


Рассмотрено

Руководитель МО


 /Лукоянова А.Ф./

Протокол № 1

от «29»августа 2022 г.

Согласовано

Заместитель директора по ВР
МБОУ «СОШ №16» НМР РТ

 /И.С. Филиппова/

от «29»августа 2022 г.

Утверждаю

Директор МБОУ «СОШ № 16»
НМР РТ

 /Е.А.Сорокина /

Приказ № 342

от «29»августа 2022 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«SaMoСтоятельные дети»

Направленность: социально-гуманитарная

Возраст учащихся: 11-16 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Фархутдинова Ф.Г.,

педагог дополнительного образования

г. Нижнекамск, 2022 год

По данным социологических исследований почти каждый второй школьник имеет курящего отца, а каждый восьмой – курящую маму. Неудивительно, что в подобных условиях более половины подростков имеют опыт употребления табака, причем почти треть из них являются систематическими (регулярными) курильщиками.

Приобщение к употреблению алкоголя происходит также в юном возрасте, и подавляющее большинство учащихся старших классов уже имеют опыт употребления алкоголя. Тревогу вызывает тот факт, что спиртное одинаково активно употребляют и девушки, и юноши. Исследование показало, что около половины нынешних десятиклассников хотя бы один раз в своей жизни оказывались в состоянии сильного алкогольного опьянения.

Употребление школьниками спиртных напитков далеко не всегда бывает рациональным и продуманным, во многих случаях подростки следуют сложившимся обстоятельствам, оказываясь в ситуациях, благоприятных для употребления алкоголя. Наиболее часто школьники употребляют алкоголь вне дома, в компании друзей или знакомых. Для этого выбираются места, максимально удаленные от поля зрения родительского контроля: это, например, подъезды, квартиры друзей и знакомых.

По данным специалистов, чем позднее подросток начинает употреблять алкоголь и табак, тем меньше вероятность приобщения его к наркотическим веществам.

Сегодня в первичной профилактике наркомании используются в основном традиционные формы работы. Однако современные школьники избирательны в увлечениях, ориентированы на результат, предпочитают ясность и конкретизацию информации, прагматичны. Включение новых методов работы, позволит повысить эффективность профилактики употребления психоактивных веществ. Одной из таких форм может стать деятельность в рамках долгосрочного проекта **«SaMoСтоятельные дети»**.

Проект **«SaMoСтоятельные дети»** разработан с учетом опыта реализации шведского проекта «Smart». В настоящее время в Швеции он охватывает более 80% школьников в возрасте от 10 до 16 лет. Исследования подтверждают, что метод является эффективным в профилактике зависимостей и девиантного поведения. В результате на 40% уменьшилось потребление табачных изделий среди детей и на 50% сократилась проба наркотиков. В Швеции 30 % родителей, чьи дети участвуют в проекте, отказались от курения.

Этот метод профилактики наркомании и преступности также активно используется в ряде европейских стран (Норвегии, Финляндии, Литве) и городах Российской Федерации (Санкт-Петербурге, Мончегорске, Великом Новгороде).

Цель проекта «SaMoСтоятельные дети» - предупредить или отложить первую пробу психоактивных веществ детьми школьного возраста на возможно более поздний срок.

Задачи проекта:

- обучить персонал организаций, участвующих в проекте, работе по контрастному методу;
- обеспечить организации, участвующих в проекте, типовым контрактом, атрибутикой и дисконтными картами;
- заключить соглашения с учреждениями дополнительного образования, спортивными секциями, коммерческими предприятиями, учреждениями культуры, спортивными клубами о предоставлении льгот детям, участвующим в проекте;
- пропагандировать проект через средства массовой информации;
- провести информационно-разъяснительные мероприятия детьми и их родителями; - заключить контракты с детьми;
- организовать и провести антинаркотические мероприятия в организациях, участвующих в проекте;
- отследить результаты выполнения проекта.

Задачи данной программы

-развитие у подростков позитивных отношений с окружающими, приобретение умения адаптироваться к отрицательным эффектам рекламы, выражать свои чувства ,разрешать конфликты, сопротивляться давлению, которое угрожает здоровью и жизни;

- предупреждение употребления психоактивных веществ детьми и подростками; - привлечение молодежи, попавшей в трудную жизненную ситуацию , к занятию общественно значимыми видами деятельности.

Механизм реализации проекта:

С детьми и родителями проводится разъяснительная работа о целях, задачах и механизмах реализации проекта "SaMoСтоятельные дети".

С участниками проекта проводятся тематические информационно-просветительские, культурно-развлекательные, развивающие мероприятия в течение учебного года, а также в каникулярное время.

