|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Программа «Полезные привычки»Реализуется в МАОУ СОШ № 65 с 2015-2018гг. | PDF | Печать | E-mail |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Пояснительная записка******Статус документа***Школьная программа по профилактике употребления табака, алкоголя детьми, других психоактивных веществ – «Полезные привычки», ориентирована на начальную школу – 1-4 классы. Составлена на основе материалов «Полезные привычки», разработанными сотрудниками «Проекта ХОУП». Программа "Полезные привычки" придерживается концепции ранней профилактики аддиктивного поведения детской среде, провозглашенной Всемирной организацией Здравоохранения.В изложенной Концепции профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде, утвержденной приказом Минобразования России от 28.02.200г. № 619, большое внимание уделено роли и значению первичной профилактики. Целями первичной профилактической деятельности профилактики злоупотребления ПАВ в образовательной являются: изменение ценностного отношения детей к ПАВ, формирование личной ответственности за свое поведение, обусловливающие снижение спроса на психоактивные вещества в детско-молодежной популяции; сдерживание вовлечения детей в прием ПАВ за счет пропаганды здорового образа жизни, формирования антинаркотических установок и профилактической работы, осуществляемой сотрудниками образовательных учреждений. Образовательная профилактическая программа «Полезные привычки» предполагает реализацию целей первичной профилактики в образовательном учреждении.  Программа «Полезные привычки» воплотила в себе современный подход к превентивному обучению школьников, она не только предоставляет детям необходимые по возрасту знания о табаке и алкоголе, но и формирует здоровые установки и ответственное поведение. Хотя «Полезные привычки» рассчитаны на обучающихся начальной школы и сосредоточены на предупреждении приобщения к употреблению широко распространенных табака и алкоголя, их долговременная задача – предупреждение приобщения к наркотикам. «Полезные привычки» служат важным источником объективной информации и комплекса упражнений для развития личностной и социальной компетенции.Превентивная программа «Полезные привычки» направлена на приобретение обучающимися соответствующих знаний, которые способствуют формированию у них здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к ПАВ.Учебный комплект дифференцирован по возрастам обучающихся. Программа построена на принципах интерактивного обучения, т.е. для ее внедрения и успешной работы педагогические работники образовательного учреждения должны овладеть групповыми методами работы.Перечисленные особенности программы позволяют сделать вывод о том, что ее внедрение впрактику должно инициировать: потребность у детей в здоровом образе жизни; создание системы профилактики в образовательном учреждении; разработку программ и проектов по другим направлениям профилактической деятельности образовательного учреждения, формирование потребностей у педагогических работников ОУ в повышении своего профессионального мастерства, взаимодействие ОУ с другими субъектами профилактики.***Концепция***В настоящее время злоупотребление алкоголем, наркотиками и другими психоактивными веществами приняло характер эпидемии.По данным Всемирной организации здравоохранения, суммарное количество больных с заболеваниями, вызванными приемомразличных психоактивных веществ, за исключением курильщиков табака, составляет более 500 млн. человек.В последнее десятилетие  для России употребление несовершеннолетними алкоголя, наркотических и других психоактивныхвеществ превратилось в проблему, представляющую угрозу здоровью населения, экономике страны, социальной сфере и правопорядку. Сегодня проблема наркомании затрагивает около 30 млн. человек, т.е. практически каждого пятогожителя страны. Постоянное ухудшение здоровья, распространение вредных привычек, таких как курение, потребление алкогольных напитков и наркотиков достигло критического уровня и   дальнейшее нарастание существующихтенденций может вызвать необратимые последствия.