**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**Зонская средняя общеобразовательная школа**

Профилактическая программа

**«Все цвета, кроме черного»**

(5-6 классы)

2024г.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Данная программа, предназначенна для учащихся 5-6 классов, составлена на основе учебно-методического комплекта «Все цвета, кроме черного» М.М.Безруких, А.Г.Макеевой, Т.А. Филипповой, разработанного при содействии Министерства образования РФ в рамках федеральной целевой программы «Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту» в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Программа имеет социально-педагогическую направленность. Традиционно педагоги и родители считают, что основная задача ранней профилактики наркотизма заклю­чается в том, чтобы сформировать у ребенка (подростка) пред­ставление о вреде алкоголя, никотина, наркотических и токси­ческих веществ. Если мальчик или девочка узнают о пагубных последствиях употребления наркотических веществ, — рассуж­дают взрослые, — то этого вполне достаточно для того, чтобы предотвратить знакомство с ними. Но так ли это на самом деле?

Как показывают результаты многочисленных опросов, сов­ременные школьники хорошо осведомлены о том, что «пить, курить — здоровью вредить». Однако это не только не пугает де­тей, но и, напротив, подстегивает любопытство, толкает их на опасные эксперименты с одурманивающими веществами. По статистике, уже в 12-13 лет подавляющее большинство мальчи­ков и девочек пробовали курить, имеют опыт употребления алкоголя. К сожалению, нередки случаи знакомства младших подростков с наркотиками. Наиболее очевидные мотивы, побуж­дающие ребенка впервые попробовать то или иное наркоти­ческое вещество — желание под­ростка «стать своим в компании», «выглядеть взрослым», «из­бавиться от скуки», «испытать новые, интересные ощущения», «расслабиться». Получается, что наркотизация для него — свое­образный способ решения проблем социальной адаптации — взаимодействия со сверстниками и взрослыми, регуляции сво­его состояния, получения новых впечатлений. Не зная других способов решения этих проблем, подростки начинают курить или выпивать. Чтобы этого не произошло, подростку нужна по­мощь взрослых. И суть данного курса заключа­ется не только и не столько в том, чтобы рассказать детям об опасности одурманивающих веществ, сколько в том, чтобы сформировать у них навыки, позволяющие успешно справляться с возникающими проблемами, реализовывать свои желания и потребности за счет внутренних личностных ресурсов.

Данный курс направлен на развитие у подростков познава­тельных интересов, способности эффективно строить взаимо­отношения с окружающими (в том числе сопротивляться негативному давлению), умения анализировать свои чувства и переживания и т. д. Все эти свойства и качества обеспечива­ют подростку личностную устойчивость к любым внешним не­гативным влияниям, а значит, снижают вероятность его зна­комства с наркотическими веществами.

**Цель** профилактической программы «Все цвета, кроме черного» — формирование у детей навыков эффективной адаптации в обществе, позволяющей в дальнейшем предупредить вредные привычки: курение, употребление алкоголя и наркотиков.

Для успешного достижения цели были поставлены следующие **задачи**:

• развитие представления подростков о ценности здоро­вья, важности и необходимости бережного отношения к нему;

* формирование умения оценивать себя (свое состояние, поступки, поведение), а также поступки и поведение дру­гих людей;
* формирование самооценки, развитие навыков регуля­ции своего поведения, эмоционального состояния;
* развитие коммуникативных навыков (умения строить свои отношения с окружающими в разных ситуациях, избегать конфликтов);
* формирование умения оценивать ситуацию и противо­стоять негативному давлению со стороны окружающих;
* развитие представления подростков о своих способно­стях и склонностях, расширение сферы их интересов, приобщение к различным формам содержа­тельного досуга;
* формирование представления о неизбежных негатив­ных последствиях наркотизации для творческих, интел­лектуальных способностей человека, возможности само­реализации, достижения социального успеха;
* включение подростков в социально значимую деятель­ность, позволяющую им реализовать потребность в при­знании окружающих, проявить свои лучшие качества и способности.

