваша будущая жена будет курить?» 100% - категорически против.

Вопрос 5. *«Почему девушке не следует носить откровенную одежду?»*

Правильный ответ:

Если девушка создаёт привлекательность на уровне тела, она привлечёт того, кто будет интересоваться не ей самой, а её телом. Открытая одежда привлекает тех, кто

просто хочет воспользоваться девушкой. Если парень планирует строить настоящие отношения, такая одежда его только оттолкнет. Если девушка хочет привлечь мужчину, который будет внимателен к ней, будет проявлять заботу о ней и их будущих детях, то привлекать нужно женскими качествами характера, а не открытыми частями тела.

Вопрос 6. *«В чём опасность приёма противозачаточных гормональных препаратов?»*

Правильный ответ:

Это очень сильный удар по гормональной системе девушки, который наносит непоправимый урон. Приём этих препаратов часто приводит к бесплодию, трудноизлечимому ожирению.

Вопрос 7. *«Кто может сказать, защищают ли презервативы от венерических заболеваний и СПИДа и почему?» (Схематично нарисуйте на доске пору презерватива и вирус СПИДа или попросите нарисовать это кого-нибудь из присутствующих).*

Правильный ответ:

Нет, не защищают. Размер вируса СПИДа - 0,1 микрона, тогда как размер поры латекса презерватива - 5 микрон, то есть в 50 раз больше. По масштабу это можно сравнить с футбольным мячом в дверном проёме. Очевидно, что при таком размере вирус легко сможет проникнуть через поры презерватива и заразить человека.

Вопрос 8. *«Почему для девушки нежелательно состоять в незарегистрированных отношениях, сожительстве?»*

Правильный ответ:

Чаще всего сожительство не доходит до свадьбы. Если же девушка просто общается с парнем, не вступая с ним в близкие отношения, она может понять, её ли это человек, какие у него планы на жизнь и не оставит ли он её в самый ответственный момент. В сожительстве выяснять это, как правило, уже поздно.

Вопрос 9. *«Что делать девушке, чтобы построить настоящие искренние взаимоотношения с молодым человеком?»*

Правильный ответ:

Настоящие отношения между мужчиной и женщиной основаны на глубоком взаимном уважении. Чтобы парень уважал девушку, ей важно самой научиться уважать себя по-настоящему. Это значит избегать компаний, где курят, пьют алкоголь, матерятся; не растрчивать себя на несерьёзные отношения. Важно правильно одеваться, следить за своей речью. Ведь если девушка хочет встретить «принца», ей самой нужно стать «принцессой».

ШАГ 9. Подведение итогов занятия.

Ведущий благодарит учащихся за ответы на вопросы, за интересное обсуждение, за активность и внимание.

Самым активным участникам обсуждения можно подарить призы: закладки для книг или диски Организации «Общее дело».

ПОШАГОВЫЙ ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЯ

«5 СЕКРЕТОВ НАСТОЯЩЕГО МУЖЧИНЫ»

ШАГ 1. Ведущий представляет себя, называет своё имя, знакомится с аудиторией.

ШАГ 2. Ведущий представляет цель занятия:

«В школе, колледже, институте мы получаем прикладные знания по математике, физике, истории. Но есть знания, которые необходимы для того, чтобы мы были успешны в любой сфере, какую профессию мы бы ни выбрали. Сегодня мы с вами поговорим о пяти секретах настоящего мужчины. Уверен, девушкам это будет также полезно и интересно. Как минимум они узнают, каким должен быть настоящий мужчина».

ШАГ 3. Ведущий объявляет план занятия:

«Сейчас мы вместе посмотрим короткий фильм «5 секретов настоящего мужчины» и после просмотра побеседуем о содержании фильма».

ШАГ 4. Ведущий обращается к аудитории с просьбой смотреть и слушать внимательно и рекомендует учащимся по ходу просмотра записывать все моменты, вызывающие вопросы, для последующего обсуждения.

ШАГ 5. Ведущий просит учащихся выключить звук на своих мобильных телефонах и подготовить бумагу и ручки для записи.

ШАГ 6. Ведущий включает фильм «5 секретов настоящего мужчины».

ШАГ 7. Ведущий вместе с учащимися внимательно и заинтересованно смотрит фильм, чтобы присутствующие в аудитории осознавали важность происходящего на экране.

ШАГ 8. По окончании фильма ведущий организует его обсуждение. В начале занятия ведущий кратко рассказывает собственный вдохновляющий опыт первого просмотра данного фильма. Затем он задаёт вопрос аудитории, выслушивает различные варианты ответов, проговаривает некоторые из них вслух и дожидается, пока кто-то из учащихся предложит правильный ответ. Ведущий благодарит учащихся за верные ответы и формулирует их ещё раз. Если правильный ответ так и не прозвучал, излагает его сам.

ПРИМЕРЫ ВОПРОСОВ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ И ПРАВИЛЬНЫЕ ОТВЕТЫ

Вопрос 1. *«Кто может назвать первый секрет настоящего мужчины?»*

Правильный ответ:

Первый секрет настоящего мужчины - целеустремлённость.

Вопрос 2. *«Какие преимущества человек получает, если ставит и прописывает свои цели?»*

Правильный ответ:

Давайте представим, что мы начинаем путешествие. Мы ставим точку на карте, в которую хотим прийти, и по ходу движения смотрим, приближаемся мы к ней или нет. Это и есть принцип постановки целей в жизни. Этот принцип работает как для кратковременных, так и для долгосрочных целей. Если мы хотим чего-то достигнуть, у нас должно быть понимание, куда мы идём и чего мы хотим добиться.

Вопрос 3. *«Кто может вспомнить, какой опрос о целеустремлённости был проведён в Гарвардской бизнес-школе? Кто-то запомнил цифры?»*
(Запишите на доске правильный ответ, уточняя в аудитории результат по каждому пункту опроса).

