

**Отдел народного образования Администрации городского
округа город Первомайск
МАОУ «Большемакателемская СШ»**

**Программа
«Позитивная профилактика ПАВ и
формирование здорового образа жизни
обучающихся»**

на 2018 – 2020 учебный год



с. Большой Макателем – 2018 год

Оглавление

1. Пояснительная записка.....	3
2. Цель и задачи программы.....	6
3. Принципы программы.....	7
4. Обоснование используемых воспитательных технологий, методов и форм организации деятельности с учащимися.	8
5. Этапы реализации программы «Позитивная профилактика ПАВ и формирование здорового образа жизни».....	10
6. План мероприятий программы «Позитивная профилактика ПАВ и формирование здорового образа жизни».....	11
7. Ожидаемые результаты реализации программы.	15

1. Пояснительная записка.

Усугубление наркологической ситуации, в частности тенденция к неуклонному омоложению потребителей ПАВ, требует создания целостной системы профилактики наркозависимости, табакокурения, употребления ПАВ в образовательных организациях.

Ведение профилактической работы с детьми должно начинаться до наступления “критического” подросткового возраста, т.е. в младшем школьном возрасте, когда закладываются основы тех личностных свойств и социальных навыков, которые в последствии, определяют степень и характер адаптации ребенка в обществе. Младший школьный возраст представляет собой благоприятный период для воспитания инициативы здорового образа жизни.

Общими чертами младших школьников являются: восприимчивость, внушаемость, податливость, большая подражаемость, любознательность, которые в неблагоприятных условиях могут составить основу положительного субъективного восприятия алкоголизации, табакокурения и употребления ПАВ. К концу обучения в 4 - 5 классах могут образовываться группы детей (чаще мальчиков), которые утверждают себя через некоторое противостояние требованиям и мнению учителя. В этом возрасте детей уже начинает интересовать все, что связано с табакокурением, «легкими» наркотиками. Это выступает как запретный и неизвестный мир и, как все незнакомое и запретное, вызывает особое любопытство.

Немаловажным фактором приобщения к вредным привычкам может стать и то обстоятельство, что младшему школьному возрасту присущ так называемый этап естественного саморазрушающего поведения, когда все то, что связано с риском, кажется особенно привлекательным. Главным образом это касается мальчиков. В том случае, если у ребенка недостаточно сформированы функции самоконтроля, стремление к риску может провоцировать отклоняющееся поведение.

В процессе изучения данной тематики установлено, что чем раньше произошло приобщение к ПАВ, тем быстрее формируется зависимость, тем тяжелее течение зависимости, как болезни, больше негативных личностных, социальных и медицинских последствий злоупотребления ПАВ, и тем меньше эффективность реабилитационных программ. При этом, современные тенденции, характеризующие наркологическую ситуацию в России, свидетельствуют о неуклонном омоложении потребителей психоактивных веществ, отмечаются случаи употребления ПАВ детьми 6-7 лет.

Целевая подготовка детей должна осуществляться заблаговременно, т.е. до наступления того возрастного этапа, когда приобщение к тому или иному виду одурманивания для ребенка становится реальным. И должна продолжаться на протяжении всего школьного периода.

Благодаря популярной рекламе, телевидению, сети интернет дети с ранних лет знакомятся с активной пропагандой употребления табака, алкоголя, приобщаются к ПАВ и готовят стартовые позиции для последующего экспериментирования с наркотиками. Поэтому антинаркотическая работа с обучающимися, начиная с младшего возраста, должна вестись в школе систематически.

Сама программа и конкретные мероприятия программы, помогут раскрыть проблемы употребления ПАВ у детей школьного возраста. Поэтому, «Позитивная профилактика ПАВ и формирование здорового образа жизни младших школьников» является очень актуальной, особенно в системе с другими направлениями программы воспитания и социализации учащихся. У детей 6 – 10 лет еще нет базисных знаний из области анатомии и физиологии человека, в следствие чего у них складывается абстрактное, личностно незначимое отношение к курению и приему алкоголя. Это обуславливает определенные требования к первичной профилактике вредных привычек. Например, чтобы сообщить детям о вредном воздействии табачного дыма на дыхательную систему человека, необходимо в близкой этому возрасте - игровой и доступной форме объяснить, как функционирует

эта система и почему ее нужно беречь, и не стремиться раньше времени предлагать учащимся информацию, которую они будут подробно изучать в старших классах.

