



# ПОСОБИЕ

ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ  
ВИДЕОРОЛИКОВ ПРИ  
ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ  
ПО ЗДОРОВОМУ  
ОБРАЗУ ЖИЗНИ

**Пособие по использованию видеороликов  
при проведении занятий по вопросам здорового образа  
жизни, безопасного и ответственного поведения,  
профилактики насилия в молодежной среде**

**Минск, 2017**

**Пособие по использованию видеороликов при проведении занятий по вопросам здорового образа жизни, безопасного и ответственного поведения, профилактики насилия в молодежной среде** (дополнительные материалы для педагогических работников учреждений образования, социально-педагогических учреждений, специалистов общественных объединений)

**Составитель: М. Е. Минова. – Минск, 2017.**

Сведения и мнения, представленные в пособии, являются авторскими и не обязательно отражают точку зрения ЮНЕСКО и ЮНЭЙДС.

Данное пособие разработано в сотрудничестве с ИИТО ЮНЕСКО в рамках Региональной программы технической помощи ЮНЭЙДС при финансовой поддержке Правительства Российской Федерации.

# Содержание

## Введение

### Рекомендации по проведению занятий с использованием видеороликов

<b>Тема 1</b>	<b>Особенности подросткового возраста</b>	
Видеоролик	<i>Почему быть подростком трудно?</i>	
Тема занятия	Особенности подросткового возраста	7 класс
<b>Тема 2</b>	<b>Формирование гендерной культуры молодых людей</b>	
Видеоролик	<i>Чем мужчины отличаются от женщин?</i>	
Тема занятий	Половое развитие и гендер	8 класс
	Гендер и социализация личности	9 класс
<b>Тема 3</b>	<b>Профилактика употребления психоактивных веществ</b>	
Видеоролики	<i>Почему хочется курить, когда пьешь?</i> <i>Как работают наркотики?</i>	
Тема занятий	Профилактика употребления табака	7 класс
	Профилактика употребления алкоголя	8 класс
	Предупреждение приобщения молодежи к употреблению наркотических веществ	9-10 классы
<b>Тема 4</b>	<b>Профилактика насилия в молодежной среде</b>	
Видеоролик	<i>Почему мы делаем то, чего на самом деле не хотим?</i>	
Тема занятий	Профилактика насилия и группового давления в среде подростков	7-8 классы
	Давление группы и сверстников на личность молодого человека	9 класс
	Профилактика насилия в молодежной среде	10-11 классы
<b>Тема 5</b>	<b>Репродуктивное здоровье и сексуальные отношения</b>	
Видеоролики	<i>«Можно ли найти свою вторую половинку?»</i> <i>«Когда должен быть первый раз?»</i>	
Тема занятий	Репродуктивное здоровье	9 класс
	Сохранение репродуктивного здоровья	10 класс
	Ответственное сексуальное поведение	10 класс
	Безопасное и ответственное сексуальное поведение	11 класс

<b>Тема 6</b>	<b>Профилактика ВИЧ-инфекции и ИППП</b>	
Видеоролик	<i>Загадочная история Вани Пуговкина</i>	
Тема занятий	Профилактика ВИЧ-инфекции	8 класс
	Профилактика ВИЧ-инфекции	9 класс
	Профилактика ВИЧ-инфекции и ИППП	10 класс
	Профилактика ВИЧ-инфекции и ИППП	11 класс
<b>Тема 7</b>	<b>Межличностные отношения и разрешение конфликтов</b>	
Видеоролик	<i>Полезно ли вымещать злость?</i>	
Тема занятий	Как защитить себя от агрессии?	7 класс
	Учимся жить без конфликтов	8 класс
	Конфликты в межличностных отношениях	9-10 классы
<b>Тема 8</b>	<b>Профилактика компьютерной зависимости и онлайн-насилия в молодежной среде</b>	
Видеоролик	<i>Как противостоять троллям?</i>	
Тема занятий	Как защитить себя от кибербуллинга?	7 класс
	Профилактика компьютерной зависимости	7-8 классы
	Формирование способностей учащихся оценивать информацию в Интернет и социальных сетях	9 класс
	Профилактика онлайн-насилия (кибербуллинга и кибермошеничества) в молодежной среде	10 класс 11 класс

## Литература

### Словарь терминов к видеороликам

## Введение

Данное пособие разработано в помощь педагогическим работникам учреждений образования, социально-педагогических учреждений для проведения классных часов, факультативных занятий, воспитательных мероприятий с использованием образовательных видеороликов по следующим темам:

- 1) Особенности подросткового возраста;
- 2) Формирование гендерной культуры молодых людей;
- 3) Профилактика употребления психоактивных веществ;
- 4) Профилактика насилия в молодежной среде;
- 5) Репродуктивное здоровье и сексуальные отношения;
- 6) Профилактика ВИЧ-инфекции и ИППП;
- 7) Межличностные отношения и разрешение конфликтов;
- 8) Профилактика компьютерной зависимости и онлайн-насилия в молодежной среде.

Эта тематика является актуальной для проведения занятий с учащимися 7-11 классов учреждений общего среднего образования. Она обусловлена необходимостью проведения воспитательной и профилактической работы с подростками и молодыми людьми в области здорового образа жизни, профилактики девиантного и аддиктивного поведения, насилия, правонарушений и преступлений в молодежной среде.

В Концепции непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи<sup>1</sup> в число основных составляющих воспитания включены:

- «воспитание культуры безопасности жизнедеятельности, направленное на формирование безопасного поведения в социальной и профессиональной деятельности, повседневной жизни;
- воспитание культуры здорового образа жизни, направленное на формирование навыков здорового образа жизни, осознание значимости здоровья как ценности, физическое совершенствование;
- семейное и гендерное воспитание, направленное на формирование ответственного отношения к семье, браку, воспитанию детей; осознанных представлений о роли и жизненном предназначении мужчин и женщин в современном обществе».

В Республике Беларусь реализуются Государственные программы «Здоровье народа и демографическая безопасность» на 2016-2020 годы, «Образование и молодежная политика» на 2016-2020 годы, Программа непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь на 2016-2020 годы, в которых определены приоритеты сохранения и укрепления здоровья, формирования культуры здорового образа жизни, безопасности жизнедеятельности детей и молодежи.

Нормативные правовые документы и определенные в них приоритеты подтверждают актуальность и социальную значимость воспитательной и профилактической работы с подростками и молодыми людьми по определенной выше тематике.

Рекомендуемые к использованию видеоролики созданы по заказу Института ЮНЕСКО по информационным технологиям в образовании (ИИТО ЮНЕСКО) для использования в странах Восточной Европы и Центральной Азии во время информационно-просветительских мероприятий для подростков и молодых людей по профилактике ВИЧ и формированию здорового образа жизни.

---

<sup>1</sup> Концепция непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи. Утверждена Постановлением № 82 от 15 июля 2015 г. Министерства образования Республики Беларусь.

В этих роликах в интересной и увлекательной форме рассказывается о сложных вещах. В них нет назидательности, морализаторства, прямых и настоятельных советов как поступать в той или иной ситуации и запретов, которые, как правило, вызывают у подростков и молодых людей обратную реакцию. По каждой рассматриваемой теме ролики представляют факты и данные науки и незаметно подводят зрителя к выводам в пользу здорового образа жизни. Оптимальные по продолжительности (4-5 минут) для удержания внимания зрителей и передачи ключевых посланий, эти ролики сделаны в простом и современном стиле и используют понятный подросткам и молодым людям язык, что делает их популярными среди молодежи. Об этом свидетельствует большое количество просмотров базовой версии роликов (от 200 тысяч до 1,5 миллиона) на канале их производителя – студии "Научпок" в You Tube.

Учителя, выполняющие функции классных руководителей, могут использовать данные видеоролики в качестве дополнительного материала для проведения классных и/или информационных часов с учащимися 7-11 классов по обозначенной выше тематике. Видеоролики можно также использовать на факультативных занятиях. Планирование и проведение классных и информационных часов, факультативных занятий по той или иной теме с использованием того или иного видеоролика осуществляется учителями в соответствии с нормативными правовыми документами в области воспитательной и профилактической работы.

Видеоролики могут быть также использованы в процессе воспитательной и профилактической работы с учащимися, которую осуществляют специалисты социально-психологической и педагогической службы учреждений образования и социально-педагогических учреждений (педагоги-психологи, социальные педагоги), а также работники общественных объединений, которые осуществляют образовательные программы, социальные проекты в области здорового образа жизни, безопасного и ответственного поведения подростков и молодых людей, профилактики насилия, правонарушений в молодежной среде.

В данном пособии приводятся практические рекомендации по использованию вышеуказанных видеороликов – их просмотру и обсуждению – во время занятий (классных, информационных часов, факультативных занятий, воспитательных мероприятий, тренингов и др.) по актуальным вопросам формирования здорового образа жизни, воспитания гендерной культуры, навыков безопасного и ответственного поведения у подростков и молодежи на примере занятий с учащимися в возрасте 14-18 лет по программе равного обучения, изложенной в пособии «Модули волонтеров равного обучения для проведения занятий со сверстниками»<sup>2</sup>.

