

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Свердловской области "Кировградская школа-интернат, реализующая адаптированные
основные общеобразовательные программы"



Утверждаю:
Директор ГБОУ СО
«Кировградская школа-интернат»
/О.В.Паршутина/
«01» декабря 2022 г.

ПРОГРАММА
по профилактике употребления психоактивных веществ среди несовершеннолетних
обучающихся в ГБОУ СО
«Кировградская школа – интернат»
на 2022-2026 учебный год

Кировград, 2022

Оглавление

1. Наименование и направленность программы	3
2. Информация о разработчике, участниках и месте реализации программы.....	3
3. Актуальность Программы	3
4. Целевая аудитория, ее социально-психологические особенности	4
5. Методическое обеспечение программы.....	5
6. Ожидаемые результаты реализации программы.....	6
7. Оценка эффективности профилактики употребления психоактивных веществ среди обучающихся школы	6
8. План мероприятий для работы с учащимися ГБОУ СО «Кировградская школа – интернат» по профилактике употребления психоактивных веществ среди несовершеннолетних обучающихся	8
8.1. Учебно-тематический план мероприятий по профилактике употребления ПАВ учениками начальной школы (1-5 класс)	9
8.2. Учебно-тематический план мероприятий по профилактике употребления ПАВ учениками старшей школы (6-9 класс).....	12
8.3. Цикл мероприятий для работы с родителями (законными представителями) учащихся образовательных учреждений по профилактике употребления ПАВ.....	16
8.4. Цикл мероприятий для работы с педагогами и специалистами ГБОУ СО «Кировградская школа – интернат» по профилактике употребления психоактивных веществ.....	18
Приложение	19

1. Наименование и направленность программы

программа «Профилактика употребления ПАВ в образовательном учреждении» направлена на организацию системы проведения профилактических мероприятий, направленных на предупреждение по употреблению ПАВ несовершеннолетними обучающимися.

2. Информация о разработчике, участниках и месте реализации программы

Автором программы является социальный педагог ГБОУ СО «Кировградская школа-интернат» Мельницына Мария Дмитриевна. Местом реализации программы является ГБОУ СО «Кировградская школа-интернат». Участниками Программы являются обучающиеся, их родители (законные представители), а также педагоги, медицинские работники и другие специалисты школы.

3. Актуальность Программы

Актуальность программы состоит в поиске наилучшего решения проблем количественного увеличения несовершеннолетних, которые из-за неуспешной социализации вынуждены «уйти от реальности», путем проявления асоциального поведения, а именно: употребления наркотических веществ, ПАВ и алкогольной продукции, что в конечном итоге из систематической вредной привычки перерастает в зависимость, влекущую за собой летальный исход.

Таким образом, для образовательных учреждений становится необходимостью корректировать педагогическую некомпетентность родителей (законных представителей), «вложенную» в развитие детей, которым в рамках асоциального поведения под влиянием негативных эмоций и стрессов присуще совершение правонарушающих поступков и преступлений, как в отношении окружающих, так и в отношении себя самого. Необходимо повышать уровень социального, коммуникативного, правового, культурного, духовного развития обучающихся, мотивируя и приобщая их к саморазвитию, трудолюбию, к оздоровлению.

Неуспешная социализация детей и подростков, их неподготовленность к самостоятельной жизни, трудности в выборе активной жизненной позиции приводят к постоянному стрессу, депрессии, агрессии.

Все чаще подростки, молодые люди объединяются в компании «группы по интересам», где способствуют друг другу злоупотреблять алкоголем, пробовать наркотики, ПАВ, употреблять никотин.

Современная научная профилактика вредных привычек, зависимостей формировалась на протяжении многих лет и прошла несколько стадий развития – от запугивания до информирования. На данном этапе сформировано новое понятие – «защитные факторы». Уменьшение количества факторов риска и воспитание личностной гибкости – наиболее современный подход к профилактике.

Наибольшее количество несовершеннолетних – обучающихся, имеющих зависимости от вредных привычек – это подростковый возраст, который является периодом перехода в развитии ребенка до будущего взрослого человека. Поскольку среди особенностей развития подростков выделяются интенсивное формирование чувства собственного «Я» и при этом недостаточный уровень социальной компетентности, целью программы является организация помощи учащимся по осознанию себя и своего жизненного пути.

Профилактика зависимостей, заболеваний, асоциального, нездорового поведения не может осуществляться без систематического формирования у обучающихся навыков здорового образа жизни.

Таким образом, поставлены следующие задачи:

1. Формирование у учащихся представлений о здоровье, его значении, об основах здорового образа жизни; освоение навыков безопасного поведения.
2. Выработка специальных навыков высокой самооценки себя как личности; способствование формированию установки «не делай, как другие» по отношению к ПАВ; расширение знаний о негативном воздействии ПАВ на организм (свойства, механизм действия, мифы о безопасности ПАВ).
3. Способствование развитию у педагогов и специалистов компетентности по вопросам профилактики злоупотребления учащимися ПАВ, формирование позиции активных соучастников профилактических программ.
4. Способствование формированию у родителей (законных представителей) знаний, отношений и установок через предоставление специфической информации о ПАВ, а также информирование о роли семьи в первичной профилактике детских зависимостей.

4. Целевая аудитория, ее социально-психологические особенности

Целевой аудиторией реализации Программы являются учащиеся общеобразовательного учреждения (1-9 класс), их родители (законные представители), а также педагогический коллектив. Рассмотрим социально-психологические характеристики каждой из названной категорий в контексте организации профилактического воздействия. Категорию учащихся в программе мы будем делить на 2 составляющие – учащиеся начальной и старшей школы. Основные принципы педагогического воздействия для всех детей одинаковы, однако, для каждого возраста и медицинских показаний выделим дополнительные аспекты, затрагивающие эффективность организации профилактики. Итак, среди общих педагогических принципов с учетом социально-психологических характеристик следует придерживаться следующего:

- Учитывать оценочность в восприятии детьми происходящего (воздействие будет наиболее эффективным, если занятия будут проводить авторитетный и интересный детям специалист, использующий современные и увлекательные формы работы);
- Создавать ситуации успеха для каждого ребенка, что принесет последнему ощущение успешности и компетентности, тем самым позитивно настраивая на получение и принятие информации;
- Максимальное использовать принцип наглядности и деятельности на занятии (любая полученная информация должна получить практическое закрепление, к примеру, будь то раскраска по пройденной теме или подготовленный социальный проект);
- Учет здоровья сберегающих основ учебной деятельности (включение в занятие физминуток, просмотр видеороликов и работа с ИКТ-технологиями в рамках рекомендуемого времени и пр.);
- Преобладание групповой формы работы над индивидуальной, поскольку в данном случае нам нужно не только повлиять на формирование национальной позиции

неприятия ПАВ детьми, но и поспособствовать формированию у каждого ребенка умения говорить НЕТ;

- Использование раздаточного материала и творческих заданий (в том числе домашних) как механизм закрепления полученных знаний, и как инструмент создания позитивных ассоциативных связей по изучаемой теме.

Также в организации следует учитывать специфические психо-возрастные особенности, а именно:

- Учет ведущей деятельности каждого возраста, для начальной школы это опора на познавательный интерес, для средней школы – на общение со сверстниками, для старшей школы

- На рефлексивное восприятие действительности.

5. Методическое обеспечение программы

Настоящая программа опирается на необходимость развития здорового образа жизни в повседневности человека, а также осознанного отказа от вредных привычек.

Система мероприятий программы разработана с учетом следующих современных подходов:

- Валеологический, который опирается на принцип формирования здоровья человека через осознанное совершенствование (коррекцию) собственного образа жизни;

- Зоревье созидающий подход, заключающийся в использовании принципов и способов, позволяющих сохранять как собственное здоровье, так и здоровье обучающихся, творчески дополнять содержание образовательной деятельности знаниями, умениями и навыками с целью формирования поведения, ориентированного на здоровый образ жизни;

- Здоровье сберегающий подход, предполагающий разработку программ развития на основе показателей физического, психического, нравственного, социального и духовного здоровья обучающихся;

- Интегративный подход, главной особенностью которого является интеграция здоровьесберегающих технологий в преподавание учебных дисциплин;

- Системный подход, выражающийся в вовлечении всех участников образовательного процесса в реализацию профилактического воздействия, комплексная реализация профилактической политики.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный закон Российской Федерации от 24.06.1999 г. №120- ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;

- Федеральный закон Российской Федерации от 08.01.1998 г. №3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах»;

- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 июля 2015 г. №514н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)»;

- Федеральные образовательные стандарты начального, среднего и основного общего образования;

- Концепция профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде (утверждена Министерством образования и науки 9 Российской Федерации 5 сентября 2011 г. и рекомендована Государственным антинаркотическим комитетом (протокол № 13 от 28 сентября 2011 г.);
- Проект Указа Президента РФ «О Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации на период до 2030 года»(по состоянию на 14.02.2020, подготовлен МВД России);
- Приказ от 28 декабря 2010 г. N 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны и здоровья обучающихся, воспитанников».