Правильный ответ:

Студентам задали вопрос: «Ставите ли вы цели на будущее и прописываете ли их?» 3% студентов ставили и прописывали цели; 13% студентов ставили, но не записывали цели; 84% студентов не имели никаких конкретных целей. Через 10 лет они были опрошены снова. В итоге, те, кто ставил четкие цели, но не прописывал их, зарабатывали в среднем вдвое больше, чем те, кто не ставил перед собой целей. А те молодые люди, кто письменно фиксировал свои цели, зарабатывали в среднем в 10 раз больше, чем все остальные опрошенные.

Вопрос 4. *«Кто может назвать второй секрет настоящего мужчины?»*

Правильный ответ:

Второй секрет настоящего мужчины - ответственность.

Вопрос 5. *«Что даёт мужчине развитие такого качества, как ответственность?»*

Правильный ответ:

Давайте подумаем, кого мы можем назвать взрослым человеком? По сути, взрослый человек - это тот, кто берёт ответственность за свои действия. Если человек не несёт ответственность за свою жизнь, это означает, что это ещё ребёнок, независимо от биологического возраста. Ответственность - это основной признак зрелости человека. Это жизненно необходимое качество, без которого мужчина вообще не может развиваться как личность, получить уважение в обществе.

Вопрос 6. *«Как можно узнать человека, который не хочет брать на себя ответственность (в фильме это называлось «навыки неудачника»)?»*

Правильный ответ:

- Обвиняет во всех своих проблемах других людей, страну, правительство, родителей;

- Не берёт ответственность за свои поступки и слова;
- Не строит планов на будущее;
- Не хочет обучаться, получать новые знания и умения;
- Не думает о важных делах, смотрит телевизор, играет в компьютерные игры или «сидит» в интернете.

Вопрос 7. *«Кто может назвать третий секрет настоящего мужчины?»*

Правильный ответ:

Третий секрет настоящего мужчины - уверенность. Основой уверенности является наработка жизненного опыта, навыков и умений.

Вопрос 8. *«Какие ложные проявления уверенности вы запомнили из фильма?»*

Правильный ответ:

Например, курение или употребление алкоголя с целью казаться взрослее. В действительности ребята демонстрируют этим свою неуверенность, делают то, что хотят от них другие. Они показывают, что не занимаются серьёзной деятельностью, которая и даёт подлинную уверенность.

Вопрос 9. *«Кто может назвать четвёртый секрет настоящего мужчины?»*

Правильный ответ:

Четвёртый секрет настоящего мужчины - положительные качества. Если мы искореняем в себе плохие качества и развиваем положительные качества, то это приводит нас к успеху.

Вопрос 10. *«Кто может назвать, что ведёт нас к успеху, а что приводит к деградации?»* (Запишите на доске правильные ответы, уточняя у аудитории результат по каждому пункту).

Правильный ответ:

Ведёт к успеху:

- чтение книг;
- творческое развитие;
- физические упражнения;
- общение с мудрыми людьми;
- трудолюбие;
- постановка целей;
- выполнение обещаний;
- добрые дела;
- честность.

Приводит к деградации:

- лень;
- негативное мышление;
- критика и сплетни;
- курение, алкоголь;
- порнография;
- дурное общение;

- нарушение обещаний;
- пустая трата времени в интернете, на компьютерные игры, на просмотр телевизора;
- ложь.

Вопрос 11. *«Кто может назвать пятый секрет настоящего мужчины?»*

Правильный ответ:

Пятый секрет настоящего мужчины - положительные привычки. Поступки определяют привычки, привычки формируют качества характера, характер определяет судьбу.

Вопрос 12. *«Давайте вспомним, какие привычки есть у успешных людей, а какие у неуспешных. Я буду называть привычку, а вы будете решать, кому она больше свойственна».*

Правильный ответ:

- Составляют список дел на день, неделю, год. *(успешные)*
- Фокусируются на достижении конкретной цели. *(успешные)*
- Питаются фастфудом. *(неуспешные)*
- Занимаются физическими упражнениями не менее 4-х раз в неделю. *(успешные)*
- Смотрят ТВ, реалити-шоу. *(неуспешные)*
- Читают развивающую литературу. *(успешные)*
- Уверены, что стоит всю жизнь учиться и самосовершенствоваться. *(успешные)*

84% успешных людей верят, что правильные привычки помогли им достичь успеха, а среди неуспешных в это верят всего лишь 9%.

ШАГ 9. Подведение итогов занятия.

Ведущий благодарит учащихся за ответы на вопросы, за интересное обсуждение, за активность и внимание. Подводит итог и предлагает всем вместе назвать все пять секретов настоящего мужчины:

- ставить цели, планировать своё время;
- брать ответственность за свою жизнь;
- развивать уверенность, зарабатывая навыки и умения;
- формировать положительные качества характера;
- приобретать и развивать положительные привычки.

Самым активным участникам обсуждения можно подарить призы: закладки для книг или диски Организации «Общее дело».

ПОШАГОВЫЙ ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЯ

«ПУТЬ ГЕРОЯ»

ШАГ 1. Ведущий представляет себя, называет своё имя, знакомится с аудиторией.

ШАГ 2. Ведущий представляет цель занятия:

«Скорее всего, каждый из присутствующих хотя бы раз играл в компьютерные игры. Так ли это?» Ответ учащихся.

«А кто знает, что такое игры RPG?» Ответ одного из поднявших руку школьников и всех желающих дополнить ответ.

«Всё верно! Это игры, где надо «прокачивать» своего игрока, наработать опыт, получить новые навыки. Поднимите, пожалуйста, руку те, кто уже знаком с такими играми? Интересно, что наша жизнь очень похожа на такую игру, на игру, герои которой мы сами. И я хочу предложить вам сегодня сравнить играющего человека, геймера, с героем компьютерной игры. Это поможет вам узнать, как раскрыть свой потенциал, добиться заслуженного уважения, как стать полноценной личностью в реальной жизни».