**Общая характеристика учебного предмета**

Содержание программы «Все цвета, кро­ме чёрного» охватывает основные сферы социа­лизации подростков и наиболее актуальные, значимые для них ситуации развития. Программа построена по модульному принципу — ее основ­ным структурным и содержательным элементом является тема­тический модуль, отличающийся относительной законченно­стью и самостоятельностью. Информация, связанная с проблемой нар­котизации, интегрируется в структуру каждого модуля и рассмат­ривается в рамках конкретной темы.Модульная структура программы позволяет использовать различные модели обучения, дает возможность стро­ить работу с детьми в зависимости от того, насколько актуаль­на та или иная тема в конкретной группе детей, классе.

Содержание и структура программы отвечают следую­щим **принципам**:

* возрастная адекватность — соответствие используемых форм и методов обучения психологическим особенно­стям младших подростков;
* научная обоснованность — содержание бази­руется на данных исследований в области возрастной психологии, физиологии, педагогики;
* комплексность — у подростков необходимо сформиро­вать представление об опасности любых форм упот­ребления любых одурманивающих веществ, твердое убеждение в том, что нет «безвредных» форм нарко­тизации (Любое одурманивающее вещество — алко­голь, никотин, наркотик — чрезвычайно опасно для здоровья!);
* практическая целесообразность — содержание тем отражает наиболее актуальные проблемы, связанные с формированием у подростков навыков эффективной социальной адаптации, предупреждения раннего приоб­щения к одурманивающим веществам;
* динамическое развитие и системность — содержание программы, цели и задачи обучения на каждом этапе базируются на сведениях, оценочных суждениях и пове­денческих навыках, уже сформированных у подростков в ходе предыдущего этапа работы, учебные задачи всех тем взаимосвязаны друг с другом;
* необходимость и достаточность предоставляемой инфор­мации — учащимся предоставляется только тот объем информации, которым они реально могут воспользо­ваться в жизни, который имеет для них практическую значимость;
* безопасность информации — полностью исключены све­дения, способные пробуждать интерес к наркотизации, облегчить возможность приобщения к употреблению наркогенных веществ (данные о видах наркогенных веществ, способах их употребления).

Важнейшим условием эффективной реализа­ции программы педагогической профилактики наркотизации является адекватность используемых форм и методов возраст­ным особенностям учащихся. Боль­шинство заданий носит интерактивный, игровой характер, вы­полняя их, подростки могут проявить свои творческие, органи­зационные способности.

**Формы и методы** работы на занятиях:

* анализ литературных отрывков — такая форма работы не только помогает подросткам научиться оценивать жизненные ситуации, разбираться в переживаниях дру­гих людей, но и пробуждает интерес к чтению, расширя­ет кругозор;
* тесты, позволяющие подростку самостоятельно опреде­лить уровень сформированности того или иного лич­ностного качества, проанализировать свое поведение и т. д. Основная задача тестовых заданий заключается в развитии навыка самооценки у учащихся;
* дневниковые формы, предполагающие регулярную оценку подростком своего состояния или организации своей деятельности (оценка режима дня, работоспособ­ности в течение недели, дня и т. д.);
* творческие задания (составление рассказа, игры и т. д.), направленные на развитие креативных способностей подростков, умения нестандартно мыслить, находить оригинальные решения проблем;
* тренинговые задания, направленные на развитие и тре­нировку определенной способности или качества подро­стка (памяти, наблюдательности, внимания и т. д.);
* игры, которые выполняют целый ряд важных функций: *социализирующую* (позволяет подростку «опробовать» различные модели поведения, проверив их эффек­тивность), *коммуникативную* (в игре ребята общаются между собой), *диагностическую* (игровая деятельность позволяет педа­гогу выявить возможные проблемы психологического, социаль­ного развития того или иного подростка), *коррекционная* (игра дает возможность изменить, скорректировать личностные харак­теристики подростка, при этом процесс изменения проходит естественно и ненавязчиво, незаметно для самого ребенка);
* мини-тренингиили тренинговые игры, направленные на от­работку какого-либо конкретного поведенческого навыка;
* проектная деятельность (рам­ках изучения тематических модулей учащимся предлагается выполнить несколько проектов: исследователь­ский, информационно-просветительский, творческий);
* дискуссии, проходящие в форме круглого стола, ток-шоу, брейн-ринга и т. п.