6. Ожидаемые результаты реализации программы

Среди ожидаемых результатов выделяются следующие:

1 – социальные результаты: повышение общекультурного уровня учащихся; популяризация здорового образа жизни и негативное отношение к употреблению ПАВ; формирование активной и ответственной жизненной позиции учащихся, способной противостоять влиянию по привлечению к употреблению ПАВ; уменьшение количества поведенческих рисков; наличие положительных результатов созданной школьной системы по профилактике употребления ПАВ у всех участников образовательной деятельности; развитие активной позиции субъекта профилактического воздействия у родителей учащихся и педагогов, специалистов школы.

2 – образовательные результаты: повышение уровня родительской компетентности в вопросах взаимодействия со своим ребенком, в том числе в профилактике употребления ПАВ; повышение уровня профессиональной компетентности педагогического коллектива по вопросам профилактики употребления ПАВ, развитие их активной позиции как субъекта профилактики ПАВ.

3 – Научно-практические результаты: создание комплексной проектноорганизованной программы профилактической деятельности в образовательном учреждении, наработка методического обеспечения по профилактике употребления ПАВ.

7. Оценка эффективности профилактики употребления психоактивных веществ среди обучающихся школы

Определение эффективности программы осуществляется в ходе специальной оценочной процедуры, которая является обязательным этапом деятельности, связанной с предупреждением употребления ПАВ несовершеннолетними. Оценка эффективности выполняет важные для практики функции:

Диагностики - определение сферы и характера изменений, вызванных профилактическими воздействиями;

Отбора - выявление эффективных мероприятий, проведенных классными руководителями, обеспечивающих достижение наиболее значимых позитивных результатов в профилактике употребления ПАВ несовершеннолетними для дальнейшего широкого и повсеместного внедрения в практику;

Коррекции - внесение изменений в содержание и структуру реализуемой профилактической деятельности с целью оптимизации ее результатов;

Прогноза - определение задач, форм и методов организации профилактики при планировании новых этапов ее реализации с учетом достигнутого.

Общая оценка эффективности профилактики формируется из оценки организации процесса профилактики и оценки результатов профилактики.

При оценке организации процесса профилактики выявляется степень его соответствия положениям программы, определяющим цели, задачи, принципы профилактики употребления ПАВ, минимальный уровень и объем профилактических мер.

При оценке результатов профилактики определяются изменения в социальных компетенциях, нормативных представлениях и установках обучающихся, воспитанников, связанных с риском употребления ПАВ, а также изменения характеристик ситуации их социального развития, определяющих возможные риски употребления ПАВ: степень специального контроля, препятствующего употреблению ПАВ; наличие возможности для организации содержательного досуга, а также форм специальной психологической и социальной поддержки для групп риска; изменения в динамике численности обучающихся, воспитанников, употребляющих ПАВ.

8. План мероприятий для работы с учащимися ГБОУ СО «Кировградская школа – интернат» по профилактике употребления психоактивных веществ среди несовершеннолетних обучающихся

Сроки	Субъекты		
	Учащиеся начальной школы (1-5 класс)	Учащиеся средней школы (6-9 класс)	Ответственные
Сентябрь	Информационное мероприятие: «Понятие о здоровье и здоровом образе жизни»		Классные руководители, учителя – предметники и воспитатели
Октябрь	Информационное мероприятие: «Распорядок дня»		
Ноябрь	Информационное мероприятие: «Тайна едкого дыма»	Информационное мероприятие: «Вред вейпа, айкоса, кальяна, курения»	Социальный педагог, медицинский работник
Декабрь	Практические занятия «Зарядка»	Информационное мероприятие: «Дари здоровье»	Педагоги-предметники, социальный педагог, медицинский работник
Январь	Информационное мероприятие: «Гигиена»	Информационное мероприятие: «Секреты манипуляций: табак»	Классные руководители, Воспитатели, социальный педагог, медицинский работник
Февраль	Практическое занятие «Природа и здоровье» (высадка семян деревьев)	Информационное мероприятие: «Секреты манипуляций: алкоголь»	Классные руководители, Воспитатели, социальный педагог, медицинский работник
Март	Информационное мероприятие: «Вредные привычки»		Воспитатели, социальный педагог
Апрель	Информационное мероприятие: «Секреты здорового образа жизни»	Информационное мероприятие: «Мат– грязные слова»	Воспитатели, социальный педагог, медицинский работник
Май	Практическое занятие: «Дерево здоровья»	Информационное мероприятие: «Уровни развития отношений»	Социальный педагог, Классные руководители

8.1. Учебно-тематический план мероприятий по профилактике употребления ПАВ учениками начальной школы (1-5 класс)

Период	Тема занятия	Цель задачи занятия	Содержание занятия
Сентябрь	«Понятие о здоровье и здоровом образе жизни»	Цель: Дать представление о здоровье и здоровом образе жизни, их самооценности. Задачи: 1 Создание открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие. 2 Знакомство с понятиями «здоровье» и «здоровый образ жизни». 3 Ассоциативное закрепление изученной темы, создание позитивного отношения к понятию ЗОЖ. 4 Рефлексия занятия, получение обратной связи.	1. Упражнение «Давайте поздороваемся». 2. Мини лекция визуализация «Поговорим о здоровье». 3. Групповая раскраска «Будь здоров». 4. Упражнение «Плюс-минус интересно».
Октябрь	«Распорядок дня»	Цель: Дать представление о необходимости планирования своего времени, чередования труда и отдыха, о распорядке дня; побудить детей к самооценке своего свободного времени с точки зрения пользы для здоровья. Задачи: 1 – Создание открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие. 2 – Знакомство с понятием «режим дня» и главными его составляющими. 3 – Определение «вредных» занятий, т.е. «пожирателей времени». 4 – Рефлексия занятия, получение обратной связи.	1. Упражнение «Поздороваемся». 2. Беседа «Секреты здоровья» 3. Групповой рисунок «Пожиратели времени». 4. Упражнение «Плюс-минус интересно».
Ноябрь	«Тайна едкого дыма»	Цель: способствовать формированию у подростков мотивационной основы поведения, направленного на воспитание осознанного отношения к употреблению табака.	1. Приветственное упражнение «Хаотичные рукопожатия». 2. Просмотр с последующим обсуждением

		Задачи: 1. Создание открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие. 2. Дать правильное представление о пагубности воздействия табачных изделий на здоровье и жизнь человека. 3. Рефлексия занятия, получение обратной связи.	видеоролика «Тайна едкого дыма» 3. Рефлексивное упражнение «Мишень».
Декабрь	«Зарядка»	Цель: Мотивировать детей к ежедневной утренней зарядке. Закрепить позитивный опыт зарядки практически, а также получить обратную связь по занятию. Задачи: 1 – Создание открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие. 2 – Информирование о двигательной активности, спорте, активном отдыхе как об одном из компонентов здорового образа жизни. 3 – Закрепление позитивного опыта физической зарядки. 4 – Рефлексия занятия, получение обратной связи.	1. Упражнение «Физкульт привет!». 2. Мини лекция визуализация «Движение – это жизнь» 3. Упражнение «Веселая зарядка». 4. Упражнение «Плюс-минус интересно».
Январь	«Гигиена»	Цель: Дать представление о микробах как источниках болезней, познакомить их с одним из основных правил гигиены; побудить детей к самоанализу своего поведения, способствовать закреплению правильных установок в отношении правил личной гигиены. Задачи: 1 – Создание открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие. 2 – Знакомство с понятием гигиены, ассоциативное закрепление правила мытья рук	1. Упражнение «Привет! Как дела? Что нового?». 2. Упражнение «Мой монстрик». 3. Лабораторный опыт «Мир микробов». 4. Упражнение «Плюс-минус- интересно».

