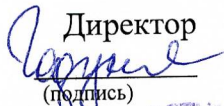




Ассоциация пациентов и специалистов,  
помогающих людям с ВИЧ, вирусными  
гепатитами и другими социально  
значимыми заболеваниями "Е.В.А."  
ИНН 7839018812 КПП 783901001  
ОГРН 1107800010658  
198095, г. Санкт-Петербург, ул. Шкапина,  
д. 4, литер А, помещение 16-Н, офис 602  
р/с 40703810601000119912  
к/с 30101810540300000795  
БИК 044030795  
Ф-л Северо-Западный ПАО Банк «ФК  
Открытие»  
Email: office@evanetwork.ru  
website <https://evanetwork.ru>

УТВЕРЖДАЮ

Директор  
  
(подпись)

Годунова Ю.В.

(инициалы, фамилия)

«01» марта 2023 г.



## ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «Женское здоровье»

Возраст обучающихся: взрослое население, от 18 лет  
Срок реализации программы: 28 часов  
Направленность: социально-гуманитарная  
Уровень: базовый

Составитель:  
Будник Александра Ярославовна

г. Санкт-Петербург - 2023г.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

<b>№пп</b>	<b>Наименование разделов программы</b>	<b>Стр.</b>
Раздел 1. Комплекс основных характеристик		3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и планируемые результаты освоения программы	6
1.3.	Учебный план	7
1.4.	Содержание программы	8
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий		14
2.1.	Календарный учебный график	14
2.2.	Условия реализации программы	14
2.3.	Формы аттестации	15
2.4.	Список литературы	15
2.5.	Фонд оценочных средств	16
2.6.	Методические материалы	20

# РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

## 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Женское здоровье» реализуется Ассоциацией «Е.В.А.» — сетевой некоммерческой организацией, объединяющей женщин-лидеров из всех уголков России. Ассоциация была создана в 2010 г. и является ресурсом для активистов, которые работают с женщинами, живущими с ВИЧ, гепатитом, туберкулезом и уязвимыми к ним.

Дополнительная общеразвивающая программа «Женское здоровье» направлена на удовлетворение индивидуальных потребностей, обучающихся в интеллектуальном развитии, создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, удовлетворение иных образовательных потребностей и интересов обучающихся, не противоречащих законодательству Российской Федерации, осуществляемых за пределами федеральных государственных образовательных стандартов и федеральных государственных требований.

Дополнительная общеразвивающая программа «Женское здоровье» (далее - программа) по виду образования - дополнительное образование, подвид - дополнительное образование детей и взрослых, направленность программы - социально-гуманитарная. Вид программы – модифицированная, уровень-базовый.

Программа разработана на основе следующих нормативных правовых документов:

- Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказа Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018г. № 196 Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

### **Актуальность программы**

Живущие в бедных районах или в отдаленных регионах, а также в регионах с высокой пораженностью ВИЧ-инфекцией молодые женщины чаще испытывают на себе последствия гендерного неравенства, такие как недостаточный доступ к социальным, финансовым и образовательным возможностям, оказываются в ситуации насилия по гендерному признаку, сталкиваются со стигмой и дискриминацией.

Гендерная чувствительность в сфере заботы о репродуктивном здоровье зависит от равного отношения, независимо от пола, гендерной идентичности, семейного положения, сексуальной ориентации или возраста.

Программа «Женское здоровье» учитывает гендерные аспекты и включает в себя: воздержание от дискриминации или стереотипизации по признаку пола, равное уважение и обеспечение адекватного представительства женщин, дающих информацию и заботу о здоровье.

В некоторых районах страны из-за отсутствия служб, информации и поддержки в сфере сексуального и репродуктивного здоровья и связанных с ним прав девочки-подростки и молодые женщины не могут вовремя получать необходимую информацию от профессионалов и обращаются к сверстницам за советом. Совет «своего», близкого по возрасту и социальному или иному статусу человека воспринимается с большим доверием, поскольку общность интересов, схожий язык, одинаковый статус создают все предпосылки для открытого комфортного общения, но, к сожалению, ровесники зачастую обладают неверными знаниями и ориентируются на слухи. Эта особенность является основной формой обучения «равный — равному», но в случае с данной программой вся информация является проверенной и признанной профессионалами.

Среда общения формирует ценности молодежи, поэтому эффективность популяризации здорового образа жизни и поведения зависит от того, насколько эта среда кажется близкой, комфортной. Принцип «равный — равному» создает именно такую среду, где в общении ведущий не ставит себя выше аудитории, а всячески старается показать схожесть интересов и замотивировать участниц заботиться о собственном здоровье на собственном примере: «я такая же, как вы, и хочу быть здоровой!» «Равный» необязательно является ровесником. Главное — общие объединяющие признаки, помогающие увидеть схожесть, принять ведущего как «своего» в группе.