**Место профилактического курса в учебном плане**

Данная профилактическая программа «Все цвета, кроме черного» для 5-6 классов продолжает реализовывать задачи, поставленные в рабочей программе «Вредные привычки», предназначенной для младших школьников (1-4 классы): расширение знаний о правилах здорового образа жизни, формирование самооценки, развитие коммуникативных навыков.

Программа рассчитана на 2 года обучения – 32 часа:

5 класс «Познаю свои способности» - 16 часов;

1. 6 класс «Учусь владеть собой и сотрудничать с людьми» - 16 часов.

В 5 классе занятия направлены на развитие креативных способностей подростков, умение нестандартно мыслить, находить оригинальные решения, развитие навыков самооценки. Учащиеся определяют роль режима дня в жизни человека, его влиянии на здоровье, оценивают свой режим дня; роль внимания, мышления, памяти для успешной работы, способы и методы их развития; выявляют негативное влияние употребления психоактивных веществ на характеристики памяти, внимания, мышления; получают общие сведения о характере человека, узнают об особенностях своего характера, оценивают собственные поступки и поступки окружающих.

В 6 классе занятия направлены на включение подростков в социально значимую деятельность, позволяющую им реализовать потребность в признании окружающих, проявить свои лучшие качества и способности. Учащиеся дают определение понятиям «чувства», «эмоции», их роли в жизни человека; получают знания о способах эффективного общения со сверстниками и взрослыми, эффективного взаимодействия с окружающими; изучают различные поведенческие схемы, позволяющие избежать конфликтной ситуации; выявляют негативные последствия наркотизации для профессионального становления человека.

Несмотря на то, что занятия не носят прямолинейный характер профилактики против психотропных веществ, то есть напрямую не рассказывают о наркотиках, их классификации, о свойствах табака и алкоголя, подростки, учась понимать себя, окружающих, владеть жизненной ситуацией, противостоять напору со стороны негативного влияния, уже смогут адекватно подойти к этой проблеме, зная, что важнее всего – здоровье, как собственное, так и окружающих.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**«Познаю свои способности»**

**5 класс**

**(16 часов)**

1. **Вводное занятие: Будем знакомы! (1 час)**

Ознакомление с содержание и планом курса. Обсуждение форм и методов работы на занятиях. Знакомство с правилами внутреннего распорядка, с правилами по технике безопасности во время занятий в кабинете.

1. **Кто умеет жить по часам. (2 часа)**

Режим дня. Роль режима дня в жизни человека (его влиянии на здоровье, возможно­сти реализовывать намеченное и т. д.). Собственный режим дня с точ­ки зрения его влияния на здоровье. Планирование собственного режи­ма дня с учетом особенностей своей учебной, внеучебной нагрузки, занятости дома и т. д.

1. **Внимание: Внимание! (3 часа)**

Внимание – одна из психических функций человека. Роль внима­ния для успешной учебы. Оценка подростками собственной внимательности. Методы и способы развития внимательности. Негативное влия­ние психоактивных веществ на характеристики внимания.

1. **Секреты нашей памяти. (3 часа)**

Память — одна из психических функций человека. Виды памяти. Роль памяти для успешной деятельности человека. Анализ уровня развития различных видов собственной памяти, оценка личностных особенностей памяти. Методы и способы раз­вития памяти. Негативные последствия употребления психоактивных веществ для характери­стик памяти.

1. **Homo sapiens — человек разумный. (2 часа)**

Мышление. Виды мышления. Роль мышления в познавательной деятельности. Эффективная организация учебной деятельности. Негативное влияние нар­котизации на интеллектуальные способности человека.

1. **Какой ты человек. (2 часа)**

Характер. Свойства характера. Особенности своего характера. Адекватная оценка собственных по­ступков и поступков окружающих. Характер человека как результат его работы над собой. Ответственно­сти за свое будущее.