		на рисунке с «монстриками». 3 – Знакомство с миром микробов, способствование формированию привычки мыть руки. 4 – Рефлексия занятия, получение обратной связи.	
Февраль	«Природа и здоровье»	Цель: Дать представление о взаимосвязи природы, человека и его здоровья, о необходимости беречь природу для здоровья людей, об ответственности человека. Задачи: 1 – Создание открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие. 2 – Способствование формированию ответственного отношения к природе, формулировка правил поведения на природе. 3 – Закрепление изученного материала, создание ассоциативных связей о необходимости бережного отношения к природе. 4 – Рефлексия занятия, получение обратной связи.	1. Упражнение «Парное приветствие?». 2. Виртуальная выставка с последующим обсуждением «Природа». 3. Творческая мастерская «Оригами бабочки». 4. Упражнение «Плюс-минус-интересно».
Март	«Вредные привычки»	Цель: Способствовать формированию негативного отношения к вредным привычкам и развитию осознанного подхода к выбору привычек в целом. Задачи: 1 – Создание открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие. 2 – Определение понятия «привычка», способствование формированию негативного образа вредных привычек. 3 – Поиск полезных и вредных привычек в жизни ребенка, способствование укреплению негативного образа вредных привычек. 4 – Рефлексия занятия, получение обратной связи.	1. Упражнение «Приветствие». 2. Просмотр с последующим обсуждением м/ф «Как Андрюша Шумелкин избавлялся от своих плохих привычек (ЭКРАН, 1989 г.)» 3. Мини-проект «Дерево здоровья». 4. Упражнение «Плюс-минус интересно».

Апрель	«Секреты здорового образа жизни»	Цель: Популяризация здорового образа жизни как профилактика употребления ПАВ учащимися. Задачи: 1. Создание открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие. 2. Актуализация знаний о компонентах здорового образа жизни (правильное питание, режим дня, физическая активность и пр.). 3. Рефлексия занятия, получение обратной связи.	1. Приветственное упражнение «Улыбка». 2. Психологическая игра «Следопыт». 3. Рефлексивное упражнение «Мишень».
Май	«Дерево здоровья»	Цель: Популяризация здорового образа жизни как профилактика употребления ПАВ учащимися; создание позитивных эмоциональных связей о ЗОЖ. Задачи: 1. Создание открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие. 2. Закрепление негативной установки к употреблению табака и алкоголя. 3. Рефлексия занятия, получение обратной связи.	1. Приветственное упражнение «Повторяй за мной». 2. Творческая мастерская «Дерево здоровья». 3. Ритуал прощания «Аплодисменты».

8.2. Учебно-тематический план мероприятий по профилактике употребления ПАВ учениками старшей школы (6-9 класс)

Период	Тема	Цель задачи	Содержание
Сентябрь	«Понятие о здоровье и здоровом образе жизни»	Цель: Дать представление о здоровье и здоровом образе жизни, их самооценности. Задачи: 1 Создание открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие. 2 Знакомство с понятиями «здоровье» и «здоровый образ жизни». 3 Ассоциативное закрепление	1. Упражнение «Давайте поздороваемся». 2. Мини лекция визуализация «Поговорим о здоровье». 3. Групповая раскраска «Будь здоров». 4. Упражнение «Плюс-минус интересно».

		изученной темы, создание позитивного отношения к понятию ЗОЖ. 4 Рефлексия занятия, получение обратной связи.	
Октябрь	«Распорядок дня»	Цель: Дать представление о необходимости планирования своего времени, чередования труда и отдыха, о распорядке дня; побудить детей к самооценке своего свободного времени с точки зрения пользы для здоровья. Задачи: 1 – Создание открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие. 2 – Знакомство с понятием «режим дня» и главными его составляющими. 3 – Определение «вредных» занятий, т.е. «пожирателей времени». 4 – Рефлексия занятия, получение обратной связи.	1. Упражнение «Поздороваемся». 2. Беседа «Секреты здоровья» 3. Групповой рисунок «Пожиратели времени». 4. Упражнение «Плюс-минус интересно».
Ноябрь	«Вред вейпа, айкоса, кальяна, курения»	Цель: Способствовать формированию у подростков мотивационной основы поведения, направленного на осознанный отказ от употребления табака. Задачи: 1. Создание рабочей обстановки, установление доверительного контакта. 2. Дать правильное представление о пагубности воздействия табака на физическое и психическое здоровье человека. 3. Развеять существующие «мифы» об употреблении табака. 4. Рефлексия занятия, получение обратной связи.	1. Приветственное упражнение «Повторяй за мной». 2. Просмотр с последующим обсуждением видеоролика «Секреты манипуляций: табак». 3. Ответы психолога на вопросы детей. 4. Рефлексивное упражнение «Мишень».
Декабрь	«Дари здоровье»	Цель: Задачи: 1. Создание открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие.	1. Приветственное упражнение «Ассоциации». 2. Творческая мастерская «Здоровый подарок».

		2. Закрепление негативной установки к употреблению табака и алкоголя. 3. Рефлексия занятия, получение обратной связи.	3. Ответы психолога на вопросы детей. 4. Рефлексивное упражнение «Мишень».
Январь	«Секреты манипуляций: табак»	Цель: Способствовать формированию у подростков мотивационной основы поведения, направленного на осознанный отказ от употребления табака. Задачи: 1. Создание рабочей обстановки, установление доверительного контакта. 2. Дать правильное представление о пагубности воздействия табака на физическое и психическое здоровье человека. 3. Развеять существующие «мифы» об употреблении табака. 4. Рефлексия занятия, получение обратной связи.	1. Приветственное упражнение «Повторяй за мной». 2. Просмотр с последующим обсуждением видеоролика «Секреты манипуляций: табак». 3. Ответы психолога на вопросы детей. 4. Рефлексивное упражнение «Мишень».
Февраль	«Секреты манипуляций: алкоголь»	Цель: Способствовать формированию у подростков мотивационной основы поведения, направленного на осознанный отказ от употребления алкоголя. Задачи: 1. Создание рабочей обстановки, установление доверительного контакта. 2. Дать правильное представление о пагубности воздействия алкоголя на физическое и психическое здоровье человека. 3. Развеять существующие «мифы» об употреблении алкоголя. 4. Рефлексия занятия, получение обратной связи.	1. Приветственное упражнение «Привет! Как дела? Что нового?». 2. Просмотр с последующим обсуждением видеоролика «Секреты манипуляций: алкоголь». 3. Ответы медицинского работника на вопросы детей. 4. Рефлексивное упражнение «Мишень».
Март	«Вредные привычки»	Цель: Способствовать формированию негативного отношения к вредным привычкам и развитию осознанного подхода к выбору привычек в целом. Задачи: 1 – Создание открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие. 2 – Определение понятия «привычка», способствовать формированию	1. Упражнение «Приветствие». 2. Просмотр с последующим обсуждением м/ф «Как Андрюша Шумелкин избавлялся от своих плохих привычек (ЭКРАН, 1989 г.)» 3. Мини-проект «Дерево здоровья». 4. Упражнение «Плюс-минусинтересно».

		негативного образа вредных привычек. 3 – Поиск полезных и вредных привычек в жизни ребенка, способствование укреплению негативного образа вредных привычек. 4 – Рефлексия занятия, получение обратной связи.	
Апрель	«Мат– грязные слова»	Цель: Способствовать формированию у подростков мотивационной основы поведения, направленного на воспитание в себе культурной личности. Задачи: 1. Создание открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие. 2. Информирование о «скрытом смысле, послыле» матерных слов в речи и личности человека. 4. Рефлексия занятия, получение обратной связи.	1. Приветственное упражнение «Приветствие без слов». 2. Просмотр с последующим обсуждением видеоролика «Мат-грязные слова». 3. Рефлексивное упражнение «Шесть шляп мышления».
Май	«Уровни развития отношений»	Цель: Способствовать формированию у подростков мотивационной основы поведения, направленного на воспитание ответственного и уважительного отношения к себе и к окружающим. Задачи: 1. Создание открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие. 2. Знакомство с принципами построения продуктивных взаимоотношений. 3. Рефлексия занятия, получение обратной связи. 4. Завершение цикла занятий.	1. Приветственное упражнение «Комплименты». 2. Просмотр с последующим обсуждением видеоролика «Уровни развития отношений» 3. Рефлексивное упражнение «Шесть шляп». 4. Ритуал прощания «Аплодисменты».

