

Принято на заседании педсовета
Протокол № 1 от «08» 08 2018

Утверждаю:
И.о. директора школы Зверева С.Г.,
Приказ № 47 от «08» 08 2018



Программа профилактики употребления психоактивных веществ среди младших школьников на 2018-2019 уч.г.

МКОУ Тюхтятская НОШ №41

1. Пояснительная записка.

Ситуация с потреблением наркотиков среди молодежи в России продолжает оставаться катастрофической. Результаты исследований показали существование устойчивой тенденции к значительному и постоянному росту потребления наркотиков и токсических веществ с одновременным снижением возраста приобщающейся к ней молодежи. Согласно отчету центра социологических исследований министерства образования РФ, доля потребления наркотиков или пробовавших его хотя бы 1 раз снизилась на 6 лет и составляет 11,3 года. Педагогическая профилактика должна носить опережающий характер. Целевая подготовка детей должна осуществляться заблаговременно, т.е. до наступления того возрастного этапа, когда приобщение к тому или иному виду одурманивания для ребенка становится реальным. Как считают специалисты, начинать антинаркотическую работу с детьми нужно уже в 5-летнем возрасте.

Дети с ранних лет знакомятся с активной пропагандой употребления табака, алкоголя приобщаются к ПАВ и готовят стартовые позиции для последующего экспериментирования с наркотиками. Поэтому антинаркотическая работа с детьми младшего возраста является актуальной. Дети в раннем возрасте начинают оценивать и регулировать своё поведение, общаться с друзьями, преодолевать трудности.

Важно чтобы ребенок в этом возрасте научился строить свои отношения окружающем миром, тогда ему будет легко находить общий язык со сверстниками и взрослыми.

Срок реализации программы – 1 год. Предлагаемый курс состоит из 12 занятий рассчитан на школьников от 7 до 11 лет. Занятие длится не более 40 минут.

Мероприятия по данному направлению могут проводиться в рамках внеклассной работы.

Цель программы:

Формирование жизненных навыков обеспечивающих отказ детей от приобщения к любым ПАВ, включая умение эффективно строить общение и взаимодействие с людьми, принимать ответственные решения.

Задачи:

- развитие у детей ценностного, ответственного отношения к своему здоровью;
- развитие коммуникативных навыков, обеспечивающих ребенку эффективную социальную адаптацию, развитие умение регулировать своё поведение, прогнозировать последствия своих действий.

2. Методическое обеспечение программы.

В настоящее время все большее внимание уделяется использованию устно - народного творчества в обучении и воспитании младших школьников. Фольклорные произведения способствуют активизации процесса обучения.

Поэтому, отличительные особенности программы – это широкое использование материалов устного народного творчества:

- залички – небольшие песенки предназначенные для распевания группой детей;
- кричалки – эмоции и переживания ребенка, запечатленные в слове;
- фольклорные прибаутки – небольшие стихотворения, красочные, яркие словесные картинки, составляющие мир повседневных впечатлений ребенка;
- стихи знаменитых детских писателей (Э. Мошковской, К. Чуковский, Е. Благина и др).

Использование в профилактической работе произведений устного народного творчества позволяет разработать цикл занятий, каждое из которых тесно связано с предыдущим и последующим.

Пословицы и поговорки демонстрируют сжатость и мудрость народной речи, что также полезно учесть при изучении и развитии жизненных навыков обеспечивающих отказ детей от приобщения к любым ПАВ.

Устное народное творчество — неиссякаемый источник для нравственного, эстетического воспитания учащихся.

Ролевое моделирование

Ролевое моделирование осуществляется в ролевых играх, радиопередач и др. Ребята включаются в активную деятельность, и пробуждается заинтересованность в ролевом моделировании.

Мозговой штурм

Используется для стимуляции высказываний детей по теме или предложенному вопросу. Ученики высказывают мнения или идеи, без какой либо оценки. Идеи фиксируются ведущим, а мозговой штурм продолжается до тех пор, пока не кончатся идеи или время, отведенное для мозгового штурма.

