



МЕТОДИЧЕСКИЙ ЧАС

«Технологии работы классного руководителя в воспитании интернет-независимого поведения»



17.01.2024 г.

ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ НЕДЕЛИ: КАЛЕНДАРЬ

8

магистральных направлений профилактики

11

профилактических недель

1

04.09.2023 – 08.09.2023

Неделя профилактики экстремизма и терроризма
«Когда чужая боль становится своей...»

2

09.10.2023 – 15.10.2023

Неделя профилактики употребления алкоголя и табакокурения
«Будущее в моих руках!»

3

13.11.2023 – 20.11.2023

Неделя профилактики экстремизма и терроризма
«Единство в многообразии»

4

20.11.2023 – 25.11.2023

Неделя правовых знаний
«Имею право и обязан»
(Всероссийский день правовой помощи детям)

5

27.11.2023 – 04.12.2023

Неделя профилактики ВИЧ и пропаганды нравственных и семейных ценностей
«Здоровая семья»

6

11.12.2023 – 15.12.2023

Неделя правовых знаний
«Равноправие»

7

22.01.2024 – 29.01.2024

Неделя профилактики интернет-зависимости
«OFFLINE»

8

26.02.2024 – 04.03.2024

Неделя профилактики употребления психоактивных веществ
«Независимое детство»

9

01.04.2024 – 08.04.2024

Неделя здоровья
«Здоровье для всех!»

10

15.04.2024 – 22.04.2024

Неделя профилактики ментального здоровья
«Неделя психологии»

11

13.05.2024 – 19.05.2024

Неделя профилактики ДТП
«Внимание, дорога!»



ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ НЕДЕЛИ



СОБЫТИЙНЫЙ ПОДХОД

- ✓ уровень сопричастности детей, родителей, педагогов
- ✓ личный вклад участника в событие

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ РЕСУРСА УРОКА

- ✓ не вносим изменения в материалы внеурочных занятий «Разговоры о важном»
- ✓ внимательно прислушиваемся к рекомендациям

ИНФОРМАЦИОННОЕ ОСВЕЩЕНИЕ МЕРОПРИЯТИЙ

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ И ОРГАНИЗАЦИЯ РЕФЛЕКСИИ



**Методические рекомендации по проведению недели
профилактики интернет-зависимости «OFFLINE»**
(приурочена к Международному дню без Интернета)

Методический час

**«Технологии работы классного руководителя
в воспитании интернет-независимого поведения»**

22.01.2024–29.01.2024

НЕДЕЛЯ профилактики интернет-зависимости «OFFLINE»

КЛЮЧЕВЫЕ ИДЕИ

1-2 класс

- ▶ Интернет сегодня – полезный инструмент
- ▶ При использовании Интернета помни о правилах
- ▶ Развивай навыки общения с окружающими

3-4 класс

- ▶ Интернет сегодня – полезный инструмент и территория повышенной опасности
- ▶ При использовании Интернета помни о правилах
- ▶ Развивай навыки общения с окружающими

5-6 класс

- ▶ Живое общение – один из важных навыков современного человека
- ▶ Развивай навыки рационального использования своего времени
- ▶ Соблюдение правил общения в Сети – личная ответственность

7-9 класс

- ▶ Общение в Интернете не может заменить живого общения
- ▶ Пользователь несет ответственность за свои действия в Интернете
- ▶ Медиаграмотность – необходимая компетенция современного человека

10-11 класс, СПО

- ▶ Навыки медиабезопасности – ключевые компетенции успешного человека
- ▶ Использование приемов тайм-менеджмента повышают личную эффективность
- ▶ Интернет – лишь одна из сфер жизни человека

ЗАДАЧИ

1-2 класс

- ▶ Формировать представлений об Интернете как о полезном ресурсе
- ▶ Стимулировать потребность и навыки «живого общения», познавательного интереса к окружающему миру
- ▶ Формировать первоначальные правила здорового и безопасного образа жизни в информационной среде

3-4 класс

- ▶ Формировать представления о рисках использования Интернета
- ▶ Стимулировать потребность и навыки «живого общения», познавательного интереса к окружающему миру
- ▶ Формировать первоначальные правила здорового и безопасного образа жизни в информационной среде

5-6 класс

- ▶ Развивать навыки коммуникативной культуры
- ▶ Формировать установки на рациональное использование личного временного ресурса
- ▶ Формировать чувство ответственности за свои действия в информационном пространстве

7-9 класс

- ▶ Развивать навыки медиаграмотности
- ▶ Формировать стратегии поведения и установки на рациональное использование личного временного ресурса
- ▶ Формировать ответственность за свои действия в информационном пространстве