8.3. Цикл мероприятий для работы с родителями (законными представителями) учащихся образовательных учреждений по профилактике употребления ПАВ

Период	Родители (законные представители) учащихся начальной школы	Цель	Ответственные
Сентябрь	Родительское собрание «Доверие в семье как основа профилактики употребления детьми ПАВ»	Формирование знаний, отношений и установок в вопросах профилактики употребления детьми ПАВ посредством предоставления специфической информации о ПАВ и семейной патологии.	Классные руководители
Ноябрь	Родительское собрание «Как поговорить с ребенком о курении»	Повышение психологической компетентности родителей в вопросах организации семейной профилактики употребления ПАВ.	Педагог - психолог
Декабрь	Рассылка информационных материалов «Стили семейного воспитания»	Формирование знаний, отношений и установок в вопросах профилактики употребления детьми ПАВ посредством предоставления неспецифической информации о семье и семейных взаимоотношениях.	Педагог – психолог Социальный педагог
Февраль	Рассылка информационных материалов «Профилактика зависимого поведения у детей»	Повышение психологической компетентности родителей в вопросах организации семейной профилактики употребления ПАВ с учетом психовозрастных особенностей детей.	Социальный педагог
Март	Рассылка информационных материалов «Здоровый образ жизни как основа профилактики употребления ПАВ детьми»	Популяризация здорового образа жизни среди родителей учеников образовательного учреждения, повышение их психологической и родительской компетентности.	Медицинский работник
Апрель	Рассылка информационных материалов «Ответственное	Повышение родительской компетентности в вопросах профилактики употребления детьми ПАВ	Социальный педагог

	родительство: мы не курим»	с учетом личной здоровой жизненной позиции родителей.	
Май	Родительское собрание «Стресс-факторы как причина возникновения зависимостей у детей»	Просвещение об эмоциональном интеллекте - знакомство с понятием совладающего поведения, привитие установки на «незапугивание» детей, а поисков путей сотрудничества.	Социальный педагог

8.4. Цикл мероприятий для работы с педагогами и специалистами ГБОУ СО «Кировградская школа – интернат» по профилактике употребления психоактивных веществ

Период	Тема	Цель	Ответственные
Сентябрь 2023г	Педсовет «Система работы школы по профилактике употребления ПАВ»	Стимулировать педагогов и специалистов учреждения к разработке комплексной проектноорганизованной программы профилактической деятельности в образовательном учреждении.	Педагог- психолог Социальный педагог
Декабрь	Лекторий «Личность учителя как метод профилактики употребления ПАВ учащимися»	Способствование формированию компетентности у педагогов и специалистов в вопросах профилактики ПАВ в образовательном учреждении, развитие у них позиции активных соучастников профилактических программ.	Педагог-психолог Социальный педагог
Февраль	Лекция (рассылка лекционных материалов) «Использование волонтерской деятельности обучающихся школы в организации»	Развитие компетентности у педагогов в вопросах организации профилактики ПАВ в образовательном учреждении с помощью социальных технологий.	Социальный педагог
Март	Семинар «Технологии проведения индивидуальной и групповой профилактической работы»	Способствование формированию банка знаний о современных и актуальных технологиях профилактической работы в образовательном учреждении.	Социальный педагог Педагог-психолог
Апрель	Лекция «Стресс-факторы как причина возникновения зависимостей у детей»	Просвещение об эмоциональном интеллекте - знакомство с понятием совладающего поведения, искоренение установки на «запугивание» детей перед сдачей экзаменов.	Социальный педагог Педагог-психолог

Приложение

Занятие 1. «Понятие о здоровье и здоровом образе жизни» для учащихся 1-5 классы

Цель: Дать представление о здоровье и здоровом образе жизни, их самоценности.

Задачи: 1 – Развитие открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие.

2 – Знакомство с понятиями «здоровье» и «здоровый образ жизни».

3 – Ассоциативное закрепление изученной темы, создание позитивного отношения к понятию ЗОЖ.

4 – Рефлексия занятия, получение обратной связи. Необходимые материалы: заготовленная презентация на тему здоровья человека, раскраска и набор цветных карандашей (по количеству групп участников).

Упражнение 1 «Давайте поздороваемся» (5 минут)

Дети по сигналу хаотично двигаются по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на их пути, здороваются определённым образом: Один хлопок – здороваются за руку, Два хлопка – здороваются плечиками, Три хлопка – здороваются спинками.

Упражнение 2. «Мини лекция-визуализация

«Поговорим о здоровье» (10 минут) Ведущий усаживает детей на места и начинает разговор о здоровье человека. Разговор оформляется в виде беседы с детьми, сопровождаемой 38 наглядным визуальным материалом, ведущий задает вопросы наподобие: что такое здоровье? Какого человека можно назвать здоровым? Кто из ребят чувствует себя здоровым, почему? Из чего состоит здоровье? Что нужно делать, чтобы быть здоровым? После этого ведущий обобщает ответы детей и формулирует перед ними конкретные понятия здоровья человека и здорового образа жизни.

Упражнение 3. Групповая раскраска «Будь здоров» (15 минут)

Ведущий заранее заготавливает шаблон для разукрашивания и наборы цветных карандашей и предлагает детям закрасить картину.

Упражнение 4 «Плюс-минус-интересно» (10 минут)

Ведущий сообщает детям об окончании занятия и сообщает детям, что занятия про здоровый образ жизни будут происходить ежемесячно и каждое занятие будет заканчиваться упражнением «Плюс-минус-интересно», которое будет заключаться в ответах детей на следующие вопросы: 1 – Что на уроке тебе было интереснее всего? 2 – Что тебе не понравилось? 3 – Что самое главное ты запомнил? Материал к упражнению «Групповая раскраска «Будь здоров»:

Занятие 2. «Распорядок дня» для учащихся 1-5 классов

Цель: Дать представление о необходимости планирования своего времени, чередования труда и отдыха, о распорядке дня; побудить детей к самооценке своего свободного времени с точки зрения пользы для здоровья.

Задачи: 1 – Развитие открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие.

2 – Знакомство с понятием «режим дня» и главными его составляющими.

3 – Определение «вредных» занятий, т.е. «пожирателей времени».

4 – Рефлексия занятия, получение обратной связи.

Упражнение 1. «Поздороваемся» (5 минут)

Учитель предлагает детям поздороваться за руку, но особенным образом. Здороваться нужно двумя руками с двумя участниками одновременно, при этом отпустить одну руку можно только, когда найдешь того, кто тоже готов поздороваться, т.е. руки не должны оставаться без дела больше секунды. Задача – поздороваться таким образом со всеми участниками группы. Во время игры не должно быть разговоров.

Упражнение 2. Беседа «Секрет здоровья» (10 минут)

Учитель: Сегодня мы с вами поговорим о том, как научиться планировать свой день так, чтобы на все хватало времени, чтобы успевать сделать много дел и при этом не уставать и быть здоровым. Я хочу вам рассказать одну историю. Во время летних каникул две подружки – Настя и Катя поехали отдыхать в деревню к своим родным. Эти девочки очень дружили и скучали друг без друга. И вот Настя написали Кате письмо: «Здравствуй, Катя! Я живу в деревне у моей тети. Утром встаю рано, потому что меня будят птицы и солнышко. А еще потому, что утром очень хорошо – прохладно, роса на траве, пахнет свежестью. Я умываюсь, делаю зарядку, завтракаю, и мы с ребятами отправляемся за ягодами или грибами. По дороге купаемся в озере. Обедаем мы всегда в 2 часа. После обеда немного отдыхаю, а иногда сплю. Потом помогаю тете в огороде. Мне очень нравится наблюдать, как все растет, и ухаживать за растениями. Потом мы с ребятами играем в волейбол, бадминтон или катаемся на велосипедах.

Телевизора здесь нет, да и смотреть мне его некогда. Вечером я читаю или рисую. Ужинаем, и я сразу засыпаю. Пиши. Настя.»

А вот, что ответила ей Катя: «Здравствуй, Настя! Я живу в деревне у бабушки. Здесь очень хорошо. Места такие красивые – лес, речка. Утром я сплю долго, сколько хочу. Потом бабушка кормит меня чем-нибудь вкусеньким, и я так наедаюсь, что мне хочется полежать. Включаю телевизор и долго смотрю, иногда читаю. В лесу много комаров, поэтому ходить туда мне не хочется. На речку я хожу редко. Очень идти далеко и жарко. После обеда долго сплю. А вечером обычно мы с девочками гуляем, иногда я помогаю бабушке поливать огород. Потом мы с бабушкой смотрим телевизор. Ложимся спать поздно, и я иногда долго не могу заснуть. А еще я очень поправилась – мои джинсы стали малы. Пиши. Катя.»

Какое письмо вам больше понравилось и почему? (Дети отвечают)

Кто из девочек лучше отдохнет и поздоровеет и почему? (Дети отвечают).

Что нужно исправить в распорядке дня Кати? (Дети отвечают).

Итак, мы затронули с вами словосочетание – распорядок дня, так что же оно означает. Учитель слушает детей и формулирует определение «распорядок дня» и называет три важнейшие его характеристики – активный отдых, здоровый сон и правильное питание.

Упражнение 3. Групповой рисунок «Пожиратели времени» (15 минут)

Итак, в течение дня человеку необходимо спать, кушать и отдыхать. А еще каждый из нас знает, что у человека бывает свободное время. Что такое свободное время? (дети отвечают). Свободное время – это не означает ничего не делать. На самом деле это никакое не свободное время. Оно свободно только от учебы. В это время можно заняться множеством интересных, полезных и приятных дел.