Групповая дискуссия

При групповой дискуссии организуется совместная деятельность детей под руководством ведущего с целью решить групповую задачу или воздействовать на мнение и установки участников занятия в процессе общения. Данный метод позволяет дать ребятам возможность увидеть проблему с разных сторон; уточнить персональные позиции и точки зрения детей; ослабить скрытые конфликты;

выработать общее решение группы; повысить эффективность работы; пробудить интерес детей к мнению других; удовлетворить потребность детей в признании и уважении одноклассников.

Используются такие формы работы как **круглый стол, упражнения**. В программе используется **метод драматизации**. Это использование музыкального сопровождения, элементы цветоведения, инсценировка стихов.

Теплая атмосфера на уроке осуществляется через присутствие сказочных персонажей – гостей и соведущих занятия.

Для каждого занятия разработан перечень заданий. В описании занятий содержатся **инструкции для ведущего**, в которой содержится информация необходимая для подготовки к занятию, сведения которые необходимо сообщать детям.

Некоторые занятия содержат избыточный объем информации, поэтому темы рассматриваются в течение двух занятий.

Установлено минимальное количество **правил для работы группы**, которые дополняют правила поведения на уроке.

Например:

1. В разговоре участвует каждый.

2. Говори спокойно и ясно;

3. Говори только по делу.

Плакат с правилами вывешивается перед началом занятий и напоминает ученикам о правилах перед работы.

В программе включены **занятия на составление и соблюдение распорядка дня**, что поможет детям правильно распределять своё время, так чтобы нагрузки, которые приходится на детский организм, сменялись отдыхом (занятиями по способностям и интересам). Пренебрежение к распорядку дня сигнализирует у детей снисходительное отношение взрослых к соблюдению общепринятых норм.

Критерием оценки эффективности работы группы является

- **выступление перед группой;**
- **выступление отдельной группы;**
- **сценки;**
- **другие виды активности, которые любят дети.**

Методические рекомендации к ведущему группы

Занятия не должны быть похожи на уроки по общеобразовательным предметам. Идеальный способ дружеская беседа, в которой царит равноправие и уважение друг к другу. При проведении занятий необходимо чтобы класс не был похож на класс (т.е. сдвинуть парты, посадить за круглый стол, лицом к друг другу и т.д.). Это поможет снять общее напряжение.

Важно чтобы профилактические мероприятия были направлены на развитие гармоничной личности, на формирование конструктивных навыков взаимодействия (умение безопасно, эффективно общаться; понимать и выражать свои чувства и т.д.)

Так же необходимо помнить:

1. о возрастных особенностях учащихся;

2. необходимо сформировать представление об опасности любых форм употребления одурманивающих веществ;
3. исключить сведения, способные провоцировать интерес детей одурманивающим веществам.

3. Тематический план

№ п\п	Тема занятия	Количество часов
1.	«Это Я. Это все мои друзья.»	1
2-3.	«Как я развиваюсь. Что мне помогает в этом, а что мешает»	2
4-5.	«Что я знаю о своем организме. Как его защитить?»	2
6-7.	«Моё настроение».	2
8-9.	«Мои поступки. Чувства. Я и взрослые»	2
10.	«Общение. Выбор в общении»	1
11.	«Как сказать «НЕТ!»»	1
12.	Итоговое занятие	1

4. Содержание изучаемого курса

Занятие №1

Тема: «Это Я. Это все мои друзья.»

Цель: 1. Установление контакта ведущего с группой и сближение членов группы.
2. Формирование позитивного отношения ребенка к своему «Я».

Перечень заданий:

1. На занятии присутствует гость(мягкая игрушка), который рассказывает о себе и о цели своего прибытия.

Инструкция: На занятия берется игрушка, которая в дальнейшем будет использоваться на занятиях.