ШАГ 3. Ведущий объявляет план занятия:

«Сейчас мы вместе посмотрим короткий фильм «Путь героя» и после просмотра побеседуем о содержании фильма».

ШАГ 4. Ведущий обращается к аудитории с просьбой смотреть и слушать внимательно, о чём будет идти речь в фильме, и рекомендует учащимся по ходу просмотра записывать все моменты, вызывающие вопросы, для последующего обсуждения.

ШАГ 5. Ведущий просит учащихся выключить звук на своих мобильных телефонах и подготовить бумагу и ручки для записи.

ШАГ 6. Ведущий включает фильм «Путь героя».

ШАГ 7. Ведущий вместе с учащимися внимательно и заинтересованно смотрит фильм, чтобы присутствующие в аудитории осознавали важность происходящего на экране.

ШАГ 8. По окончании фильма ведущий организует его обсуждение. В начале занятия ведущий кратко рассказывает собственный вдохновляющий опыт первого просмотра данного фильма. Затем он задаёт вопросы аудитории, выслушивает различные варианты ответов, проговаривает некоторые из них вслух и дожидается, пока кто-то из учащихся предложит правильный ответ. Ведущий благодарит учащихся за верные ответы и формулирует их ещё раз. Если правильный ответ так и не прозвучал, формулирует его сам.

ПРИМЕРЫ ВОПРОСОВ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ И ПРАВИЛЬНЫЕ ОТВЕТЫ

Вопрос 1. *От тех, кто посмотрел этот фильм, часто можно услышать такой вопрос: «Неужели совсем нельзя играть в компьютерные игры?» На самом деле в фильме этого не сказано. В нём есть несколько основных тезисов, один из которых следующий: во что мы вкладываем своё время, то и развиваем.*

Ведущий задаёт вопрос аудитории:

«Как вы считаете, сколько времени в неделю тратит человек, играющий в компьютерные игры?»

Правильный ответ:

В среднем около 15 часов. Бывает, конечно, на порядок больше. Это 750 часов в год или 31 день, т.е. целый месяц, включая день и ночь.

Ведущий комментирует правильный ответ (пример):

«Например, среднее прохождение игры Fallout-4 занимает 400 часов. Для сравнения, полный курс по программированию и базам данных составляет 270 часов. Стандартный курс обучения водителей на категорию «В» состоит из 160 академических часов - это 120 обычных часов. И вот вопрос: что нам реально пригодится в жизни?»

Вопрос 2. *«Кто может вспомнить два примера, рассказывающие о том, куда участники фильма вкладывали своё время и как изменилась их жизнь?»*

Правильный ответ:

В фильме Михаил Носов рассказал, как он научился играть на гитаре, а Злата Ибрагимова рассказала, как она за год выучила французский язык.

Вопрос 3. *«Давайте подумаем, куда человек мог бы вложить своё время, потраченное в течение года на компьютерные игры, так, чтобы это могло пригодиться ему в реальной жизни? Кто может привести примеры? Можно вспомнить их из фильма».*

Правильный ответ:

Например, навык грамотно и интересно говорить. Для этого можно каждый день уделять время чтению классической, научно-популярной или профессиональной литературы.

Физическое развитие. Особенно важно для парней, чтобы они могли при необходимости постоять за себя или заступиться за девушку. Ведь это странно, когда ты «прокачиваешь» силу персонажа, но не укрепляешь силу собственного тела. Для этого можно не менее трёх раз в неделю делать физические упражнения. Например, бегать, заниматься на турниках, кататься на велосипеде, плавать.

Творческое развитие. Можно научиться играть на музыкальном инструменте, например, на гитаре. Заниматься художественным творчеством, рисовать. Участвовать в театральных постановках, поэтических вечерах.

Ведущий комментирует правильный ответ (пример):

«Если человек уделяет, например, 4 часа в неделю физическому развитию, 4 часа

- творческому развитию, 6 часов - чтению литературы или просмотру видео для развития профессиональных навыков, и при этом тратит 2 часа на компьютерные игры, то в этом нет проблемы. «Делу время, потехе час». В результате время будет работать на твоё развитие».

Вопрос 4. *«Давайте подумаем, что человек теряет, если он проводит много времени за компьютерными играми? Кто может привести примеры из фильма или свои собственные?»*

Правильный ответ:

Он ухудшает своё здоровье, прежде всего, зрение.

Также снижает свой творческий потенциал, привыкая действовать по шаблону заложенных в играх вариантов действий.

И, конечно, он теряет время. Помните один из примеров в фильме, который приво- дил Матвей Северянин: «За 5000 часов можно практически любой навык освоить. Да, это будет не уровень профессионала, но это будет хороший средний уровень, кото- рый может позволить тебе зарабатывать деньги, кормить свою семью и делать вещи, которые тебе более интересны.

Вопрос 5. *«Ещё один распространённый вопрос от людей, посмотревших фильм: «А как же кибер-спорт? Ведь на играх можно зарабатывать деньги». Как вы считаете, сколько человек из тех, кто играет в ком- пьютерные игры, участвует в игровых турнирах и зарабатывает на этом? Сколько человек в вашем окружении выбрали участие в играх как профессию?»*

Правильный ответ:

Из миллионов игроков как профессию участие в играх выбрали всего несколько сотен людей во всём мире, и это является неким исключением из общего правила.

Вопрос 6. *«Насколько применимы в нашей реальной жизни навыки, полученные персонажем в игре? Для чего человеку необходимо приобретать и развивать собственные навыки и способности?»*

Правильный ответ:

Эти навыки не имеют ничего общего с реальным миром. Даже для того, чтобы при- готовить обед, требуются знания и навыки.

Развитие способностей необходимо для достойного будущего, для получения заслуженного уважения в обществе. Есть профессиональные навыки, которыми мы должны обладать, чтобы получить хорошую работу. Например, быть общительным, ответственным, непрерывно повышать своё образование.

