

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия № 42»

РАССМОТРЕНО Педагогическим советом №7 от 22.08.2024	СОГЛАСОВАНО Управляющим советом №3 от 23.08.2024	УТВЕРЖДЕНО Приказом директора №259- Осн от 25.08.2024 И.А. Гребенкин
--	---	---



**Программа первичной профилактической деятельности
по предупреждению злоупотребления ПАВ
«ПОЛЕЗНЫЕ ПРИВЫЧКИ»**

Категория обучающихся: учащиеся 1-4 классов
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Шилова Ольга Александровна,
социальный педагог,
педагог-психолог МБОУ «Гимназия № 42»

г. Барнаул 2024 г.

Пояснительная записка

Целями первичной профилактической деятельности по предупреждению злоупотребления ПАВ являются: изменение ценностного отношения детей к ПАВ, формирование личной ответственности за свое поведение, обуславливающие 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 в практику 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 приемом различных психоактивных веществ, за исключением курильщиков табака, составляет более 500 млн. человек. В последнее десятилетие для России употребление несовершеннолетними алкоголя, наркотических и других психоактивных веществ 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 пятого жителя страны. Постоянное ухудшение здоровья, распространение вредных привычек, таких как курение, потребление алкогольных напитков и наркотиков достигло критического уровня и дальнейшее нарастание существующих тенденций 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 социально-психофизиологическим 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 для овладения 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 следующие **задачи**:

1. Предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке и алкоголе; способствовать увеличению знаний обучающихся путем обсуждения проблем, связанных с табаком и алкоголем.
2. Учить детей лучше понимать самих себя и критически относиться к собственному поведению; способствовать стремлению детей понять окружающих и анализировать свои отношения с ними.
3. Учить детей эффективно общаться.
4. Учить детей делать здоровый выбор и принимать ответственные решения.
5. Помочь школе и родителям в предупреждении приобщения обучающихся начальной школы к табаку и алкоголю.

Принципы работы по профилактической программе «Полезные привычки»:

1. Программа ориентирована на особенности организации учебного процесса, являющегося в школе главным.
2. 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.
3. Содержание программы реализуется посредством воспитательных мероприятий - на классных часах.
4. Работать по данной профилактической программе может специалист, имеющий свидетельство (удостоверение, сертификат) или прошедший обучение по работе с данной категорией программ.

Основные компоненты работы:

1. Потребностно-мотивационный – обеспечивает у детей потребность в саморазвитии, самореализации.
2. Аксиологический – предполагает осознание ребенком ценности, уникальности себя, окружающих, единства с миром во всей его полноте.
3. Образовательный – обеспечивает детей знаниями о: чувствах, эмоциях, конструктивных способах разрешения проблем, о психоактивных веществах.
4. Аксиологичность: формирование у детей и подростков представления о здоровье как о важнейшей общечеловеческой ценности, ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.
5. Многоаспектность: сочетание различных направлений профилактической работы в рамках программы «Полезные навыки»:
 - 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).
6. 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»

1. Кооперативное обучение – это метод, когда в небольших группах (от 2 до 8 человек) ученики взаимодействуют, решая общую задачу.
2. Мозговой штурм используется для стимуляции высказывания детей по теме или вопросу.
3. Групповая дискуссия – это способ организации совместной деятельности учеников с целью решить групповые задачи или воздействовать на мнения и установки участников в процессе обучения.
4. 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.
5. 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:

1. Пособие для учителей.
2. Рабочие тетради для учеников с 1 по 4 класс в отдельности.
3. Материалы для родителей.
4. Методические рекомендации по оценке эффективности превентивного обучения.
5. 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 чуждому 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:

1. Полученные знания позволяют детям, почему им нужно заботиться о своем здоровье, соблюдать
2. правила здорового образа жизни.
3. Дети смогут оценивать свой режим с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и
4. корректировать несоответствия.
5. Дети научатся управлять своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими.
6. Дети получают знания и навыки связанные с предупреждением возможного приобщения к
7. одурманивающим веществам, научатся отказываться от предположений, которые считают опасными.