2. «Знакомство. Моё имя.» Дети называют своё имя, рассказывают о себе.

3. «Интервью» Игра в парах.

Инструкция: Для проведения игры необходим микрофон для создания ситуации реальности. Используется «Мозговой штурм». Ребятам необходимо придумать вопросы для интервью, из которых составляется план вопросов для облегчения в общении при проведении игры. После чего ребята задают вопросы собеседнику по плану, записанному на доске и вопрос придуманный им самим, который не предусмотренный планом.

4. Приветствие друг друга разными способами, но без слов. Выбор приветствия для группы.

5. Упражнение «Скульптор и материал».

Инструкция: Дети разбиваются на пары. Один «партнер» играет роль скульптора, а другой- «материала». «Скульптору» надо «вылепить» любой предмет или игрушку. Он не имеет права давать команды «материалу», пользуясь в работе только своими руками.

Занятие №2

Тема: «Как я развиваюсь. Что мне помогает в этом, а что мешает».

Цель: формирование заботы о своем психическом и физическом здоровье.

Перечень заданий, создание атмосферы доверия в группе.

1. Приветствие. Гость занятия мягкая игрушка «Дино» из рекламы «Растишка». «Дино» рассказывает о себе, о своем режиме дня и о полезных продуктах, которые помогают ему расти и развиваться.

2. Упражнение «Цветок роста». Из предложенных лепестков цветка ромашки, на одних из которых написаны слова помогающие развиваться и расти, а другие наоборот слова, тормозящие данные процессы, необходимо составить «Цветок роста», который поможет ребятам лучше понять, что им необходимо для правильного развития.

Инструкция: Подбирается слова, которые будут в дальнейшем использоваться в программе. В данном упражнении необходимо поговорить о мире запахов. Какие бывают запахи у цветов? Какие еще запахи встречаются в повседневной жизни?

и т. д. (горькие, сладкие, кислые, едкие и т.д.)

2. «Мой режим дня». Изготовление плаката для группы.

Инструкция: Для преодоления спада энергии в середине совместной деятельности, гость занятия может предложить короткое физическое упражнение – энергизатор.

Ведущий группы может прочесть сказку из русско-народного творчества.

Занятие №3

Тема: «Что я знаю о своем организме. Как его защитить?»

Цель: познакомить учащихся со строением организма, продолжить формирование навыков заботы о своем психическом и физическом здоровье.

Перечень заданий:

1. Приветствие. Гость занятия «Мой до дыр».(читает стихотворение С.Я.Маршака) и «Дино» с режимом дня, составленного на прошлом занятии.

2. Рассказ «Путешествие по организму».

Инструкция: Важно сделать упор на главные части организма, которые помогают ему функционировать. После прочтения рассказа необходима групповая дискуссия, для выявления причин нарушения работы организма

(курение; запахи, которые влияют на легкие. Перечислить вещества с едкими запахами,(ПАВ) чаще всего встречающиеся в повседневной жизни. Как от них уберечь свой организм.)

3. Конкурс рисунков феи Витаминки «Страна здоровья!»

4. Игра из русского фольклора «Радуга дуга».

Инструкция: Семеро учащихся (выбираются при помощи считалочек) образуют круг, символизирующий семь цветов радуги, (круг составляет организм человека) все остальные – это гром (вредные вещества). Ведущий с детьми проговаривает речёвку, в ходе которой гром движется за радугой, по окончанию слов радуга не должна пустить в круг гром, для этого они садятся на корточки и не разжимают руки.

Речевка : Радуга-дуга,

Перебей дождя-

Опять в ночь

Льет во всю мочь;

Перебей гром,

Не попал бы в дом.

Занятие №4

Тема: «Моё настроение».