Вопрос 7. *«Кто может вспомнить один интересный пример по поводу вело- гонки, который привёл Михаил Носов? Это когда ты участвуешь в велогонке и кто-то едет за тобой. Зачем это делается?»*

Правильный ответ:

Это драфтинг - когда кто-то «сидит у тебя на колесе», едет за тобой и это позволяет

ему экономить силы и при этом ехать с такой же скоростью.

Вопрос 8. *«Как принцип драфтинга работает в обычной жизни?»*

Правильный ответ:

Когда мы видим людей, которые идут вперёд, общаемся с ними и берём с них пример, у нас неожиданно получается в жизни то, чего раньше не получалось. Жизнь показывает, что мы можем добиваться новых успехов, следуя за успешными людьми. Окружение влияет на всю нашу жизнь, на то, кем мы станем. Есть люди, которые тянут нас вниз, а есть те, кто помогает нам стать лучше, раскрыть свои таланты.

Вопрос 9. *«Почему важно избегать дурного общения и, наоборот, стремиться к общению с целеустремлёнными и порядочными людьми?»*

Правильный ответ:

Окружение - это очень важный момент в жизни любого человека. Окружение влияет на всю нашу жизнь, на то, кем мы станем. Если мы общаемся с людьми, которые принимают наркотики, то рано или поздно кто-то предложит нам попробовать дозу. Если наши друзья тратят время только на то, чтобы играть в компьютерные игры, рано или поздно мы тоже можем перенять такой образ жизни.

Если мы общаемся с целеустремлёнными, ответственными и порядочными людьми, то это делает нас лучше и помогает достигать в жизни хороших результатов. К примеру, если твои друзья серьёзно увлечены какой-либо деятельностью, например, изучением языков, программированием, моделированием, тебе будет гораздо легче найти что-то увлекательное и для себя. Известная мудрость гласит: «Скажи мне, кто твой друг, и я скажу, кто ты».

Вопрос 10. *«Давайте подумаем, где мы можем находить интересное общение?»*

Правильный ответ:

Мы можем участвовать в общественных организациях, например, стать волонтером в благотворительном проекте. Посещать литературные и туристические клубы, музыкальные и спортивные кружки, смотреть видео на интересные темы, например, лекции по истории - ведь это тоже общение!

Вопрос 11. *«Бывает так, что погружение в игру является попыткой скрыться от проблем, убежать от реальности. К чему это может привести? И почему, на ваш взгляд, человек так поступает?»*

Правильный ответ:

Скрываясь от реальности, проблемы только увеличиваются. Каждый день, проведённый за игрой, приумножает и ни в коем случае не решает те проблемы, которые могут быть в реальной жизни: неуверенность в себе, конфликты со сверстниками и близкими людьми, плохая успеваемость и т.д. Нет неразрешимых проблем, только надо решать их не искусственно, получая временное облегчение, «убегая в игру», а прилагая усилия в реальной жизни.

Вопрос 12. | *«Как вы понимаете девиз фильма «Не играть в героя, а быть им»?»*

Правильный ответ:

Тратя своё время на развитие компьютерного персонажа, человек перестаёт развиваться сам. Каждый из нас уникален и приходит в этот мир со своими талантами и предназначением. Путь каждого из нас неповторим. Можно придумать тысячу отговорок, чтобы тратить своё время, сидя за компьютером, вместо того, чтобы интересно жить в реальном мире. Самая интересная игра – это реальная жизнь человека, жизнь настоящего героя.

ШАГ 9. Подведение итогов занятия.

Ведущий благодарит учащихся за ответы на вопросы, за интересное обсуждение, за активность и внимание. Самым активным участникам обсуждения можно подарить призы: закладки для книг или диски Организации «Общее дело».

ПОШАГОВЫЙ ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЯ

«УРОВНИ РАЗВИТИЯ ОТНОШЕНИЙ»

ШАГ 1. Ведущий представляет себя, называет своё имя, знакомится с аудиторией.

ШАГ 2. Ведущий представляет цель занятия:

«Наверное, все вы согласитесь с тем, что в школе мы учимся многому: математике, русскому языку, физике, химии и даже петь, но не учимся, как строить взаимоотношения в семье, с друзьями, с противоположным полом. Такого предмета нет, но все хотят иметь хорошие отношения, счастливую семью в настоящем и будущем, избегать конфликтов. Поэтому очень важно знать, что существуют определённые принципы построения взаимоотношений. Если эти принципы изучить, то можно избежать множества ошибок и научиться строить гармоничные взаимоотношения с близкими, с любимым человеком».

ШАГ 3. Ведущий объявляет план занятия:

«Сейчас мы вместе посмотрим короткий фильм «Как научиться любить?» и после просмотра обсудим его, побеседуем о содержании фильма».

ШАГ 4. Ведущий обращается к аудитории с просьбой смотреть и слушать внимательно, о чём будет идти речь в фильме, и рекомендует учащимся по ходу просмотра записывать все моменты, вызывающие вопросы, для последующего обсуждения.

ШАГ 5. Ведущий просит учащихся выключить звук на мобильных телефонах и подготовить бумагу и ручки для записи.

ШАГ 6. Ведущий включает фильм «Как научиться любить?».

ШАГ 7. Ведущий вместе с учащимися внимательно и заинтересованно смотрит фильм, чтобы присутствующие в аудитории осознавали важность происходящего на экране.

ШАГ 8. По окончании фильма ведущий организует его обсуждение. В начале занятия ведущий кратко рассказывает собственный вдохновляющий опыт первого просмотра данного фильма. Затем он задаёт вопрос аудитории, выслушивает различные варианты ответов, проговаривает некоторые из них вслух и дожидается, пока кто-то из учащихся предложит правильный ответ. Ведущий благодарит учащихся за верные ответы и формулирует их ещё раз. Если правильный ответ так и не прозвучал, излагает его сам.

