

**бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 4» г.Калачинска**

Рассмотрено:
Заместитель директора
по воспитательной работе

«__» сентября 2016

Утверждаю
директор школы:
Е.А.Стразина

«__» сентября 2016

**Профилактическая программа
«Мой выбор»**

социальный педагог:

Мыринова Ольга Юрьевна

2016 – 2017 учебный год

Содержание

1. Паспорт Программы.
2. Пояснительная записка.
3. Принципы программы.
4. Участники программы.
5. Цель, задачи, сроки реализации программы.
6. Этапы реализации программы.
7. Механизм реализации программы (план сетка)
8. Ожидаемые конечные результаты реализации программы
9. Список литературы
10. Приложения.

Паспорт профилактической программы

Наименование программы	Профилактическая программа «Мой выбор»
Основания для разработки программы	Нормативные документы: Закон «Об образовании в РФ», Конвенция о правах ребенка, Устав школы, № 120-ФЗ, ст. 5,9, 14 от 13.01.01г. Постановление ЗС Омской области № 1501 от 25.12.12 г. Постановление главы мр №39-п от 05.09.2014 г.
Заказчик программы	БОУ «СОШ №4» г. Калачинска.
Разработчик программы	Социальный педагог Мыринова О.Ю.
Участники программы	Учащиеся БОУ «СОШ №4», администрация школы, заместитель директора по ВР, 22 классных руководителя, медицинская сестра, специалисты «КЦСОН Калачинского района».
Цель программы	Формирование у учащихся социальной адаптации путём привития им практических навыков здорового образа жизни, устойчивой негативной реакции к употреблению ПАВ, осознанного обоснованного выбора основанного на принципах нравственности и морали.
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> - формирование знаний об организме человека и получение адекватной информации об изменениях, происходящих с человеком в ходе употребления психоактивных веществ (ПАВ); - коррекция и развитие у школьников познавательных процессов (восприятия, внимания, мышления, памяти); развитие роста самосознания подростков, умения анализировать и делать правильный выбор; - формирование личности, адаптированной к социальным условиям, ответственно относящейся к своему здоровью.
Объекты программы	учащиеся 1-11 классов; педагогический коллектив; родители; медицинский работник школы.
Срок реализации	2016-2017 учебный год.
Исполнители программы	бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 4» г. Калачинска Омской области
Ожидаемые конечные результаты	<ol style="list-style-type: none"> 1. Уменьшение факторов риска употребления наркотиков и других психоактивных веществ среди учащихся в школе. 2. Уменьшение количества учащихся, состоящих на учете за совершение поступков, связанных с употреблением веществ, вредных для здоровья. 3. Усиление личностных ресурсов сознания учащихся, препятствующих развитию саморазрушающих форм поведения. 4. Развитие стратегии преодоления проблем и избегания ситуаций, связанных с риском наркотизации. 5. Наличие навыков противодействия наркомании, решение жизненных проблем, поиск, восприятие и оказание социальной поддержки в сложных жизненных ситуациях себе и другим, принятие ответственности за собственное поведение, эффективность открытого общения.

Пояснительная записка

В конце XX века злоупотребление алкоголем, наркотиками и другими психоактивными веществами приняло характер эпидемии.

Для России в последние десятилетия проблема употребления несовершеннолетними и молодёжью алкоголя, наркотических и токсических веществ, табакокурение превратилась в серьёзную угрозу здоровью населения, социальной стабильности и правопорядку.

Актуальность проблемы подтверждают статистические показатели по омской области:

- Из 100 тысяч подросткового населения Омской области 33 подростка страдают хроническим алкоголизмом. Ежегодно на каждые 100 тысяч подросткового населения выявляют 30 человек больных алкоголизмом;
- Происходит неуклонное «омоложение» наркомании: средний возраст приобщения к наркотическим средствам и токсическим веществам снизился у девочек до 14,6 года, у мальчиков до 14,2 года;

Дети с психофизическими нарушениями в развитии наиболее подвержены к восприятию различных форм негатива: алкоголь, наркотики, табакокурение. Их неблагоприятная социальная среда, иногда просто от безысходности, подталкивает к употреблению психоактивных веществ. Мы не решим этих проблем, пока не научим подростков говорить «Нет!», пока не будет предоставлена детям с особыми образовательными потребностями объективная, доступная информация о вреде психоактивных веществ (ПАВ).