Несмотря на внешнюю простоту подхода «равный — равному», такой формат работы отнюдь не прост и требует особой подготовки. В вышесказанном заключается актуальность разработки и реализации настоящей программы.

### **Педагогическая целесообразность программы**

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что она направлена на развитие личности людей, их социализацию в обществе.

Основные принципы программы:

- Принцип активности. В ходе занятия участники вовлекаются в совершенно особый вид активности;
- Принцип исследовательской творческой позиции. Суть его заключается в том, что в ходе тренинга обучающиеся осознают, обнаруживают, открывают идеи, свои личные ресурсы и особенности;
- Принцип осознания поведения. Универсальным средством осознания поведения является обратная связь, то есть выраженная словами или действиями реакция на слова, мысли и действия человека;
- Принцип партнерского общения. Реализация этого принципа создает в группе атмосферу безопасности, открытости, которая позволяет воспитанникам экспериментировать со своим поведением, не стесняясь ошибок.

### **Новизна данной программы**

*Комплексный или системный подход* учитывает сразу несколько факторов (внутренних и внешних), воздействующих на образовательный процесс и изменение поведения человека. Внешними факторами могут быть условия жизни в регионе, формирующие определенный образ поведения — традиции, обычаи ближайшего окружения, культурные и природные особенности. В области здоровья важно также учесть условия получения и уровень медицинской помощи, влияние средств массовой информации, нравственные нормы и психологический климат в регионе,

где проводится обучение. Внутренними факторами являются индивидуальные и личностные особенности учащихся. Все эти факторы влияют на процесс обучения, потому их стоит учитывать, чтобы получить хороший образовательный результат и действительно сделать жизнь молодых женщин лучше. Когда есть понимание взаимосвязи причин, создающих проблему, можно найти ее комплексное решение, а не заниматься отдельными частями. Невозможно заботиться о сексуальном здоровье, не обладая знаниями о строении репродуктивной системы и способах распознавания нарушений в ее работе. Но таким же важным условием являются навыки управления собственным эмоциональным состоянием и сопротивления насилию и принуждению в отношениях.

Программа «Женское здоровье» составлена таким образом, чтобы рассмотреть разные условия, приводящие к проблемам с сексуальным здоровьем и найти комплексное решение, адекватное для конкретных людей в конкретных условиях. Она позволяет менять поведение от встречи к встрече, с каждым разом углубляя знания для аргументации своего выбора в пользу здоровья и заботы о себе. Темы занятий взаимосвязаны и результат каждой отдельной встречи влияет на результат всего курса. Однако важно помнить, что, помимо программы и эффективных методик, основным способом подходить к обучению комплексно является общение с самими участницами. Разговор о том, с чем приходится сталкиваться на пути к здоровой полноценной жизни девушкам, проходящим обучение, позволит учесть и преодолеть именно те сложности, которые есть в их жизни. Этому способствует вовлечение во взаимодействие, интерактивность обучения.

*Интерактивный подход* — значит фокусирующийся на взаимодействии участников образовательного процесса, причем не только с преподавателем, но и друг с другом. Здесь и проявляется главная задача современного педагога — организовать процесс обучения так, чтобы не быть его ключевой фигурой, транслирующей «свет знаний». Скорее, важна роль дизайнера, создающего и поддерживающего условия, в которых участники, получая информацию, сами порождают смыслы и понимания, необходимые для эффективного решения собственных проблем и задач. Для этого нужно создать и поддерживать среду совместной деятельности, где все участники взаимно обогащают друг друга идеями, моделируют ситуации, сотрудничают при решении задач, оценивают действия других и собственное поведение, делятся своими размышлениями.

*Формат парного проведения занятий* наилучшим образом поддерживает интерактивное обучение и дает ряд преимуществ.

*Игровой подход* — игровой подход в обучении в первую очередь положительно влияет на вовлеченность участников, так как игровые механики активизируют естественные мотивы человека и дают возможность реализовать их. Кого-то привлекает возможность проявить лидерскую позицию, другого — эффективное решение игровой задачи, третий стремится стать центром внимания, а для кого-то важна поддержка и положительный отклик от ведущего. Наблюдение за участниками, внимание к их личным мотивам может помочь ведущим программы лучше понять группу и создать условия обучения, максимально вовлекающие каждого.

### **Отличительные особенности программы**

Один из базовых принципов программы «Женское здоровье» — молодежное участие, ключевая идея которого заключается в предоставлении молодежи возможности оказывать влияние на все вопросы, касающиеся ее жизни. Обществу важно здоровье молодых женщин, но важно ли оно для них самих? Невозможно улучшить ситуацию без заинтересованности и участия тех, кого она касается. Субъектная позиция в вопросе заботы о собственном здоровье и жизни очень важна, так, как только личный интерес, осознание ценности своей жизни и ее будущего мотивирует молодежь к активным действиям в этом направлении.