Если хочешь быть здоровым, то лучше заниматься такими делами, которые тренируют тело или дают возможность стать умнее, научиться чему-то новому, интересному. Тогда можно сказать, что человек проводит свободное время с пользой. А что вы делаете в свободное время? (Дети высказываются). Видите, как много разных интересных дел есть на свете. Плохо, если все свое свободное время трратишь на сидение у компьютера и телефона. При этом человек не отдыхает, совсем не двигается и не развивается, к тому же у него устают глаза. В общем, у каждого человека есть свои «пожиратели времени». А теперь, давайте подумаем, какие «пожиратели» есть у вас, нарисуем их на плакате и посчитаем, сколько часов в день каждый из них у вас «съедает».

Упражнение 4. «Плюс-минус-интересно» (10 минут)

Учитель сообщает детям об окончании занятия и предлагает им ответить на следующие вопросы:

- 1 – Что на уроке тебе было интереснее всего?
- 2 – Что тебе не понравилось?
- 3 – Что самое главное ты запомнил? Раздаточный материал «Мой распорядок дня»:

Занятие 1. «Понятие о здоровье и здоровом образе жизни» для учащихся 6-9 классов

Цель: Дать представление о здоровье человека и здоровом образе жизни, их самооценности.

Задачи:

1 - Создание открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие, установление порядка и регламента работы.

2 - Определение понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни», информирование о негативном воздействии вредных привычек на организм человека.

3 - Рефлексия занятия, получение обратной связи. Необходимые материалы: два листа белого ватмана, краски для рисования (фломастеры, мелки, цветные карандаши).

Упражнение 1. «Улыбка» (5 минут)

Учитель объявляет, что сегодня вместо слова «здравствуйте» мы будем приветствовать друг друга улыбкой. Вам предоставляется право выбрать разные варианты улыбок: искреннюю, надменную, ироничную, неискреннюю.

Упражнение 2. Групповой рисунок с последующим обсуждением «Здоровый и больной человек» (25 минут)

Учитель начинает занятие с того, что делит детей на две рабочие группы – перед первой ставится задача «Нарисовать здорового человека», перед второй – «Нарисовать больного человека». После выполнения учениками работы ведущий просит объяснить, почему дети именно так изобразили этих людей, постепенно подводя беседу к формулировке понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни».

Занятие 3. «Тайна едкого дыма» для учащихся 1-5 классов
(«Вред вейпа, айкоса, кальяна, курения» для учащихся 6-9 классов)

Цель: Способствовать формированию у детей и подростков мотивационной основы поведения, направленного на воспитание осознанного отношения к употреблению табака.

Задачи:

1 - Создание открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие.

2 - Дать правильное представление о пагубности воздействия табачных изделий на здоровье и жизнь человека.

3 - Рефлексия занятия, получение обратной связи. Необходимые материалы: USB-флеш-накопитель с фильмом, компьютер, мультимедийный проектор и экран для проектора, звуковые мониторы или телевизор с MP4-проигрывателем / USB-интерфейсом.

Упражнение 1. «Хаотичные рукопожатия» (5 минут)

Участники встают в круг и протягивают правую руку по направлению к центру круга. По сигналу ведущего каждый игрок начинает двигаться и находит себе «партнера по рукопожатиям». Упражнение заканчивается, когда все ученики поздороваются друг с другом. Упражнение

2. Просмотр с последующим обсуждением видеоролика «Тайна едкого дыма» Предполагается использование разработки занятия, приведенного в источнике: Барцалкина В.В., Дегтярёв А.А., Дегтярёва М.А., Ковалевский Я.В. «Здоровая Россия – Общее дело»: Программа проведения интерактивных занятий по профилактике употребления психоактивных веществ среди молодёжи / Барцалкина В.В., Дегтярёв А.А., Дегтярёва М.А., Ковалевский Я.В. - М.: Общероссийская общественная организация «Общее дело», 2020. – С.27.

Упражнение 3. «Рефлексивная мишень» (10 минут)Комментарии к видеоролику.

Занятие 4 «Зарядка» для учащихся 1-5 классов

Цель: Мотивировать детей к ежедневной утренней зарядке. Закрепить позитивный опыт зарядки практически, а также получить обратную связь по занятию.
Задачи:

- 1 – Развитие открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие.
- 2 – Информирование о двигательной активности, спорте, активном отдыхе как об одном из компонентов здорового образа жизни.
- 3 – Закрепление позитивного опыта физической зарядки.
- 4 – Рефлексия занятия, получение обратной связи.

Упражнение 1. «Физкульт-привет» (5 минут)

Учитель предлагает детям поздороваться следующим образом: Здравствуй правая рука (вытягиваем правую руку вперед) здравствуй левая рука, (вытягиваем левую руку вперед), здравствуй друг (дать правую руку соседу справа) здравствуй друг (дать левую руку соседу слева), здравствуй, здравствуй дружный круг (держимся за руки все вместе), мы стоим рука в руке, вместе мы большая лента, можем маленькими быть (приседаем), можем мы большими быть (вырастаем на носочках), но один никто не будет (соединяемся в середине) .

Упражнение 2. Минилекция-визуализация «Движение – это жизнь» (10 минут)

Учитель обращается к ребятам: – Ребята, вы сегодня особенно красивы. Мне хочется, чтобы эта красота оставалась у вас надолго. Для этого надо сохранить своё здоровье! Это главная ценность человека! – Здоровье – бесценный дар природы. Оно обеспечивает нам возможность вести полноценную жизнь во всех её проявлениях. Разрушить своё здоровье легко, купить не возможно ни за какие деньги. Будучи больными, вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты, идеи, планы. Поэтому мы поговорим сегодня о том, как сохранить и сберечь своё здоровье, и укрепить его.

Пословицы: •Здоровье дороже денег! •Здоров будешь, всего добудешь! •Болен – лечись, а здоров – берегись. •Береги платье с нову, а здоровье с молоду. •Здоровье не купишь, его разум дарит. •Здоровье дороже богатства.

- А вот какого человека мы можем назвать здоровым? (На доске написаны слова и дети выбирают).(Красивый, сутулый, сильный, ловкий, бледный, румяный, страшный, стройный, толстый, крепкий, неуклюжий, подтянутый).

– Ребята, наше занятие хочется начать с вопроса: «Что общего между космонавтом и школьником»? (Примерные ответы детей).

– Конечно, вы нашли много общего. Но главное - это гиподинамия. Именно от этого страдают и космонавты, и школьники. Раньше учителя жаловались на гиперактивность детей, а теперь вынуждены признать, что многим угрожает гиподинамия. Что же означают эти непонятные слова? (Примерные ответы детей).

– Приставка ГИПЕР-слишком много, ГИПО-мало. Так чего же мало у наших школьников? Учёба в школе, выполнение домашних заданий - серьёзный труд. Бывает,

что ребенок занят не меньше взрослого. Чтобы при этом сохранить здоровье, надо обязательно чередовать труд с отдыхом. У современного школьника обычно много возможностей для отдыха и развлечений, среди них телевизор, видео, компьютерные игры. Но некоторые ребята утром, ещё до школы, включают телевизор, после школы часами просиживают у компьютера. Это вредно, особенно для нервной системы и зрения. Телевизор, видео, компьютерные игры хороши в меру. Не увлекайтесь ими чересчур. Включайте в свой распорядок дня прогулки, игры на свежем воздухе, чтение книг, но и занятия спортом. Спорт - это движение, а движение -это жизнь. Давайте проведём анкету:

Анкета (раздать листы)

1. Сколько времени в день ты проводишь в движении?
2. Любишь ли ты уроки физкультуры?
3. Занимаешься ли в спортивной секции?
4. Делаешь ли ты зарядку?
5. Сколько времени в день проводишь за компьютером и телевизором?
6. Согласны ли вы с тем, что движение -признак здоровья?

— Больше двигайся! Малоподвижный образ жизни вредит здоровью, поэтому старайся больше двигаться. Утром делай зарядку. почаще играй в подвижные игры, особенно на свежем воздухе. Занимайся физическим трудом, физкультурой.

Упражнение 3. «Веселая зарядка» (15 минут)

Предлагается привлечение к проведению занятия учителя физической культуры, совместная разработка комплекса упражнений для зарядки, в который будут включаться элементы положительного подкрепления – одобрения, поощрения, соревновательные моменты и пр. если приглашение на урок учителя физкультуры не возможно – рекомендуется использовать занятия из видео-тренажера «Фиксики-зарядка с Симкой и Ноликом».

Упражнение 4. «Плюс-минус-интересно» (10 минут)

Ведущий сообщает детям об окончании занятия и предлагает им ответить на следующие вопросы:

- 1 – Что на уроке тебе было интереснее всего?
- 2 – Что тебе не понравилось?
- 3 – Что самое главное ты запомнил?