Умение самостоятельно мыслить и принимать решения, не перекладывая собственной ответственности на других, в современной российской жизни необходимо каждому. Умение делать выбор - большое искусство, которому учатся годами. Очень часто выбор делается без участия человека, за него и совсем не в его интересах. Или по-другому: выбирают одни, а отвечают за это другие.

Программа может и должна помочь учащимся как можно раньше увидеть проблему выбора, научиться выбирать свой путь, научиться отвечать за свою жизнь. Требования к современной школе значительно возросли. От нее требуется не только дать учащимся некоторый объем знаний, но и сформировать навыки активной жизненной позиции, в том числе потребность в самостоятельном принятии решений в различных жизненных ситуациях и готовность нести ответственность за принятые решения.

Одна из ключевых идей программы «Мой выбор!» в том, что нет правильного или неправильного выбора. Есть выбор каждого конкретного человека, и есть его ответственность за сделанный выбор. Задача педагогического коллектива лишь подсказать возможные альтернативы, возможные последствия, которые выбирает ученик.

Принципы программы

Основными принципами программы являются:

- **конкретность и доступность** предполагает, что все сведения излагаются ясно и понятно, в соответствии с подготовленностью;
- **выработка индивидуальных и социальных установок** – очень важно, чтобы учащиеся понимали, что здоровый образ жизни является проявлением межличностных отношений, нравственной и психологической культуры личности;
- **правдивость, доверие**, поддержка и стимулирование собственного поиска информации, познание себя и других.

Принцип построения программы позволяет преподносить материал от простого к сложному, причём многие понятия будут повторяться в течение всего курса. В ходе реализации программы

предполагается использование современных компьютерных технологий. Учитывая интерес детей к компьютерным занятиям, можно предположить, что роль занятий по личностному развитию будет велика, а значит и интерес к изучению соблюдения правил ЗОЖ, принципов морали, нравственности возрастёт. Обеспечивается возможность работать над нормализацией эмоциональной сферы и поведения детей, проявляющихся в эмоциональной неустойчивости, слабости волевых установок, импульсивности, аффективной возбудимости, двигательной расторможенности или, наоборот, в вялости, апатичности.

В основу профилактической программы «Мой выбор» вошли превентивные программы реализуемые в нашей школе. Они имеют предупреждающий, предохранительный эффект, опережая плохие дела и поступки, и охватывают всех учащихся нашей школы.

Для начальных классов нашей школы реализуется профилактическая программа **«Полезные привычки. Познай себя»** на основе авторской программы авторов: Гречаной Т. Б., Ивановой Л. Ю., Колесовой Л. С., Романовой О.Л. Она представляет социальное направление внеурочной деятельности и входит в Программу формирования экологической культуры и здорового образа жизни. На ее реализацию отводится 12 часов. В ходе занятий дети получают объективную, соответствующую возрасту информацию о вреде табака и алкоголя, обсуждают проблемы, связанные с ними; учатся лучше понимать себя и критически относиться к собственному поведению; учатся общаться и строить свои отношения с окружающими; осмысленно делают здоровый выбор и принимают ответственные решения. Темы занятий построены таким образом, что дети, узнавая новое, стремятся обсудить это в семье. Так они не только закрепляют полученные навыки, развиваются сами, но и заставляют родителей придерживаться здорового образа жизни.