Дети школьного возраста самостоятельно выбирают и записывают собственноручно в индивидуальный контракт те запреты, которые для себя определяют как «вредные привычки». Дети и подростки, выполнившие условия контракта в течение месяца, получают значок с символикой проекта «**SaMoСтоятельные дети**», в течение 3 месяцев – членскую карточку, футболку и бейсболку с символикой проекта. Ребята, которые выполнили контракт в течение учебного года, участвуют в итоговом торжественном мероприятии (*экскурсионная поездка, туристический поход, сплав и т.д.*).

Минимальная платформа индивидуального контракта:

- для ребенка среднего школьного возраста: запрет на употребление табака, пива, иной алкогольной продукции, совершение актов вандализма, насилия и жестокости; - для старшего школьного возраста: запрет на употребление табака, пива, иной алкогольной продукции, психоактивных веществ, совершение актов вандализма, насилия и жестокости и т.п.;

- для подростка, имеющего опыт курения: в течение 1-3 месяцев прекратить курить, затем полный запрет на употребление табака, алкогольной продукции и т.д. Индивидуальный контракт заключается между ребенком школьного возраста и руководителем организации. Подпись родителя в контракте означает, что он одобряет желание ребенка участвовать в проекте.

Условия участия в проекте:

- срок действия контракта ограничен (не более 1 года);
- добровольное вступление в проект и право выхода из него;
- поощрение за соблюдение контракта (льготы и прочее);
- исключение из проекта за нарушения условий контракта с изъятием членской карточки (при этом возможность повторного вступления в проект сохраняется). Членская карточка позволяет получать различные виды льгот предоставляемые учреждениями дополнительного образования, спортивными секциями, коммерческими предприятиями, учреждениями культуры, спортивными клубами, участвующим в проекте. Каждое учреждение и предприятие самостоятельно разрабатывает систему стимулирования ребят, подписавших контракт и выполнивших его.

Долгосрочный ожидаемый результат:

- снижение числа детей школьного возраста, допускающих первую пробу психоактивных веществ;

- распространение и закрепление у детей школьного возраста имиджа уважаемого и успешного человека, жизненной ценностью которого является бережное отношение к своему здоровью.

Результаты освоения курса дополнительного образования объединения «SaMoСтоятельные дети».

Личностные результаты:

- изменение ценностного отношения детей к наркотикам и формирование личной

ответственности за свое поведение, обуславливающие снижение спроса на ПАВ в детско-молодежной среде;

- сдерживание вовлечения детей и молодежи в прием наркотических средств за счет пропаганды здорового образа жизни, формирование антинаркотических установок и профилактической работы;

- формирование и развитие личностных свойств обучающихся в рамках работы антинаркотической профилактической программы.

Метапредметные результаты:

- формирование ресурсов семьи, помогающих воспитанию у детей и подростков законопослушного, успешного и ответственного поведения, а также ресурсов семьи, обеспечивающих антинаркотическую профилактическую работу со своими детьми;

- формирование ресурсов школы, обеспечивающих развитие ценностей ЗОЖ и мотивов отказа от «пробы» и приема наркотиков путем внедрения инновационных педагогических и психологических технологий в рамках программы, а также технологий раннего обнаружения случаев употребления наркотиков учащимися.

Предметные результаты:

- создание в коллективе класса, школы негативного отношения к наркотикам и лицам, употребляющим наркотики, с привлечением к этой работе нравственно устойчивых учащихся;

- создание системы раннего выявления и контроля лиц, приобщенных к употреблению наркотиков и наркозависимых на уровне школы и семьи (антинаркотический пост);
- распространение и закрепление у детей школьного возраста имиджа уважаемого и успешного человека, жизненной ценностью которого является бережное отношение к своему здоровью;

Содержание курса дополнительного образования объединения «SaMoСтоятельные дети».

Введение

Базовые компетенции современного человека. Понятия «успешный человек», «лидер», «грамотный человек». Заключение контракта участника проекта.

Теоретическая часть: беседы, групповая дискуссия, рассказы, видео-уроки.

Практическая часть: заключение контракта участника проекта.

Здоровье и здоровый образ жизни

Что такое здоровье и что такое болезнь? Чтобы сохранить здоровье, нужно хорошо узнать себя. Здоровье человека связано с его образом жизни, оно достояние каждого и богатство всей страны. Факторы, влияющие на здоровье человека. Зависимость здоровья человека от здоровья природы в целом. Анализируем свой образ жизни. Правила и нормы здорового образа жизни. Мой здоровый образ жизни и образ жизни моей семьи. Программа здоровья и ее роль. Правила рационального питания.