Но кроме личного интереса нужна и поддерживающая среда, в которой у молодых есть возможность высказать свою точку зрения, быть услышанными, реализовать идеи, а также почувствовать собственную значимость, оказывая влияния на свою жизнь и жизнь общества.

## **1.2. Цель и планируемые результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы**

Цель программы – Основной целью программы является информационная и методическая поддержка волонтеров, осуществляющих повышение грамотности в области репродуктивного и сексуального здоровья для снижения новых случаев заражения ВИЧ-инфекцией среди девочек-подростков и молодых женщин в России в отдаленных и труднодоступных населенных пунктах.

### **Планируемые результаты обучения:**

#### **В результате обучения слушатели будут знать:**

- о молодежном участии как о важнейшем элементе влияния молодых людей на жизнь общества;
- методы оценки образовательных результатов и получения обратной связи;
- современные подходы в обучении для достижения запланированных образовательных результатов;
- методические рекомендации по особенностям тренинговой работы и развитию «мягких» навыков.

#### **В результате обучения слушатели будут уметь:**

- разъяснять работу принципа «равный — равному»;
- работать с группой в формате парного преподавания;
- применять современные подходы в обучении для достижения запланированных образовательных результатов;
- применять методические рекомендации по особенностям тренинговой работы и развитию «мягких» навыков;
- применять информационную и практическую программы часть с рекомендациями в дальнейшей деятельности.

#### **Форма обучения – очная.**

**Категория обучающихся** - данная программа разработана для лидеров, волонтеров, социально активных молодых женщин, готовых помогать равным себе в области охраны сексуального и репродуктивного здоровья и связанных с ним прав.

**Требования к обучающимся** - без ограничений по уровню образования, взрослое население от 18 лет.

**Нормативный срок обучения** – 28 часов.

Занятия проводятся по учебному расписанию, 2 раза в неделю по 2 занятия, продолжительность 1 занятия – 45 минут, перерывы между занятиями не менее 10 минут. Дни и время — по договоренности с учебной группой.

**Итоговый документ:** не предусмотрен.

### 1.3. Учебный план

№ пп	Темы программы	Всего час.	В том числе:		Вид контроля/форма контроля
			ТЗ	ПЗ	
1.	Что такое гендер и гендерные отношения?	2	1	1	Текущий контроль/педагогическое наблюдение
2.	Что такое сексуальное и репродуктивное здоровье и права?	2	1	1	Текущий контроль/педагогическое наблюдение
3.	Анатомия и физиология репродуктивной системы	2	1	1	Текущий контроль/педагогическое наблюдение
4.	Планирование семьи	2	1	1	Текущий контроль/педагогическое наблюдение
5.	ВИЧ и СПИД. Профилактика	2	1	1	Текущий контроль/педагогическое наблюдение
6.	Эмоции	2	1	1	Текущий контроль/педагогическое наблюдение
7.	Промежуточная аттестация	2	-	2	Промежуточный контроль/Зачет
8.	Насилие	2	1	1	Текущий контроль/педагогическое наблюдение
9.	Толерантность и инклюзивность	2	1	1	Текущий контроль/педагогическое наблюдение
10.	Зависимость и созависимое поведение	2	1	1	Текущий контроль/педагогическое наблюдение
11.	Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП) и долгосрочные отношения	2	1	1	Текущий контроль/педагогическое наблюдение
12.	Насилие в информационном пространстве	2	1	1	Текущий контроль/педагогическое наблюдение
13.	Лидерство. Независимое мышление	2	1	1	Текущий контроль/педагогическое наблюдение
14.	Права человека. Правовые аспекты СРЗП	2	1	1	Текущий контроль/педагогическое наблюдение
	<b>Итого</b>	<b>28</b>	<b>13</b>	<b>15</b>	



## 1.4. Содержание рабочей программы

### Тема 1. Что такое гендер и гендерные отношения?

#### *Теоретические занятия:*

Понятие гендер. Чем гендер отличается от половой принадлежности. Роль гендерных отношений в нашей жизни. Гендерные стереотипы и их влияние на здоровье и общем качестве жизни. Проявления гендерного неравенства. Насилие на гендерной почве.

#### *Практические занятия:*

Приветствие и представление ведущих.

Игра «Знакомство в парах».

Ожидания.

Анкетирование.

Правила группы.

Игра на выявление гендерных стереотипов.

Интерактивный информационный блок «Пол и гендер».

Игра «Энерджайзер».

Что будет дальше? Обсуждение предстоящих тем занятий.

Представление коробочки и практика написания вопросов.

Обратная связь и завершение занятия.

### Тема 2. Что такое сексуальное и репродуктивное здоровье и права?

#### *Теоретические занятия:*

Понятие сексуальное и репродуктивное здоровье и права – СРЗП. Перечень прав. Здоровые и нездоровые сексуальные отношения. Сексуальные отношения. Способы выражения любви.