Раздаточный материал «Гимнастика для глаз»

Занятие 4. Творческий урок «Дари здоровье» для учащихся 6-9 классов

Цель: Способствовать формированию у подростков основы поведения, направленного на мотивирование себя и окружающих к ведению здорового образа жизни.
Задачи:

- 1 - Создание открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие.
- 2 - Закрепление негативной установки к употреблению табака и алкоголя.
- 3 - Рефлексия занятия, получение обратной связи. Необходимые материалы: шишки для создания елочной игрушки, блестки, пайетки, мишура, нитки, ленты и пр. для украшения шишки, клей, клей-пистолет.

Упражнение 1. «Ассоциации» (5 минут)

Учитель предлагает одному из участников, бросая мяч кому-то из группы, называть ассоциацию с животным, которую вызывает в нем выбранный участник. Следующий, перебрасывая мяч дальше, называет свою ассоциацию и так далее. Мяч может сделать один или несколько кругов

Упражнение 2. Творческая мастерская «Здоровый подарок»

Учитель начинает занятие с того, что напоминает детям о приближающихся новогодних праздниках, напоминая, что празднование которых традиционно в нашей стране сопровождается распитием алкогольной продукции. Спрашивает, как к этому относятся дети и какие плюсы и минусы в этом находят. После этого предлагают сделать мотивирующий подарок одному близкому человеку своими руками. Подарок – новогоднее украшение (шишка, елочная веточка и т.д. украшенная различными материалами) с посланием на пергаменте - «Письмо о здоровом образе жизни». Приступая к работе, учитель предлагает детям из имеющийся материалов сделать новогоднюю шишку и на состаренной бумаге составить письмо, так же украсив его в стиле шишки.

Занятие 5. «Гигиена» для учащихся 1-5 классов

Цель: Дать представление о микробах как источниках болезней, познакомить их с одним из основных правил гигиены; побудить детей к самоанализу своего поведения, способствовать закреплению правильных установок в отношении правил личной гигиены.

Задачи:

1 – Развитие открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие.

2 – Знакомство с понятием гигиены, ассоциативное закрепление правила мытья рук на рисунке с «монстриками».

3 – Знакомство с миром микробов, способствование формированию привычки мыть руки.

4 – Рефлексия занятия, получение обратной связи. Необходимые материалы: микроскоп (можно использовать имеющийся в кабинете биологии), пипетка, предметное стекло, покровное стекло. Процедура проведения занятия:

Упражнение 1. «Привет, как твои дела? Что нового?» (5 минут)

Учитель предлагает детям пройтись по комнате в поисках рукопожатий и обмена ответами на фразу: «Привет! Как твои дела? Что нового?» Главное правило: здороваясь с кем-то, руку можно освободить только после того, как другой рукой начнешь здороваться еще с кем-либо. То есть каждый участник должен быть в контакте с кем-либо постоянно.

Упражнение 2. «Мой монстрик» (10 минут)

Учитель напоминает о прошедшем занятии и уточняет, что все дети знают о том, что есть правила здоровья, которые обязательно нужно выполнять.

- Одно из этих правил – мыть руки. Это правило знают все. Я вам задам один вопрос, а вы на него ответите. Я надеюсь, что честно. Поднимите руку, кто из вас моет руки один раз в день (посчитать). А два раза в день? А три раза? Четыре? (прокомментировать ответы). А почему нужно мыть руки? Сейчас мы все вместе постараемся ответить на этот вопрос (раздать листы бумаги). Каждая пара ребят, сидящих за одной партой, хорошенько подумает об этом и нарисует на листочке монстрика, а затем, мы узнаем, какова же правда. (Когда все закончат работу, всем детям нужно вывесить на доску свои рисунки и ведущий предложит ребятам внимательно рассмотреть монстриков и уточнит, что эти монстрики сейчас представляют собой микробов, которых мы и смываем, когда моем руки). Микробы – это очень маленькие живые существа, которые живут везде. Среди них много очень нужных и полезных. Но есть и вредные, опасные, Они вызывают тяжелые болезни, от которых человек может заболеть и даже умереть. А сейчас мы проведем опыт.

Упражнение 3. Опыт «Мир микробов» (15 минут)

Рекомендуется пригласить на урок для проведения опыта учителя биологии. Учитель выбирает кого-то из ребят, на его ладонь капает пипеткой несколько капель воды

из-под крана. Хорошенько перемешивает воду пипеткой, набирает в нее 2-3 капли, одну каплю капают на предметное стекло, затем накрывают ее покровным стеклом. С помощью винта микроскопа настраивают его, чтобы изображение было четким. Приглашает детей рассмотреть эту каплю под микроскопом. Теперь вы увидели, сколько частиц грязи имеется на, вроде бы, не таких уж грязных руках. Каждая эта частица – дом для микробов. Если не мыть руки, все эти микробы попадут в рот, и это может закончиться болезнью. (Если удастся увидеть живых микробов, то этот комментарий можно усилить). Итак, а теперь давайте скажем, а когда нужно мыть руки? (ведущий выслушивает и обобщает ответы детей).

Упражнение 4. «Плюс-минус-интересно» (10 минут) Ведущий сообщает детям об окончании занятия и предлагает им ответить на следующие вопросы:

- 1 – Что на уроке тебе было интереснее всего?
- 2 – Что тебе не понравилось?
- 3 – Что самое главное ты запомнил? Раздаточный материал «Моем руки правильно»:

Занятие 5. «Секреты манипуляций: табак» для учащихся 6-9 классов

Цель: Способствовать формированию у подростков мотивационной основы поведения, направленного на осознанный отказ от употребления табака.

Задачи:

- 1- Создание рабочей обстановки, установление доверительного контакта.
- 2 - Дать правильное представление о пагубности воздействия табака на физическое и психическое здоровье человека.
- 3 - Развеять существующие «мифы» об употреблении табака.
- 4 - Рефлексия занятия, получение обратной связи.

Необходимые материалы: USB-флеш-накопитель с фильмом, компьютер, мультимедийный проектор и экран для проектора, звуковые мониторы или телевизор с MP4-проигрывателем / USB-интерфейсом.

Упражнение 1. «Повторяй за мной» (5 минут)

Учитель объявляет, что сегодня вместо слова «здравствуйте» мы будем приветствовать друг друга жестами. Вам предоставляется право придумать разные варианты приветствия (танец, скорчить рожицу, показать движение и пр.), но приветствия не должны повторяться.

Упражнение 2. Просмотр с последующим обсуждением видеоролика «Секреты манипуляций: табак» Предполагается использование разработки занятия, приведенного в источнике: Барцалкина В.В., Дегтярёв А.А., Дегтярёва М.А., Ковалевский Я.В. «Здоровая Россия – Общее дело»: Программа проведения интерактивных занятий по профилактике употребления психоактивных веществ среди молодёжи / Барцалкина В.В., Дегтярёв А.А., Дегтярёва М.А., Ковалевский Я.В. - М.: Общероссийская общественная организация «Общее дело», 2020. – С.27. Упражнение

3. Упражнение 4. Ответы на вопросы детей

Занятие 6. «Природа и здоровье» для учащихся 1-6 классов

Цель: Дать представление о взаимосвязи природы, человека и его здоровья, о необходимости беречь природу для здоровья людей, об ответственности человека. 1 Задачи:

1 – Развитие открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие.

2 – Способствование формированию ответственного отношения к природе, формулировка правил поведения на природе.

3 – Закрепление изученного материала, создание ассоциативных связей о необходимости бережного отношения к природе.

4 – Рефлексия занятия, получение обратной связи. Необходимые материалы: компьютер и проектор, заготовленная презентация, цветные стикеры для создания оригами бабочки (по количеству учащихся). Процедура проведения занятия:

Упражнение 1 «Парное приветствие» (5 минут)

Группа разбивается на пары, затем приветствуют друг друга. Затем по сигналу пары меняются. Один из партнеров в каждой паре переходит в следующую пару, по часовой стрелке, через одного и приветствие продолжается с новым партнером. Чтобы разнообразить приветствие можно проиграть различные ситуации и роли, например, Вы встретили неожиданно давнего-давнего-друга, Вы приходите к начальнику, встречаетесь с подчиненными, с человеком почтенного возраста, с ребенком, встречаетесь в деревне, просто с первым встречным.

Упражнение 2. Виртуальная выставка с последующим обсуждением «Природа» (15 минут)

Учитель показывает детям фотографии полотен известных отечественных художников на тему «Природа» (К примеру, можно использовать следующие произведения: И.Шишкин «Дубовая роща», И.Левитан «Март», «Березовая роща», И. Грабарь «Февральская лазурь», И. Вельц «Начало зимы»), после этого каждому ребенку задает вопрос: «Какая картина больше всего тебе понравилась? Почему?»