Происходит неуклонное “омоложение” наркомании. Возраст приобщения к наркотикам снижается до 8-10 лет. Кроме роста числа лиц, злоупотребляющих наркотическими веществами и больных наркоманией, отмечается увеличение объема негативных медико-социальных последствий наркомании. Это возросшая в 7-11 раз смертность, увеличение в десятки раз числа суицидальных попыток, а так же сопутствующих наркомании болезней: в первую очередь СПИДа, инфекционных гепатитов, венерических болезней, туберкулеза и других заболеваний. За последние 10 лет число смертей от наркотиков среди детей увеличилось в 42 раза, причем в 65 % случаев причиной смерти является  передозировка.Наркоманию называют “комплексным социо-психо-физиологическим расстройством”. Данная  проблема не терпит узковедомственного подхода. Она разрешима только при участии заинтересованных ведомств и широкого круга общественных организаций. Особое внимание должно уделяться обеспечению эффективного межведомственного взаимодействия в решении проблем профилактики наркомании. Работа по первичной профилактике и максимально раннему выявлению наркомании среди учащихся школ будет эффективна, если в ней будут принимать посильное участие те, кто непосредственно отвечает за их воспитание и нравственное развитие: родители, педагоги, классные руководители, воспитатели, психологи, врачи, сотрудники органов внутренних дел.Конечно, семья остается главным “щитом”, преграждающим дорогу этому злу, но, к сожалению, не всегда может с успехом решить эту проблему. Поэтому нередко единственной и реальной преградой на пути молодого человека к зависимости от психоактивных веществ остается учитель. Именно он знает о насущных проблемах ребенка, именно в школе существует реальная возможность осуществления целенаправленного и систематического привития навыков здорового образа жизни в процессе обучения и контроля за их усвоением; влияние на уровень притязаний и самооценку учащихся; свободный доступ к семье подростка для анализа и контроля ситуации; возможность привлечения специалистов по профилактике.С учетом актуальности данной проблемы профилактическая программа «Полезные привычки» разработана для того, чтобы попытаться решить проблему роста употребления психоактивных веществ детьми через самопознание, самовоспитания, повышение уровня жизненной компетентности школьников и выработку навыков здорового образа жизни.И на осуществление этой идеи должны быть направлены все имеющиеся в школе ресурсы и возможности – техническое оснащение, работа с родителями, повышение квалификации персонала школы по проблеме ПАВ, поддержка программы специализированными органами.  ***Цель программы:***создание условий дляовладения обучающимися объективными, соответствующими возрасту знаниями, а также формирования здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ. Для достижения поставленной цели необходимо решить следующиезадачи: Предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке и алкоголе; способствовать увеличению знаний обучающихся путем обсуждения проблем, связанных с табаком и алкоголем. Учить детей лучше понимать самих себя и критически относиться к собственному поведению; способствовать стремлению детей понять окружающих и анализировать свои отношения с ними. Учить детей эффективно общаться. Учить детей делать здоровый выбор и принимать ответственные решения. Помочь школе и родителям в предупреждении приобщения обучающихся начальной школы к табаку и алкоголю. ***Принципы работы по профилактической программе «Полезные привычки»:**** Программа ориентирована на особенности организации учебного процесса, являющегося в школе главным.
* Занятия не должны напоминать школьные уроки, поэтому из них стоит исключить задания, характерные для традиционных уроков. Это – тренинги, семинары, круглые столы, интерактивные занятия с преобладанием вопросов открытого типа и т.д.
* Содержание программы реализуется посредством воспитательных мероприятий - на классных часах.
* Работать по данной профилактической программе может специалист, имеющий свидетельство (удостоверение, сертификат) или прошедший обучение по работе с данной категорией программ.

