|  |
| --- |
| **КОУ ВО «Землянская специальная (коррекционная) общеобразовательная**  **школа-интернат VIII вида для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья»**  **ПРОГРАММА**  **ПО ПРОФИЛАКТИКЕ**  **ТАБАКОКУРЕНИЯ И АЛКОГОЛИЗМА.**  **ПОДГОТОВИЛ** Псарева Л.И. социальный педагог    Землянск, 2013- 2015 г |

**Пояснительная записка**

Здоровье подрастающего поколения — важный показатель качества жизни общества и государства. Сегодня безопасность страны, политическая стабильность и экономическое благополучие находятся в тесной причинно-следственной связи с суммарным потенциалом здоровья детей, подростков, молодёжи. По мнению большинства исследователей данной проблемы, именно в этом отношении ситуация в современной России вызывает наибольшую тревогу и опасение. Употребление наркотических веществ, в том числе алкоголя и табака , – серьезнейшая молодежная проблема последнего десятилетия. Психолого-педагогические исследования показали следующие тенденции: снижение возраста подростков, употребляющих наркотическую, алкогольную и табачную продукцию; увеличение доступности табачных изделий; формирование  на основе употребления ПАВ особой молодёжной субкультуры, ведущей ценностью которой является свободное времяпрепровождение в состоянии с употреблением алкоголя, курением. Обострение проблемы табакокурения среди детей и подростков стало побудительной причиной активизации научно-методической и практической работы по созданию условий для психопрофилактики вредных зависимостей.  
 Изменившееся социально-экономическое положение в стране требует от ребенка, подростка быстрой адаптации к новым условиям существования. Современные школы столкнулись с новыми проблемами, захлестнувшее общество: подростковая преступность, наркомания, токсикомания. Эти проблемы носят общественный характер. Потребление ПАВ имеет негативные, социально-экономические, медицинские, психологические, семейные последствия, в конечном итоге оно снижает качество жизни, как отдельного человека, так и популяции в целом. Современная школа, осуществляя социальную защиту, должна дать учащимся знания об их правах, о социальных гарантиях и социальных нормах.

**Цели работы по профилактике табакокурения и алкоголизма**

1.Позитивное развитие личности учащихся.

2.Изменение ценностного отношения детей и подростков к табакокурению, алкоголю, формирование антинаркотических установок.

3.Формирование личностных ресурсов, обеспечивающих развитие у учащихся социально-нормативного жизненного стиля с доминировнием ценностей здорового образа жизни, действенной установки  на отказ от табакокурения и алкоголя

4.Внедрение в образовательной среде инновационных педагогических и психологических технологий, обеспечивающих развитие ценностей ЗОЖ и отказ от "пробы" и регулярного табакокурения и алкоголя .

5.Создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья учащихся и педагогов.

**Успешная реализация программы "Профилактика табакокурения, алкоголизма" предполагает формирование у учащихся определённых знаний, умений и навыков:**

* учащиеся должны знать определение понятия "здоровья", понимать, что они смогут распоряжаться своей судьбой, только сделав выбор в пользу здорового образа жизни;
* знать принципы ЗОЖ;
* владеть простейшими методами зрительной и физической гимнастики, методами оздоровительного закаливания;
* понимать и знать последствия пагубного воздействия курения, употребления алкоголя на организм, уметь формировать и принимать альтернативные решения в отношении алкоголя и табакокурения, предвидеть последствия своих решений;
* знать основы теории рационального питания, понимать необходимость соблюдения режима питания; владеть основами санитарно-гигиенических навыков, навыков оказания первой помощи в экстремальных ситуациях;
* понимать значимость окружающей среды в формировании физического и психического здоровья человека, осознавать неразрывную связь человека и его природного окружения;
* уметь принимать решения и сказать "нет" в ответ на попытки отрицательного влияния со стороны сверстников или взрослых;
* владеть простейшими методами психической саморегуляции, противострессовой помощи.

**Управление программой.**

Управляет реализацией программы рабочая группа в составе директора школы-интерната, медицинской сестры, представителя ученического состава, учителей биологии, физкультуры.

**Участники программы**:   
  
Учителя и классные руководители, социальный педагог, психолог. Логопед, библиотекарь, родители, представители общественности, инспектор ПДН, сотрудники школы искусств,