Квалификационная характеристика воспитанника

Обучающиеся должны знать:

- 1) о природе, фармакологических свойствах и вредных последствиях употребления психоактивных веществ;
- 2) о факторах, влияющих на здоровье человека;
- 3) признаки здорового человека;
- 4) источники влияния и давления;
- 5) безопасные интересные способы проведения времени.

Уметь:

- 1) делать здоровый выбор;
- 2) понимать окружающих и анализировать свои отношения с ними;
- 3) принимать рациональные решения;
- 4) анализировать собственные качества.

Обладать навыками:

- 1) сопротивления давлению и развития личностной и социальной компетентности;
- 2) эффективного общения, взаимодействия с людьми, неагрессивного отстаивания своей позиции и отказа в ситуации давления;
- 3) самоконтроля, самооценки;
- 4) преодоления стресса, тревоги;
- 5) ответственного поведения, снижающего вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ;
- 6) преодоления жизненных трудностей в целом;
- 7) самовыражения через увлечения, развивающие личность.

Тематическое планирование

№	Название темы	Кол-во часов
1 класс		
1	Я – неповторимый человек.	1
2	Культура моей страны.	1
3	Чувства.	1
4	О чем говорят чувства.	1
5	Множество решений.	1
6	Решение и здоровье.	1
7	Нужные и ненужные тебе лекарства.	1
8	Пассивное курение. Учусь делать здоровый выбор.	1
2 класс		
1	Вкусы и увлечения.	1
2	Учусь находить новых друзей и интересные занятия.	1
3	О чем говорят выразительные движения.	1
4	Учусь понимать людей.	1
5	Опасные и безопасные ситуации.	1
6	Учусь принимать решения в опасных ситуациях.	1
7	Реклама табака и алкоголя.	1
8	Правда об алкоголе.	1
3 класс		
1	Мой характер.	1
2	Учусь оценивать себя сам.	1
3	Учусь взаимодействовать.	1
4	Учусь настаивать на своем.	1
5	Я становлюсь увереннее.	1
6	Когда на меня оказывают давление.	1
7	Курение (часть 1).	1
8	Курение (часть 2)	1

4 класс		
1	Самоуважение.	1
2	Привычки.	1
3	Дружба (часть 1)	1
4	Дружба (часть 2)	1
5	Учусь сопротивляться давлению.	1
6	Учусь говорить «нет».	1
7	И снова алкоголь.	1
8	Алкоголь в компании.	1
ИТОГО		32

Список литературы

1. Полезный выбор. Учебное пособие для 10 и 11 классов по предупреждению употребления наркотиков. Под ред. О.Л. Романовой. – М.: Полимед, 2003.
2. Полезный выбор. Учебное пособие для учителя по предупреждению употребления наркотиков. Под ред. О.Л. Романовой. – М.: Полимед, 2003.
3. Полезный выбор. Тетрадь для родителей по предупреждению употребления наркотиков. Под ред. О.Л. Романовой. – М.: Полимед, 2003.
4. Полезный выбор. Тетрадь для родителей по предупреждению употребления наркотиков. Под ред. О.Л. Романовой. – М.: Полимед, 2003.
5. Теоретические, методологические и практические основы альтернативной употреблению наркотиков активности несовершеннолетних и молодёжи. Под ред. Н.А.Сирота, В.М.Ялтонского. – М. «Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания», 2004.
6. Зарубежный опыт первичной профилактики злоупотребления психоактивными веществами среди несовершеннолетних. Под ред. Л.С. Шпилея, Н.А.Гусева и др – М. «Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания», 2004.
7. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. Под ред. М.В.Антроповой, Е.А. Бабенковой и др. – М. «Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания», 2004.
8. Интерактивные формы профилактической и консультативной антинаркотической работы в СМИ и Интернет – сети. Под ред. Н.К.Харитоновой, Л. О. Пережогина, А. Ю. Лесогорова – М. «Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания», 2004.
9. Профилактическая работа с несовершеннолетними различных групп социального риска по злоупотреблению психоактивными веществами. Под ред. Л.М. Шипицыной, Л.С. Шпилени и др. – М. «Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания», 2004.