Темы профилактической программы для учащихся 3-6 классов **«Все цвета, кроме чёрного»** авторов **М.М. Безруких Макеевой А. Г., Филлиповой Т. А.** направлены на профилактику вредных привычек и формирование ценностного отношения к здоровью. Занятия развивают у учащихся познавательные интересы, способности эффективно строить взаимоотношения с окружающими, в том числе сопротивляться негативному давлению, уметь говорить «нет» и отказываться от «плохого», уметь анализировать свои чувства и переживания. Программа представлена в объёме 12 часов. Работа с УМК предполагает как групповые занятия с обучающимися, так и индивидуальные занятия с проблемными детьми. Большинство занятий носит игровой характер, выполняя их подростки, могут проявить свои творческие, организационные способности. Во время занятия отсутствует чётко регламентируемое время на выполнение каждого задания, что позволяет детям погрузиться в ситуацию, осознать происходящее действие, найти адекватные ответы и осознанно выбрать вариант поведения. Многократное проигрывание ситуаций в игровой форме позволяет всесторонне проанализировать ситуацию, выработать навыки правильного поведения и преодолеть трудности общения. Занятия формируют личностную и социальную компетентность, способствуют принятию обдуманных решений. Все эти свойства и качества обеспечивают подростку личностную устойчивость к любым внешним негативным влияниям, а значит, снижают вероятность его знакомства с наркотическими веществами.

Профилактическая программа **«Выбираем мир без наркотиков»** авторов: Мосеевой О.Н. и Тарадановой И.И. проводится по учебному пособию для учащихся 7-9 классов. В ходе занятий анализируются учебные тексты, изучаются занимательные и статистические материалы, есть исторические справки, тесты, вопросы и задания. Данный материал позволяет учащимся дополнить и расширить свои знания по биологии, химии, ОБЖ.

Программа по профилактике употребления психоактивных веществ (ПАВ) «**Мой выбор!**» включает в себя целенаправленное обучение учащихся 10-11 классов противостоять внешним отрицательным факторам, уметь формулировать и высказывать собственную позицию, аргументированно защищать ее и оспаривать позицию оппонента, работать в группе, согласовывать позиции, искать и находить компромисс. Всегда говорить - «Нет - наркотикам!», «Нет - алкоголю!», «Нет - табакокурению!». Обсуждать дилеммы «Использовать силу или нет», «Следовать общепринятым нормам или нет», «Конфликтовать или нет», «Договариваться или нет». «Свобода и ответственность - выбор XXI века». В основе программы лежат методики формирования правильного отношения к современной жизни.

Цели программы:

Сформировать у учащихся устойчивую негативную реакцию к употреблению ПАВ.

Развивать первичные умения анализировать любую социальную ситуацию, предоставляющую возможность делать правильный обоснованный выбор, принимая на себя ответственность за принятое решение.

Задачи программы:

Своевременное выявление учащихся группы риска.

Проведение активной работы с родителями.

Проведение занятий по соответствующим тематикам в наиболее доступной учащимся форме.

Создание условий для открытого доверительного общения, восприятия информации, творческой атмосферы в работе.

Развитие навыков поведения, обеспечивающих здоровый образ жизни ведущих к здоровью и препятствующих употреблению ПАВ.

Направления работы по программе:

Профилактика вредных привычек.

Профилактические меры охраны здоровья и здорового образа жизни.

Профилактика употребления ПАВ.

Профилактика нарушений в поведении в быту, на улице, в обществе.

Профилактика безнадзорности.

Работа с родителями.

Время реализации программы:

Программа рассчитана на 12 тематических занятий по 2 часа в неделю 8 часов в месяц по программам для учащихся 1-10 классов. Каждый месяц запланировано по одному общешкольному мероприятию, акции.

Формы взаимодействия:

круглые столы, диспуты, беседы, классные часы;

консультации; экскурсии в Центр здоровья;

ежегодные профилактические медицинские обследования учащихся;

информационно-методическое обеспечение.

Сотрудничество с родителями. Основные направления:

формирование банка данных о семьях и родителях учащихся;

организация родительского всеобуча по тематике

«Здоровый ребенок - здоровое общество»;

организация деятельности Родительского комитета;

индивидуальные беседы и консультации.