Затем ведущий всем детям задает вопрос: Что дает человеку природа? (Дети отвечают). Природа дает человеку все, чтобы он мог хорошо жить – пищу, тепло, воздух, чистую воду, одежду, отдых, красоту. Она дает ему самое главное – здоровье. Общение с природой делает человека лучше, добрее. Если болеет природа, болеет и человек.

Как выдумаете, почему русский народ называет ее ласково – Матушка природа? Почему такими ласковыми словами в русских сказках говорят герои о природе: Не яблоня – а яблонька. Не река – а реченька. Не берег – а бережок. (Дети отвечают). Потому что раньше люди лучше понимали, что человек должен любить природу и беречь ее, а не только брать то, что она дает. А теперь поговорим о том, как относятся к природе люди сегодня? Чем они отплачивают природе за ее добро? Кто из вас хотя бы раз бросил на землю бумажки, пакеты от чипсов, мороженого, сока? Поднимите руки. Кто из вас хотя бы раз бросил в лесу или в речку бутылку из-под напитков? Поднимите руки. Кто оставлял после себя на природе мусор? Поднимите руки? А кто из вас, увидев помойку в лесу или на берегу речки, попытался убрать чужой мусор? Поднимите руки. А, может

быть, кто-то из вас разводил костер, поджигал траву? Все эти недобрые дела кажутся маленькими. Но из всех этих маленьких недобрых дел складывается очень большой вред природе. Природа (лес, поле, речка) – это дом зверей, птиц, рыб, насекомых и других живых существ. Больше дома у них нет. И человек в этом доме – гость. Почему же в человеческих гостях люди не ломают мебель, не бросают на пол бутылки и обертки, не оставляют после себя помойку? Потому что, такое поведение означало бы, что они плохо относятся к хозяевам, не уважают их. Вот и к лесу и всем его обитателям нужно относиться с уважением и любовью. Если, конечно, ты добрый человек. А так, как мы все с вами добрые люди, мы сейчас составим список того, что может сделать каждый из нас в помощь природе (ведущий называет перечень и проецирует его на доску): Каждый человек может • не бросать мусор и оставлять после себя чистый лес, • никогда ничего не бросать в водоемы, • не жечь костров, никогда не поджигать траву (в этом месте погибает все живое – растения и все насекомые, земля надолго останется мертвой), • не разорять гнезда и муравейники, • не ломать деревья и кусты, • не рвать зря цветы, • не причинять вред живым лесным жителям (лягушкам, рыбам, птицам, мелким животным, насекомым), • никогда не шуметь в лесу (нужно помнить, что это может кого-то испугать). Эти простые правила помогут уберечь нам природу и ее обитателей, ведь, вы знаете, что из-за человека многие животные, птицы и растения исчезают навсегда. Теперь их можно увидеть только в Красной книге. Это должен помнить каждый человек. **БУДЕТ ЖИВА ПРИРОДА, БУДЕТ ЖИВ И ЗДОРОВ ЧЕЛОВЕК!**

Домашнее задание: создать рисунок для выставки «Берегите природу».

Упражнение 3. Творческая мастерская «Оригами бабочки» (15 минут)

Учитель предлагает детям создать композицию из оригами-бабочек, которая будет олицетворять красоту и хрупкость нашей природы, которую необходимо беречь.

Упражнение 4. «Плюс-минус-интересно» (5 минут)

Учитель сообщает детям об окончании занятия и предлагает им ответить на следующие вопросы:

- 1 – Что на уроке тебе было интереснее всего?
- 2 – Что тебе не понравилось?
- 3 – Что самое главное ты запомнил?

Раздаточный материал «Памятка экологического поведения туриста»

Занятие 6. Беседа с медицинским работником «Секреты манипуляций: алкоголь»
для учащихся 6-9 классов

Цель: Способствовать формированию у подростков мотивационной основы поведения, направленного на осознанный отказ от употребления алкоголя.

Задачи:

- 1- Создание рабочей обстановки, установление доверительного контакта.
- 2 - Дать правильное представление о пагубности воздействия алкоголя на физическое и психическое здоровье человека.
- 3 - Развеять существующие «мифы» об употреблении алкоголя.
- 4 - Рефлексия занятия, получение обратной связи.

Необходимые материалы: USB-флеш-накопитель с фильмом, компьютер, мультимедийный проектор и экран для проектора, звуковые мониторы или телевизор с MP4-проигрывателем / USB-интерфейсом.

Упражнение 1. «Привет! Как дела? Что нового?» (5 минут)

Учитель объявляет, что сегодня вместо слова «здравствуйте» мы будем хаотично бродить по классу и встречным ученикам задавать вопросы «Как дела? Что нового?». Упражнение заканчивается, когда все учащиеся поздороваются друг с другом.

Упражнение 2. Просмотр с последующим обсуждением видеоролика «Секреты манипуляций: алкоголь» Предполагается использование разработки занятия, приведенного в источнике: Барцалкина В.В., Дегтярёв А.А., Дегтярёва М.А., Ковалевский Я.В. «Здоровая Россия – Общее дело»: Программа проведения интерактивных занятий по профилактике употребления психоактивных веществ среди молодёжи / Барцалкина В.В., Дегтярёв А.А., Дегтярёва М.А., 65 Ковалевский Я.В. - М.: Общероссийская общественная организация «Общее дело», 2020. – С.27.

Упражнение 3. Ответы медицинского работника на вопросы детей

Упражнение 4. «Рефлексивная мишень» (10 минут)

Занятие 7. «Вредные привычки» для учащихся с 1-9 классы

Цель: Способствовать формированию негативного отношения к вредным привычкам и развитию осознанного подхода к выбору привычек в целом.

Задачи: 1 – Развитие открытого и доверительного стиля общения на уроке, создание позитивных эмоциональных установок на занятие.

2 – Определение понятия «привычка», способствование формированию негативного образа вредных привычек.

3 – Определение полезных и вредных привычек в жизни ребенка, способствование укреплению негативного образа вредных привычек.

4 – Рефлексия занятия, получение обратной связи.

Необходимые материалы: изображение дерева и набор карточек с полезными и вредными привычками (по количеству групп учащихся). Процедура проведения занятия:

Упражнение 1. «Приветствие» (5 минут)

Учитель предлагает детям образовать круг и разделиться на три равные части: «европейцев», «японцев» и «африканцев». Потом каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми «своим способом»: «европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются, «африканцы» трутся носами.

Упражнение 2. Просмотр с последующим обсуждением м/ф «Как Андрюша Шумелкин избавлялся от своих плохих привычек (ЭКРАН, 1989 г.)» (20 минут)

Учитель еще раз здоровается с ребятами, и предлагает на сегодняшнем занятии посмотреть познавательный мультфильм. Итак, мы посмотрели с вами мультфильм, а теперь скажите – о чем он? Правильно, о привычках, а как вы считаете, что вообще такое привычка? Да, Привычка – это особенность человека, привыкать к каким – то действиям или ощущениям. Скажите, какие в мультфильме вы заметили привычки? Как вы думаете, будет ли Андрюша с ними бороться?

Упражнение 3. Мини-проект «Дерево здоровья» (10 минут)

Учитель выдает ребятам рисунок дерева и коробку, в которой лежит материал. Инструкция: Перед вами яблочки и карточки, на которых написаны полезные и вредные для здоровья привычки, и дерево здоровья.

Внимательно рассмотрите каждую карточку. Вам нужно наклеить на яблочко-карточку только с полезными для здоровья привычками и приклеить их на Дерево здоровья. Карточки: курение, телемания, компьютерные игры, гигиена, зарядка, режим дня, закаливание, активный двигательный режим, катание на коньках, игра на сотовом телефоне, катание на лыжах, занятие спортом, качаться на стуле, есть на ночь, не мыть руки перед едой, долго сидеть за компьютером, грызть карандаш, не чистить зубы; соблюдать режим дня, соблюдать гигиену, делать утреннюю зарядку, много читать, правильно питаться, следить за своим внешним видом.