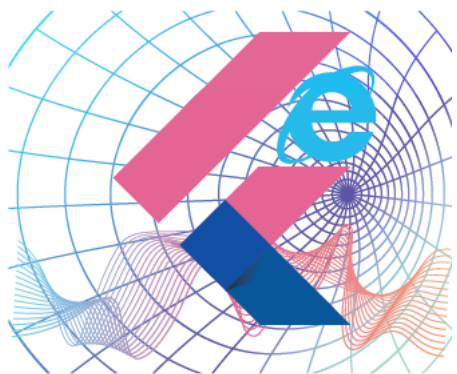
10-11 класс, СПО

- ▶ Формировать стратегии поведения и установки на рациональное использование личного временного ресурса
- ▶ Развивать критическое мышление
- ▶ Формировать чувство ответственности за свои действия в информационном пространстве

НЕДЕЛЯ профилактики интернет-зависимости «OFFLINE» ФОРМАТЫ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ

1–4 классы

ШКОЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ



- ▶ Фестиваль настольных игр «Играет каждый!»
- ▶ Активные перемены
- ▶ Квест «Узнай друга»
- ▶ Беседа «10 правил безопасного общения»
- ▶ Конкурс рисунков «Мои увлечения»
- ▶ Презентация семейных видов отдыха и досуга
- ▶ Составление интерактивной карты самых интересных для посещения мест Москвы
- ▶ Игра «О пользе Интернета»
- ▶ Фестиваль подвижных игр «Играет каждый!»
- ▶ Классный час «Никогда не разговаривайте с неизвестными...»
- ▶ Круг общения «Расскажи мне о себе»
- ▶ Конкурс фотографий «Мой друг»
- ▶ Создание памятки «Просто о правилах безопасности в Интернете»

РЕСУРСЫ

БИБЛИОТЕКА МЭШ

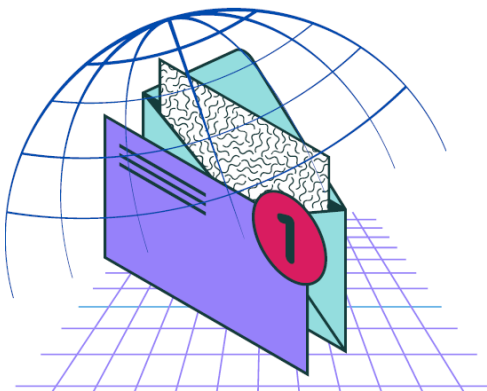
- ▶ Видео «Телефоны»(ID 11350216)
- ▶ Сценарий классного часа «Безопасный Интернет» (ID 2204895)
- ▶ Городской психолого-педагогический центр <https://gppc.ru/oo/negative/useful/>

НЕДЕЛЯ профилактики интернет-зависимости «OFFLINE»

ФОРМАТЫ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ

5–9 классы

ШКОЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ



- ▶ Игра «Один день без Интернета», «Адресная строка»
- ▶ Коуч-сессия «Инструменты личной эффективности», «Управляй собой в Сети»
- ▶ Фестиваль «Тайм-менеджмент в помощь школьнику»
- ▶ Тренинг «Я и другие»
- ▶ Тренинг личной эффективности
- ▶ Квиз «Всемирная паутина», «Цифровая БезОпасность»
- ▶ Составление интерактивной карты самых интересных для посещения мест Москвы
- ▶ Постановка спектакля для детей начальной школы
- ▶ Фестиваль цифровой грамотности
- ▶ TED-конференция «5 причин быть офлайн», «Секреты личной эффективности»

РЕСУРСЫ

БИБЛИОТЕКА МЭШ

- ▶ Сценарий классного часа «Как всё успеть и ничего не упустить?» (ID 2541914)
- ▶ Текстовый материал, посвященный Международному дню без Интернета (ID 11350251)
- ▶ Текстовый материал (ID 11350292)
- ▶ Видео «Все, что важно – рядом с тобой» (ID 11350244)
- ▶ Приложение «День без Интернета» (ID 361679)

НЕДЕЛЯ профилактики интернет-зависимости «OFFLINE»

ФОРМАТЫ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ

10-11 класс, студенты СПО

ШКОЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

- ▶ Коуч-сессия «IT-безопасность для каждого»
- ▶ Организация и проведение акции «День независимости»
- ▶ Форсайт-сессия «10 вариантов цифрового детокса»
- ▶ TED-конференция «Как не жить в Сети»
- ▶ Панельная дискуссия «Мир реальный и мир виртуальный. Как совместить?»
- ▶ Тренинг «Я управляю Интернетом»
- ▶ Стратегическая сессия «Что будет, если...»
- ▶ Игры разума «Будущее ИКТ»