Анализ данных результатов тестирования и анкетирования, общие наблюдения за младшими школьниками нашей школы за последние 2 года показывают, что в детской среде потребность вести здоровый образ жизни является важным, но не приоритетным:

Учебный год	Количество респондентов	Учащиеся «группы риска»
2016 - 2017	20	2
2017- 2018	17	4

Это можно объяснить рядом причин:

- в семье нет традиции вести здоровый образ жизни;
- сильное влияние рекламы, фильмов;
- желание быстрее повзрослеть;
- безответственное отношение к своей жизни;
- малоподвижный образ жизни, что не характерно для детей этого возраста;
- негативный пример старшекласников.

В период 12-16 лет у детей чувственно – образные представления о культуре здоровья и ее составляющих перестраиваются в стратегию поведения, что делает формировавшиеся в начальной школе установки более стойкими.

Сформированная в начальной школе потребность в здоровом образе жизни становится осознанной наполненной ценностью, определяющей дальнейшую траекторию жизни.

Основная особенность основной школы – формирование ключевых личностных компетенций, которые, к моменту ее окончания должны быть полностью сформированы и носить весьма конкретный и операционный характер.

Для организации качественного развития и воспитания обучающихся нашей школы без ущерба для их здоровья была создана и реализуется в настоящее время, программа «Позитивная профилактика ПАВ и формирование здорового образа жизни».

Сроки реализации программы: 2018 – 2020 г.

2. Цель и задачи программы.

Цель программы:

формирование гармонично развитой, здоровой личности, стойкой к жизненным трудностям и проблемам в любом возрасте.

Задачи:

- Разъяснение пользы от физкультуры, закаливания организма, ведения правильного здорового образа жизни;
- Сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье, пробудить желание заботиться о своем здоровье;
- Развивать физические качества и обеспечивать основной уровень физической подготовки детей в образовательной организации;
- Формировать у учащихся устойчивое отрицательное отношение к «первой пробе» ПАВ;
- Осуществлять мероприятия по профилактике правонарушений, безнадзорности, формированию здорового образа жизни, воспитанию толерантности и уважению к правам человека;
- Оказать педагогам и родителям помощь в приобретении специальных знаний и навыков, а также давать социальную и психологическую поддержку семьям.
- Развивать коммуникативные навыки, обеспечивающие ребенку эффективную социальную адаптацию, развитие умения регулировать своё поведение, прогнозировать последствия своих действий.

- Психологическая поддержка подростка, формирование адекватной самооценки, навыков принятия решений, умения противостоять давлению сверстников, разрушительным для здоровья формам поведения.

3. Принципы программы.

1. *Системность* – проведение профилактической работы со всеми представителями системы – школа-семья-ребенок;

- работа с учащимися;
- работа с педагогами;
- работа с родителями.

2. *Возрастная адекватность* – используемые формы и методы обучения соответствуют психологическим особенностям учащихся.

3. *Преемственность* – проведение профилактической работы на протяжении всего периода становления личности, структура программы включает в себя два уровня (работа с целевыми группами различными по возрасту):

1. уровень – младший школьный возраст (1–5 класс);
2. уровень – подростки (6–10 класс).

4. *Компетентность* – проведение работы с учетом возрастных особенностей детей и подростков.

5. *Практическая целесообразность* – содержание занятий отражает наиболее актуальные проблемы, связанные с формированием у учащихся навыков эффективной социальной адаптации, предупреждением приобщения к одурманивающим веществам.

6. *Комплексность* – с одной стороны программа затрагивает все основные аспекты развития человека:

- осознание себя, тела, эмоций;
- семейные взаимоотношения, самооценка и устойчивость к стрессу;
- осознание своей зависимости и внушаемости, способности критически мыслить;

- сопротивление давлению со стороны, деструктивная конфликтность и коммуникативная компетентность;
- ответственное поведение, сексуальность и раскрытие творческого потенциала.
- *Позитивность* – развитие практических навыков, достоверная подача информации без запугивания.
- *Активность* – использование интерактивных методов обучения.
- *Возможность органичного влечения в учебный процесс* (на уроках биологии, ОБЖ, ФЗК) в соответствии с возрастными особенностями детей.
- *Практическая значимость* – необходимость и достаточность предоставляемой информации, учащимся предоставляется тот объем информации, которым они реально могут воспользоваться в жизни.

Основные направления реализации программы:

- образовательная деятельность
- социально-психологическая помощь и поддержка
- работа с родителями
- воспитательная работа с учащимися
- мониторинговая деятельность

4. Обоснование используемых воспитательных технологий, методов и форм организации деятельности с учащимися.