Использование этих видеороликов при проведении занятий позволит наглядно представить учащимся различные жизненные ситуации и через сильное эмоциональное воздействие активизировать их познавательный интерес к теме занятий. Для проведения профилактических мероприятий с использованием роликов по темам «Профилактика употребления психоактивных веществ», «Репродуктивное здоровье и сексуальные отношения», «Профилактика ВИЧ-инфекции и ИППП» педагогам целесообразно в роли экспертов приглашать на занятия врача-гинеколога, нарколога, специалистов Центров дружественного отношения к подросткам. Активное участие учащихся в обсуждении видеороликов и информации повысит эффективность занятий, воспитательных мероприятий.

Ссылки на видеоролики, методические рекомендации по их использованию и экспертное заключение по их содержанию доступны для просмотра и скачивания на сайте Министерства образования Республики Беларусь (<http://edu.gov.by>) в разделе «Молодежь» (подраздел «Содействие формированию здорового образа жизни»).

---

<sup>2</sup> Пособие «Модули волонтеров равного обучения для проведения занятий со сверстниками» / разработ. М. Е. Минова, Е. Ф. Михалевич, Т. А. Працкевич; ГУО «Акад. последиплом. образования». – Минск: АПО, 2015. – 104 с.

**Рекомендации по проведению занятий  
с использованием видеороликов  
на примере занятий по программе равного обучения, описанной в пособии  
«Модули волонтеров равного обучения для проведения занятий со сверстниками»<sup>3</sup>**

---

<sup>3</sup> Пособие «Модули волонтеров равного обучения для проведения занятий со сверстниками» / разработ. М. Е. Минова, Е. Ф. Михалевич, Т. А. Працкевич; ГУО «Акад. последиплом. образования». – Минск: АПО, 2015. – 104 с. Далее в тексте данное пособие для краткости обозначается как «Модули волонтеров 2015».



## Тема 1. Особенности подросткового возраста

Данная тема раскрывается в видеоролике «*Почему быть подростком трудно?*».

Видеоролик можно использовать при проведении занятия (классного часа) по темам: «Особенности подросткового возраста» или «Понятие здорового образа жизни. Ценность здоровья в жизни человека» в 7 классе.

### Рекомендации по использованию видеоролика

Обучающее занятие (классный час)	<b>Особенности подросткового возраста, 7 класс</b> <i>По программе Занятия 1. Понятие здорового образа жизни. Ценность здоровья в жизни человека (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения занятия	Основная часть. После мини-лекции и/или презентации по теме занятия.
Формирование мотивации для просмотра	Педагог просит учащихся ответить на вопросы: <ul style="list-style-type: none"><li>• Почему здоровье является ценностью для человека в любом возрасте?</li><li>• В чем особенности подросткового возраста?</li><li>• Насколько ценят здоровье подростки?</li></ul> Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеоролика после просмотра	Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"><li>• Каково впечатление от видеоролика?</li><li>• Что нового вы узнали?</li><li>• Что было не понятно?</li></ul> Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"><li>• В чем причина конфликтов подростка со взрослыми и недовольства самим собой?</li><li>• Чем вызваны сомнения в собственных силах, умениях, привлекательности?</li><li>• Почему подросткам трудно контролировать свои эмоции и желания?</li><li>• Почему они легко поддаются влиянию других?</li><li>• Почему они склонны к импульсивным поступкам и часто действуют, не задумываясь о последствиях?</li><li>• Влияет ли импульсивное поведение на здоровье человека?</li><li>• Каким образом?</li></ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог просит учащихся обсудить, насколько понимание причин конфликтных отношений и импульсивного поведения поможет им справиться с проблемными ситуациями, а также сохранить свое здоровье. Педагог предлагает учащимся перейти к следующему этапу занятия к упражнению «Насколько мы заботимся о своем здоровье?».

## Тема 2. Формирование гендерной культуры молодых людей

Данная тема раскрывается в видеоролике «*Чем мужчины отличаются от женщин?*».

Видеоролик можно использовать при проведении следующих занятий (классных часов):

(А) Половое развитие и гендер в 8 классе и (Б) Гендер и социализация личности в 9 классе.

### Рекомендации по использованию видеоролика

Обучающее занятие (классный час)	<b>(А) Половое развитие и гендер, 8 класс</b> <i>По программе Занятие 3. Формирование гендерной культуры молодых людей (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения занятия	Основная часть. Шаг 4. После упражнения «Пол и гендер».
Формирование мотивации для просмотра	После выполнения упражнения педагог просит учащихся назвать несколько причин, из-за которых некоторые люди считают, что у женщин особая логика, непонятная мужчинам, или что женщины более эмоциональны, а мужчины – рациональны. Есть ли у подобных утверждений объективные причины, например, различия в размере, строении и функционировании мозга? Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеоролика после просмотра	Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"><li>• Каково впечатление от видеоролика?</li><li>• Что нового вы узнали?</li><li>• Что было не понятно?</li></ul> Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"><li>• Что из сказанного в видеоролике показалось вам самым важным?</li><li>• Существует ли разница между мужчинами и женщинами? Если да, то какая?</li><li>• Можно ли утверждать, что некоторые отличия в размере и особенностях функционирования мозга мужчин и женщин определяют специфически мужские и женские модели поведения и интеллектуальные возможности?</li><li>• О чем свидетельствует открытие ученых о том, что мужчин и женщин, у которых мозг имеет типичное для их пола «мужское» или «женское» строение, всего восемь процентов?</li></ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог просит учащихся резюмировать, в чем заключаются половые и гендерные особенности мужчин и женщин, в чем между ними основные отличия. Педагог переходит к следующему этапу – Шагу 5 – деловой игре «О мужчинах и женщинах».

### Рекомендации по использованию видеоролика

Обучающее занятие (классный час)	<b>(Б) Гендер и социализация, 9 класс</b> <i>По программе Занятие 3. Формирование гендерной культуры молодых людей (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения занятия	Основная часть. Шаг 4. После упражнения «Пол и гендер».
Формирование мотивации для просмотра	После обсуждения вопроса о социальных ролях и возможности их смены учитель просит учеников назвать несколько причин, из-за которых некоторые люди считают, что женщины и мужчины от рождения призваны выполнять разные социальные роли. Есть ли у подобных утверждений объективные причины, например, различия в размере, строении и функционировании мозга? Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеоролика после просмотра	Учитель задает вопросы, приглашает высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"><li>• Каково впечатление от видеоролика?</li><li>• Что нового вы узнали?</li><li>• Что было не понятно?</li></ul> Учитель объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"><li>• Что из сказанного в видеоролике показалось вам самым важным?</li><li>• Можно ли утверждать, что некоторые отличия в размере и особенностях функционирования мозга мужчин и женщин определяют специфически мужские и женские модели поведения, интеллектуальные возможности и, соответственно, различные социальные роли?</li><li>• О чем свидетельствует открытие ученых о том, что мужчин и женщин, у которых мозг имеет типичное для их пола «мужское» или «женское» строение, всего восемь процентов?</li><li>• Могут ли половые и/или гендерные отличия мужчин и женщин влиять на их карьеру, социальный статус, межличностные взаимоотношения и создание семьи?</li><li>• Каким образом?</li></ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог просит учащихся резюмировать, в чем заключаются половые и гендерные особенности мужчин и женщин, в чем между ними основные отличия. Педагог переходит к следующему этапу – Шагу 5 – деловой игре «О мужчинах и женщинах».

### Тема 3. Профилактика употребления психоактивных веществ

Данная тема раскрывается в видеороликах «*Почему хочется курить, когда пьешь?*» и «*Как работают наркотики?*»

Видеоролики можно использовать при проведении следующих занятий (классных часов):

- (А) Профилактика употребления табака в 7 классе,
- (Б) Профилактика употребления алкоголя в 8 классе,
- (В) Предупреждение приобщения молодежи к употреблению наркотических веществ в 10-11 классах.

#### **Рекомендации по использованию видеоролика «Почему хочется курить, когда пьешь?»**

Обучающее занятие (классный час)	<b>(А) Профилактика употребления табака, 7 класс</b> <i>По программе Занятия 8. Профилактика употребления табака (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения занятия	Основная часть. Шаг 2. После мозгового штурма «Причины табакокурения».
Формирование мотивации для просмотра	После мозгового штурма педагог просит учащихся ответить на вопрос: <ul style="list-style-type: none"><li>• Каковы, на ваш взгляд, причины, побуждающие людей курить?</li></ul> Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеоролика после просмотра	Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"><li>• Каково впечатление от видеоролика?</li><li>• Что нового вы узнали?</li><li>• Что было не понятно?</li></ul> Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"><li>• Что из сказанного в видеоролике показалось вам самым важным?</li><li>• Как действует никотин на организм человека?</li><li>• Можно ли утверждать, что со временем организм привыкает к повышенной дозировке никотина?</li><li>• Почему людям нравится курить, когда они выпили?</li></ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог просит учащихся резюмировать, чем вызваны причины курения, и переходит к следующему этапу – Шагу 3 – упражнению «Силуэт».