ПРИМЕРЫ ВОПРОСОВ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ И ПРАВИЛЬНЫЕ ОТВЕТЫ

Вопрос 1. *«Как вы помните, фильм начался с отрывка из книги. Кто запомнил, из какого произведения? (Ответы учащихся). Лев Николаевич Толстой, «Крейцера соната». Главный герой сказал, что любви нет и, если и возникают какие-то чувства, то на короткое время: на месяцы, на недели, на дни, на часы. Он сказал: «Каждый мужчина испытывает то, что вы называете любовью, к каждой красивой женщине». Как вы думаете, почему главный герой этого произведения сказал, что любви нет?»*

Правильный ответ:

Под любовью он понимал просто половое влечение. Что мы видим сейчас в современном обществе? Например, люди встретились, испытали симпатию друг к другу, их захлестнули чувства. Но проходит буквально немного времени, как говорит герой Толстого, месяц или даже неделя — и любовь прошла. Что же это за любовь такая? Нам просто надо разобраться в терминологии. Когда нам говорят, что возникла любовь, на самом деле, это не любовь, а всего лишь влечение, половое влечение.

Вопрос 2. *«Кто может вспомнить, как называется первая стадия взаимоотношений? Помните, подруга главной героини в фильме говорила об этом в чате. Эта стадия была проиллюстрирована в журнале». (Ведущий просит кого-то из учащихся записать ответ на доске).*

Правильный ответ:

Первая стадия - это влюблённость, насыщение.

Вопрос 3. *«А чем характеризуется эта первая стадия, кто может сказать?»*

Правильный ответ:

Это стадия, когда человек хочет насыщаться: что-то брать и брать от другого человека. Обнимать, говорить по телефону, разговаривать с ним часами и т.д. Поэтому её второе название - насыщение. Мужчина и женщина испытывают сильное влечение друг к другу, так как в организме начинают вырабатываться определённые гормоны, и они полагают, что это не закончится никогда.

Вопрос 4. *«Затем наступает вторая стадия. Кто помнит, как она называется?» (Ведущий просит кого-то из учащихся записать ответ на доске).*

Правильный ответ:

Пресыщение.

Вопрос 5. *«А почему люди переходят на эту стадию отношений?»*

Правильный ответ:

Когда наступает пресыщение чувствами, влюблённые привыкают друг к другу и уже начинают друг другу надоедать. Наши чувства можно сравнить с сосудом. Любой сосуд рано или поздно наполнится. Помните пример из фильма про торт? Представьте, что вы изо дня в день едите один и тот же торт, например, «Птичье молоко», и через месяц вы уже смотреть на него не сможете. Это пресыщение.

Вопрос 6.

«Что возникает по мере всё большего насыщения чувствами? Как называется следующая стадия?» (Ведущий просит кого-то из учащихся записать ответ на доске).

Правильный ответ:

Отвращение. Период отвращения - это период глубоких разочарований. Именно на этой стадии случаются почти все разводы в семьях.

Вопрос 7.

«А кто может сказать, почему люди, которые так друг к другу хорошо относились, начинают ссориться, ругаться, даже оскорблять друг друга? Можно услышать такие фразы: «Ты так изменился!», «Ты стала другой!» Хотя на самом деле люди остались прежними».

Правильный ответ:

Изначально влюблённые просто хотели наслаждаться друг другом, а когда пресытились чувствами, то стали присматриваться друг к другу и находить недостатки.

Наши чувства могут проходить несколько фаз: голод, насыщение, пресыщение, отвращение. Сначала мы очень сильно чего-то хотим, испытываем влечение, потом насыщаемся чувствами, затем можем ими пресытиться. В результате может наступить отвращение, как в примере с тортом, или разочарование в другом человеке.

Как правило, в момент влюблённости мы любим человека ещё не как личность, а просто как источник наших положительных чувств, поэтому склонны идеализировать его, любить свои представления о нём. Разочарование - это всегда расставание со своими собственными представлениями об этом человеке.

Вопрос 8.

«Допустим, бывшие влюблённые поняли, что это было просто половое влечение: они пресытились чувствами и появилось разочарование. Что тогда делать? Кто помнит, как называется следующая стадия?» (Ведущий просит кого-то из учащихся записать ответ на доске).

Правильный ответ:

Следующая стадия – это работа над собой, над развитием своей способности видеть и принимать человека не только как средство для положительных чувств, но как уникальную личность со всеми её сильными и слабыми сторонами. Вдвоём мы вместе открываем друг друга, помогаем друг другу развить положительные качества.

Эта работа требует терпения. Но терпение не означает подавление себя, это созидательное качество. Терпеливый человек — это тот, кто не боится брать на себя ответственность за построение отношений с близким человеком, сохраняя и приумножая всё лучшее, что есть в этих отношениях (уважение, заботу).

Вопрос 9.

«А кто может сказать, что значит выполнение обязанностей, или исполнение долга?»

Правильный ответ:

Если близкий человек изо дня в день делает для нас что-то хорошее, мы начинаем испытывать благодарность. Чувство благодарности рождает ещё большее уважение к человеку. Если люди уважают и заботятся друг о друге, то обязанности и чувство долга

(перед близким человеком, перед семьёй) становятся естественными проявлениями человека, они укрепляют отношения и возвышают человеческое достоинство. Поэтому долг не противоречит представлению о счастье.

Вопрос 10. *«Итак, мы подошли к верхней ступеньке – любовь. (Ведущий просит кого-то из учащихся записать это слово на доске). В фильме говорилось о ней как об уважении. Глубокое уважение – это близкое к любви состояние. Как же перейти на эту стадию?»*

Правильный ответ:

Любовь – это чувство зрелой личности, оно не может быть чем-то поверхностным, как её теперь преподносят. Она по своей природе духовна. Истинная любовь между близкими людьми появится лишь тогда, когда они в сотрудничестве друг с другом будут развивать свои положительные качества.