Концепция профилактики злоупотребления ПАВ в образовательной среде выделяет две стратегии профилактики наркозависимости:

Негативно – ориентированную профилактику злоупотребления ПАВ, которая предусматривает проведение профилактических мероприятий в рамках проблемно-ориентированного подхода. Акцент в негативной профилактике ставится на отрицательных последствиях приема ПАВ. Основные усилия сосредотачиваются на снижении влияния факторов риска вовлечения в наркотизацию.

Позитивная профилактика, целью которой является воспитание «лично-развитого, способного справляться с собственными психологическими затруднениями и жизненными проблемами, не нуждающегося в приеме ПАВ».

Приоритетной, учитывая контингент образовательной организации, является позитивная профилактика злоупотребления ПАВ, опирающаяся на возрастные особенности детей, которая предполагает воспитание гармоничной, успешно социализированной личности. Позитивная профилактика злоупотребления ПАВ — это пропаганда позитивного отношения к жизни, создание ситуации успешности, благополучия, включение ученика в ту деятельность, где он сможет проявить себя, почувствовать себя значимым для других, поверить в себя, испытать радость проявления собственной активности.

Профилактика зависимостей имеет три формы:

Первичная профилактика – форма просветительской работы, которая направлена на тех, кто не имеет опыта употребления ПАВ.

Вторичная профилактика – форма комплексного активного взаимодействия специалистов с теми, кто имел опыт употребления, но это были единичные случаи.

Третичная профилактика – форма сложной социально-медицинской помощи тем, кто употребляет ПАВ в системе, реабилитационный комплексный процесс.

По данным наблюдения, устного опроса, а так же тестирования и анкетирования школьников, можно сделать вывод, что даже единичного опыта употребления ПАВ не имело место среди учащихся нашей школы. Таким образом, в своей работе мы используем первичную профилактику.

Первичная профилактическая работа состоит из двух блоков:

- Информационно-просветительский блок;
- Практический блок.

*Исходя из вышеизложенного и учитывая возрастные особенности младших школьников, в своей работе педагогический коллектив нашей школы выбрал следующие **технологии, методы и формы деятельности:***

- классные часы;
- общешкольные мероприятия;
- сказкотерапия;
- арттерапия;
- викторины;
- тренинги;
- родительские собрания;
- игровые занятия;
- ролевые игры;
- анкетирование, тестирование, опросы;
- акции, социальные проекты;
- единый День профилактики правонарушений с привлечением специалистов системы профилактики;
- выставки творческого самовыражения: плакаты, рисунки, поделки;
- использование наглядных пособий, презентаций;
- беседы;
- семейные праздники;
- индивидуальные консультации среди детей, педагогов и родителей.

5. Этапы реализации программы «Позитивная профилактика ПАВ и формирование здорового образа жизни».

1. Подготовительный этап (сентябрь 2018г. – ноябрь 2018г.)

- изучение научно-методической литературы по вопросам профилактики злоупотребления ПАВ детьми и подростками в образовательной среде;
- сбор и изучение информации по проблеме употребления и отношения учащихся к ПАВ;

- анализ ресурсов образовательного учреждения и социального окружения;
- разработка программы «Позитивная профилактика ПАВ и здоровый образ жизни обучающихся»;
- подготовка исследовательского инструментария, методических материалов;
- ознакомление с программой классных руководителей;
- вводная диагностика.

2. Практический этап *(декабрь 2018г. – декабрь 2019г.)*

- комплексное решение задач программы;
- разработка и внедрение новых форм деятельности;
- расширение социальных связей;
- выполнение плана мероприятий программы.

3. Обобщающий этап *(январь 2020г. – март 2020г.)*

- итоговая диагностика;
- анализ выполнения программы;
- выработка практических рекомендаций;
- поиск новых форм деятельности.

6. План мероприятий программы «Позитивная профилактика ПАВ и формирование здорового образа жизни».

Все мероприятия по основным направлениям программы закрепляют навыки уверенного поведения, отстаивания и аргументирования своей точки зрения, а также обеспечивают социализацию ребенка через коллективную, социально-значимую деятельность. Они создают благоприятные условия для овладения основными понятиями, представлениями, знаниями по проблематике здорового образа жизни, способствуют совершенствованию навыков здорового образа жизни и его сохранению, закрепляют ролевые стереотипы, умения сказать «нет!» в критической ситуации, формирования

навыков общения, критического осмысления вредных привычек. Поэтому, любые направления деятельности с обучающимися и их родителями важны для освоения знаний о здоровом образе жизни.

Так же необходимо помнить:

1. о возрастных особенностях учащихся;
2. необходимо сформировать представление об опасности любых форм употребления психоактивных веществ;
3. исключить сведения, способные провоцировать интерес детей к психоактивным веществам.