**Рекомендации по использованию видеоролика «Почему хочется курить, когда пьешь?»**

Обучающее занятие (классный час)	<p><b>(Б) Профилактика употребления алкоголя, 8 класс</b>  <i>По программе Занятия 7. Профилактика употребления алкоголя (см. «Модули волонтеров 2015»).</i></p>
Этап проведения занятия	<p>Основная часть. Шаг 2.          После упражнения «Кукловод».</p>
Формирование мотивации для просмотра	<p>После выполнения упражнения педагог просит учащихся ответить на вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Как себя чувствует человек, находящийся в алкогольном опьянении?</li> <li>• Что руководит его эмоциями, мыслями, поступками?</li> </ul> <p>Предлагает посмотреть видеоролик.</p>
Вопросы для обсуждения видеоролика после просмотра	<p>Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Каково впечатление от видеоролика?</li> <li>• Что нового вы узнали?</li> <li>• Что было не понятно?</li> </ul> <p>Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Что из сказанного в видеоролике показалось вам самым важным?</li> <li>• Как алкоголь воздействует на организм человека?</li> <li>• Почему употребление никотина способствует употреблению алкоголя в большем количестве? (Чем больше выкуришь сигарет, тем больше выпьешь).</li> <li>• Почему люди употребляют алкоголь, несмотря на все негативные последствия?</li> </ul>
Подведение итогов обсуждения	<p>Педагог просит учащихся резюмировать, чем вызваны причины употребления алкоголя, и переходит к следующему этапу – Шагу 3 – мини-лекции «Формирование алкогольной зависимости», а затем к упражнениям «Жизнь без алкоголя», «Жизненные ценности».</p>

**Рекомендации по использованию видеоролика «Как работают наркотики?»**

<p>Обучающее занятие (классный час)</p>	<p><b>(В) Предупреждение приобщения молодежи к употреблению наркотических веществ, 10-11 классы</b>  <i>По программе Занятия 9. Предупреждение приобщения молодежи к употреблению психоактивных, наркотических веществ (см. «Модули волонтеров 2015»).</i></p>
<p>Этап проведения занятия</p>	<p>Основная часть. Шаг 3.          После мозгового штурма «Определение понятий».</p>
<p>Формирование мотивации для просмотра</p>	<p>После выполнения упражнения педагог просит учащихся ответить на вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Что такое наркотики и наркопотребление?</li> <li>• Как наркотики действуют на организм человека?</li> </ul> <p>Предлагает посмотреть видеоролик.</p>
<p>Вопросы для обсуждения видеоролика после просмотра</p>	<p>Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Каково впечатление от видеоролика?</li> <li>• Что нового вы узнали?</li> <li>• Что было не понятно?</li> </ul> <p>Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Что из сказанного в видеоролике показалось вам самым важным?</li> <li>• Почему наркотики продавались под видом лекарств от всех болезней?</li> <li>• Как действуют наркотики на организм человека?</li> <li>• Что делает наркотики такими опасными для здоровья человека?</li> <li>• Почему так трудно отказаться от наркотиков, после даже однократного употребления?</li> <li>• К чему приводит употребление наркотических веществ?</li> </ul>
<p>Подведение итогов обсуждения</p>	<p>Педагог просит учащихся резюмировать, чем вызваны причины употребления наркотиков, и переходит к следующему этапу – Шагу 3 – мини-лекции «Био-психо-социо-духовные составляющие наркомании», а затем к работе в малых группах.</p> <p>Вопросы для работы в группах:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Какие проблемы возникают у человека, который попал в зависимость от наркотиков?</li> <li>• Какие проблемы возникают у семьи наркозависимого?</li> <li>• Какие проблемы возникают у соседей?</li> <li>• Какие проблемы возникают в школе, где есть наркозависимые?</li> <li>• Какие проблемы возникают в районе или городе, где много наркозависимых?</li> </ul>

## Тема 4. Профилактика насилия в молодежной среде

Данная тема раскрывается в видеоролике «*Почему мы делаем то, чего на самом деле не хотим?*»

Видеоролик можно использовать при проведении следующих занятий (классных часов):

- (А) Профилактика насилия и группового давления в среде подростков в 7-8 классах,
- (Б) Давление группы и сверстников на личность молодого человека в 9 классе,
- (В) Профилактика насилия в молодежной среде в 10-11 классах.

### Рекомендации по использованию видеоролика

Обучающее занятие (классный час)	<b>(А) Профилактика насилия и группового давления в среде подростков, 7-8 классы</b> <i>По программе Занятия 11. Профилактика насилия в молодежной среде (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения занятия	Основная часть. Шаг 2. После мини-лекции и/или презентации по теме занятия.
Формирование мотивации для просмотра	После мини-лекции и/или презентации педагог просит учащихся ответить на вопросы: <ul style="list-style-type: none"><li>• Как Вы принимаете решения в случаях возникновения проблемных ситуаций?</li><li>• Почему мы делаем то, чего на самом деле не хотим?</li></ul> Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеоролика после просмотра	Педагог задает вопросы, приглашает учащихся высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"><li>• Каково впечатление от видеоролика?</li><li>• Что нового вы узнали?</li><li>• Что было не понятно?</li></ul> Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"><li>• Что из сказанного в видеоролике показалось вам самым важным?</li><li>• Насколько люди зависят от мнения друг друга?</li><li>• Почему зачастую очень сложно отделить свой голос от мнения большинства?</li><li>• Почему в некоторых ситуациях лучше доверять себе, а не ориентироваться на мнение других?</li><li>• Что делать, чтобы перехитрить инстинкт и научиться принимать взвешенные решения, не сомневаясь в себе?</li></ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог просит учащихся резюмировать, чем вызваны причины давления группы (или большинства ее членов) на конкретного члена группы, и переходит к следующему этапу – Шагу 3 –упражнению «Виды насилия».

### Рекомендации по использованию видеоролика

Обучающее занятие (классный час)	<b>(Б) Давление группы и сверстников на личность молодого человека, 9 класс</b> <i>По программе Занятия 11. Профилактика насилия в молодежной среде (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения занятия	Основная часть. Шаг 3. После упражнения «Виды насилия».
Формирование мотивации для просмотра	После проведения мозгового штурма учитель просит учащихся ответить на вопросы: <ul style="list-style-type: none"><li>• Почему мы делаем то, чего на самом деле не хотим?</li><li>• Как вы думаете, почему групповое мнение сильно влияет на мнения, отношения и поведение личности?</li><li>• Почему групповое давление может стать видом насилия?</li></ul> Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеоролика после просмотра	Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"><li>• Каково впечатление от видеоролика?</li><li>• Что нового вы узнали?</li><li>• Что было не понятно?</li></ul> Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"><li>• Что из сказанного в видеоролике показалось вам самым важным?</li><li>• Почему зачастую очень сложно отделить свой голос от мнения большинства?</li><li>• Насколько люди зависят от мнения друг друга?</li><li>• Почему в некоторых ситуациях лучше доверять себе, а не ориентироваться на мнение других?</li><li>• Что делать, чтобы перехитрить инстинкт и научиться принимать взвешенные решения, не сомневаясь в себе?</li></ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог просит учащихся резюмировать, чем вызваны причины группового давления, и переходит к следующему этапу – Шагу 4 – игре «Рукопожатия», а затем к работе в малых группах, упражнению «Проблемные ситуации». Дополнительные вопросы для работы в группах: <ul style="list-style-type: none"><li>• Почему именно сверстник является авторитетным для молодых людей?</li><li>• Каким образом группа влияет на личность?</li><li>• В чем заключается групповое давление?</li></ul>



### Рекомендации по использованию видеоролика

Обучающее занятие (классный час)	<b>(Г) Профилактика насилия в молодежной среде, 10 класс</b> <i>По программе Занятия 11. Профилактика насилия в молодежной среде (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения занятия	Основная часть. Шаг 3. После мини-лекции и/или презентации по теме занятия и упражнения «Виды насилия».
Формирование мотивации для просмотра	После выполнения упражнения педагог просит учащихся ответить на вопросы: <ul style="list-style-type: none"><li>• Что такое давление и насилие в молодежной среде?</li><li>• Определите факторы, причины и условия давления и насилия одних людей над другими.</li><li>• Почему важно принимать осознанные и ответственные решения в реальных ситуациях отношений с другими людьми, деятельности и поведения?</li></ul> Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеоролика после просмотра	Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"><li>• Каково впечатление от видеоролика?</li><li>• Что нового вы узнали?</li><li>• Что было не понятно?</li></ul> Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"><li>• Что из сказанного в видеоролике показалось вам самым важным?</li><li>• Что такое «стадное чувство»?</li><li>• Почему зачастую очень сложно отделить свой голос от мнения большинства?</li><li>• Насколько люди зависят от мнения друг друга?</li><li>• Почему в некоторых ситуациях лучше доверять себе, а не ориентироваться на мнение других?</li><li>• Что делать, чтобы перехитрить инстинкт и научиться принимать взвешенные решения, не сомневаясь в себе?</li></ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог просит учащихся резюмировать, чем вызваны причины группового давления и насилия и переходит к следующему этапу – Шагу 5 – упражнениям «Жертва и насильник», «Проблемные ситуации» (метод анализа ситуаций).

