

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
основная общеобразовательная школа № 17  
г. Великий Новгород

Согласовано:

На педагогическом совете

Протокол 28.08.2024  
№ 104.1-02

Утверждаю

Директор МАОУ «Школа №17

Г.Н. Темишева



**Программа**  
**« Полезные привычки »**  
1-4 классы

Составитель:  
Социальный педагог

## Пояснительная записка

Курение, употребление алкоголя, приобщение подростков и молодежи к наркотикам, ВИЧ- инфекция стали широко распространенным и открыто обсуждаемым явлением современной жизни. Все большее количество семей сталкивается с проблемой детского алкоголизма, наркомании, ВИЧ-инфицирования. Все больше учителей начинают понимать, что предупреждение социально-негативных заболеваний – важная задача школы. Существует несколько подходов к школьной профилактике или превентивному обучению. Традиционными подходами считается информационный, нравственный, эмоциональный и организация досуга. Более современные подходы – это так называемые «психологические прививки», направленные на формирование навыков сопротивления давлению и развитие личностной и социальной компетентности. Потребность педагогической общественности в программах профилактики употребления психоактивных веществ (ПАВ) и распространения ВИЧ/СПИДа с использованием современных подходов может быть удовлетворена за счет внедрения превентивных образовательных программ, допущенных Министерством образования РФ, - «Полезные привычки», «Полезные навыки», «Полезный выбор», «Полезная прививка», «Все цвета, кроме черного», и программы утвержденной областным экспертным советом – «Я и моя будущая семья».

Теоретическую основу данных программ составляют современные научные представления о факторах риска приобщения несовершеннолетних к употреблению ПАВ, заражения ВИЧ и защитных факторов, позволяющих сопротивляться неблагоприятным условиям социального окружения. В рамках этих программ реализуются принципы позитивной профилактики, ориентированные на потенциал здоровья, освоение ресурсов психики и личности, на поддержку молодого человека и помощь ему в самораскрытии. Стратегическая цель позитивной профилактики состоит в воспитании физически здорового и личностно развитого человека, способного самостоятельно справляться с жизненными проблемами, не нуждающегося в приеме ПАВ. Стимуляция личностного роста и развития психики позволяет успешно справляться со многими возрастными трудностями.

Обучение школьников по программам «Полезные привычки», «Полезные навыки», «Полезный выбор», «Полезная прививка» предполагает:

- Предоставление обучающимся научно обоснованной, соответствующей возрасту информации о ПАВ и ВИЧ/СПИДе;
- Формирование отрицательного отношения к употреблению ПАВ;

Обучение навыкам ответственного безопасного поведения в потенциально опасных ситуациях. Среди формируемых поведенческих навыков наиболее важными являются навыки эффективного общения, рационального принятия решений и отказа от опасных для здоровья поступков в ситуациях группового давления;

Формирование толерантного отношения к людям, живущим с ВИЧ/СПИДом (ЛЖВС).

Учебные пособия «Полезные привычки», «полезные навыки», «Полезный выбор», «Полезная прививка» созданы авторским коллективом российских ученых (Т.Б.Гречаной, Л.Ю. Ивановой, Е.Н.Тимакиной, Е.В.Гедзь, Р.А.Туревской, Л.С.Колесовой, О.Л.Романовой, О.П.Васютиной) и построены с учетом двух принципов: преемственности и спирали – профилактическая работа, начатая в начальной школе, продолжается и дополняется в средней ступени, затем в старшей ступени. По мере обучения с 1-11 класс повторяющиеся темы усложняются и развиваются, а поведенческие навыки усиливаются и шлифуются.

Сквозная учебная программа «Полезные привычки, навыки, выбор» охватывают обучающиеся с 1-9 класс и посвящена профилактики употребления ПАВ детьми и подростками. Программа включает в себя 92 урока. 50 из них направлены на формирование личностной и социальной компетентности (ЛСК), связанных с развитием таких основных жизненных навыков, как общение, самопознание, управление эмоциями и стрессом, принятием решений, критическое мышление и креативность. Оставшиеся 42 урока программы формируют специфические жизненные навыки, способствующие выработке критического отношения к табакокурению, употреблению алкоголя и наркотиков, инфекциям, передающимся половым путем, ВИЧ-инфекции, насилию. В случае, если учитель поставил своей целью формирование личностной и социальной компетентности учащихся вне конкретного профилактического контекста, он может ограничиться 50 базовыми уроками, направленными на формирование основных жизненных навыков.

Учебно-методическим комплектом обеспечены также федеральная программа «Все цвета, кроме черного» для учащихся 2-9 классов и областная программа «Я и моя будущая семья» для старшеклассников (9 класс).