БИБЛИОТЕКА МЭШ

- ▶ Текстовый материал, посвященный Международному дню без Интернета (ID 11350251)
- ▶ Текстовый материал (ID 11350292)
- ▶ Цифровой квест по безопасности в сети Интернет (ID 7467)
- ▶ Видео «Все, что важно – рядом с тобой» (ID 11350244)
- ▶ Приложение «День без Интернета» (ID 361679)



РЕСУРСЫ

28 января 2024 г.

Международный день без Интернета

Задача:

- ▶ организовать мероприятия и события в образовательной организации, направленные на формирование коммуникативных компетенций, резистентности к негативному влиянию, ассертивности и вовлечь обучающихся в социально-позитивную деятельность

Общие установки

1. Информационная кампания (анонс) в поддержку предстоящей Недели профилактики, расписание событий и мероприятий с указанием мест и времени проведения
2. Каждый день тематический (День удивительных знаний, День психологических знаний, День физического здоровья, День прикладных умений, День проектов)
3. Проводится с первого урока и до завершения занятий, на переменах без использования личных гаджетов

Кто проводит:

- классный руководитель
- педагог-психолог
- учителя-предметники
- педагоги дополнительного образования
- старшеклассники
- участники «Движения первых»
- советник директора по воспитанию

Понедельник

День удивительных знаний

Задача:

- ▶ познакомить в игровой форме с научными открытиями, удивительными фактами, явлениями природы
- ▶ продемонстрировать применение академических знаний на практике (эксперименты, научные фокусы, решение нестандартных задач, ребусов и т.д.)

Например

1. Викторина «Верите ли вы...» (удивительные факты из жизни знаменитых людей; об анатомии человека; традициях стран мира и т. п.)
2. Химические эксперименты-минутки (дети проводят сами под руководством учителя/старшеклассника)
3. Математические фокусы (задачи на разрезание, которые дети могут выполнить сами)
4. Решение головоломок («спички», танграм, ребусы и т. п.)
5. Мои удивительные возможности (демонстрация ментальных и физических возможностей человеческого тела)

Организаторы: председатели методических объединений, учителя-предметники

Кто проводит:

- классный руководитель
- учителя-предметники
- старшеклассники
- участники «Движения первых»
- советник директора по воспитанию

Вторник

День психологических игр

Задача:

- ▶ организовать проведение игр, направленных на развитие коммуникативных навыков и сплочение детского коллектива

Например

1. Игры на развитие навыков невербального общения
2. Игры, направленные на развитие взаимопонимания
3. Игры, направленные на развитие доверия в классе
4. Игры, направленные на снижение напряжения

Организаторы: сотрудники службы психолого-педагогического сопровождения

Кто проводит:

- классный руководитель
- педагоги-психологи
- социальный педагог

Вторник

День психологических игр ИГРЫ НА ПЕРЕМЕНАХ

ПЛЮСЫ ИГР

- ▶ Создают обстановку доверия и доброжелательности
- ▶ Улучшают взаимопонимание между детьми, учителем и обучающимися
- ▶ Способствуют сплочению детского коллектива
- ▶ Активизируют познавательные процессы
- ▶ Снижают напряжение, помогают расслабиться

1-4 классы

5-9 классы

10-11 классы,
СПО

**КТО
проводит?**

Классный руководитель/куратор
и/или педагог-психолог

**КОГДА
проводит?**

На переменах

**ГДЕ
проводит?**

Рекреация/холл/кабинет

Вторник

День психологических игр РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ

1 переменная \equiv 1 игра

в играх могут принимать участие все обучающиеся класса

учитель может участвовать вместе со своими учениками

для проведения игр не требуется специального оборудования

в конце недели – коллективная работа

Вторник

День психологических игр РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ

1-4 класс

- ▶ Игра «Шляпа»
- ▶ Игра «Смотай шнурок»
- ▶ Игра «Художники»
- ▶ Игра «Замри»
- ▶ Игра «Нос, пол, потолок»

5-9 класс

- ▶ Игра «Угадай, что...»
- ▶ Игра «Построимся по...»
- ▶ Игра «Атомы и молекулы»
- ▶ Игра «Хлопки»
- ▶ Игра «Говорящие руки»