#### *Практические занятия:*

Приветствие и разогрев (игра с именами, массаж по кругу, разогрев в кругу с активными движениями).

Разбор вопросов с прошлого занятия.

Анкетирование.

Информационный блок «Комплексное определение сексуального и репродуктивного здоровья и прав».

Работа в малых группах и отчет в общем кругу.

Театральная игра: импровизация «Кто? Что? Где?».

Театральная игра: импровизация «Кто? Что? Где?» на тему здоровья.

Здоровые и нездоровые сексуальные отношения.

Способы выразить любовь.

Обратная связь и завершение занятия.

Анкетирование (ритуал завершения).

### Тема 3. Анатомия и физиология репродуктивной системы

#### *Теоретические занятия:*

Знакомство с научными названиями органов половой системы. Представление о нормальном функционировании половой системы. Причины возможных поводов

для обращения к врачу. Мифы и ложные представления о женском здоровье. Нормальная продолжительность менструального цикла. Правильные способы соблюдения гигиены репродуктивной системы.

Симптомы нарушения функции репродуктивной системы, при которых необходимо обращаться к врачу. Навыки заботы о женском репродуктивном здоровье.

*Практические занятия:*

Приветствие.

Анкетирование.

Игра «Имена и жесты».

Информационный блок «Женская репродуктивная система».

Информационный блок «Мужская репродуктивная система».

Игра-бродилка с установлением зрительного контакта.

Информационный блок «Половое созревание, менструация, средства гигиены».

Театральная игра «Стоп-кадр — визит к врачу» и обсуждение визита.

Викторина «Репродуктивная система».

Ритуал завершения занятия.

#### **Тема 4. Планирование семьи**

*Теоретические занятия:*

Формирование отношения к рождению ребенка как к моменту жизни, к которому необходимо готовиться заранее (проверять здоровье, быть готовым психологически, финансово, подготовить быт). Разные способы контрацепции, их плюсы и минусы. Презервативы как наиболее подходящий метод контрацепции и защиты от ИППП для молодежи. Навыки использования презервативов (где покупать, как хранить и т. п.). Навык обсуждения с партнером методов контрацепции.

*Практические занятия:*

Приветствие и вступление.

Анкетирование.

Работа в малых группах на тему «Как понять, что пара готова к рождению ребенка?».

Игра «Броуновское движение».

Информационный блок «Методы контрацепции».

Демонстрация презерватива.

Ролевая игра «Обсуждение методов контрацепции».

Обратная связь на вопросы из коробочки.

Ритуал завершения «Цвет настроения».

Анкетирование.

#### **Тема 5. ВИЧ и СПИД. Профилактика**

*Теоретические занятия:*

Основные понятия ВИЧ и СПИД. Суть заболевания ВИЧ и СПИД. Пути передачи ВИЧ-инфекции. Понятия стигмы и дискриминации. Мифы относительно ВИЧ и людей, живущих с ВИЧ. Самый эффективный способ защиты от ВИЧ-инфекции.

Обзор правовых аспектов ВИЧ. Причины основного страха перед тестированием на ВИЧ. Где и как это можно сделать анализ на ВИЧ и СПИД.

Какую помощь могут получить ЛЖВ, куда и когда обращаться.

*Практические занятия:*

Приветствие.

Игра «Завершите предложение».

Анкетирование.

Информационный блок о ВИЧ/СПИДе.

Игра «Степень риска».

Информационный блок о тестировании на ВИЧ.

Игра-айсбрейкер «Это тяжело!».

Информационный блок «Что делать?».

Анкетирование.

Обратная связь и завершение.

## **Тема 6. Эмоции**

*Теоретические занятия:*

Эмоции. Значение эмоций в жизни человека. Какие существуют базовые эмоции. Как разные эмоции выражаются и называются. Что может происходить под воздействием сильных эмоций. Как связаны эмоции и рискованное поведение.

Как осознавать собственные эмоции, научиться их отличать и называть. Простые техники взаимодействия с сильными эмоциями. Как помочь себе снизить влияние эмоции. Как помочь другу, переживающему сложные эмоции. Как помочь близкому человеку в критическом эмоциональном состоянии. Куда можно обратиться за психологической поддержкой и помощью.

*Практические занятия:*

Приветствие, дискуссия на тему «Эмоции».

Упражнение «Воплощение эмоций» и обсуждение.

Информационный блок «Базовые человеческие эмоции».

Упражнение «Эмоциональный термометр».

Информационный блок «Как снизить градус эмоции».

Упражнение «Назойливая муха».

Информационный блок «Что делать, когда плохо».

Информационный блок «Помощь другу».

Игра «Угадай эмоцию». Завершение.

Анкетирование.

## **Промежуточная аттестация.**

**Зачет.**

## **Тема 8. Насилие**

*Теоретические занятия:*

Понятие что такое насилие. Виды насилия (физическое, психологическое/эмоциональное, сексуальное, экономическое + домашнее насилие).