Оценка эффективности программы

Эффективность программы будет оцениваться по количественным и качественным показателям:

снижение числа обучающихся, поставленных на внутришкольный учет за совершение поступков, связанных с употреблением веществ, вредных для здоровья;
количество педагогов, повысивших квалификацию;
оценка качества материалов, подготовленных в ходе реализации программы;
итоги медицинского обследования учащихся школы;

Достижение поставленных задач будет оцениваться в ходе анализа ситуации экспертной группой из представителей администрации и учителей.

Результаты будут обсуждаться на общешкольном родительском собрании и педагогическом совете.

По окончании курса учащиеся

должны знать:

- значение здорового образа жизни и здоровья для человека;
- последствия вредного влияния на организм курения, алкоголя, наркотиков;
- причины возникновения и распространения алкоголизма, наркомании;
- влияние вредных привычек на состояние репродуктивной системы мужчин и женщин;

должны уметь:

- проявлять заботу о своём здоровье и здоровье других людей;
- сказать «нет» курению, алкоголю, наркотикам;
- вести здоровый образ жизни;
- самостоятельно искать, анализировать и отбирать нужную информацию;
- создавать проект в виде мультимедийной презентации.

Тематический план программы «Полезные привычки» для учащихся 1 класса

№ п/п	Наименование разделов, блоков, тем.	Всего часов	Количество часов занятий	
			теория	практика
1	Дружи с водой	1	0,5	0,5
2	Забота о глазах	1	1	-
3	Уход за ушами	1	1	-
4	Уход за зубами	1	0,5	0,5
5	Уход за руками и ногами	1	1	-
6	Забота о коже	1	0,5	0,5
7	Как следует питаться	1	0,5	0,5
8	Настроение в школе	1	1	-
9	Настроение после школы	1	-	1
10	Поведение в школе	1	-	1
11	Вредные привычки	1	-	1
12	Подвижные игры	1	-	1
	Итого	12	6	6

Тематический план программы «Полезные привычки» для учащихся 2 класса

№ п/п	Наименование тем.	Всего часов	Количество часов	
			теория	практика
1	Повторим то, что знаем	1	0,5	0,5
2	Наша дружная семья	1	1	-
3	Я – неповторимый человек. Вкусы и увлечения.	1	0,5	0,5
4	О чем говорят выразительные движения.	1	0,5	0,5
5	Учусь понимать людей.	1	1	-
6	О доброжелательности	1	1	-
7	Твое настроение	1	0,5	0,5
8	Твои поступки	1	0,5	0,5
9	Опасные и безопасные ситуации.	1	1	-
10	Учусь принимать решения в опасных ситуациях.	1	0,5	0,5
11	Поле чудес со здоровыми привычками	1	-	1
12	Мы за здоровый образ жизни	1	-	1
	Итого	12	7	5

**Тематический план программы «Все цвета, кроме черного»
для учащихся 3 класса**

№ п/п	Наименование тем.	Всего часов	Количество часов	
			теория	практика
1	Что изменилось за год	1	0,5	0,5
2	Положительный образ Я. Мой характер.	1	0,5	0,5
3	Как научиться разговаривать с людьми?	1	0,5	0,5
4	Что такое интонация?	1	0,5	0,5
5	Для чего нужна улыбка?	1	0,5	0,5
6	Как понять друг друга без слов?	1	0,5	0,5
7	Как научиться жить дружно?	1	0,5	0,5
8	Как помириться после ссоры?	1	1	-
9	Как научиться преодолевать трудности?	1	1	-
10	Учусь принимать решения в опасных ситуациях.	1	0,5	0,5
11	Поле чудес со здоровыми привычками	1	-	1
12	Мы за здоровый образ жизни	1	-	1
	Итого	12	6	6