10-11 класс, СПО

- ▶ Игра «Острый глаз»
- ▶ Игра «Чет/нечет»
- ▶ Игра «Остров»
- ▶ Игра «Договорись без слов»
- ▶ Игра «Телеграмма»

- ✓ название игры
- ✓ время проведения
- ✓ место проведения
- ✓ материалы/оборудование
- ✓ описание игры/инструкция для обучающихся



Вторник

День психологических игр ОПИСАНИЕ ИГРЫ

ИГРА «ХУДОЖНИКИ»

Время: 7 минут

Место проведения: кабинет/холл

**Материалы и оборудование:
не требуются**

Инструкция для обучающихся

1-4 классы

Ребята, сейчас мы с вами поиграем в игру «Художники». Вы будете стоять около своих парт друг за другом. В каждом ряду последние участники рисуют пальцем на спине впереди стоящего ученика какую-либо фигуру (букву, цифру и т.д.), не называя ее вслух. Участники, на спине которых нарисовали фигуру, должны повторить ее на спине того, кто стоит впереди и т.д. Участники, стоящие около первой парты в каждом ряду, «озвучивают» изображение.

День психологических игр

ИТОГ ДНЯ: КОЛЛЕКТИВНАЯ РАБОТА

ТАЛИСМАН КЛАССА

1. Обсудить проект на перемене/во время классного часа
2. Зафиксировать идеи
3. Общим голосованием выбрать вариант талисмана
4. Приступить к реализации



- ✓ Рисунок
реальное изображение
символ
схематичное изображение
- ✓ Коллаж
- ✓ Шарж
- ✓ Поделка



Инструкция для обучающихся

Ребята, на этой неделе мы будем создавать талисман нашего класса. Талисманом может быть предмет или животное, которое принесет нам удачу.

Нам всем вместе нужно придумать, как будет выглядеть ваш талисман, какой формы, размера и цвета он будет. Потом мы разместим талисман в кабинете, чтобы ребята из других классов тоже могли его увидеть.

Среда

День физического здоровья

Задача:

- ▶ организовать проведение активных перемен, направленных на формирование культуры здорового образа жизни

Например

1. Турнир по спортивным настольным играм (шахматы, шашки, уголки, нарды)
2. Спортивные игры на меткость и ловкость
3. «Игры наших родителей» (прыжки в резиночки, классики, скакалка, игры на ловкость)
4. Танцевальный флешмоб
5. Рекорды-минутки – соревнования, не требующие специальной физической подготовки и наличия спортивной формы (армреслинг, жонглирование, чеканка воздушного шара и т.д.)

Организаторы: учителя физической культуры

Кто проводит:

- классный руководитель
- учителя физической культуры
- преподаватели дополнительного образования физкультурной направленности

Четверг

День прикладных умений

Задача:

- ▶ организовать проведение мини мастер-классов по изготовлению поделок

Например

1. Поделки из бумаги (фигурки оригами, открытки, закладки)
2. Рисование в различных техниках
3. Лепка из пластилина
4. Изготовление аксессуаров (брелоки, браслеты, подвески на телефон и т. д.)
5. Поделки из подручных материалов (крышечки, трубочки для коктейлей, одноразовая посуда, пуговицы, природные материалы)

Организаторы: педагоги дополнительного образования

Кто проводит:

- классный руководитель
- педагоги дополнительного образования
- дети, посещающие кружки
- старшеклассники

Пятница

День проектов

Задача:

- ▶ организовать мероприятие по презентации индивидуальных и групповых проектов обучающихся по теме Недели профилактики

Например

1. Фотовыставка, выставка рисунков, постеров
2. Разработка и проведение активности старшеклассниками для учащихся младших классов
3. Концерт, спектакль
4. Дискуссия, конференция, коуч-сессия и т. д.
5. Классные мероприятия, направленные на формирование коллектива («огонек», День именинника и другие тематические дни)

Организаторы: советник директора по воспитанию и Ученический совет

Кто проводит:

- классный руководитель
- педагог-психолог
- педагоги-предметники
- педагоги дополнительного образования
- старшеклассники
- участники «Движения первых»
- советник директора по воспитанию

Рекомендации по использованию текстовых материалов и изображений в библиотеке МЭШ



[О Центре](#) [Родителям](#) [Образовательным организациям](#) [Платные услуги](#) [Запись в Центр](#) [Контакты](#)

Недели профилактики

Апрель

15.04.24 – 19.04.24

Неделя профилактики ментального здоровья «Неделя психологии»

[Материалы](#)

Май

Неделя профилактики ДТП «Внимание, дорога!» приурочена к Международному дню защиты детей