Виды психологического насилия. Как работает цикл насилия. Цикл насилия.

На что обращать внимание при выборе партнера. Профилактика попадания в абьюзивные отношения. Как распознать насилие в отношениях, фразы-маяки абьюзивных отношений.

*Практические занятия:*

Приветствие и вступление.

Игра «Полезное качество».

Информационный блок «Определение насилия, виды насилия».

Упражнение «Какой вид психологического насилия?».

Информационный блок «Как понять, что вы в абьюзивных отношениях?».

Информационный блок «Как работает цикл насилия, выход из отношений, выбор партнера».

Упражнение «Взаимная поддержка».

Обратная связь и завершение.

Анкетирование.

## **Тема 9. Толерантность и инклюзивность**

*Теоретические занятия:*

Дискриминация. О проблеме дискриминации. С чем сталкиваются люди, отличающиеся от большинства. Понятия «стигматизация», «инклюзия», «толерантность». Идея о вреде стигматизации и дискриминации. Понимание принятия многообразия. Как корректно взаимодействовать с людьми с особыми потребностями здоровья и иными особенностями.

Навыки общения с людьми, подвергающихся стигматизации и дискриминации.

Для чего нужно следовать принципам инклюзивной культуры. Какие существуют правовые последствия у несоблюдения принципов толерантности.

*Практические занятия:*

Приветствие. Игра «Мы вместе!».

Опрос участниц на предмет информированности о теме стигматизации/дискриминации.

Информационный блок «Дискриминация и стигматизация».

Игра на понимание инвалидности «Объясни мне», обсуждение.

Информационный блок «Борьба с дискриминацией».

Упражнения «Не такой, как я».

Упражнение на проигрывание проблемных ситуаций.

Упражнение «Письмо другу».

Обратная связь и завершение.

Анкетирование.

## **Тема 10. Зависимость и созависимое поведение**

*Теоретические занятия:*

Механизм появления химической зависимости, а также психической зависимости и созависимости. Формирование негативного отношения к злоупотреблениям ПАВ.

Навыки обращения за помощью в рискованных ситуациях, связанных с ПАВ, а также в случаях, когда близкий человек столкнулся с проблемой зависимости или созависимости.

*Практические занятия:*

Приветствие, игра «Ассоциация с именем».

Ассоциация на тему встречи (check-in).

Повторение правил группы.

Информационный блок «Что такое зависимость?».

Упражнение «Шоколадка».

Информационный блок «Формирование зависимости».

Игра «Марионетки».

Информационный блок «Созависимость».

Завершение.

Анкетирование.

## **Тема 11. Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП) и долгосрочные отношения**

*Теоретические занятия:*

Информация об ИППП и о том, почему они опасны. Основные симптомы ИППП, при которых необходимо обращаться к врачу. Что такое личные ценности. Возможность обнаружить свои личные ценности и обсудить, как ценности людей сочетаются или не сочетаются. Формирование убеждения, что личные ценности каждого в семье — важны и должны учитываться. Навыки конструктивного решения конфликтных ситуаций. Алгоритм конструктивного решения конфликтов и уметь его применять.

*Практические занятия:*

Приветствие и игра-разминка «Я хорошая».

Информационный блок «Мини-квест по ИППП».

Информационный блок «Долгосрочные отношения и личные ценности».

Информационный блок «Алгоритм решения конфликтных ситуаций».

Подведение итогов и ритуал завершения.

Анкетирование.

## **Тема 12. Насилие в информационном пространстве**

*Теоретические занятия:*

Кибербуллинг. Понятие, виды кибербуллинга. Какие рискованные моральные, этические и правовые ситуации могут возникнуть в результате пользования социальными сетями и научить предотвращать их.

*Практические занятия:*

Приветствие и обсуждение опыта участниц.

Разминка «Передай предмет».

Ассоциации на тему занятия (check-in).

Информационный блок о кибербуллинге.

Просмотр видео о кибербуллинге.

Разминка «Винегрет».

Информационный блок о предотвращении и борьбе с кибербуллингом.

Упражнение «Тикток-сториз».

Анкетирование.

### **Тема 13. Лидерство. Независимое мышление**

#### *Теоретические занятия:*

Лидерство. Новых знания в области теории лидерства. Мотивация к проявлению лидерских качеств. Способствовать освоению новой социальной роли в обществе. Развитие коммуникативных навыков и независимого мышления. Какими качествами обладает хороший лидер.

#### *Практические занятия:*

Приветствие и анкетирование.

Опрос «Плохой/хороший лидер».

Примеры женщин-лидеров.

Информационный блок «Общее определение лидерства».

Упражнение «Я лидер, потому что...».

Творческая игра «Руководство. Независимое мышление» (работа в малых группах).

Анкетирование.