**Содержание программы**:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п\п | Мероприятия | Сроки проведения | Ответственные |
| 1 | Контроль за санитарно-гигиеническими условиями образовательного учреждения:  -воздушно-тепловой режим  - освещённость классов | в течение года | Администрация |
| 2 | Пропаганда ЗОЖ через создание лекторской группы с проведением мероприятий и применением аудио-видеотехники при активном участии детей и родителей. | один раз в четв-ть | Зам по ВР |
| 3 | Проведение «Дня Здоровья», спортивных секций | в течение года | Учитель физкультуры |
| 4 | Внеклассная работа с учащимися:  -спортивные соревнования, спартакиады, товарищеские встречи | в течение года | Учитель физкультуры |
| 5 | Ежегодное проведение диагностики здоровья каждого учащегося медицинскими работниками | 2 раза в год | Медицинский работник, учитель физкультуры |
| 6 | Мероприятие «Береги здоровье смолоду» | декабрь | Соц. педагог |
| 7 | Организация индивидуальной помощи неуспевающим, а также школьникам-правонарушителям | в течение года | Учителя-предметники, кл. руководители |
| 8 | Анкетирование учащихся с целью выяснения их занятости во внеурочное время | октябрь | Классные руководители, соц. педагог |
| 9 | Конкурс рисунков, плакатов, стихотворений, презентаций на тему «Я против курения и алкоголя» для учащихся 1-9 кл. | декабрь | Кл. рук.. воспитмтели, библиотекарь |
| 10 | Беседы по охране здоровья | один раз в четв-ть | Медицинский работник |
| 11 | Классные часы на тему:  - «Вред табачного дыма»  - «Нет — вредным привычкам»  - «Вредные привычки, или подражание старшим»  - «Социальные, психологические, физиологические последствия употребления психоактивных веществ»  - «Когда и как говорить «нет»?  - «Курильщик — сам себе могильщик»  - «Давление среды» (наркотики, алкоголь, сигареты) - «Посмотрим на никотин и алкоголь новыми глазами. | в течение года по плану | Классные руководители |
| 12 | Урок здоровья с включением сведений о курении и алкоголе. | апрель | Кл. руководители врач |
| 13 | Общешкольное родительское собрание «Вредные привычки и их профилактика» | март | Зам по ВР |
| 14 | Общешкольное мероприятие «Мы против курения!» | апрель | Соц. педагог |
| 15 | Тест для определения никотиновой зависимости | ноябрь | Соц. педагог |
| 16 | Тест «Готовы ли вы бросить курить?» | март | Соц. педагог |
| 17 | Анкета «Что значит алкоголь для подростка» | январь | Психолог |

**Ожидаемый результат**

Показателями эффективности этой программы в школе будет:  
·  отсутствие случаев употребления и злоупотребления психоактивных веществ учащимися школы;  
·  сформированные позитивные установки и ценности здорового образа жизни (увеличение количества спортивных секций и участников в них);  
·  снижение уровня подростковой преступности;  
·  увеличение числа лиц, отказавшихся от вредных привычек.  
Программа позволит выявить подверженность обучающихся табакокурению, пивного алкоголизма, наркомании на ранней стадии, через комплекс социальных, образовательных, профилактических и медико-психологических мероприятий, проводимых в ходе реализации проекта.  
- все участники проекта получают необходимые знания по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;  
- данный проект даст возможность обучающимся получить базовые знания в области самозащиты от ПАВ;  
- подростки смогут получить квалифицированную помощь и будут знать, куда обратиться за помощью.

**Формы работы**:

Использование элементов ЗОЖ в учебных занятиях и организации режимных моментов:

- физминутки;

- зрительные тренинги;

- подвижные игры;

- элементы профилактики гиподинамии;

- дыхательная гимнастика;

- коррекция осанки;

- малые формы физкультуры в воспитательные часы (эстафеты, разминки, спортивные игры);

- фитопрофилактика («здоровое питание», «фиточай», витаминизация блюд и т.д.);

- оздоровительные прогулки;

- тематические беседы на уроках СБО, физкультуры, труда, чтения, ИЗО, биологии и т.д.;

диагностика информированности подростков по вопросам табакокурения; уроки по ОЗОЖ;

коллективные творческие дела (выпуск газет, изготовление плакатов, съёмка видеороликов, конкурсы и т.д.);

классные часы по методу социального взаимодействия;

клубная работа;

родительские собрания;

семинары классных руководителей;

приглашение специалистов для бесед и лекций;

наглядная агитация (стенды, плакаты);

индивидуальное консультирование детей, родителей, педагогов;

**Работа библиотеки:**

1. Тематические детские рисунки и выставки творческих работ на тему борьбы с ПАВ.  
  
2. Подборка литературы для чтения:  
 А.Г. Хрипкова «Гигиена и здоровье школьника», Москва «Просвещение» 1988г.  
  
 Ю.Н. Гладкий «Дайте планете шанс», Москва «Просвещение» 1995г.  
  
 «О религиозном воспитании детей» (Поучения Иринея, Епископа Екатеринбургского и  
  
 Ирбитского), Воронеж, издательско-полиграфическая фирма «Воронеж» 1994г.  
  
 Н.М. Ходаков «Молодым супругам», Москва, «Медицина» 1991г.  
  
 М.А. Дмитрук «Где искать здоровье?» Москва «Знание» №4 1991г.  
  
 Е. Чайковская «О чём поют коньки», Москва «Малыш» 1979г.   
  
 Р.И. Косолапов «С чего начинается личность», Москва, Политиздат 1984г.

**Литература:**

\* Соколов Я.В. «Наш выбор: здоровый образ жизни» Пособие для 7-9 классов. М.,  
НМЦ «Гражданин». 2010г.

**\***Анисимов, Л.Н. Профилактика пьянства, алкоголизма и наркомании среди молодежи / Леонид Анисимов.– М.: Юрид. лит., 1988. – 176 с.   
 **\***Ягодинский, В.Н. Школьнику о вреде никотина и алкоголя кн. для учащихся

**\***Матвеев, В.Ф. Профилактика вредных привычек школьников кн. для учителя. / Валентин Матвеев, Алексей Гройсман. - М.: Просвещение, 1987. – 96 с.

**\***Михайловская, И.Б. Трудные ступени профилактика антиобщественного поведения. / Инга Михайловская, Галина Вершинина.– М.: Просвещение, 1990 – 143 с.