1. **Что я знаю о себе. (2 часа)**

Роль личной активности человека в достижении желаемого, личной ответствен­ности за происходящее с ним. Формирование адекватной самооценки. Развитие стремления к самосовершенствованию.

1. **Итоговое занятие: Вот и закончился год! (1 час)**

Итоги ра­боты в течение года. Учащиеся с помощью учителя обобщают все, что они узнали о себе, своих психофизиологических особенно­стях и личных качествах, и заносят все сведения в сводную таб­лицу.

**Тематическое планирование**

**5 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название тематического модуля** | **Количество**  **часов** |
| 1 | Вводное занятие: Будем знакомы! | 1 |
| 2 | Кто жить умеет по часам | 2 |
| 3 | Внимание: Внимание! | 3 |
| 4 | Секреты нашей памяти | 3 |
| 5 | Homo sapiens – человек разумный | 2 |
| 6 | Какой ты человек | 2 |
| 7 | Что я знаю о себе | 2 |
| 8 | Итоговое занятие: Вот и закончился год! | 1 |
| **Итого**  16 | | |

**«Учусь владеть собой и сотрудничать с людьми»**

**6 класс**

( 16 часов)

1. **Вводное занятие: Вот и стали мы на год взрослей! (1 час)**

Ознакомление с содержание и планом курса. Обсуждение форм и методов работы на занятиях. Знакомство с правилами внутреннего распорядка, с правилами по технике безопасности во время занятий в кабинете.

1. **Радуга эмоций и чувств. (2 часа)**

Понятия «эмоции» и «чувства». Формы выражения эмоций, освоение навыков регуляции своего эмоционального со­стояния. Роль эмоций и чувств в жизни человека. Негативное влияние наркотиза­ции на способность человека управлять своими эмоциями.

1. **Как научиться понимать друг друга. (3 часа)**

Общение со сверстниками — важнейшая составляющая жиз­ни подростков. Роль общения в жизни человека. Формы и методы эффективного общения со сверстни­ками и взрослыми. Освоение эффективных форм поведения в ситуациях, связанных с риском наркогенного заражения.

1. **Секреты сотрудничества. (3 часа)**

Совместная деятельность. Готовность к сотрудничеству как наибо­лее эффективный способ взаимодействия с людьми. Способы эффективного взаимодействия с окру­жающими. Нетерпимость – показатель низкой культуры. Негативное влияние нар­котизации на взаимодействие людей друг с другом. Проектная деятельность.

1. **Как избежать конфликтов. (3 часа)**

Понятие «конфликт». Виды конфликтов. Способы эффек­тивного общения. Освоение поведенческих схем, позво­ляющих избежать конфликтных ситуаций. Способы оценки своего поведения и поведения окружающих. Методы регуляции своего эмоци­онального состояния в конфликтной ситуации.

1. **Твоя будущая профессия. (3 часа)**

Профессиональное самоопределение. «Кем быть?» Роль профессии в жиз­ни человека. Личностные ка­чества, необходимые человеку для освоения желаемой профессии. Негативные последствия наркотизации для профессионального становления чело­века. «Калейдоскоп профессий».

1. **Итоговое занятие: Сильные духом. (1 часа)**

Итоги ра­боты в течение года. Учащиеся с помощью учителя обобщают все, что они узнали о себе, своих особенно­стях и личных качествах, и заносят все сведения в сводную таб­лицу. Важные шаги к самопознанию и самосовершенствованию. Проектная деятельность.

**Тематическое планирование**

**6 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название тематического модуля** | **Количество**  **часов** |
| 1 | Вводное занятие: Вот и стали мы на год взрослей! | 1 |
| 2 | Радуга эмоций и чувств | 2 |
| 3 | Как научиться понимать друг друга | 3 |
| 4 | Секреты сотрудничества | 3 |
| 5 | Как избежать конфликтов | 3 |
| 6 | Твоя будущая профессия | 3 |
| 7 | Итоговое занятие: Сильные духом. | 1 |
| **Итого**  16 | | |