**Тематический план программы «Все цвета, кроме черного»
для учащихся 4 класса**

№ п/п	Наименование тем.	Всего часов	Количество часов	
			теория	практика
1	Что вы знаете друг о друге?	1	0,5	0,5
2	Мои друзья.	1	0.5	0.5
3	Какой у тебя характер?	1	0.5	0.5
4	Как воспитывать свой характер?	1	0.5	0.5
5	Общение. Дружба.	1	0.5	0.5
6	Что такое конфликт?	1	0.5	0.5
7	Как помириться после ссоры?	1	0,5	0,5
8	Алкоголь в компании.	1	1	-
9	Как научиться сопротивляться давлению?	1	1	-
10	Вредные привычки.	1	0.5	0.5
11	Учусь говорить «нет».	1	-	1
12	Мы выбираем здоровье.	1	-	1
	Итого	12	6	6

**Тематический план программы «Все цвета, кроме черного»
для учащихся 5 класса**

№ п/п	Наименование тем.	Всего часов	Количество часов	
			теория	практика
1	Что вы знаете друг о друге?	1	0,5	0,5
2	Мои друзья.	1	0.5	0.5
3	Какой у тебя характер?	1	0.5	0.5
4	Как воспитывать свой характер?	1	0.5	0.5
5	Общение. Дружба.	1	0.5	0.5
6	Что такое конфликт?	1	0.5	0.5
7	Как помириться после ссоры?	1	0,5	0,5
8	Алкоголь в компании.	1	1	-
9	Как научиться сопротивляться давлению?	1	1	-
10	Вредные привычки.	1	0.5	0.5
11	Учусь говорить «нет».	1	-	1
12	«Мы выбираем здоровье» - конкурс плакатов..	1	-	1
	Итого	12	6	6

**Тематический план программы «Все цвета, кроме черного»
для учащихся 6 класса**

№ п/п	Наименование тем.	Всего часов	Количество часов	
			теория	практика
1	Жизненные ценности в свободном обществе	1	0,5	0,5
2	Волевой ли вы человек?	1	0.5	0.5
3	Курение и здоровье	1	0.5	0.5
4	Причины курения	1	0.5	0.5
5	Последствия курения для человека	1	0.5	0.5
6	Как отстаивать свою точку зрения	1	0.5	0.5
7	Конфликт или компромисс?	1	0,5	0,5
8	Здоровый образ жизни – что это?	1	1	-
9	Учусь сотрудничать с людьми	1	1	-
10	Я умею говорить – Нет!	1	0.5	0.5
11	Пишем «Книгу рекордов нашей школы» - 1 этап.	1	-	1
12	Пишем «Книгу рекордов нашей школы» - 2 этап.	1	-	1
	Итого	12	6	6

**Тематический план программы «Выбираем мир без наркотиков»
для учащихся 7 класса**

№ п/п	Наименование тем.	Всего часов	Количество часов	
			теория	практика
1	Принятие на себя ответственности за собственный образ жизни	1	0,5	0,5
2	От чего зависит продолжительность жизни?	1	0.5	0.5
3	О системе здорового образа жизни и гигиене.	1	0.5	0.5
4	Соблюдай режим дня.	1	0.5	0.5
5	Питайся правильно.	1	0.5	0.5
6	Главные враги твоего здоровья.	1	0.5	0.5
7	Почему люди курят и как бросить курить.	1	0,5	0,5
8	Алкоголизм – величайшее зло человечества.	1	1	-
9	Роль рекламы на формирование вредных привычек	1	1	-
10	Наркоман. Какой он?	1	0.5	0.5
11	Игра «Лекарство для слабых»	1	-	1
12	Викторина «В плену вредных привычек»	1	-	1
	Итого	12	6	6

**Тематический план программы «Выбираем мир без наркотиков»
для учащихся 8 класса**

№ п/п	Наименование тем.	Всего часов	Количество часов	
			теория	практика
1	Здоровье и выбор образа жизни	1	0,5	0,5
2	Что ты знаешь о пользе здорового образа жизни? Ты не одинок.	1	0.5	0.5
3	Как бросить курить? Права курящих и права некурящих	1	0.5	0.5
4	Портрет курильщика	1	0.5	0.5
5	Стадии развития алкоголизма.	1	0.5	0.5
6	Профилактика вредных привычек	1	0.5	0.5
7	Наркомания: болезнь или порок?	1	0,5	0,5
8	Депрессия и стресс – спутники наркомании.	1	1	-
9	Помоги себе сам.	1	1	-
10	Отказать трудно, но возможно	1	0.5	0.5
11	Понятие о созависимости. Формирование созависимости.	1	-	1
12	Брейн-ринг «Зона риска»	1	-	1
	Итого	12	6	6