Цель: определение и передача эмоционального состояния человека

Перечень заданий:

1.Приветствие . Гость занятия - герой из мультика «Чебурашка», который, исполнив песню, рассказывает ребятам о своем плохом настроении.(У Чебурашки заболел друг – крокодил Гена. Вместо одеколона после бритья Шапокляк ему подсунула бензин и Гена так «нанюхался», что у него закружилась голова, и он потерял сознание. Чебурашка очень сильно злиться на Шапокляк, и грустит без Гены.) Гость занятия просит у ребят совета. Как ему быть с Шапокляк ?

Инструкция: В ходе совместной дискуссии необходимо подвести детей к решению не наказывать Шапокляк, а рассказать ей, как вредны такие вещества, и какие могут быть последствия.

Каким цветом можно отобразить настроение Чебурашки? Нарисуем рисунок крокодилу Гене в больницу, чтобы у него поднялось настроение и он быстрее поправился.

2. Упражнение «Можно ли по лицу человека узнать его настроение?» Ребята по очереди изображают на своем лице гнев, грусть и радость. Определить настроение на предложенных картинках



3.Круглый

стол «Цвет настроения». Необходимо разложить предложенные цвета под картинками, которые символизируют радость, грусть и гнев.

4. Упражнение. Прочитай предложенное стихотворение, изображая на лице сначала гнев, затем грусть, а потом радость. В каком случае стихотворение прочитано лучше?

5. Игра «Дедушка Сережа».

Инструкция: Из группы (с помощью считалочки) выбирается участник, который будет злым дедушкой Сережей. Все остальные разноцветные, мыльные пузыри. Ведущий проговаривает вместе с детьми речевку (дети движутся по площадке) по окончанию, дедушка Сережа ловит любой пузырь, и забирает себе в домик.

В конце игры можно задать вопрос: Ребята, а вам встречались в жизни злые люди? Давайте вместе подумаем, как уберечь себя от таких людей (помочь им стать добрыми, постараться не вызывать в близких гнев и т.д.) Речевка (Е.Благина):

Тихо шепчет с ветлой

Старая береза.

Ходит по двору с метлой

Дедушка Сережа.

- Дед Сережа, посмотри,

Мы пускаем пузыри!

Видишь, в каждом пузыре

По малиновой заре,

По березе,

По ветле,

По сережке,

По метле!

Ты смотри-смотри-смотри,

Полетели пузыри-

Красный,

Желтый,

Голубой... Выбирай себе любой!

Занятие №5

Тема: «Мои поступки. Чувства. Я и взрослые»

Цель: Научить детей регулировать своё поведение; прогнозировать последствия своих поступков; находить чувства, которые помогут преодолеть тревогу, страх, а так же научить детей поиску выхода из трудных ситуаций и уметь понимать взрослых.

Перечень заданий:

1. Приветствие. Гость занятия – «Мамонтёнок». Приходит грустный и читает стихотворение

«Я маму мою обидел». Необходимо определить какого цвета настроение у Мамонтенка и предложить вместе посмотреть мультфильм .

2. Просмотр мультфильма «Дереза»

Инструкция: Мультфильм про козу по имени «Дереза» просматривается с целью показа детям на примере козы, что бывает, если обманываешь, говоришь не правду. Ребят можно разделить на две группы одна из которых называет поступки, а другая – чувства, которые вызывают данные поступки .

Высказывания записываются на доске или ватмане, а затем дети ищут пути выхода из данных ситуаций. Ведущий подводит ребят к тому, что в некоторых ситуациях необходима помощь взрослых.

3. Исполнение песни «Мамонтенок»

Инструкция: С помощью ведущего дети помогают слоненку ответить на вопрос «Что нужно сделать, чтобы мама простила его?» и провожают его в дальний путь к маме.

4. Игра «Путаница»

Инструкция: Из группы (с помощью считалочки) выбирается ведущий «мамочка». «Мамочка» читает стихотворение:

Юнна Мориц «Хохотальная путаница»

С мармеладом в бороде
К своему папаше
Плыл медведь в сковороде
По кудрявой каше!