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 КЛАСС**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Тема**  **занятия** | **Содержание**  **деятельности** |
|
| **1.** | Вводное занятие: Будем знакомы! | - познакомить с содержанием курса;  - определить основные формы работы на занятиях;  - выявить уровень социальной адаптированности в начале курса. |
| **2.** | Кто жить умеет по часам | - развивать представления подростков о роли режима дня в жизни человека (его влиянии на здоровье, возможности реализовывать намеченное);  **-** формирование навыков оценки собственного режима дня с точки зрения его влияния на здоровье;  - формировать навык планирования собственного режима дня с учетом особенностей своей учебной, внеучебной нагрузки, занятости дома. |
| **3.** |
|  |
| **4** | Внимание: внимание! | - расширить представление подростков о роли внимания для успешной учебы;  **-** выявление способностей оценивать собственную внимательность;  - развитие представления о негативном влиянии психоактивных веществ на характеристики внимания; освоение навыков развития внимательности. |
| **5** |
| **6** |
|  |
| **7** | Секреты нашей памяти | - развить представления подростков о роли памяти для успешной деятельности человека;  **-** учить анализировать уровень развития различных видов собственной памяти;  - оценивать личностные особенности памяти;  - развить представлений о негативных последствиях употребления психоактивных веществ для характеристик памяти. |
| **8** |
| **9** |
|  |
| **10** | Homo sapiensе - человек разумный | - развить представления подростков о роли мышления, познавательной деятельности в жизни человека;  - формирование навыков эффективной организации учебной деятельности;  - закрепить представления о негативном влиянии наркотизации на интеллектуальные способности человека. |
| **11** |
|  |
| **12** | Какой ты человек | -развить представления подростков о том, как формируется характер, об особенностях своего характера;  **-** развитие умения адекватно оценивать собственные поступки и поступки окружающих;  - формировать у подростков понятия ответственности за свое будущее, объяснить, что характер - результат его работы над собой. |
| **13** |
|  |
| **14** | Что я знаю о себе | - сформировать у подростков адекватной самооценки;  - развитие представления о роли личной активности человека в достижении желаемого, личной ответственности за происходящее с ним;  - развить стремление к самосовершенствованию. |
| **15** |
|  |
| **16** | Итоговое занятие: Вот и закончился год! | - подвести итоги работы в течение года;  - выявить уровень социальной адаптированности в конце курса, сравнить и проанализировать результаты. |

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 КЛАСС**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Тема**  **занятия** | **Содержание**  **деятельности** | **Корректировка** |
|
| **1.** | Вводное занятие: Вот и стали мы на год взрослей! | - познакомить с содержанием курса;  - определить основные формы работы на занятиях;  - выявить уровень социальной адаптированности в начале курса. |  |
| **2.** | Радуга эмоций и чувств | - развить представления у подростков о роли эмоций и чувств в жизни человека;  - развитие представления о формах выражения эмоций;  - освоение навыков регуляции своего эмоционального состояния. |  |
| **3.** |
|  |
|
|
|
| **4** | Как научиться понимать друг друга | - расширить представления о роли общения в жизни человека;  - развитие навыков эффективного общения со сверстниками, взрослыми. |  |
| **5** |
| **6** |
|  |
|
| **7** | Секреты сотрудничества | - развить навыки эффективного взаимодействия с окружающими;  - формирование готовности к сотрудничеству как наиболее эффективному способу взаимодействия с людьми. |  |
| **8** |
| **9** |
|  |
|
|
|
| **10** | Как избежать конфликтов | - расширить представления подростков о способах эффективного общения;  - освоение поведенческих схем, позволяющих избежать перерастания конфликтной ситуации в конфликт;  - развить навыки оценки своего поведения и поведения окружающих. |  |
| **11** |
| **12** |
|  |
| **13** | Твоя будущая профессия | - сформировать представления о роли профессии в жизни человека;  - расширение представлений учащихся о личностных качествах, необходимых человеку для освоения желаемой профессии. |  |
| **14** |
| **15** |
|  |
| **16** | Итоговое занятие: Сильные духом. | - подвести итоги работы в течение года;  - выявить уровень социальной адаптированности в конце курса, сравнить и проанализировать результаты;  - определить уровень самопознания и самосовершенствования. |  |

**ТРЕБОВАНИЯ**

**К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

Работа по программе «Все цвета, кроме чёрного» направлена на достижение конкретных результатов:

* полученные знания позволят учащимся понять, почему им нужно заботиться о своем здоровье, соблюдать пра­вила здорового образа жизни;
* подростки научатся управлять своим поведением в раз­личных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими;
* учащиеся получат знания и навыки, связанные с предуп­реждением возможного приобщения к использованию одурманивающих веществ, научатся отказываться от предложений, которые считают опасными.