Вопрос 11. *«А что значит развивать свои положительные качества? И как это делать?»*

Правильный ответ:

Человек не может полюбить другого, если он не понимает самого себя. Поверхностный человек не может соприкоснуться ни с собственной глубиной, ни с глубиной другого человека. Развиваясь как личности, развивая свои положительные качества характера, мы сможем научиться понимать как самих себя, так и научимся понимать человека, который находится рядом с нами.

Например, для девушки важны такие качества, как чувство собственного достоинства, женственность. Для мужчины – уверенность в себе, ответственность.

Для того, чтобы развивать положительные качества личности, необходимо общаться с людьми, обладающими этими качествами, и перенимать их.

ШАГ 9. Подведение итогов занятия.

Ведущий благодарит учащихся за ответы на вопросы, за интересное обсуждение, за активность и внимание.

Подводит итог:

«Всем желаю найти по-настоящему близкого вам человека, построить с ним отношения, основанные на уважении и любви. Сегодня мы получили семена, и теперь только от нас зависит, что мы вырастим в своей жизни».

(Самым активным участникам обсуждения можно подарить призы: закладки для книг или диски Организации «Общее дело»).

ПОШАГОВЫЙ ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЯ

«МАТ – ГРЯЗНЫЕ СЛОВА»

ШАГ 1. Ведущий представляет себя, называет своё имя, знакомится с аудиторией.

ШАГ 2. Ведущий представляет цель занятия:

«Тема нашей сегодняшней встречи сквернословие, матерные слова. С одной стороны, кажется, что это достаточно простой вопрос. Каждый скажет: «ругаться плохо, это понятно». Но на самом деле этот вопрос гораздо глубже, чем кажется, и за матом скрыто то, что влияет на всю нашу жизнь».

ШАГ 3. Ведущий объявляет план занятия:

«Сейчас мы вместе посмотрим фильм, который называется «Грязные слова». Он идёт полчаса, а после мы обсудим его».

ШАГ 4. Ведущий обращается к аудитории с просьбой внимательно смотреть фильм и рекомендует учащимся по ходу просмотра записывать все возникающие вопросы для последующего обсуждения.

ШАГ 5. Ведущий просит учащихся выключить звук на мобильных телефонах и подготовить бумагу и ручки для записи.

ШАГ 6. Ведущий включает фильм «Грязные слова».

ШАГ 7. Ведущий вместе с учащимися внимательно и заинтересованно смотрит фильм, чтобы присутствующие в аудитории осознавали важность происходящего на экране.

ШАГ 8. По окончании фильма ведущий организует его обсуждение. В начале занятия ведущий кратко рассказывает собственный вдохновляющий опыт первого просмотра данного фильма. Затем он задаёт вопрос аудитории, выслушивает различные варианты ответов, проговаривает некоторые из них вслух и дожидается, пока кто-то из учащихся предложит правильный ответ. Ведущий благодарит учащихся за верные ответы и формулирует их ещё раз. Если правильный ответ так и не прозвучал, излагает его сам.

ПРИМЕРЫ ВОПРОСОВ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ И ПРАВИЛЬНЫЕ ОТВЕТЫ

Вопрос 1. *«В фильме был рассмотрен вопрос распространения мата в нашей стране. Очень часто задают вопрос о происхождении матерных слов. Как они появились? Надо сразу сказать, что фраза «русский мат» является неверной, матерные слова встречаются во всех славянских языках: в польском, словенском, сербском, македонском, болгарском. Их этимология, или другими словами, происхождение по-настоящему неизвестно. В Интернете можно встретить версию о том, что матерные слова использовали в ритуалах жрецы или что-то подобное, что есть якобы книги волхвов, где они встречаются, но это всё ложь. На самом деле не найдено ни одного источника, подтверждающего это. Люди распространяют такие домыслы просто с целью заработать на этом популярность или оправдать употребление матерных слов, ссылаясь на то, что это было всегда. Ведущий задаёт вопрос аудитории: А кто может сказать, в древней Руси был ли распространён мат среди населения?»*

Правильный ответ:

Мат не был распространён в Древней Руси.

Вопрос 2. *«Кто помнит, почему мат не был распространён в речи жителей Древней Руси?»*

Правильный ответ:

Употребление мата было недопустимо, потому что любые матерные слова считались оскорблением Богоматери, а подавляющее большинство населения было верующими людьми. Во-вторых, сквернословие считалось оскорблением своей родной матери, и, в-третьих, оскорблением Матери-земли, на которой человек проживал и которая его кормила.

Вопрос 3. *«Было два периода, когда уровень использования мата резко увеличился – в 1917 и 1991 годах. Как вы считаете, почему это произошло?»*

Правильный ответ:

И в 1917, и в 1991 году происходило разрушение государства, рушились нравственные ценности, и деградация проникала во все сферы жизни общества, в том числе и в речь. Если помните, в фильме было высказывание: «Язык – это зеркало, в нём каждый человек каждую минуту видит себя». И целая нация в каждый момент своей истории видит своё отражение в этом зеркале.

Сквернословие является определённым свидетельством состояния общества. И сейчас распространённость мата демонстрирует, к сожалению, духовное и нравственное падение России

Вопрос 4. *«Речь является отображением особенностей мышления человека, показателем его психологического здоровья. В фильме объяснялись психологические аспекты распространения мата в обществе. Кто запомнил, почему мат часто встречается у подростков?»*

Правильный ответ:

В молодёжной среде мат для некоторых подростков становится способом подстроиться под тех, кто их окружает. Если подростки выбирают мат как способ самоутверждения, то тем самым они демонстрируют свою неспособность привлечь к себе внимание достойным образом. Это характеризует их как людей с низкой самооценкой, не уважающих ни себя, ни других.

Вопрос 5.

«А кто может сказать, почему публичные люди используют мат? И какая опасность в этом для общества?»