### **Тема 14. Права человека. Правовые аспекты СРЗП**

#### *Теоретические занятия:*

Права человека. Права, связанные с сексуальным и репродуктивным здоровьем, их взаимосвязь с правами человека.

Международные законы, государственные законы и региональные законы. Формирование навыка обращать внимание на свои права и осознавать то, что эти права важны и их необходимо защищать.

#### *Практические занятия:*

Приветствие и разогрев. Игра «И я там была».

Информационный блок по теме «Права человека и правовые аспекты СРЗП».

Дискуссия «Четыре угла».

Игра «Скульпторы и статуи».

Сценки «Права человека».

Анкетирование.

Обратная связь и завершение занятия.

## 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. Календарный учебный график

Занятия проходят два раза в неделю, продолжительность 1 занятия – 45 минут, с переменной не менее 10 минут.

№ пп	Темы программы	Всего час.	Продолжительность обучения/недели
1.	Что такое гендер и гендерные отношения?	2	1 неделя обучения
2.	Что такое сексуальное и репродуктивное здоровье и права?	2	
3.	Анатомия и физиология репродуктивной системы	2	2 неделя обучения
4.	Планирование семьи	2	
5.	ВИЧ и СПИД. Профилактика	2	3 неделя обучения
6.	Эмоции	2	
7.	Промежуточная аттестация	2	4 неделя обучения
8.	Насилие	2	
9.	Толерантность и инклюзивность	2	5 неделя обучения
10.	Зависимость и созависимое поведение	2	
11.	Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП) и долгосрочные отношения	2	6 неделя обучения
12.	Насилие в информационном пространстве	2	
13.	Лидерство. Независимое мышление	2	7 неделя обучения
14.	Права человека. Правовые аспекты СРЗП	2	
	<b>Итого</b>	<b>28</b>	

### 2.2. Условия реализации программы

#### Кадровые условия

Реализация дополнительной общеразвивающей программы обеспечивается педагогическими работниками организации, а также лицами, привлекаемыми к реализации программы на условиях гражданско-правового договора.

Квалификация педагогических работников организации должна соответствовать квалификационным характеристикам, установленным в профессиональном стандарте «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

#### Материально-технические условия реализации программы

Необходимый перечень материально-технического обеспечения для реализации дополнительной программы включает в себя: учебный кабинет, оснащенный необходимой учебной мебелью:

Учебный кабинет:

- стол преподавателя – 1 шт.;

- стул преподавателя – 1 шт.;
- стол обучающихся – 2 шт.;
- стул обучающихся – 4 шт.;
- доска магнитно-маркерная (флипчарт) -1 шт.;
- маркеры - 4 шт.;
- рециркулятор воздуха – 1 шт.;
- наглядные пособия, плакаты;
- тумба для канцелярских принадлежностей – 1 шт.;
- принтер – 1 шт.;
- мультимедийный проектор – 1 шт.;
- экран – 1 шт.;
- ноутбук преподавателя – 1 шт.;
- шкаф для методической литературы и учебных пособий – 2 шт.;

Методическая документация:

- комплект учебно-методической документации;
- систематизированные по типам наглядные пособия.

Дидактические материалы: раздаточные материалы; инструкции; схемы; образцы изделий; разработки теоретических материалов по темам программы.11.

Дидактические материалы: раздаточные материалы; инструкции; схемы; образцы изделий; разработки теоретических материалов по темам программы.

При реализации программы в учебном процессе используются методические пособия, дидактические материалы, материалы на электронных носителях, Интернет-ресурсы.

### **2.3. Формы аттестации**

С целью контроля и оценки результатов подготовки и учета индивидуальных образовательных достижений, обучающихся применяются: текущий и промежуточный контроль.

#### **Текущий контроль**

Текущий контроль ведется на каждом занятии в форме педагогического наблюдения за успешностью освоения материала, проверяется в конце каждого занятия путем итогового обсуждения, анализа пройденной темы занятия.

#### **Промежуточный контроль**

Промежуточный контроль проходит в виде зачета (тестирование).

Тестирование проходит с использованием компьютерных средств. Слушатель получает определённое количество тестовых заданий. На выполнение выделяется фиксированное время в зависимости от количества заданий. Оценка выставляется в зависимости от процента правильно выполненных заданий.

Тестирование с положительным результатом (не менее 75 % правильных ответов) – оценка «Зачтено».

Тестирование с положительным результатом (менее 75 % правильных ответов) – оценка «Не зачтено».

Итоговая аттестация не предусмотрена.