**Предполагаемые результаты реализации программы:**

**Личностные УУД:**

1) самоопределение:

* мотивация учения;
* осознание себя частью семьи, страны;
* ведение здорового образа жизни и приобретение навыка самостоятельного физического совершенствования;

2) смыслообразования:

* убежденность и активность в пропаганде ЗОЖ, как необходимого элемента сохранения своей жизни;
* самостоятельность в принятии правильного решения;

3) нравственно-этического оценивания:

* оценивание усваиваемого содержания, исходя из социальных и личностных ценностей, обеспечивающее личностный моральный выбор;
* внимательность и вежливость во взаимоотношениях с окружающими.

**Предметные УУД:**

* создание условий для успешной адаптации в школе, класса;
* создание у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
* знания и навыки, связанные с предупреждением возможного приобщения к одурманивающим веществам, умение отказываться от предложений, которые считают опасными;
* сформированность важнейших учебных умений и действий.

**Метапредметные УУД:**

1. познавательные:

* формулирование познавательной цели;
* поиск и выделение информации, моделирование;
* анализ с целью выделения признаков (существенных, несущественных);
* синтез как составление целого из частей, восполняя недостающие компоненты;
* выбор оснований и критериев для сравнения, сериации, классификации объектов;
* подведение под понятие, выведение следствий;
* установление причинно-следственных связей;
* построение логической цепи рассуждений;
* доказательство;
* выдвижение гипотез и их обоснование;
* формулирование проблемы;
* самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера;

1. коммуникативные УУД:

* планирование (определение цели, функций участников, способов взаимодействия);
* инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
* разрешение конфликтов;
* управление поведением партнёра точностью выражать свои мысли;

1. регулятивные УУД:

* целеполагание (постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно);
* планирование (определение последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата; составление плана и последовательности действий);
* контроль (в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона);
* коррекция (внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его продукта);
* оценка (выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что ещё подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения);
* волевая саморегуляция (способность к мобилизации сил и энергии; способность к волевому усилию – к выбору в ситуации мотивационного конфликта и к преодолению препятствий).

**Используемая литература**

1. Сборник образовательных превентивных программ для работы с несовершеннолетними. Сост. Н.Г.Одинец, Т.П.Аксютич, Е.А.Попова. г.Иркутск, 2010г.
2. Пособие для педагогов и родителей 5-6 кл. Все цвета, кроме черного. Авторы: М.М.Безруких, А.Г.Макеева, Т.А.Филиппова. Вентана-Граф, 2006г.
3. Методическое пособие для учителя. Педагогическая профилактика наркотизма школьников. 10-11 кл. Автор: А.Г.Макеева под редакцией М.М.Безруких М.: Просвещение, 2011г.
4. Познаю свои способности: Рабочая тетрадь для учащихся.

5 класса. Авторы: М.М.Безруких, А.Г.Макеева, Т.А.Филиппова. Вентана-Граф, 2007г.

1. Помогая другим, помогаю себе. Блокнот для учащихся 7-8 кл. Автор А.Г.Макеева, под редакцией М.М.Безруких. М.- Просвещение, 2015г.
2. Разумный выбор, правильное решение. Блокнот для учащихся 7-8 кл. Автор А.Г.Макеева, под редакцией М.М.Безруких. М.- Просвещение, 2015г.
3. Находим ответы на трудные вопросы. Блокнот для учащихся 10-11 кл. Автор А.Г.Макеева, под редакцией М.М.Безруких. М.- Просвещение, 2011г.