## Нормативно – правовые документы.

Основанием для организации превентивного обучения в образовательной среде являются следующие нормативные документы.

Концепция государственной антинаркотической политики РФ от 24.11 2009 г.

Концепция демографической политики РФ на период до 2025 года.

Концепция превентивного обучения в области профилактики ВИЧ, СПИД в образовательной среде. Приказ МО РФ АС – 1270/06 от 06.10. 2005 г.

Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа.(Стандарты второго поколения). М.: Просвещение, 2010

## Полезные привычки 1-4 класс.

Программа «Полезные привычки» предназначена для учащихся 1-4 классов и направлена на профилактику употребления детьми табака и алкоголя.

Целью «Полезных привычек» является овладение обучающимися объективными, соответствующим возрасту знаниями, а также формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ.

### Задачи:

Предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке и алкоголе;

Учить детей лучше понимать самих себя и критически относиться к собственному поведению;

Помочь школе и родителям в предупреждении приобщения учащихся начальной школы к табаку и алкоголю.

Программа «Полезные привычки» содержит 32 урока. Для каждой возрастной ступени разработаны 8 уроков, разделенных на 4 блока, по 2 урока в каждом. Первые три блока (6 уроков) посвящены развитию личностной и социальной компетентности детей (ЛСК), последние два урока 4 блока содержит информацию о табаке и алкоголе, доступной ученикам начальной школы по возрасту.

Для формирования специфических жизненных навыков предусмотрено 12 уроков.

## Учебно-тематическое планирование

### 1 класс

№ урока	Тема урока	Обоснование
1	Я – неповторимый человек	Показать уникальность каждого обучающегося
2	Культура моей страны и Я	Показать культурные традиции ЗОЖ
3	Чувства	Дать представление о различных чувствах людей и возможность управления ими
4	О чем говорят чувства	Показать способы предупреждения и преодоление отрицательных чувств
5	Множество решений	Показать многообразие принимаемых людьми решений
6	Решения и здоровье	Способствовать формированию у детей отношения к здоровью как ценности
7	Нужные и ненужные тебе лекарства	Познакомить с понятиями «лекарства» и «яд»
8	Пассивное курение: учусь делать здоровый выбор	Дать информацию о вреде пассивного курения

## Учебно-тематическое планирование

### 2 класс

№ урока	Тема урока	Обоснование
9	Вкусы и увлечения	Показать разнообразие вкусов и увлечений
10	Учусь находить новых друзей и интересные занятия	Показать, что у одноклассников можно многому научиться

11	О чем говорят выразительные движения	Познакомить с выразительными движениями как средствами невербального общения
12	Учусь понимать людей	Показать, что эффективное общение предполагает совпадение вербальных и невербальных компонентов общения
13	Опасные и безопасные ситуации	Обсудить опасные и безопасные ситуации
14	Учусь принимать решения в опасных ситуациях	Способствовать рациональному принятию решений
15	Реклама табака и алкоголя	Познакомить с рекламными приемами
16	Правда об алкоголе	Рассказать о действии алкоголя на организм

### Учебно-тематическое планирование

#### 3 класс

№ урока	Тема урока	Обоснование
17	Мой характер	Способствовать анализу детьми собственных личностных качеств
18	Учусь оценивать себя	Разговор о самооценке
19	Учусь взаимодействовать	Способствовать пониманию детьми важности уважительных отношений во взаимодействии с другими
20	Учусь настаивать на своем	Научить настаивать на интересах в неагрессивной форме
21	Я становлюсь увереннее	Способствовать преодолению учениками неуверенности в себе
22	Когда на меня оказывают давление	Объяснить, что давление это одна из форм влияния на людей
23	Курение (часть 1)	Показать вредное влияние

24	Курение (часть 2)	табачного дыма на организм Показать последствие курения на организм
----	-------------------	--

## Учебно-тематическое планирование

### 4 класс

№ урока	Тема урока	Обоснование
25	Самоуважение	Способствовать самоуважению детей
26	Привычки	Способствовать анализу своих привычек
27	Дружба (часть 1)	Поговорить о дружбе
28	Дружба (часть 2)	Рассмотреть дружбу и влияние друзей
29	Учусь сопротивляться давлению	Обсудить давление и способы сопротивления давлению
30	Учусь говорить «НЕТ»	Научить отказываться в опасных ситуациях
31	И снова алкоголь	Повторить информацию об алкоголе и его рекламе
32	Алкоголь в компании	Познакомить с распространенными мотивами и последствиями употребления алкоголя в компании