 ***Основные компоненты работы:**** Потребностно-мотивационный – обеспечивает у детей потребность в саморазвитии, самореализации.
* Аксиологический – предполагает осознание ребенком ценности, уникальности себя, окружающих, единства с миром во всей егшо полноте.
* Образовательный – обеспечивает детей знаниями о: чувствах, эмоциях, конструктивных способах разрешения проблем, о психоактивных веществах.

**Аксиологичность:** формирование у детей и подростков представления о здоровье как о важнейшей общечеловеческой ценности, ответственного отношения к своему здоровьюи здоровью окружающих.**Многоаспектность**: сочетание различных направлений профилактической работы в рамках программы «Полезные привычки»:* социальный аспект(формирование моральных и нравственных ценностей, определяющих выбор здорового образа жизни, отрицательного отношения к употреблению алкоголя и наркотических веществ);
* психологический аспект (формирование адекватной самооценки, освоение навыков “быть успешным”, самостоятельно принимать решения и нести за них ответственность, прежде всего, перед самим собой);
* образовательный аспект (формирование системы представления о негативных последствиях употребления наркотических веществ).

**Легитимность:** профилактическая работа по данной программе должна осуществляться в рамках правовой базы (с учетом нормативных актов о правах и обязанностях лиц, которые в пределах своей компетенции и статуса обязаны заниматься профилактикой, а также прав и обязанностей детей и молодежи). ***Методы обучения******по программе «Полезные привычки»***Кооперативное обучение – это метод, когда в небольших группах (от 2 до 8 человек) ученики взаимодействуют, решая общую задачу.Мозговой штурм используется для стимуляции высказывания детей по теме или вопросу.Групповая дискуссия – это способ организации совместной деятельности учеников с целью решить групповые задачи или воздействовать на мнения и установки участников в процессе обучения.Ролевое моделирование осуществляется в форме драматических представлений, ролевых игр, передач, телевизионных шоу и др. в этих видах деятельности дети тренируют социально желательное поведение под руководством учителя.Упражнения-энергизаторы или подвижные физические групповые игры, оживляющие активность группы.  ***Основное содержание***Учебное пособие «Полезные привычки» по предупреждению употребления табака и алкоголя детьми начальной школы включает:Пособие для учителейРабочие тетради для учеников с 1 по 4 класс в отдельностиМатериалы для родителейМетодические рекомендации по оценке эффективности превентивного обучения Пособие для учителей содержит описание целей, задач, используемых понятий, методов превентивного обучения и планы уроков с 1 по 4 классы.Планов уроков в «Полезных привычках» - 32. Для каждой возрастной ступени разработаны 8 уроков, разделенных на 4 блока по 2 урока в каждом.1 блок – «Я».2 блок – «Я и другие»3 блок – «Формы неагрессивного противодействия чужому давлению»4 блок – «Информация о ПАВ»В планах уроков темы повторяются. Это сделано для того, чтобы каждая из них рассматривалась более полно по мере развития учеников, соответствовала возрастному объему их знаний и уровню личностной и социальной компетенции. Планы уроков гибкие. Они позволяют учителю менять, дополнять их содержание для максимального соответствия особенностей класса. Рабочие тетради, предусмотренные для детей с 1 по 4 класс в отдельности, содержат название урока, словарь, задания к каждому уроку, выводы и оценку урока учениками. Материалы для родителей содержат краткую информацию по предупреждению употребления табака, алкоголя и других ПАВ со стороны родителей. Они дополняют и развивают знания и навыки, формируемые учителем на уроках. Методические рекомендации включают все необходимые сведения и вопросники для проведения опросов обучающихся. Работа по комплекту программы «Полезные привычки» предполагает достижение следующих ***результатов:**** Полученные знания позволяют детям, почему им нужно заботиться о своем здоровье, соблюдать правила здорового образа жизни.
* Дети смогут оценивать свой режим с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и корректировать несоответствия.
* Дети научатся управлять своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими.
* Дети получат знания и навыки связанные с предупреждением возможного приобщения к одурманивающим веществами, научатся отказываться от предположений, которые считают опасными.

 ***Квалификационная характеристика воспитанника***Обучающиеся должны **знать:**о природе, фармакологических свойствах и вредных последствиях употребления психоактивных вещество факторах, влияющих на здоровье человекапризнаки здорового человекаисточники влияния и давлениябезопасные интересные способы проведения времени **Уметь:**Делать здоровый выборПонимать окружающих и анализировать свои отношения с нимиПринимать рациональные решенияАнализировать собственные качества **Обладать навыками:**Сопротивления давления и развития личностной и социальной компетентности.Эффективного общения, взаимодействия с людьми, неагрессивного отстаивания своей позиции и отказа в ситуации давленияСамоконтроля, самооценкиПреодоления стресса, тревогиОтветственного поведения, снижающего вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществПреодоления жизненных трудностей в целомСамовыражения через увлечения, развивающие личность   ***Объем дисциплины и виды учебной работы***

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид учебной работы** | **Всего часов** |
| **Общая трудоемкость дисциплины** | **32 часа** |
| **№** | **Название темы** | **Кол-во часов** |
|  | **1 класс** |  |
| 12345678  | Я – неповторимый человек.Культура моей страны.Чувства.О чем говорят чувства.Множество решений.Решение и здоровье.Нужные и ненужные тебе лекарства.Пассивное курение.Учусь делать здоровый выбор. | 11111111 |
|   | **2 класс** |   |
| 12345678 | Вкусы и увлечения.Учусь находить новых друзей и интересные занятия.О чем говорят выразительные движения.Учусь понимать людей.Опасные и безопасные ситуации.Учусь принимать решения в опасных ситуациях.Реклама табака и алкоголя.Правда об алкоголе. | 11111111 |
|   | **3 класс** |   |
| 12345678 | Мой характер.Учусь оценивать себя сам.Учусь взаимодействовать.Учусь настаивать на своем.Я становлюсь увереннее.Когда на меня оказывают давление.Курение (часть 1).Курение (часть 2) | 11111111 |
|   | **4 класс** |   |
| 12345678 | Самоуважение.Привычки.Дружба (часть 1)Дружба (часть 2)Учусь сопротивляться давлению.Учусь говорить «нет».И снова алкоголь.Алкоголь в компании. | 11111111 |
|  |  |  |  |

  ***Учебно-методическая литература***1. Романова О.Л. Этиология зависимостей от психоактивных веществ у подростков и теоретические основы их первичной профилактики: Обзор зарубежной литературы, Вопросы наркологии, З, 1996, 97-108.

2. Н.В.Вострокнутов. Антинаркотическая профилактическая работа с несовершеннолетними групп социального риска. – М.: Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания, 2004.3. Н.А.Сирота, В.М.Ялтонский. Теоретические, методологические основы альтернативной употреблению наркотиков активности несовершеннолетних и молодежи. М.: Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания, 2004. |