**Тематический план программы «Выбираем мир без наркотиков»
для учащихся 9 класса**

№ п/п	Наименование тем.	Всего часов	Количество часов	
			теория	практика
1	Как достичь долголетия?	1	0,5	0,5
2	Кто главные враги твоего здоровья?	1	0.5	0.5
3	Наркоман. Какой он?	1	0.5	0.5
4	Что такое наркотическая зависимость?	1	0.5	0.5
5	Что такое ВИЧ-инфекция?	1	0.5	0.5
6	Сделай свой выбор.	1	0.5	0.5
7	Выработка хороших привычек	1	0,5	0,5
8	Чума XX века – СПИД	1	1	-
9	Добейся успеха в жизни.	1	1	-
10	Прояви себя в творчестве.	1	0.5	0.5
11	Создание проекта «Здоровье класса – в наших руках»- 1 этап	1	-	1
12	Создание проекта «Здоровье класса – в наших руках»- 2 этап	1	-	1
	Итого	12	6	6

**Тематический план программы «Мой выбор!»
для учащихся 10 класса**

№ п/п	Наименование тем.	Всего часов	Количество часов	
			теория	практика
1	Диагностика: мои способности, интересы.	1	0,5	0,5
2	Ценностные ориентиры.	1	0.5	0.5
3	Дискуссия «Можно ли быть свободным без ответственности?»	1	0.5	0.5
4	Час общения «К чему люди стремятся в жизни?»	1	0.5	0.5
5	Деловая игра «Общение ради взаимодействия».	1	0.5	0.5
6	Как прекрасен этот мир. Посмотри!	1	0.5	0.5
7	«Следовать общепринятым нормам или нет»,	1	0,5	0,5
8	«Конфликтовать или нет»,	1	1	-
9	Алкоголь и семья – неразрешимое противоречие	1	1	-
10	О наркомании и наркотиках.	1	0.5	0.5
11	«Свобода и ответственность - выбор XXI века»- презентации.	1	-	1
12	«Это мой выбор!» конкурс плакатов.	1	-	1
	Итого	12	6	6

Список литературы:

1. Гериш А.А. Профилактика злоупотреблений ПАВ. 2003.
2. Деларю В.В. Губительная сигарета. – 2-е изд. перераб. и доп. – М.: Медицина, 1987.
3. Дроздова В.А., Чащина Л.П., Титов К.С. Раннее выявление наркологических расстройств у несовершеннолетних./Омск – 2007.
4. Ерёмченко Н.И. Профилактика вредных привычек. – Волгоград: Панорама; Москва: Глобус, 2007.
5. Колесов Д.В. Беседы об антиалкогольном воспитании. – Кн. Для учителя. – М.: Просвещение, 1987.
6. Мосеева О.Н., Тараданова И.И. Выбираем мир без наркотиков: Учебное пособие для обучающихся 7-9 классов. – Омск: Изд-во ОмГПУ, 2003.
7. Сизанов А.Н., Хриптович В.А. Модульный курс профилактики курения. Школа без табака. 5-11 классы, ПТУ. М.: «ВАКО», 2006.
8. Система работы администрации школы по профилактике наркомании: планирование, комплекс административных и внеклассных мероприятий, координация действий различных структур/авт.-сост. О.В. Галичкина. – Волгоград: Учитель, 2006.
9. Формирование здорового образа жизни у младших школьников/авт. сост. Т.Н. Захарова и др. – Волгоград: Учитель, 2007.
10. Ахметова И. и др. Мой выбор. Учебно-методическое пособие для учителей средней школы. 2003