Правильный ответ:

Нецензурная речь у людей публичных преследует цель эпатировать публику, вызвать к себе дополнительный интерес. Опасность в том, что их модель поведения копируется детьми и подростками. Но из-за низкого морального уровня такие люди не придают этому значения.

Ведущий комментирует правильный ответ (пример):

«Например, в газете «Аргументы и факты» было интервью с Гариком Мартиросяном. Журналист газеты спросил: «Вы же из интеллигентной семьи, Вы окончили Ереванский медицинский институт, но пишете тексты, в которых используете мат». Знаете, что он ответил? Он сказал: «Мы пытались сделать несколько программ без мата, но от этого наш рейтинг понизился». Из этого примера видно, что человек прекрасно понимает, что поступает плохо, но ради денег готов идти и на это.»

Вопрос 6.

«Иногда люди думают, что в некоторых жизненных ситуациях люди тебя поймут, только если выразишься матом, например, в армии или на стройке. Как вы считаете, насколько верно такое высказывание?»

Правильный ответ:

Использование нецензурных выражений в адрес подчинённых – это одна из форм унижения достоинства человека. И к тому же это свидетельствует об отсутствии профессионализма, о неспособности донести до человека свою мысль, не оскорбляя его при этом. Очевидно, что сильной личности незачем использовать такой метод воздействия. Например, великий полководец Александр Суворов, не проигравший за свою жизнь ни одного сражения, резко осуждал даже малейшее проявление мата в речи. При этом он пользовался исключительным уважением и доверием со стороны солдат и офицеров, потому что он был человеком высочайшей культуры, чести и отваги, рядом с которым окружающие также становились людьми высокой культуры.

Вопрос 7.

«В фильме было высказывание философа Сенеки «Речь – это показатель ума», а также приводилась поговорка: «От гнилого сердца и гнилые слова». Как Вы понимаете эти фразы?»

Правильный ответ:

Речь человека свидетельствует о нём, прежде всего, как о личности. Она говорит об его отношении к окружающему миру и к самому себе. По тому, как человек говорит, мы легко можем понять, каков круг его общения и чего от него ожидать. И если человек деградирует, то гнилые, скверные слова появляются как признак духовного

разложения. Слыша мат от конкретного человека, можно легко сделать вывод об его низком духовном состоянии.

Вопрос 8. *«Часто бывает, что взрослые люди, сами употребляющие мат, при этом не хотят, чтобы их дети матерились. Почему так происходит?»*

Правильный ответ:

Потому что у каждой личности есть глубоко заложенный внутренний критерий того, что её созидает, а что разрушает. Поэтому старшее поколение сознательно не хочет передавать младшему поколению то, что несёт разрушение человеку, его сознанию, интеллекту, а именно: употребление наркотических веществ, алкоголя, нецензурная брань. Однако тот факт, что современные взрослые люди всё же позволяют себе использовать, например, мат, говорит лишь о несовершенстве личностного развития. Но у каждого поколения есть шанс стать лучше и мудрее, чтобы быть положительным примером для своих детей.

ШАГ 9. Подведение итогов занятия.

Ведущий: *«В конце нашей встречи мне бы хотелось ещё раз отметить, что мы не просто пассивные носители языка, мы его исполнители и наследники его духовных сокровищ. А беречь русский язык – это не только то, что следует его охранять от грамматических ошибок, но и то, что нам необходимо воспитывать в себе чувство ответственности за каждое произносимое слово. Ведь нам доверен чудесный дар от наших предков – прекрасный русский язык».*

Ведущий благодарит учащихся за ответы на вопросы, за интересное обсуждение, за активность и внимание.

(Самым активным участникам обсуждения можно подарить призы: закладки для книг или диски Организации «Общее дело»).

ПОШАГОВЫЙ ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЯ

«ОПАСНОСТЬ ВИЧ И ДРУГИХ ЗППП»

ШАГ 1. Ведущий представляет себя, называет своё имя, знакомится с аудиторией.

ШАГ 2. Ведущий представляет цель занятия:

«Сегодня у нас с вами серьёзная и интимная тема - заболевания, передающиеся половым путём. Мы поговорим об отношениях между мужчиной и женщиной, и к чему могут привести не обдуманные поступки».

ШАГ 3. Ведущий объявляет план занятия:

«Сейчас мы вместе посмотрим короткий фильм «Докажи, что любишь» и после просмотра побеседуем о содержании фильма».

ШАГ 4. Ведущий обращается к аудитории с просьбой смотреть и слушать внимательно, о чём будет идти речь в фильме, и рекомендует учащимся по ходу просмотра записывать все моменты, вызывающие вопросы, для последующего обсуждения.

ШАГ 5. Ведущий просит учащихся выключить звук на мобильных телефонах и подготовить бумагу и ручки для записи.

ШАГ 6. Ведущий включает фильм «Докажи, что любишь».

ШАГ 7. Ведущий вместе с учащимися внимательно и заинтересованно смотрит фильм, чтобы присутствующие в аудитории осознавали важность происходящего на экране.

ШАГ 8. По окончании фильма ведущий организует его обсуждение. В начале занятия ведущий кратко рассказывает собственный вдохновляющий опыт первого просмотра данного фильма. Затем он поочерёдно задаёт вопросы аудитории, выслушивает различные варианты ответов, проговаривает некоторые из них вслух и дожидается, пока кто-то из учащихся предложит правильный ответ. Ведущий благодарит учащихся за верные ответы и формулирует их ещё раз. Если правильный ответ так и не прозвучал, ведущий излагает его сам.

ПРИМЕРЫ ВОПРОСОВ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ И ПРАВИЛЬНЫЕ ОТВЕТЫ

Вопрос 1. *«Что такое рак шейки матки, из-за чего он появляется? И почему он опасен в юном возрасте?»*

Правильный ответ:

Рак шейки матки – это болезнь репродуктивной системы женщины, характеризующаяся развитием на шейке матки злокачественной опухоли. В большинстве случаев онкология шейки матки возникает вследствие инфицирования организма женщины вирусом папилломы человека, распространяющимся половым путём. Рак шейки матки – это одно из самых частых заболеваний женщины репродуктивного возраста.