[Материалы](#)

Документы

- Конструктор тематических недель
- Матрица недель профилактики 2023-2024
- Рекомендации по использованию отдельных видов контента в МЭШ

[Архив](#)

ПРОФИЛАКТИКА УПОТРЕБЛЕНИЯ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ « НЕЗАВИСИМОЕ ДЕТСТВО »

ФЕВРАЛЬ 2024

ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			

Методический час «Психология зависимого поведения: советы специалистов классному руководителю»

**ПРОФИЛАКТИКА УПОТРЕБЛЕНИЯ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ
НАВИГАТОР НЕДЕЛИ ПРОФИЛАКТИКИ - НЕЗАВИСИМОЕ ДЕТСТВО -**

СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ
26.02.24 - 01.03.24

ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ
Школьники 5-6 классов

ФОРМИРУЕМЫЕ ЦЕННОСТИ
Жизнь, здоровье, безопасность, законопослушность

КЛЮЧЕВЫЕ ИДЕИ

- Жизнь - одна из главных ценностей человека
- В ситуациях привлечения к употреблению любых опасных веществ нужно уметь сказать «НЕТ»
- Помни о том, что есть люди, готовые помочь тебе в трудной ситуации

ЗАДАЧИ

- Формировать ценностные ориентиры, способствуя здоровому образу жизни
- Формировать личное негативное отношение обучающихся к ПАВ
- Создать условия для развития навыков саморегуляции

ГОРОДСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ

- Региональный этап Всероссийского конкурса социальной рекламы «Стиль жизни - здоровый»
- Методический час «Психология зависимого поведения: советы специалистов классному руководителю»
- Общегородское оказание-совещание для родителей

ШКОЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

- Тренинг «10 способов сказать "НЕТ"»
- Марафон «За твою будущую жизнь»
- Флешмоб «Спорт - это круто!»
- Информационный стенд «Мы за здоровый образ жизни!»
- Классный час «Ступени, ведущие вниз»

РЕСУРСЫ

БИБЛИОТЕКА МЭШ

- Список классного часа «Как отказаться, чтобы не обидеть?» (ID 2085861)
- Список классного часа «Манипуляция в отношениях: хорошо это или плохо, и как распознать?» (ID 212726, ID 20724)
- Текстовый материал «10 способов сказать "НЕТ"» (ID 11026577)
- Плакаты «Телефон доверия», «Правила безопасности», «Предложения, от которых нужно отказаться!» (ID 10995766, ID 10995821, ID 10995805)

ОРГАНИЗАЦИИ-ПАРТНЕРЫ

- Федеральный координационный центр по обеспечению психологической службы в системе образования Российской Федерации <https://edupr.ru/project/472>
- Московский научно-практический центр наркологии <https://naarcolog.ru/prevention>
- Городской психолого-педагогический центр <https://gppc.ru/oo/negative/useful/>

начальник отдела
ВАСИЛЬЕВА ЕВГЕНИЯ НИКОЛАЕВНА
8 (903) 783-11-73

методист
КАЛИНОВА ОЛЬГА ИГОРЕВНА
8 (916) 621-80-43

The screenshot displays the website of the City Psychological and Pedagogical Center (GPPC). The main navigation menu includes: О Центре, Родителям, Образовательным организациям, Платные услуги, Запись в Центр, and Контакты. The page features several sections:

- Обеспечение специальных условий образования и психолого-педагогическая помощь:** Ресурсная школа, Психолого-педагогическая служба МРСД, Консультация специалиста, Логопедический скрининг, Интерактивные технологии, Внебюджетные услуги, Инклюзивный фестиваль 1+1.
- Профилактика негативных проявлений среди несовершеннолетних:** Консультация специалиста, Служба неотложной психологической помощи.
- Полезные материалы:** A section with a blue header and a dark blue box indicating it is currently empty.
- Перечень произведений и мероприятий для всестороннего развития обучающихся в формате Единого календаря школьника на 2022/2023 учебный год:** Includes a pink button "Приглашаем к участию" and a blue button "Практики ГППЦ".
- Нормативно-правовые документы:** Includes a blue button "Психолого-педагогическое сопровождение несовершеннолетних обучающихся".

At the bottom of the page, there is a footer with the text: "Во всех округах столицы по 36 адресам работают территориальные отделения Центра, обеспечивая доступность помощи для каждого ребенка и каждой московской семьи. Тесно сотрудничая со школами, мы оказываем методическую поддержку учителям и классным руководителям. Мы активно координируем городские проекты."