### **2.4. Список литературы**

#### **Основная литература для педагога:**



1. Гейхман Л. К. Обучение общению во взаимодействии: интерактивный подход. Образование и наука, 2002. № 3.
2. Емельянов Ю. Н. Обучение паритетному диалогу. Ленинградский государственный университет, 1991.
3. Методы активного социально-психологического обучения: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Н. В. Матяш, Т. А. Павлова. М.: Академия, 2010.
4. Панина Т. С. Современные способы активизации обучения / Т. С. Панина, Л. Н. Вавилова. М.: Академия, 2008.
5. Сердюк Е. В. Тренинг по системе «равный обучает равного» как эффективный метод формирования ценностного отношения подростков к репродуктивному здоровью // Молодой ученый, 2015. № 4 (84). С. 611–613.
6. Щербакова А. Г. Инклюзия доходчиво. Практические упражнения для понимания инвалидности // Вопросы дошкольной педагогики, 2021. № 10 (47). С. 54–56.

#### **Дополнительные источники для обучающихся:**

1. Как отличить дружеское подтрунивание от издевательств? В ЮНИСЕФ отвечают на вопросы подростков о кибербуллинге [Электронный ресурс] // Организация Объединенных Наций: [сайт]. URL: <https://news.un.org/ru/story/2021/11/1413212>
2. Комиссаров А. А. Курс «Игропрактика в образовании». НИТУ «МИСиС». URL: <https://openedu.ru/course/misis/IGRO/>

## **2.5. Фонд оценочных средств**

### **Варианты вопросов для промежуточной аттестации**

#### **1. Понятие «гендер» прежде всего связано с понятием**

1. социализация
2. *половая принадлежность*
3. демократизация
4. воспитание

#### **2. Внутреннее самоощущение человека как представителя того или иного пола называется гендерной**

1. принадлежностью
2. ролью
3. деликтоспособностью
4. *идентичностью*

#### **3. Какое название носит чувство опустошенности и усталости, вызванное работой, снижение эмоционального фона, равнодушие или эмоциональное пресыщение:**

1. *эмоциональное истощение*
2. дистресс
3. хронический стресс

**4. Как называется состояние длительного личностного дисбаланса в результате сильного по степени воздействия или неожиданного события:**

1. стратегия
2. *кризис*
3. организационная социализация

**5. Как называется склонность индивида к переживанию тревоги:**

1. стресс
2. *тревожность*
3. кризис

**6. От ИППП возникают осложнения:**

1. снижение потенции
2. *бесплодие* +
3. энурез

**7. СПИД передается от одного человека к другому:**

1. *при половом контакте с инфицированным человеком*
2. при пользовании общим туалетом
3. через пищу, которая была приготовлена инфицированным человеком

**8. Наиболее мощный вид эмоциональных реакций, это:**

1. *аффект*
2. чувство
3. настроение

**9. Комплекс органов мужского и женского организмов, которые главным образом, обеспечивают воспроизводство людей:**

1. *половая система*
2. основная система
3. дополнительная система

**10. Инфекции, передающиеся половым путем, сокращенно обозначаются:**

1. *ИППП*
2. ВППП
3. КППП

**11. Для сохранения здоровья необходимо:**

1. нужно сидеть дома
2. употреблять алкогольные напитки, курить
3. *заниматься физической культурой*

**12. Эмоциональное состояние, сопереживание к другому человеку, это:**

1. амбивалентность
2. *симпатия*
3. настроение

**13. Что является основной причиной гендерного конфликта?**

- 1. разное понимание гендерных ролей в обществе**
2. унижение личности по гендерному признаку
3. изолированность представителей разных гендеров друг от друга

**14. Тип эмоциональных переживаний:**

1. воображение
- 2. эмоциональный стресс**
3. неуравновешенность

**15. Овуляцией называют:**

1. передвижение яйцеклетки по маточной трубе
- 2. выход яйцеклетки из фолликула**
3. попадание яйцеклетки в матку
4. внедрение яйцеклетки в слизистую оболочку матки

**16. К репродуктивной системе женщин относится:**

- 1. яичники**
2. семявыносящие протоки
3. бульбоуретральные железы

**17. Задачей женской репродуктивной системы является:**

1. выработка мужских половых клеток
- 2. родовая деятельность**
3. сперматозоидальная деятельность

**18. Лидер, который задает тон в решении групповых проблем, — это лидер:**

- 1. инициатор**
2. эрудит
3. организатор

**19. Критерии, стандарты, на основании которых индивид или группа оценивает какой-либо предмет, или явление, оправдывает и защищает сделанный поведенческий выбор:**

1. идеалы
2. детерминанты
- 3. ценности**

**20. Женские половые железы называют:**

1. плацентой
- 2. яичниками**
3. яйцеклетками

**21. Что означает принцип неделимости прав человека?**

- 1. каждый человек обладает всей совокупностью прав**
2. для каждого человека существуют свои права

3. запрет передавать свои права другому лицу

**22. Заражение другого лица венерической болезнью или ВИЧ-инфекцией:**

1. предусматривает наказание только в административном порядке
2. подлежит только общественному осуждению
3. *предусматривает наказание в уголовном порядке*