## Тема 5. Репродуктивное здоровье и сексуальные отношения

Данные темы раскрываются в видеороликах «**Можно ли найти свою вторую половинку?**» и «**Когда должен быть первый раз?**»

Видеоролики можно использовать при проведении следующих занятий (классных часов):

- (А) Репродуктивное здоровье в 9 классе,
- (Б) Сохранение репродуктивного здоровья в 10 классе,
- (В) Ответственное сексуальное поведение в 10 классе,
- (Г) Безопасное и ответственное сексуальное поведение в 11 классе.

### **Рекомендации по использованию видеоролика «Можно ли найти свою вторую половинку?»**

Обучающее занятие (классный час)	<b>(А) Репродуктивное здоровье, 9 класс</b> <i>По программе Занятия 4. Сохранение репродуктивного здоровья (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения занятия	Основная часть. Шаг 2. После упражнения «Круги».
Формирование мотивации для просмотра	После упражнения педагог просит учащихся ответить на вопрос: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Какая связь между здоровьем, любовью, счастьем и семьей?</li> </ul> Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеоролика после просмотра	Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Каково впечатление от видеоролика?</li> <li>• Что нового вы узнали?</li> <li>• Что было не понятно?</li> </ul> Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Как Вы думаете, существуют ли родственные души?</li> <li>• Считаете ли вы правильным тезис: «у каждого из нас есть уникальная родственная душа, которую он узнает, посмотрев ей в глаза»?</li> <li>• Можно ли найти любящего человека – свою вторую половинку?</li> <li>• Какова вероятность на самом деле встретить его?</li> <li>• Как Вы относитесь к тому, что у конкретного человека шанс за всю жизнь встретить вторую половину составляет около одной десятичной?</li> <li>• Почему именно любовь и забота делают людей родными?</li> </ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог просит учащихся резюмировать, почему любовь и забота являются общечеловеческими ценностями, которые положены в основу счастья и благополучия человека, и переходит к следующему этапу – Шагу 4 – упражнению «Светофор».

**Рекомендации по использованию видеоролика «Можно ли найти свою вторую половинку?»**

Обучающее занятие (классный час)	<b>(А) Сохранение репродуктивного здоровья, 10 класс</b> <i>По программе Занятия 4. Сохранение репродуктивного здоровья (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения занятия	Основная часть. Шаг 2. После упражнения «Круги».
Формирование мотивации для просмотра	После упражнения педагог просит учащихся ответить на вопросы: <ul style="list-style-type: none"><li>• Что такое репродуктивное здоровье лично для Вас?</li><li>• Почему любовь нужна для репродуктивного здоровья и приносит счастье в сексуальных отношениях?</li></ul> Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеоролика после просмотра	Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"><li>• Каково впечатление от видеоролика?</li><li>• Что нового вы узнали?</li><li>• Что было не понятно?</li></ul> Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"><li>• Как Вы думаете, существуют ли родственные души?</li><li>• Считаете ли вы правильным тезис: «у каждого из нас есть уникальная родственная душа, которую он узнает, посмотрев ей в глаза»?</li><li>• Можно ли найти любящего человека – свою вторую половинку?</li><li>• Какова вероятность на самом деле встретить его?</li><li>• Как Вы относитесь к тому, что у конкретного человека шанс за всю жизнь встретить вторую половину составляет около одной десятичной?</li><li>• Почему именно любовь и забота делает людей родными?</li></ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог просит учащихся резюмировать, почему любовь и забота являются общечеловеческими ценностями, которые положены в основу счастья и благополучия человека, и переходит к следующему этапу – Шагу 4 – упражнению «Светофор» и работе в группах.

**Рекомендации по использованию видеоролика «Когда должен быть первый раз?»**

Обучающее занятие (классный час)	<b>(Б) Ответственное сексуальное поведение, 10 класс</b> <i>По программе Занятия 5. «Ответственное сексуальное поведение» (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения занятия	Основная часть. Шаг 3. После упражнения «История реки».
Формирование мотивации для просмотра	После выполнения упражнения учитель просит учащихся ответить на вопросы: <ul style="list-style-type: none"><li>• Что такое сексуальные отношения?</li><li>• Каким образом они влияют на создание семьи?</li></ul> Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеоролика после просмотра	Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"><li>• Каково впечатление от видеоролика?</li><li>• Что нового вы узнали?</li><li>• Что было не понятно?</li></ul> Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"><li>• Что из сказанного в видеоролике показалось вам самым важным?</li><li>• Как Вы думаете, почему молодые люди стремятся рано (или как можно раньше) вступать в сексуальные отношения?</li><li>• К кому они обращаются за советом вступить или не вступать в сексуальные отношения?</li><li>• Согласны ли Вы с распространенным в молодежной среде утверждением «чем раньше расстанешься с девственностью – тем круче»?</li><li>• К каким последствиям приводят «ранние браки»?</li><li>• Почему вступать в сексуальные отношения нужно только по взаимному согласию и с осознанием своей ответственности?</li></ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог просит учащихся резюмировать, чем вызваны причины раннего вступления некоторых молодых людей в сексуальные отношения, и переходит к следующему этапу – Шагу 4 – упражнению «Фиона», а затем к упражнению «Контраргумент».

**Рекомендации по использованию видеоролика «Когда должен быть первый раз?»**

Обучающее занятие (классный час)	<b>(В) Безопасное и ответственное сексуальное поведение, 11 класс</b> <i>По программе Занятия 5. «Ответственное сексуальное поведение» (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения занятия	Основная часть. Шаг 2. После мозгового штурма «Жизненные навыки для ответственного сексуального поведения».
Формирование мотивации для просмотра	После выполнения упражнения педагог просит учащихся ответить на вопросы: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Что такое сексуальность?</li> <li>• Что такое сексуальные отношения?</li> <li>• Какие Вы знаете нравственные нормы сексуальных отношений?</li> <li>• Как Вы понимаете смысл и цель сексуальных отношений?</li> </ul> Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеороликов после просмотра	Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Каково впечатление от видеоролика?</li> <li>• Что нового вы узнали?</li> <li>• Что было не понятно?</li> </ul> Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Как Вы думаете, почему молодые люди стремятся рано (или как можно раньше) вступать в сексуальные отношения?</li> <li>• К кому они обращаются за советом, вступать или не вступать в сексуальные отношения?</li> <li>• Согласны ли Вы с распространенным в молодежной среде утверждением «чем раньше расстанешься с девственностью – тем круче»?</li> <li>• К каким последствиям приводят «ранние браки»?</li> <li>• Почему в сексуальных отношениях важны любовь, забота и ответственность?</li> </ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог просит учащихся резюмировать, в чем заключаются ценности и нравственные основы сексуальных отношений, и переходит к следующему этапу – Шагу 4 – упражнению «История реки» и работе в группах. Вопросы для работы в группах: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Почему вступать в сексуальные отношения нужно только по взаимному согласию и с осознанием своей ответственности?</li> <li>• Какие последствия вызывают безответственные сексуальные отношения?</li> <li>• Каким образом сексуальные отношения влияют на счастье личности и планирование семьи?</li> </ul>

## Тема 6. Профилактика ВИЧ-инфекции и ИППП

Данная тема раскрывается в видеоролике «*Загадочная история Вани Пуговкина*».

Видеоролик можно использовать при проведении следующих занятий (классных часов):

- (А) Профилактика ВИЧ-инфекции в 8 классе, (Б) Профилактика ВИЧ-инфекции в 9 классе, (В) Профилактика ВИЧ-инфекции и инфекций, передаваемых половым путем (ИППП) в 10 классе, (Г) Профилактика ВИЧ-инфекции и ИППП в 11 классе.

### Рекомендации по использованию видеоролика

Обучающее занятие (классный час)	<b>(А) Профилактика ВИЧ-инфекции, 8 класс</b> <i>По программе Занятия 6. Профилактика ВИЧ-инфекции и ИППП (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения занятия	Основная часть. Шаг 3. После мини-лекции и/или презентации по теме занятия.
Формирование мотивации для просмотра	После мини-лекции и/или презентации педагог просит учащихся ответить на вопрос: <ul style="list-style-type: none"><li>• Какие пути передачи ВИЧ-инфекции Вы знаете?</li></ul> Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеоролика	Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"><li>• Каково впечатление от видеоролика?</li><li>• Что нового вы узнали?</li><li>• Что было не понятно?</li></ul> Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"><li>• Как Вы думаете, в чем заключается основная идея (замысел, секрет) истории Вани Пуговкина?</li><li>• Чем необычен Ваня и семнадцать миллионов других совершенно обычных на вид людей?</li><li>• Какие клетки организма поражает ВИЧ?</li><li>• Какие существуют анализы, тесты на ВИЧ?</li><li>• Как ВИЧ передается и как не передается?</li><li>• Как понять, стоит ли волноваться тем, кто еще не сдавал анализы на ВИЧ?</li><li>• В каких ситуациях и после каких действий необходимо пройти тест на ВИЧ?</li><li>• Существуют ли эффективные способы профилактики (предотвращения инфицирования) и лечения ВИЧ?</li></ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог переходит к следующему этапу – Шагу 4 – упражнению «Ромашка – степень риска».