План мероприятий, направленных на профилактику ПАВ в младшем школьном возрасте

№	Наименование мероприятий	Ответственные
1	<p><u>Проведение мало групповых профилактических и воспитательных мероприятий:</u></p> <p>Проведение тематических и профилактических классных часов: «Если хочешь быть здоров...»; «Полезные и вредные привычки», рисунок «Что мне в себе нравится» «Что такое хорошо и что такое плохо».</p> <p>Проведение тематических игр, игровых занятий, викторин, соревнований: Тематическая игра «Здравствуйте или что значит ЗОЖ»; Викторина «Азбука здоровья»; Соревнование «Веселые старты»; Разговор о правильном питании; Конкурс «Самый здоровый класс».</p> <p>Анкетирования, тестирования, опросы: Устный опрос «Почему я хочу быть здоровым»; Анкетирование «Питание в нашей школе»; Анкетирование «Компьютер – друг или враг?».</p>	<p style="text-align: center;">Классные руководители</p> <p style="text-align: center;">Соц. педагог, Ст. вожатая, Учитель ФЗК, Классные руководители</p> <p style="text-align: center;">Педагог-психолог Соц. педагог</p>

	<p>Беседы, индивидуальные консультации:</p> <p>Компьютер: вред или польза. А какие игры выбираешь ты?;</p> <p>А с каким спортом дружишь ты?;</p> <p>Есть ли у вас проблемы со здоровьем?;</p> <p>Круглый стол для детей из семей «группы риска».</p> <p>Дополнительные занятия учителей - предметников</p>	<p>Зам. директора по ВР, Соц. педагог, Учителя – предметники, Педагог-психолог</p>
2	<p><u>Проведение творческих мероприятий и праздников:</u></p> <p>КВН по пропаганде ЗОЖ;</p> <p>«Я здоровье берегу – сам себе я помогу»;</p> <p>«Мы – за здоровый образ жизни!»;</p> <p>День семьи «Семья и семейные ценности».</p>	<p>Зам. директора по ВР, Соц. педагог, Ст. вожатая</p>
3	<p><u>Проведение мероприятий для родителей и с участием родителей:</u></p> <p>Общешкольные и классные родительские собрания:</p> <p>«Как уберечь ребенка от компьютерной зависимости»;</p> <p>«Как воспитать толерантного человека?»;</p> <p>«Роль отца в воспитании детей».</p> <p>Семейные праздники:</p> <p>«День матери»;</p> <p>«Мама, папа, я – спортивная семья»;</p> <p>Спортивный праздник на улице «Отдыхаем вместе!»;</p> <p>«Масленица»</p>	<p>Классные руководители, Соц. педагог, Педагог-психолог</p> <p>Классные руководители, Учитель ФЗК, Соц. педагог</p>
4	<p><u>Проведение массовых мероприятий:</u></p> <p>Участие в социальном проекте «Неделя толерантности в нашей школе»;</p> <p>Участие в общешкольной акции «Повесим кормушки»;</p> <p>Участие в общешкольной акции «Сохраним Рогожский парк»;</p> <p>Творческие выставки;</p> <p>Выездные мероприятия: походы, экскурсии и др.</p>	<p>Зам. директора по ВР, Соц. педагог, Ст. вожатая, Классные руководители, Педагог-психолог</p>

**План мероприятий, направленных на профилактику ПАВ в
подростковом возрасте**

№	Наименование мероприятий	Ответственный
1	<p><u>Проведение малогрупповых профилактических и воспитательных мероприятий:</u></p> <p>Проведение классных часов: «О вреде слабоалкогольных напитков»; «Еще раз о толерантности»; «Красная ленточка – символ борьбы со СПИДом»; «Вся правда о наркотиках»; «Путь в никуда. Об опасности употребления ПАВ»;</p>	Классные руководители
	<p>Проведение тематических игр, игровых занятий, викторин, соревнований, конкурсов:</p> <p>Тематическая игра - викторина «Жить – здоровьем дорожить»; Мозговой штурм «Жизнь без ПАВ»; Традиционный День права; Соревнование между сборными обучающихся и педагогов по волейболу; Конкурс «Самый здоровый класс».</p>	Соц. педагог, Ст. вожатая, Учитель ФЗК, Классные руководители
	<p>Анкетирования, тестирования, опросы:</p> <p>Устный опрос «Почему я хочу быть здоровым»; Мониторинг «Наркоситуация в ОО»; Анкетирование «Здоровое питание в школе».</p>	Педагог-психолог Соц. педагог
	<p>Беседы, индивидуальные консультации:</p> <p>Вся правда об электронной сигарете; А ты дружишь со спортом?; Как я справляюсь с жизненными трудностями; Круглый стол для детей «группы риска».</p>	Зам. директора по ВР, Соц. педагог, Учителя – предметники, Педагог-психолог
2	<p><u>Проведение творческих мероприятий и праздников:</u></p> <p>«Остановись и подумай»; «Наркотики: зависимость и последствия»;</p>	Зам. директора по ВР, Соц. педагог,