**23. Право на честь и достоинство:**

1. экономические права
2. *гражданские права*
3. политические права

**24. Правила поведения с точки зрения добра и зла — это:**

1. корпоративные нормы
2. запрещающие нормы
3. *нормы морали*

**25. Беременным женщинам необходимы:**

1. ходить на работу до начала родов
2. *ежедневные прогулки на воздухе*
3. избыточное питание

**26. Жизненная ситуация – это:**

1. то же, что и ситуация психодиагностического обследования
2. *элементы среды и субъекта, объединяющиеся в деятельности в данный момент времени*

**27. Стратегии поведения в значимых ситуациях:**

1. не зависят от личностных свойств
2. *это формы поведения в результате актуализации адаптивных механизмов широкого круга*

**28. Поведение в конкретной ситуации:**

1. *больше всего зависит от особенностей взаимодействия личности с окружающей средой*
2. не зависит от особенностей личности

**29. Стресс – это:**

1. повышение артериального давления в результате некоторых заболеваний
2. *совокупность физиологических и психологических процессов, возникающих в результате восприятия значимых для личности, субъективно трудных ситуаций*

**30. Что поможет быстрее уладить конфликт?**

1. *общение*
2. изоляция

3. одиночество
4. агрессивность
5. поиск виновных

## 2.6. Методические материалы

Реализация данной дополнительной общеразвивающей программы рассчитана на усвоение обучающимися основного содержания программы на занятиях. Это достигается сочетанием различных форм и методов обучения, включая лекционную форму при подаче наиболее фундаментальных положений, изложение доступного материала в виде непрерывного диалога, проведение деловых игр.

Для реализации программы используются следующие методы обучения: словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, эвристический, проблемный, игровой, дискуссионный, стимулирование.

Методы воспитания, в отличие от форм, раскрывают технологическую сторону и представляют собой совокупность наиболее общих способов (приемов и связанных с ними средств) осуществления воспитательного взаимодействия. Под методами воспитания следует понимать способы профессионального взаимодействия педагога и обучающихся с целью решения образовательно-воспитательных задач.

Основными технологиями обучения являются: индивидуализация обучения, групповое обучение, дифференцированное обучение, проблемное обучение, дистанционное обучение, игровая деятельность, проектная деятельность, здоровьесберегающая технология.

Формами организации учебного занятия являются: беседа, круглый стол, лекция, мастер-класс, «мозговой штурм», практическое занятие, презентация.

В ходе обучения программе используются следующие дидактические материалы: разработанные карточки, ситуационные задания, схемы.

Основным алгоритмом учебного занятия является следующая структура урока: организационный момент, основная часть и заключительная часть.

Занятия построены на принципах обучения развивающего и воспитывающего характера:

- доступности;
- наглядности;
- целенаправленности;
- индивидуальности;
- результативности.

В работе используются методы обучения:

- вербальный (беседа, рассказ, лекция, сообщение);
- наглядный (использование мультимедийных устройств, использование интернет-ресурсов т.д.);
- практический (выполнение практических заданий в объединении);
- самостоятельной работы.

Усвоение материала контролируется при помощи педагогического наблюдения и выполнения практических работ.

Словесные методы (беседа, анализ) являются необходимой составляющей учебного процесса. В начале занятия происходит постановка задачи, которая производится, как правило самими слушателями, в процессе беседе. В процессе – анализ полученных результатов и принятие решений о более эффективных методах и усовершенствованиях конструкции, алгоритма, а, может, и самой постановки задачи. Однако наиболее эффективными для слушателей, несомненно, являются наглядные и практические методы, в которых педагог не просто демонстрирует процесс или явление, но и помогает слушателям самостоятельно воспроизвести его.

Педагогические технологии: технология индивидуализации обучения; технология группового обучения; технология коллективного взаимообучения.

Учебно-методическое обеспечение программы обеспеченно электронными учебниками, учебно-методической литературой и материалами по всем учебным темам программы.

1. Организационно-методические материалы.
2. Учебные презентации по темам:
  - «Что такое гендер и гендерные отношения?»
  - «Анатомия и физиология репродуктивной системы»
  - «Сексуальное и репродуктивное здоровье и права (СРЗП)»
  - «Развитие человека. Беременность»
  - «Инфекции, Передаваемые Половым Путем (ИППП) и долгосрочные отношения»
  - «ВИЧ и СПИД. Профилактика»
  - «Планирование семьи»
  - «Понятие эмоции. Функции эмоций. Классификация эмоций.»
  - «Насилие»
  - «Толерантность и инклюзивность»
  - «Зависимость и со зависимое поведение»
  - «Структура стресса и стрессоры. Посттравматическое стрессовое расстройство.»
  - «Насилие в информационном пространстве»
  - «Социум, культура и СЗРП. Правовые аспекты СРЗП»
  - «Лидерство. Независимое мышление»
  - «Права человека»
  - «Наставничество и проведение тренингов для спикеров программы»
3. Учебный план работы педагога.
4. Календарный учебный график.