### Рекомендации по использованию видеоролика

Обучающее занятие (классный час)	<b>(Б) Профилактика ВИЧ-инфекции, 9 класс</b> <i>По программе Занятия 6. Профилактика ВИЧ-инфекции и ИППП (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения занятия	Основная часть. Шаг 4. После мини-лекции и/или презентации по теме занятия и упражнения «Ромашка – степень риска».
Формирование мотивации для просмотра	После выполнения упражнения педагог просит учащихся ответить на вопросы: <ul style="list-style-type: none"><li>• Какие пути передачи ВИЧ-инфекции Вы знаете?</li><li>• Какие из путей передачи наиболее опасны?</li></ul> Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеоролика	Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"><li>• Каково впечатление от видеоролика?</li><li>• Что нового вы узнали?</li><li>• Что было не понятно?</li></ul> Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"><li>• Как Вы думаете, в чем заключается основная идея (замысел, секрет) истории Вани Пуговкина?</li><li>• Чем же необычен Ваня и семнадцать миллионов других совершенно обычных на вид людей?</li><li>• Какие клетки организма поражает ВИЧ?</li><li>• Какие существуют анализы, тесты на ВИЧ?</li><li>• Как ВИЧ передается и как не передается?</li><li>• Как понять, стоит ли волноваться тем, кто еще не сдавал анализы на ВИЧ?</li><li>• В каких ситуациях и после каких действий необходимо пройти тест на ВИЧ?</li><li>• Существуют ли эффективные способы профилактики (предотвращения инфицирования) и лечения ВИЧ?</li></ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог переходит к следующему этапу – Шагу 5 – упражнению «Способы защиты от ВИЧ».

### Рекомендации по использованию видеоролика

Обучающее занятие (классный час)	<b>(В) Профилактика ВИЧ-инфекции и инфекций, передаваемых половым путем (ИППП), 10 класс</b> <i>По программе Занятия 6. Профилактика ВИЧ-инфекции и ИППП (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения занятия	Основная часть. Шаг 3. После мини-лекции и/или презентации по теме занятия.
Формирование мотивации для просмотра	После мини-лекции и/или презентации педагог просит учащихся ответить на вопрос: <ul style="list-style-type: none"><li>• Какие существуют анализы (тесты) для выявления ВИЧ-инфекции?</li></ul> Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеоролика после просмотра	Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"><li>• Каково впечатление от видеоролика?</li><li>• Что нового вы узнали?</li><li>• Что было не понятно?</li></ul> Учитель объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"><li>• Как Вы думаете, в чем заключается основная идея (замысел, секрет) истории Вани Пуговкина?</li><li>• Чем же необычен Ваня и семнадцать миллионов других совершенно обычных на вид людей?</li><li>• Какие клетки организма поражает ВИЧ?</li><li>• Как ВИЧ передается и как не передается?</li><li>• Как понять, стоит ли волноваться тем, кто еще не сдавал анализы на ВИЧ?</li><li>• В каких ситуациях и после каких действий необходимо пройти тест на ВИЧ?</li><li>• Чем отличаются разные анализы на ВИЧ?</li><li>• Существуют ли эффективные способы профилактики (предотвращения инфицирования) и лечения ВИЧ?</li><li>• Могут ли люди, живущие с ВИЧ, иметь здоровых детей?</li></ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог переходит к следующему этапу – Шагу 4 – упражнению «Ромашка – степень риска».



### Рекомендации по использованию видеоролика

Обучающее занятие (классный час)	<p><b>(Г) Профилактика ВИЧ-инфекции и инфекций, передаваемых половым путем (ИППП), 11 класс</b></p> <p><i>По программе Занятия 6. Профилактика ВИЧ-инфекции и ИППП (см. «Модули волонтеров 2015»).</i></p>
Этап проведения занятия	<p>Основная часть. Шаг 4.</p> <p>После мини-лекции и/или презентации по теме занятия и упражнения «Ромашка – степень риска».</p>
Формирование мотивации для просмотра	<p>После мозгового штурма учитель просит учащихся ответить на вопрос:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Какие клетки и организма поражает ВИЧ-инфекция?</li> </ul> <p>Предлагает посмотреть видеоролик.</p>
Вопросы для обсуждения видеоролика после просмотра	<p>Учитель задает вопросы, приглашает высказать свое мнение.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Каково впечатление от видеоролика?</li> <li>• Что нового вы узнали?</li> <li>• Что было не понятно?</li> </ul> <p>Учитель объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Как Вы думаете, в чем заключается основная идея (замысел, секрет) истории Вани Пуговкина?</li> <li>• Чем же необычен Ваня и семнадцать миллионов других совершенно обычных на вид людей?</li> <li>• Что происходит после проникновения ВИЧ в организм?</li> <li>• Какие существуют анализы, тесты на ВИЧ?</li> <li>• Каким способом ВИЧ передается и каким не передается?</li> <li>• Как понять, стоит ли волноваться тем, кто еще не сдавал анализы на ВИЧ?</li> <li>• В каких ситуациях и после каких действий необходимо пройти тест на ВИЧ?</li> <li>• Существуют ли эффективные способы профилактики (предотвращения инфицирования) и лечения ВИЧ?</li> <li>• Могут ли люди, живущие с ВИЧ, иметь здоровых детей?</li> </ul>
Подведение итогов обсуждения	<p>Педагог переходит к следующему этапу – Шагу 5 – упражнению «Способы защиты от ВИЧ».</p>

## Тема 7. Межличностные отношения и разрешение конфликтов

Данная тема раскрывается в видеоролике «*Полезно ли вымещать злость?*».

Видеоролик можно использовать при проведении следующих занятий (классных часов):

- (А) Как защитить себя от агрессии? в 7 классе,
- (Б) Учимся жить без конфликтов в 8 классе,
- (В) Конфликты в межличностных отношениях в 9-10 классах.

### Рекомендации по использованию видеоролика

Обучающее занятие (классный час)	<b>(А) Как защитить себя от агрессии? 7 класс</b> <i>По программе Занятия 11. Профилактика насилия в молодежной среде (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения занятия	Основная часть. Шаг 2. После мини-лекции и/или презентации по теме занятия.
Формирование мотивации для просмотра	После мини-лекции и/или презентации педагог просит учащихся ответить на вопрос: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Какие эмоции и чувства вызывают агрессивное поведение и насилие?</li> </ul> Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеоролика после просмотра	Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Каково впечатление от видеоролика?</li> <li>• Что нового вы узнали?</li> <li>• Что было не понятно?</li> </ul> Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Как Вы прокомментируете утверждение, что «в большинстве ситуаций именно тело принимает решения и формирует наше поведение – а сознание плетётся вслед за ним и подбирает для эмоций рациональное объяснение»?</li> <li>• Что такое злость? В каких ситуациях и почему мы испытываем злость, страх или растерянность?</li> <li>• Поможет ли злость нам достигнуть успеха, решить ту или иную проблему?</li> <li>• Почему нам кажется, что, если направить злость в правильное русло, можно решить проблему?</li> <li>• Почему люди связывают вместе агрессию и удовольствие?</li> <li>• Вы согласны с тем, что злость и раздражение нужно обязательно выплеснуть наружу? Помогает ли это расслабиться?</li> <li>• Как же бороться со злостью?</li> </ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог переходит к следующему этапу – Шагу 3 – упражнению «Виды насилия».

### Рекомендации по использованию видеоролика

Обучающее занятие (классный час)	<b>(Б) Учимся жить без конфликтов, 8 класс</b> <i>По программе Занятия 11. Профилактика насилия в молодежной среде (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения занятия	Основная часть. Шаг 3. После упражнения «Виды насилия».
Формирование мотивации для просмотра	После упражнения педагог просит учащихся ответить на вопросы: <ul style="list-style-type: none"><li>• Какие эмоции и чувства вызывают различные виды насилия?</li><li>• Почему агрессивное поведение приводит к конфликтам и насилию?</li></ul> Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеоролика	Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"><li>• Каково впечатление от видеоролика?</li><li>• Что нового вы узнали?</li><li>• Что было не понятно?</li></ul> Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"><li>• Как Вы прокомментируете утверждение, что «в большинстве ситуаций именно тело принимает решения и формирует наше поведение, а сознание плетётся вслед за ним и подбирает для эмоций рациональное объяснение»?</li><li>• Что такое злость? В каких ситуациях и почему мы испытываем злость, страх или растерянность?</li><li>• Поможет ли злость нам достигнуть успеха, решить ту или иную проблему?</li><li>• Почему нам кажется, что, если направить злость в правильное русло, можно решить проблему?</li><li>• Почему люди связывают вместе агрессию и удовольствие?</li><li>• Вы согласны с тем, что злость и раздражение нужно обязательно выплеснуть наружу? Помогает ли это расслабиться?</li><li>• Почему, позволив злости утихнуть, мы способны трезво взглянуть на ситуацию и принять здравые решения?</li></ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог переходит к следующему этапу – Шагу 4 – упражнению «Жертва и насильник» и упражнению «Проблемные ситуации (анализ ситуаций).