	«Зачем люди употребляют ПАВ»; Литературно-музыкальная композиция «Мир без наркотиков прекрасен».	Ст. вожатая
3	<u>Проведение мероприятий для родителей и с участием родителей:</u> Общешкольные и классные родительские собрания: «Подросток и наркотики»; «Ребенок учится тому, что видит у себя в доме?»; «Что такое ПАВ?» «Роль отца в воспитании детей». Семейные праздники: Кросс нации – семейные забеги «Самая лучшая мама земли...»; Дни здоровья	Классные руководители, Соц. педагог, Педагог-психолог Классные руководители, Учитель ФЗК, Соц. педагог
4	<u>Проведение массовых мероприятий:</u> Участие в социальном проекте «Неделя толерантности в нашей школе»; Антинаркотическая акция «Вектор движения»; Участие в общешкольной акции «Сохраним Рогожский парк»; Спортивная акция «Лыжня - 2017»; Конкурс агитбригад «Я выбираю жизнь» Выездные мероприятия: походы, экскурсии и др.	Зам. директора по ВР, Соц. педагог, Ст. вожатая, Классные руководители, Педагог-психолог

7. Ожидаемые результаты реализации программы.

- Развитие системного подхода к профилактике злоупотребления ПАВ;
- Способность учащихся осознанно вести здоровый образ жизни, через сформированные представления о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- Участие в мероприятиях по профилактике ПАВ;
- Снизить вероятность экспериментирования с ПАВ.

<p>Направления формирования здорового образа жизни</p>	<p>Ценностные установки</p>	<p>Планируемые результаты формирования культуры здорового и безопасного образа жизни</p>
<p><u>Проведение малогрупповых профилактических и воспитательных мероприятий</u></p>	<p>Здоровье физическое, стремление к здоровому образу жизни, здоровье нравственное преимущественно через ведущую деятельность в младшем школьном возрасте – игру; спортивные соревнования и информационные мероприятия в подростковом возрасте.</p>	<p>- у обучающихся сформировано ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей;</p> <p>- обучающиеся имеют элементарные и дополнительные представления о физическом, нравственном, психическом и социальном здоровье человека;</p> <p>- обучающиеся имеют личный опыт здоровьесберегающей деятельности;</p> <p>- обучающиеся имеют представления о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества;</p> <p>- учащиеся знают о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека, табакокурения, алкоголизма, употребления ПАВ в зависимости от возраста обучающихся.</p>
<p><u>Проведение массовых мероприятий</u></p>	<p>Ценность здоровья и здорового образа жизни через творческие и общественно-полезные дела.</p>	<p>- эффективное внедрение в систему работы образовательного учреждения видов деятельности, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.</p>
<p><u>Проведение мероприятий для родителей и с участием родителей</u></p>	<p>Отношение к здоровью детей как главной ценности семейного воспитания.</p>	<p>- эффективная совместная работа педагогов, детей и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья и т.п.;</p> <p>- получение теоретических знаний родителями,</p> <p>- применение знаний в семейном воспитании.</p>

<p><u>Проведение творческих мероприятий и праздников</u></p>	<p>Создание атмосферы, способствующей формированию навыков здорового образа жизни.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - сформированность представлений о позитивных факторах, влияющих на здоровье; - способность обучающимися осознанно выбирать поведение, позволяющее сохранять и укреплять здоровье; - регулярное выполнение правил личной гигиены, готовность самостоятельно поддерживать своё здоровье; - самостоятельная организация режима дня, труда и отдыха, двигательной активности; - знания о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления, употребление наркотиков, ПАВ и т. п.); - навыки позитивного коммуникативного общения; - общие представления об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; - развитие толерантной личности; - потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу или другому взрослому по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.
--	--	--

Основные результаты формирования здорового и безопасного образа жизни учащихся не подлежат итоговой оценке индивидуальных достижений выпускников начальной и средней школы, однако оцениваются в рамках мониторинговых процедур, в которых ведущими методами являются: экспертные суждения (родителей, партнёров школы); анонимные анкеты, позволяющие анализировать (не оценивать) ценностную сферу личности; различные тестовые инструменты, созданные с учётом возраста; самооценочные суждения детей.