Ребята вешают дерево Здоровья на доску. Прочитайте, какие вы выбрали карточки обладая такими привычками, мы сможем оставаться здоровыми? Давайте поаплодируем друг другу за правильный выбор карточек. - Посмотрите, как здорово

стало! Крепкие, здоровые яблоки вырастут на ваших деревьях. Вот то же происходит и со здоровьем человека, когда он имеет только полезные привычки (С доски снять карточку – вредные). Ребята, я вижу на столе остались карточки (курить, качаться на стуле, есть на ночь, не мыть руки перед едой, долго сидеть за компьютером, грызть карандаш, не чистить зубы). Почему вы их не приклеили? - Да. Эти привычки мешают нам оставаться здоровыми. Давайте порвем их на мелкие кусочки. (учитель рвет слово-вредные, а дети привычки). Учитель завершает занятие словами: Я надеюсь, что в вашем сознании будут всегда только полезные привычки. Все полезные и вредные привычки человек «выращивает» в себе сам. Только «выращивание» полезных привычек дело долгое и кропотливое, вредные же привычки, как сорняк очень легко пускают корни, лишь стоит дать им небольшую поблажку, они уже тут как тут. Чтобы этого не произошло, чтобы мы не стали похожи на Андрюшу Шумелкина и умели справляться с вредными привычками, сейчас я подарю каждому из вас График полезных привычек, который вы будете соблюдать и ежедневно делать отметку о выполнении, тем самым становясь все здоровее и прогоняя вредности!

Упражнение 4 «Плюс-минус-интересно» (10 минут)

Учитель сообщает детям об окончании занятия и предлагает им ответить на следующие вопросы:

- 1 – Что на уроке тебе было интереснее всего?
- 2 – Что тебе не понравилось?
- 3 – Что самое главное ты запомнил? Раздаточный материал «Трекер полезных привычек»:

Занятие 7. «Секреты здорового образа жизни» для учащихся 1-5 классов

Цель: Популяризация здорового образа жизни как профилактика употребления ПАВ учащимися.

Задачи:

- 1- Создание рабочей обстановки, установление доверительного контакта.
- 2 - Актуализация знаний о компонентах здорового образа жизни (правильное питание, режим дня, физическая активность и пр.).
- 3 - Рефлексия занятия, получение обратной связи. Необходимые материалы: заготовленные материалы для игры.

Упражнение 1. «Улыбка» (5 минут)

Учитель объявляет, что сегодня вместо слова «здравствуйте» мы будем приветствовать друг друга улыбкой. Вам предоставляется право выбрать разные варианты улыбок: искреннюю, надменную, ироничную, неискреннюю.

Упражнение 2. Игра «Следопыт» (30 минут)

Условия участия в игре: В игре участвуют команды от 3 до 7 человек. Каждой команде необходимо придумать необычное название и девиз - короткий стишок, в котором обязательно упоминается название команды и говорится об ее победе, успехе в игре. Командам выдаются карточки участника игры. На карточке необходимо будет написать название команды, перечислить имена и фамилии всех участников команды. Командам нужно будет найти и записать ответы на 15 вопросов о различных проявлениях здорового образа жизни. Обратите внимание, учителя могут придумывать вам различные задания перед тем, как выдать вам информацию.

По результатам игры будет определена команда «лучших следопытов», вручены грамоты и призы самым активным участникам. Желаем удачи!

Примерные вопросы:

1. Зачем в каждой ванной комнате лежит кусок мыла и какая в этом польза?
2. Сколько раз каждое утро подтягивается учитель физкультуры и зачем ему это нужно? (Подсказка: учителя можно найти в учительской).
3. Сколько раз нужно пробежать по школьному крыльцу, чтобы в итоге насчитать 54 ступеньки?
4. Какая в библиотеке есть самая большая книга о здоровом образе жизни?
5. Скажите, у кого из учителей школы любимый девиз «В здоровом духе, здоровое тело».
6. Сколько весит (грамм) медицинский работник?
7. Сколько воды выпивает в день педагог-психолог?
8. Во сколько встает по выходным учитель истории?
9. Какой любимый вид активного отдыха у учителя литературы?
10. Кто из учителей математики больше всего на свете любит кататься на лыжах?
11. Кто из учителей русского языка отказался от сахара?
12. Сколько по времени учитель информатики разрешает своему ребенку «сидеть за компьютером»?

13. Кто из администрации учреждения закончил музыкальную школу?

15. Какой картиной гордится учитель ИЗО?

В результате выполнения командами заданий, учитель подсчитывается количество баллов и команды награждаются грамотами и призами (с учетом материальной возможности школы). Раздаточный материал «карточки участников», «грамоты за участие»:

Занятие 9. Акция «Дерево здоровья» для учащихся 1-5 классов

Цель: Популяризация здорового образа жизни как профилактика употребления ПАВ учащимися; создание позитивных эмоциональных связей о ЗОЖ.

Задачи:

1- Создание рабочей обстановки, установление доверительного контакта.

2 - Актуализация знаний о компонентах здорового образа жизни (правильное питание, режим дня, физическая активность и пр.).

3 - Рефлексия занятия, получение обратной связи. Необходимые материалы: белый ватман, цветная бумага, ножницы, простые карандаши, цветные ручки, клей.

Упражнение 1. «Приветствие без слов» (5 минут)

Учитель объявляет, что сегодня вместо слова «здравствуйте» мы будем приветствовать друг друга без слов. Участникам предоставляется право придумать разные варианты приветствия, желательно чтобы приветствия повторялись.

Упражнение 2. Творческая мастерская «Дерево здоровья» (30 минут)

Высаживаем заранее пророщенные деревья.

Учитель предлагает детям демонстрации необходимости ведения человеком здорового образа жизни создать дерево и «высадить» его в коридоре школы.

Алгоритм работы:

1. На белом ватмане нарисовать шаблон дерева.

2. Обвести свои ладони на цветной бумаге и вырезать эскиз (количество не регламентировано).

3. На эскизе ладони написать послание или свое отношение к ЗОЖ (почему надо его придерживаться), или послание к другими детям или мотивационную поговорку/цитату и пр.

4. Из эскизов ладоней сформировать листву дерева, приклеить ее.

5. Торжественно вывесить дерево в коридоре школы.

Упражнение 4. Упражнение «Мои ощущения» (5 минут)

Учитель опрашивает учеников, что они чувствовали и думали, когда создавали дерево и когда вывешивали его в коридоре.

Занятие 9. «Мат–грязные слова» для учащихся 5-9 классов

Цель: Способствовать формированию у подростков мотивационной основы поведения, направленного на воспитание в себе культурной личности.

Задачи:

1- Создание рабочей обстановки, установление доверительного контакта.

2 - Информирование о «скрытом смысле, послыле» матерных слов в речи и личности человека.

3 - Рефлексия занятия, получение обратной связи. Необходимые материалы: USB-флеш-накопитель с фильмом, компьютер, мультимедийный проектор и экран для проектора, звуковые мониторы или телевизор с MP4-проигрывателем / USB-интерфейсом.

Упражнение 1. «Приветствие без слов» (10 минут)

Учитель объявляет, что сегодня вместо слова «здравствуйте» мы будем приветствовать друг друга без слов. Участникам предоставляется право придумать разные варианты приветствия, желательно чтобы приветствия повторялись.

Упражнение 2. Просмотр с последующим обсуждением видеоролика «Мат-грязные слова» Предполагается использование разработки занятия, приведенного в источнике: Барцалкина В.В., Дегтярёв А.А., Дегтярёва М.А., Ковалевский Я.В. «Здоровая Россия – Общее дело»: Программа проведения интерактивных занятий по профилактике употребления психоактивных веществ среди молодёжи / Барцалкина В.В., Дегтярёв А.А., Дегтярёва М.А., Ковалевский Я.В. - М.: Общероссийская общественная организация «Общее дело», 2020. – С.27.

Занятие 9. «Уровни развития отношений» для учащихся 6-9 классов

Цель: Способствовать формированию у подростков мотивационной основы поведения, направленного на воспитание ответственного и уважительного отношения к себе и к окружающим.

Задачи:

1- Создание рабочей обстановки, установление доверительного контакта.

2 - Знакомство с принципами построения продуктивных взаимоотношений.

3 - Рефлексия занятия, получение обратной связи. Необходимые материалы: USB-флеш-накопитель с фильмом, компьютер, мультимедийный проектор и экран для проектора, звуковые мониторы или телевизор с MP4-проигрывателем / USB-интерфейсом.

Упражнение 1. «Комплименты» (10 минут)

Учитель: - Давайте начнём с того, что выскажем друг другу комплименты за день. Первый встаёт подходит к любому и, поздоровавшись, высказывает свой комплимент. Тот, к кому подошёл первый участник, подойдёт к следующему и т.д., пока каждый не получит приятное известие.

Упражнение 2. Просмотр с последующим обсуждением видеоролика «Уровни развития отношений» Предполагается использование разработки занятия, приведенного в источнике: Барцалкина В.В., Дегтярёв А.А., Дегтярёва М.А., Ковалевский Я.В. «Здоровая Россия – Общее дело»: Программа проведения интерактивных занятий по профилактике употребления психоактивных веществ среди молодёжи / Барцалкина В.В., Дегтярёв А.А., Дегтярёва М.А., Ковалевский Я.В. - М.: Общероссийская общественная организация «Общее дело», 2020. – С.27.