### Рекомендации по использованию видеоролика

Обучающее занятие (классный час)	<b>(В) Конфликты в межличностных отношениях, 9-10 классы</b> <i>По программе Занятия 11. Профилактика насилия в молодежной среде (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения занятия	Основная часть. Шаг 3. После упражнения «Виды насилия».
Формирование мотивации для просмотра	После выполнения упражнения педагог просит учащихся ответить на вопросы: <ul style="list-style-type: none"><li>• Какие эмоции и чувства вызывают агрессивное поведение?</li><li>• Какими эмоциями и чувствами может быть вызвано агрессивное поведение?</li></ul> Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеоролика после просмотра	Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"><li>• Каково впечатление от видеоролика?</li><li>• Что нового вы узнали?</li><li>• Что было не понятно?</li></ul> Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"><li>• Что из сказанного в видеоролике показалось вам самым важным?</li><li>• Что такое злость? В каких ситуациях и почему мы испытываем злость, страх или растерянность?</li><li>• Поможет ли злость нам достигнуть успеха, решить ту или иную проблему?</li><li>• Почему нам кажется, что, если направить злость в правильное русло, можно немедленно исправить проблему?</li><li>• Почему люди связывают вместе агрессию и удовольствие?</li><li>• Почему подогреть в себе злость и выплескивать её наружу вовсе не помогает расслабиться?</li><li>• Как Вы относитесь к информации о результатах эксперимента, в котором «Брамитол» полностью менял поведение людей?</li><li>• Как же бороться со злостью?</li></ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог переходит к следующему этапу – Шагу 4 – упражнению «Жертва и насильник» и упражнению «Проблемные ситуации (анализ ситуаций).

## Тема 8. Профилактика компьютерной зависимости и онлайн-насилия в молодежной среде

Данная тема раскрывается в видеоролике «**Как противостоять троллям?**»

Видеоролики можно использовать при проведении следующих занятий (классных часов):

- (А) Как защитить себя от кибербуллинга? в 7 классе,
- (Б) Профилактика компьютерной зависимости в 7-8 классах,
- (В) Формирование способностей учащихся оценивать информацию в Интернете и социальных сетях в 9 классе,
- (Г) Профилактика онлайн-насилия (кибербуллинга и кибермошеничества) в молодежной среде в 10-11 классах.

### Рекомендации по использованию видеоролика

Обучающее занятие (классный час)	<b>(А) Как защитить себя от кибербуллинга? 7 класс</b> <i>По программе Занятия 12. Профилактика онлайн-насилия (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения занятия	Основная часть. Шаг 3. После мини-лекции и/или презентации по теме занятия.
Формирование мотивации для просмотра	После мини-лекции и/или презентации педагог просит учащихся ответить на вопросы: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Почему важно говорить о проблеме кибербуллинга и троллинга?</li> <li>• Как защитить себя от кибербуллинга и троллинга?</li> </ul> Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеоролика после просмотра	Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Каково впечатление от видеоролика?</li> <li>• Что нового вы узнали?</li> <li>• Что было не понятно?</li> </ul> Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Что из сказанного в видеоролике показалось вам самым важным?</li> <li>• Почему люди занимаются кибербуллингом и троллингом?</li> <li>• Почему кибербуллинг и троллинг считаются проявлением насилия?</li> <li>• В чем причины ослабления психологических барьеров при общении в Интернете и социальных сетях?</li> <li>• Как противостоять троллям?</li> </ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог просит учащихся резюмировать, чем вызваны причины и каковы последствия кибербуллинга и троллинга, и переходит к следующему этапу – Шагу 4 – упражнению «Ситуации реальные и виртуальные» и Шагу 5 – ролевой игре «Кто прав?».

### Рекомендации по использованию видеоролика

Обучающее занятие (классный час)	<b>(Б) Профилактика компьютерной зависимости, 7-8 классы</b> <i>По программе Занятия 10. Профилактика компьютерной зависимости среди молодежи (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения занятия	Основная часть. Шаг 3. После мини-лекции и/или презентации по теме занятия, дебатов «Компьютерные плюсы и минусы».
Формирование мотивации для просмотра	После мини-лекции и/или в процессе дебатов педагог просит учащихся ответить на вопросы: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Какую пользу приносит работа за компьютером?</li> <li>• В чем заключаются проблемы и недостатки работы за компьютером?</li> <li>• Какие проблемы могут возникнуть в процессе общения в Интернет и социальных сетях?</li> </ul> Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеоролика	Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Каково впечатление от видеоролика?</li> <li>• Что нового вы узнали?</li> <li>• Что было не понятно?</li> </ul> Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Что из сказанного в видеоролике показалось вам самым важным?</li> <li>• Почему люди занимаются кибербуллингом и троллингом?</li> <li>• В чем причины ослабления психологических барьеров при общении в Интернете и социальных сетях?</li> <li>• Почему тролли заинтересованы в реакциях людей на их высказывания?</li> <li>• Как противостоять троллям?</li> </ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог переходит к следующему этапу – Шагу 4 – упражнению для работы в группах «Плакат». Вопросы для работы в группах: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Почему важно говорить о проблеме компьютерной зависимости?</li> <li>• Насколько компьютерная зависимость распространена в среде подростков и молодых людей?</li> <li>• В чем вы видите опасность и негативные последствия компьютерной зависимости?</li> <li>• Может ли компьютерная зависимость привести к тому, что Вы станете жертвами троллинга и кибербуллинга?</li> </ul>

### Рекомендации по использованию видеоролика

Обучающее занятие (классный час)	<b>(В) Формирование способностей учащихся оценивать информацию в Интернете и социальных сетях, 9 класс</b> <i>По программе Занятия 12. Профилактика онлайн-насилия (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения занятия	Вступительная часть. Шаг 2. После упражнения «Сайт знакомств».
Формирование мотивации для просмотра	После выполнения упражнения педагог просит учащихся ответить на вопросы: <ul style="list-style-type: none"><li>• Как Вы считаете, в Интернете много достоверной информации?</li><li>• Каким образом Вы оцениваете информацию, размещенную в Интернете, социальных сетях?</li><li>• Какие проблемы могут возникнуть в процессе общения в Интернете и социальных сетях?</li></ul> Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеоролика	Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"><li>• Каково впечатление от видеоролика?</li><li>• Что нового вы узнали?</li><li>• Что было не понятно?</li></ul> Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"><li>• Что из сказанного в видеоролике показалось вам самым важным?</li><li>• В чем причины агрессии и ослабления психологических барьеров при общении в Интернете?</li><li>• Почему люди занимаются кибербуллинг и троллингом?</li><li>• Почему тролли заинтересованы в реакциях людей на их высказывания?</li><li>• Как противостоять троллям?</li></ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог переходит к следующему этапу – Шагу 3 – мини-лекции и/или презентации по теме занятия, а затем к упражнению «Ситуации реальные или виртуальные» (метод анализа ситуаций).

### Рекомендации по использованию видеоролика

Обучающее занятие (классный час)	<b>(Г) Профилактика онлайн-насилия (кибербуллинга и кибермошеничества) в молодежной среде, 10-11 классы</b> <i>По программе Занятия 12. Профилактика онлайн-насилия (см. «Модули волонтеров 2015»).</i>
Этап проведения классного часа	Основная часть. Шаг 2. После мини-лекции и/или презентации по теме занятия.
Формирование мотивации для просмотра	После выполнения упражнения педагог просит учащихся ответить на вопросы: <ul style="list-style-type: none"><li>• Какие проблемы могут возникнуть в процессе общения в Интернете и социальных сетях?</li></ul> Предлагает посмотреть видеоролик.
Вопросы для обсуждения видеоролика	Педагог задает вопросы, приглашает высказать свое мнение. <ul style="list-style-type: none"><li>• Каково впечатление от видеоролика?</li><li>• Что нового вы узнали?</li><li>• Что было не понятно?</li></ul> Педагог объясняет значение терминов и поясняет смысл эпизодов, вызвавших затруднение в понимании. <ul style="list-style-type: none"><li>• Что из сказанного в видеоролике показалось вам самым важным?</li><li>• В чем причины ослабления психологических барьеров и агрессии при общении в Интернете?</li><li>• Почему люди занимаются кибербуллингом и троллингом?</li><li>• Почему тролли заинтересованы в реакциях людей на их высказывания?</li><li>• Как противостоять троллям?</li></ul>
Подведение итогов обсуждения	Педагог просит учащихся резюмировать, чем вызваны причины и каковы последствия кибербуллинга и троллинга, и переходит к следующему этапу – Шагу 3 – упражнению «Ситуации реальные или виртуальные» (метод анализа ситуаций).