Чем моложе организм, в который попал вирус, тем он быстрее развивается, потому что у молодых девушек 16-17 лет очень много стволовых клеток на шейке матки. И, соответственно, очень быстро происходит развитие метастазирования.

Вопрос 2. *«Каков основной фактор развития рака шейки матки?»*

Правильный ответ:

Основным фактором является смена микробиома. Каждый половой партнёр приносит свой микробиом. И если у женщины был один половой партнер, и к ней попал вирус, то вероятность того, что у неё этот вирус разовьётся и приведёт к раку, равняется всего-навсего 7-10%.

Но если у неё было трое половых партнёров, то возможность развития этого вируса повышается до 94%.

Вопрос 3. *«В чём опасность такого заболевания как сифилис?»*

Правильный ответ:

Если его не лечить он приводит к смерти. Спустя шесть-восемь недель после заражения первичный сифилис переходит во вторичный, появляются высыпания на коже, облысение, разрушаются внутренние органы. При третичном сифилисе разрушается нервная система, а поражения внутренних органов принимают необратимый характер.

Так же заразившись им единожды, антитела к нему определяются потом при любом анализе. То есть анализы будут показывать, что у вас был сифилис.

Вопрос 4. *«Что такое хламидиоз, какую опасность он представляет?»*

Правильный ответ:

Самой распространённой инфекцией, передающейся половым путём, является хламидиоз. Ежегодно выявляется более одного миллиона больных. Хламидии способствуют развитию предрака и рака шейки матки, а также повышают риск передачи ВИЧ-инфекции. Важной особенностью хламидиоза является бессимптомное и малосимптомное клиническое течение. Одним из серьёзных осложнений хламидиоза является бесплодие. Порядка 60% всех бесплодных мужчин и женщин, получили свой диагноз вследствие заболевания хламидиозом.

Вопрос 5.

«Что такое генитальный герпес, в чём его опасность?»

Правильный ответ:

Генитальный герпес - это заболевание, передающееся половым путём. Вылечить герпес полностью невозможно, однажды попав в организм, он остаётся там на всю жизнь. Рецидивы заболевания с проявлением высыпаний повторяются около десяти раз в год и длятся по две-три недели.

Герпес вызывает серьёзные патологии плода во время беременности или вовсе препятствует возможности зачатия ребёнка.

Вопрос 6.

«Кто может сказать, полностью ли защищают презервативы от заболеваний?»

Правильный ответ:

Зачитаю выдержки из исследований:

«Центр исследований в области профилактики СПИДа, США: «Эффективность презерватива для предотвращения передачи ВИЧ-инфекции оценивается всего в 90-95% процентов».

Учёные исследовали презервативы на утечку бактериофагов. Различные испытания показали просачивание бактериофагов от 1% до 23%.

Исследование учёных из Техасского университета:

«Постоянное использование презервативов снижает риск заражения ВИЧ только на 80%».

Что касается нежелательной беременности, то согласно исследованиям, среди пар, постоянно пользующихся презервативами, беременеет от 2% до 18% процентов».

Вопрос 7.

«Что такое ВИЧ, к чему он приводит?»

Правильный ответ:

Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) атакует клетки, которые призваны его уничтожить. Проникая в Т-лимфоциты, он превращает их в фабрику по производству ВИЧ. Спустя несколько лет после заражения, ВИЧ снижает количество иммунных клеток, и у заражённого возникает тяжёлое течение обычных болезней, которые в норме быстро проходят сами.

По мере дальнейшего снижения количества иммунных клеток, развиваются болезни внутренних органов, постепенно приводящие к смерти. Эту позднюю стадию ВИЧ-инфекции называют СПИДом – синдромом приобретенного иммунодефицита.

ВИЧ по-прежнему остаётся неизлечимым заболеванием. Более 60% заболевших, заражаются ВИЧ половым путём.

Вопрос 8.

«В чём основная причина увеличения числа людей больных заболеваниями, передающимися половым путём, в том числе и ВИЧ инфицированных?»

Правильный ответ:

Основная причина – пропаганда на телевидении и в интернете «свободных половых отношений и ранних сексуальных контактов», от этого разрушается и сам человек, и общество в целом.

ШАГ 9. Подведение итогов занятия.

Ведущий благодарит учащихся за ответы на вопросы, за интересное обсуждение, за активность и внимание.

Подводит итог занятия: «Сегодня, не смотря на развитие технологий, мы видим, с каким увеличением растут заболевания, передающиеся половым путём, в том числе неизлечимые заболевания, такие как ВИЧ. Сегодня мы узнали про два секрета настоящих здоровых отношений — это целомудрие до брака и верность в браке».

Примечание. Самым активным участникам обсуждения можно подарить призы: закладки для книг или диски Организации «Общее дело».

Общероссийская общественная организация поддержки президентских инициатив в области здоровьесбережения нации «Общее дело» осуществляет свою деятельность с 2012 года, представлена в 47 регионах России.

Цель работы организации «Общее дело» - укрепление духовно-нравственных ценностей и популяризация здорового образа жизни в российском обществе.

Организация осуществляет свою деятельность в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации и придерживается принципов политического, национального и конфессионального нейтралитета.

НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ:

Приоритетное направление работы организации «Общее дело» — широкая просветительская деятельность:

- проведение интерактивных лекций в учебных заведениях;
- создание видео и печатных материалов просветительского характера;
- широкое распространение этих материалов в СМИ и сети Интернет.

©Общероссийская общественная организация «Общее дело», 2024

Проект Общероссийской
общественной организации
«Общее дело»



@ web@obshee-delo.ru

 общее-дело.рф