Над землей арбуз летит,
Он чирикает, свистит:
«Я – горчица, я – лимон!
Я закрылся на ремонт!»

Ям-тирьям-тирьям, в коляске
Две усатых Свистопляски
Босиком, бегом-бегом
Ловят ветер сапогом!

По реке бежит буфет,
В нем лежит Большой Секрет,
Он снимается в кино,
Всем понравится оно!

Все остальные «дети», взявшись за руки, стараются запутаться.
После того как произнесены слова, дети зовут на помощь «мамочку»:
«Мамочка, распутай нас!»

Вспомните вместе, как часто взрослые приходят к вам на помощь? Всем ли взрослым нужно доверять? Почему нет?

5. Упражнение «Я справился!» Ребятам предлагаются различные ситуации, например: «Тебя дразнят», «Тебя не пригласили на день рождения» и т.д. Самостоятельно по очереди они проговаривают свои действия, которые затем обсуждаются всеми остальными. Если ребенку по мнению остальных удалось справиться с ситуацией, то он бросает фишку в баночку «Я справился», если нет – в баночку «Я не справился». Где фишек больше? Если в баночке «Я не справился», то необходимо сделать упор на то, что взрослые всегда рядом.

Тема: «Общение. Выбор в общении»

Цель: создание в группе атмосферы доверия и открытости; сформировать навыки эффективного общения

Перечень заданий:

1. Приветствие. Гости занятия – мягкая игрушка, которая говорит, какого цвета у неё настроение и начинает игру «Что тебе сегодня снилось?»

1. Упражнение «Что тебе сегодня снилось?»

Инструкция: для раскрепощения в группе и создание доверительных отношений ведущий начинает первый рассказывать о своем сне. Рассказчик и слушатели закрывают глаза.

2. Инсценировка басни Крылова «Ворона и лисица».

Инструкция: необходимо вспомнить о хитром характере лисы и прочитать басню с соответствующей интонацией. Задаётся вопрос «Почему лисице удалось заполучить сыр?». Затем поменять участников и прочитать басню с другой интонацией. (наглядно показать, что лесным голосом человек чаще всего добивается своей цели)

«Часто ли вы встречаете таких людей?»

Работа в группах. «Как выбрать себе правильного собеседника, затем друга?»

3. Упражнение «Чудо - дерево» по стихотворению К. Чуковского

Как у наших у ворот

Чудо-дерево растёт.

Чудо, чудо, чудо, чудо

Расчудесное!

Не листочки на нем,

Не цветочки на нем,

А чулки и башмаки,

Словно яблоки!

«А мы на нашем дереве повесим листочки разноцветные на которых напишем качества, которыми должен обладать общительный человек». Дети по очереди вешают листочки.

5. Упражнение «Продолжи предложение»

- Я люблю, когда старшие.....

- Я не люблю, когда старшие...

- Бывает обидно когда...

- Мне часто помогает...

«Все ли старшие одинаковы?» «С какими ты бы хотел общаться, с какими нет»,

«Почему?» «Можно ли доверять старшим?»

Занятие №7

Тема: « Как сказать «НЕТ!»

Цель: научиться говорить «нет!» в ситуации принуждения; помочь детям осознать ответственность за свой выбор.

Перечень заданий:

1.Приветствие. Гость занятия – большой плюшевый медведь. Он говорит, какого цвета у него настроение. Который рассказывает историю о себе, как трудно сказать «Нет!»:

Когда я был маленьким, я очень любил говорить слово «Нет!». Меня спрашивали: «Ты вымыл руки?»-«Нет!»,-отвечал я. «Ты любишь кашу?»- «Нет!».

«Ты убрал игрушки?» - опять «Нет!».Когда я подрос, то по-прежнему легко мог сказать «Нет!», если мне предлагали что-то невкусное или заставляли делать уроки и не смотреть телевизор.