## Литература

1. Концепция непрерывного воспитания детей и учащейся молодежи. Утверждена Постановлением №82 от 15 июля 2015 г. Министерства образования Республики Беларусь.
2. Минова, М. Е. Взаимодействие учреждений образования, детских и молодежных общественных объединений по выявлению лидеров и работе с ними: учеб.-метод. пособие / М. Е. Минова, Г. Ф. Бедулина ; ГУО «Акад. последиплом. образования». – Минск: АПО, 2013. – 296 с.
3. Минова, М. Е. Педагогика детского и молодежного движения: учеб.-метод. пособие / М. Е. Минова ; ГУО «Акад. последиплом. образования». – Минск: АПО, 2013. – 334 с.
4. Минова, М. Е., Михалевич, Е. Ф. Подготовка волонтеров к реализации подхода «Равный обучает равного» в учреждении образования: учеб.-метод. пособие / М. Е. Минова, Е. Ф. Михалевич ; ГУО «Акад. последиплом. образования». – Минск: АПО, 2015. – 198 с.
5. Минова, М. Е., Михалевич, Е. Ф., Працкевич, Т. А. Модули волонтеров равного обучения для проведения занятий со сверстниками: пособие / М. Е. Минова [и др.]; ГУО «Акад. последиплом. образования». – Минск: АПО, 2015. – 134 с.
6. Минова, М. Е., Молочников, С. Г. Учебная программа повышения квалификации профессорско-преподавательского состава, методистов учреждений дополнительного образования взрослых, методистов Р(Г)УМК, педагогических работников, являющихся руководителями методических формирований «Подготовка педагогов-консультантов к внедрению подхода «Равный обучает равного» // Учебно-методический комплекс «Подготовка педагогов-консультантов к внедрению подхода «Равный обучает равного в учреждениях общего среднего образования» : в 4 ч. ; ГУО «Акад. последиплом. образования». – Минск: АПО, 2014. – Ч. 1. – 32 с.
7. Минова, М. Е., Михалевич, Е. Ф. Учебно-методический комплекс «Подготовка педагогов-консультантов к внедрению подхода «Равный обучает равного» в учреждениях общего среднего образования»: в 4 ч.; ГУО «Акад. последиплом. образования». – Минск: АПО, 2014. – Ч. 3. – 166 с.
8. Минова, М. Е., Михалевич, Е. Ф. Учебно-методический комплекс «Подготовка педагогов-консультантов к внедрению подхода «Равный обучает равного» в учреждениях общего среднего образования»: в 4 ч.; ГУО «Акад. последиплом. образования». – Минск: АПО, 2014. – Ч. 4. – 138 с.
9. Минова, М. Е., Родионова, Е. Н., Смирнова, Е. С., Станкевич, Ю. В. Равный обучает равного в учреждениях общего среднего образования: модули для волонтеров-инструкторов по проведению занятий для сверстников / М. Е. Минова [и др.]. – Минск: Парадокс, 2012. – 53 с.
10. Минова, М. Е., Родионова, Е. Н., Смирнова, Е. С., Станкевич, Ю. В. Реализация принципа «Равный обучает равного» в общеобразовательных учреждениях: пособие для педагогов-консультантов по подготовке волонтеров-инструкторов / М. Е. Минова [и др.]. – Минск: Парадокс, 2012. – 110 с.
11. Обучение педагогов по программе «ВДГ/ОПЧ»: как развивать способности учащихся оценивать информацию в СМИ и социальных сетях: учеб.-метод. пособие / В. А. Янчук, М. Е. Минова, Н. А. Залыгина [и др.]; ГУО «Акад. последиплом. образования». – Минск: АПО, 2016. – 48 с.
12. Реализация подхода «Равный обучает равного»: пособие для педагогов-консультантов: учеб.-метод. пособие / Н. А. Залыгина, М. Е. Минова, Е. Ф. Михалевич ; ГУО «Акад. последиплом. образования». – Минск: АПО, 2016. – 140 с.

## Словарь терминов к видеороликам

---

### ***Видеоролик «Почему быть подростком трудно?»***

---

**Тестостерон** – основной мужской половой гормон.

**Эстроген** – женский половой гормон.

**Эстрадиол** – основной женский половой гормон.

**Магнитно-резонансная томография** – это диагностический метод, использующий радиоволны и сильное магнитное поле для получения послойных изображений органов и тканей организма.

**Префронтальная кора головного мозга** находится прямо за лобной костью, она направляет, управляет и контролирует действия человека. Она отвечает за «исполнительные функции» – способность управлять временем, суждениями, импульсами, планированием, организацией и критическим мышлением. Способность думать, планировать будущее, рационально использовать время и общаться с окружающими в значительной степени зависит от этого отдела мозга.

**Прилежащее ядро** – это «центр удовольствия», источник импульсивных действий, желания что-то сделать, не задумываясь о последствиях.

**Миндалевидное тело** – область мозга, имеющая форму миндалина и играющая ключевую роль в формировании как отрицательных (страх), так и положительных эмоций (удовольствие).

---

### ***Видеоролик «Чем мужчины отличаются от женщин?»***

---

**Аутизм** – это расстройство психики, возникающее вследствие нарушения развития головного мозга и характеризующееся выраженным и всесторонним дефицитом социального взаимодействия и общения, а также ограниченными интересами и повторяющимися действиями. Эти признаки начинают проявляться в возрасте до трёх лет.

**Аутист** – человек, страдающий аутизмом.

**Гиппокамп** – участок мозга, который участвует в процессах запоминания, формирования эмоций и удержания внимания.

**Тестостерон** – основной мужской половой гормон.

**Эмпатия** – осознанное понимание внутреннего мира или эмоционального состояния другого человека, сопереживание и сочувствие ему.

---

### ***Видеоролик «Почему хочется курить, когда пьешь?»***

---

**Алкалоид** – это органическое соединение углерода, водорода, азота и в некоторых случаях кислорода. Оно оказывает сильное воздействие на организм человека.

**Алкоголь** – это психоактивное вещество, вызывающие зависимость и оказывающее токсическое действие на организм. В широком смысле словом «алкоголь» обозначают алкогольные напитки, содержащие органическое соединение этанол (этиловый спирт).

**Ацетилхолин** – это вещество, которое выделяется в организме при любом движении и воздействует на мышечные клетки, запустив их сокращение.

**Ацетилхолиновые рецепторы** – рецепторы, которые восприимчивы к ацетилхолину и никотину, активируются при их воздействии для передачи нервного импульса.

**Гамма-аминомасляная кислота (ГАМК)** – важнейший тормозной нейромедиатор центральной нервной системы. Она уменьшает активность нейронов, предотвращает перевозбуждение нервных клеток и оказывает успокаивающее действие.

**Дофамин** – это нейромедиатор, который осуществляет передачу нервных импульсов в той части мозга, которая отвечает за чувство удовольствия. Это также гормон, который вырабатывается надпочечниками и вызывает чувство радости, веселья и эйфории. Выброс этих гормонов происходит у человека под воздействием сильных эмоций. Самая важная функция дофамина – сигнализировать о приятном опыте и мотивировать человека получать его снова и снова.

**Нейромедиаторы** – это биологически активные химические вещества, благодаря которым осуществляется передача нервных импульсов в организме. Нейромедиаторов бывает много, и у каждого есть свой набор функций.

**Никотин** – наркотическое вещество, содержащееся в табаке, при употреблении которого происходит выработка дофамина за счет воздействия на никотиновые ацетилхолиновые рецепторы головного мозга. При этом никотин – сильное токсичное вещество. В больших дозах он может вызвать паралич нервной системы.

**Рецептор** – чувствительное нервное окончание или специализированная клетка, которая реагирует на раздражитель (внешний либо исходящий из внутренней среды организма) и преобразует его в нервные импульсы для передачи в центральную нервную систему.

**Этанол** (этиловый спирт или алкоголь, часто в просторечии просто «спирт») – действующий компонент алкогольных напитков, являющийся депрессантом – психоактивным веществом, угнетающим центральную нервную систему человека.

---

### **Видеоролик «Как работают наркотики?»**

---

**Абстинентное состояние, абстинентный синдром, ломка** – комплекс симптомов, которые сопровождают человека при отказе от потребления психоактивных веществ или снижении их дозы. Для этого состояния (синдрома) характерны сильное нервное напряжение, состояние беспокойства, тревоги, нарушения работы внутренних органов, сильные боли, судороги.

**Дофамин** – это нейромедиатор, который осуществляет передачу нервных импульсов в той части мозга, которая отвечает за чувство удовольствия. Это также гормон, который вырабатывается надпочечниками и вызывает чувство радости, веселья и эйфории. Выброс этих гормонов происходит у человека под воздействием сильных эмоций. Самая важная функция дофамина – сигнализировать о приятном опыте и мотивировать человека получать его снова и снова.

**Наркотики** – это синтетические или натуральные вещества, которые используются без медицинского назначения и контроля в основном для того, чтобы изменить мышление, восприятие, настроение и поведение человека для получения удовольствия. Систематический приём таких веществ приводит к зависимости и неизбежно влечёт за собой разрушение физического и психического здоровья и, в конечном счете, жизни.