Но я заметил, что всё чаще мне стало трудно говорить слово «Нет!». Это случилось тогда, когда мои приятели стали звать меня делать что – то , что по моему мнению было опасно, вредно и не хорошо. Если в таких случаях я не мог сказать «Нет!», то потом чувствовал себя очень плохо. Сказать «Нет!» мне мешали мысли: «Если я скажу «Нет!», то я кого-то обижу, если я скажу «Нет!», то со мной не будут дружить, если я скажу «Нет!», то меня будут считать трусом». Эти мысли так надоели мне, что я решился вам рассказать об этом. Я не могу сказать «Нет!» из-за страха и очень злюсь на себя за это. Эти мысли портят моё настроение.

Как мне справиться с этим?

Что мешает Мише сказать «Нет!»

Бывали ли у вас в жизни такие ситуации, когда вам трудно было сказать «Нет!»

Что можно посоветовать Мише?

Зачем нужно учиться говорить «Нет!», даже когда это нелегко?

2. Упражнение «Говорим «Нет!». Задаются вопросы, на которые легко ответить «Нет!»;

- Вы хотите спать в ледяной пещере?;

- Вы хотели бы всю жизнь сидеть дома и не выходить на улицу?;

- Вы любите горькую пищу?;

- Просто ли вам говорить «Нет!» ? Почему?

И наоборот, ведущий называет ситуацию, когда нелегко сказать «Нет!», когда им предлагают:

- Обидеть кого- то;

- Сказать кому-то неправду;

- Съесть мороженое, когда болит горло;

- Покататься на машине с незнакомым человеком.

Далее идет обсуждение вопросов.

Итоговое занятие проводится и планируется на усмотрение ведущего.

(Чаепитие с конкурсами, кроссвордами и викторинами, игровая дискотека и т.д.)

5. Заключение

Программа может быть использована для проведения целостных занятий по профилактике употребления ПАВ в школах, в детских садах, группах здоровья детей младшего школьного возраста.

Занятия могут проводиться подготовленными учителями, воспитателями, школьным психологом и не обязательно приглашенным специалистом.

6. Список используемой литературы

1. Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников. Пособие для педагогов.
«Вента - Гриф» 2002 год.
2. Белогуров С.Б., Климович В.Ю. Профилактика подростковой наркомании. Навыки противостояния и сопротивления распространению наркомании.
«Планетариум» 2004 год
3. Быков А.А., Худякова Е.Н., Бочкарева Т.И., Шокурова Н.В. Профилактика ВИЧ – инфекций и СПИДа. Учебно – методическое пособие.
Самара 2003 год
4. Вострокнутов Н.В., Худяков А.С., Колосов В.П., Лесогорова А.Ю. Семья и дети в антинаркотических программах профилактики, коррекции, реабилитации. Руководство для школьных и медицинских психологов, социальных работников, врачей.
«Фирма «Вариант» 2003 год
5. Казакова Г.П. Программа профилактики употребления психоактивных веществ среди учащихся первой ступени.
Кемерово Кузбассвузиздад 1998 год.
5. Макеева А.Г. Не допустить беды(15 ответов на трудные вопросы); Не допустить беды (разумный выбор); Не допустить беды(педагогическая профилактика наркотизма школьников)
Посвещение 2003 год
7. Сельцова Л.Е. Литература и фантазия.
Просвещение 1992 год
8. Чечельницкая С.М., Родионов В.А. Подростковая наркомания и СПИД: концептуальный подход Москва 2000год
9. Шипицина Л.М., Казакова Е.И. Школа без наркотиков. Книга для педагогов и родителей.
«Образование – культура» 2002 год
10. Шипицина Л.М., Шпилени Л.С. Руководство по профилактике злоупотребления психоактивными веществами несовершеннолетними и молодежи. Москва 2003 год.
11. Шипицина Л.М. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами несовершеннолетними в общеобразовательной среде.
«Образование – культура» 2003 год
12. CD диски. Золотые хиты №1, Золотые хиты №2 . Детские песни.
Союз 2004 год.