**Наркопотребление** – это потребление наркотических веществ без медицинского назначения и контроля.

**Наркомания** – это заболевание, к которому приводит наркопотребление, заболевание, которое отражается на всех аспектах жизнедеятельности человека.

**Нейрон** – нервная клетка, являющаяся основным строительным блоком для нервной системы. Нейроны специализируются на передаче информации по всему телу с помощью электрических и химических сигналов.

**Нейромедиаторы** – это биологически активные химические вещества, благодаря которым осуществляется передача нервных импульсов в организме. Нейромедиаторов бывает много, и у каждого есть свой набор функций.

**Серотонин** – один из основных нейромедиаторов. Серотонин часто называют «гормоном хорошего настроения» и «гормоном счастья».

**Синапс** – это маленький участок-проводник между двумя нейронами мозга, который отвечает за передачу информации

---

### **Видеоролик «Почему мы делаем то, чего на самом деле не хотим?»**

---

**Группа** – объединение людей, у которых общие интересы или деятельность.

**Инстинкт** – врожденная способность животных и людей совершать целесообразные действия по непосредственному побуждению.

**Мартышки Диана** – один из видов мартышек, названный в честь Дианы, древнегреческой богини природы и охоты. Длина тела мартышек дианы колеблется от 40 до 55 см. в длину, хвост имеет длину до 70 см. Мартышки диана живут группами из одного взрослого самца-вожака, нескольких самок и детёнышей. Достигая половой зрелости в 3 года, самцы покидают группу, самки же остаются. Продолжительность жизни мартышек – до 20 лет.

**Социум** – большая устойчивая группа людей, характеризующийся общностью социальной, экономической и культурной жизни.

---

### **Видеоролик «Можно ли найти свою вторую половинку?»**

---

**Австралопитеки** – род высших человекообразных приматов, которые передвигались с помощью двух ног, обладали признаками прямохождения. Жили на Земле примерно 4,2- 1,8 млн лет назад. Считается, что австралопитеки были промежуточным звеном эволюции от рода обезьян к роду людей.

**Ардипитеки** – древнейший предок современного человека и дальний родственник австралопитека, живший примерно 5,8—4,4 млн лет назад.

**Моногамия** – форма отношений, в которой человек имеет только одного партнёра во время своей жизни или в любой момент времени.

**Платон** – великий древнегреческий философ, ученик Сократа, учитель Аристотеля. Родился в 428 или 427 до н. э. в г. Афины, умер в 348 или 347 до н. э.

---

### **Видеоролик «Когда должен быть первый раз?»**

---

**Андрогены** – мужские половые стероидные гормоны, производимые половыми железами (семенниками у мужчин и яичниками у женщин) и корой надпочечников у обоих полов. Андрогены стимулируют рост волосяного покрова на лице, в подмышечных впадинах и лобковой зоне. Помимо этого, андрогены обеспечивают увеличение роста, развитие мускулатуры, снижение количества жировых отложений, утолщение голосовых связок и понижение тембра голоса.

**Плейстейшн (play station)** – игровая приставка (консоль), разработанная компанией Sony.

**Прогестины** – группа стероидных женских половых гормонов, отвечающих за подготовку организма женщины к беременности. Из-за того, что они препятствуют овуляции, часто используются как компоненты противозачаточных средств.

**Сексуальность человека** – совокупность биологических, психофизиологических, душевных и эмоциональных реакций, переживаний и поступков человека, связанных с проявлением и удовлетворением полового влечения.

**Сексуальные отношения** – создание и поддержание отношений с супругом (супругой) или другим партнером, целью которых являются сексуальные контакты.

**Стероидные гормоны** – группа физиологически активных веществ (половые гормоны, кортикостероиды и др.), регулирующих процессы жизнедеятельности (рост, размножение, адаптацию и т.п.) у животных и человека. Стероиды производятся надпочечниками и половыми железами из холестерина. Стероиды определяют физическое развитие организма от половой зрелости до старости, а также циклы размножения. Так, например, стероиды могут ускорять процессы роста и деления клеток в организме.

**Эндокринная система** – система, которая регулирует деятельность внутренних органов с помощью вырабатываемых ею гормонов. Они выделяются эндокринными клетками непосредственно в железы внутренней секреции (например, надпочечниках) и разносятся по организму с кровью либо через межклеточное вещество проникают в каждый орган и ткани.

**Эстрогены** – основные женские половые гормоны, которые играют важную роль в нормальном функционировании организма. Они влияют на рост и развитие половых органов, подготавливая женщину к материнству, отвечают за женственность фигуры, регулируют менструальный цикл.

---

### **Видеоролик «Загадочная история Вани Пуговкина»**

---

**Антитела** – это белковые соединения (иммуноглобулины), которые образуются в крови в ответ на внедрение чужеродных бактерий, вирусов, токсических веществ и препятствуют их размножению или нейтрализуют действие токсических веществ.

**Антиретровирусная терапия (АРТ)** – метод лечения ВИЧ-инфекции при помощи нескольких препаратов, которые подавляют размножение ВИЧ в организме. Благодаря АРТ люди с ВИЧ могут жить долгой и продуктивной жизнью.

**ВИЧ-инфекция** – медленно прогрессирующее заболевание, вызываемое *вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ)*. Вирус поражает клетки иммунной системы Т-лимфоциты или, как их еще называют, Т-хелперы.

**Генетически модифицированные организмы (ГМО)** – это организмы (т.е. растения, животные или микроорганизмы), чей генетический материал (ДНК) был специально изменен человеком.

**Иммунная система** – это система органов, тканей и клеток, работа которых нацелена на защиту организма от различных болезней и уничтожение из возбудителей (вирусов, бактерий), попавших в организм.

**Иммуноблот (иммунный блоттинг)** – метод лабораторного исследования образца сыворотки крови для выявления специфических белков. Этот метод используется для выявления белков, характерных для антител к ВИЧ с целью перепроверки результатов теста ИФА.

**Иммуноферментный анализ** (сокращённо **ИФА**) – метод лабораторного исследования образца крови для выявления антител к вирусам. Этот метод используется для выявления антител к ВИЧ.

**Ипотека** – денежная ссуда (кредит), представляемая банком под залог недвижимого имущества (главным образом квартиры, дома, земли) на длительный срок.

**Полимеразная цепная реакция (ПЦР)** – метод лабораторного исследования образца крови для определения присутствия в нем определенных белков. Используется для выявления белков ВИЧ в крови.

**Синдром приобретённого иммунного дефицита (СПИД)** – состояние, развивающееся на фоне ВИЧ-инфекции и характеризующееся резким снижением иммунитета из-за сокращения

числа иммунных клеток (лимфоцитов). Вследствие низкого иммунитета у человека развиваются различные инфекционные, неинфекционные и онкологические заболевания. СПИД является конечной стадией ВИЧ-инфекции.

**Тесты на ВИЧ** позволяют определить наличие в организме вируса иммунодефицита человека. Есть несколько видов тестов на ВИЧ: ИФА, иммуноблот, ПЦР, а также экспресс-тесты, которые выявляют антитела к ВИЧ в моче или слюне. Для определения стадии заболевания ВИЧ-инфекцией и эффективности ее лечения используют тесты, которые определяют количество вируса в крови – вирусную нагрузку и количество иммунных клеток.

**T-хелперы** – это T-лимфоциты, которые активируют и обеспечивают иммунную защиту организма от внешних возбудителей различных заболеваний.

---

### ***Видеоролик «Полезно ли вымещать злость?»***

---

**Брамитол** – одна из форм витамина B6 (пиридоксина), который регулирует и улучшает обмен веществ в организме.

**Злость** – чувство (эмоция) раздражения, гнева, страха, обиды по отношению к чему или кому-либо.

**Миндалевидное тело** – область мозга, имеющая форму миндалина и играющая ключевую роль в формировании как отрицательных (страх), так и положительных эмоций (удовольствие).

**Эмоции** – это состояния (переживания), возникающие у человека под влиянием различных факторов, ситуаций, в которых он оценивает, насколько они удовлетворяют или нет его актуальные потребности. Основные эмоции: радость, горе, печаль, страх, гнев, удивление, отвращение

---

### ***Видеоролик «Как противостоять троллям?»***

---

**Зависимость от компьютерных игр** – форма зависимости, проявляющаяся в навязчивом увлечении компьютерными играми.

**Зависимость от сети Интернет (Интернет-зависимость)** – форма зависимости, которая проявляется в постоянном стремлении находиться в сети, проверять электронную почту, заводить виртуальные знакомства, общаться в чатах и социальных сетях.

**Кибербуллинг** – буллинг, осуществляемый в виртуальной среде с помощью средств и ресурсов Интернета и/или мобильных телефонов.

**Троллинг** – использование текстовых сообщений, фотографий или видео при сетевом общении с целью оскорбления, унижения или провокации конфликта. Инициатор троллинга может идентифицировать себя или действовать анонимно.

**Тролли** – пользователи Интернет, осуществляющие троллинг.