Теоретическая часть : беседы, групповая дискуссия, рассказы, видео-уроки, анкетирование.

Практическая часть: конкурс рисунков, экскурсия в школьный медпункт, игра путешествие, участие в акциях.

Антиалкогольное и антитабачное воспитание.

Полезные и вредные привычки. Правила социально желательного поведения. Значение семьи в формировании здоровых установок и навыков ответственного поведения. На что идут дети, чтобы выглядеть взрослыми. Влияние вредных привычек на внешний вид и самочувствие человека.

Теоретическая часть: видео-уроки, беседа с социальным педагогом школы.

Практическая часть: проектная работа, конкурс рисунков и плакатов, участие в акциях.

Предупреждение употребления психоактивных веществ.

Последствия употребления ПАВ. Влияние ПАВ на организм человека. Последствия токсикомании. Влияние токсикомании на организм человека.

Теоретическая часть: видео-уроки, беседа с социальным педагогом школы, игра «Марионетка», тренинги «Мифы».

Практическая часть: участие в акциях.

Обучающиеся, прошедшие полный курс обучения по программе.

Должны знать:

-основные вопросы гигиены, касающиеся профилактики вирусных заболеваний, передающихся воздушно-капельным путем;

- особенности влияния вредных привычек на здоровье человека;

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека; -

последствия употребления ПАВ, влияние ПАВ на организм человека;

- последствия токсикомании, влияние токсикомании на организм человека; Должны

уметь :

- проводить акции, пропагандирующие ЗОЖ;

- находить выход из ситуации, связанных с употреблением алкоголя, ПАВ, сигарет; -

применять коммуникативные и презентационные навыки;

- работать с различными источниками информации.

Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятий	кол-во часов	Дата по плану	Дата по факту
1	Знакомство с планом работы. Инструктаж по ТБ	1		
2	Презентация SMS – отрядов «Мы – SaMoСтоятельные дети»	1		
3	Цели и задачи данной программы. Методика проведения профилактических акций.	1		
4	Беседа об алкогольной зависимости.	1		
5	Продолжение темы об алкогольной зависимости.	1		
6	Просмотр видеороликов «Жизнь без наркотиков».	1		
7	Беседы о ЗОЖ. Обсуждение.	1		
8	Диспут на тему: «Доступный спорт».	1		
9	Беседа о вредных привычках.	1		
10	Беседа о наркотической зависимости.	1		
11	Беседа: «О легких наркотиках».	1		
12	Беседа: «О жестких наркотиках».	1		
13	Наркомания: можно ли определить ее в самом начале?	1		
14	Просмотр презентации: «Здоровый выбор»	1		
15	Анкетирование учащихся на тему: «Интерес и досуг».	1		
16	Беседа на тему: «Умей сказать - НЕТ»	1		
17	Просмотр фильма «Стоп - наркотик»	1		
18	Диспут «Моя жизнь. Мои правила.»	1		
19	Просмотр художественного фильма «Игла» с последующим обсуждением (для детей и подростков).	1		

20	Организация конкурса по разработке антиалкогольной эмблемы.	1		
21	«Мы дружны со спортом» - спортивная игра для детей и подростков.	1		
22	Конкурс плакатов «Мы выбираем жизнь». Теоретическая часть.	1		
23	Конкурс плакатов «Мы выбираем жизнь». Практическая часть.	1		
24	Организация и проведение антинаркотической акции «Будь готов! Скажи, нет!»	1		
25	Беседа на тему: «Умей сказать - НЕТ».	1		
26	Акция «Здоровая мама - здоровый ребенок».	1		
27	Диспут «Сколько прав у человека?».	1		
28	"Мы за жизнь без кайфа!" - выпуск стенгазеты.	1		
29	Час информации "Это полезно знать".	1		
30	Оформление стенда «Всемирным против страшного зла».	1		
31	Просмотр фильма «Помоги себе сам».	1		
32	Изготовление листовок антинаркотической направленности. Теоретическая часть.	1		
33	Изготовление листовок антинаркотической направленности. Практическая часть.	1		
34	"Жить здорово!" выпуск стенгазеты.	1		
35	«Наркомания – путь в никуда» - тематическая беседа.	1		
36	Конкурс детского рисунка "Жить так здорово!"	1		
37	Конкурс презентаций «Мы хотим жить».	1		
38	Занятие «Смысл жизни».	1		
39	«Проблемы наркотической профилактики» - лекция.	1		

40	Час проблемного разговора «Как не попасть на крючок».	1		
41	«Механизмы воздействия наркотических веществ» - лекция.	1		
42	Оформление уголка по здоровому образу жизни «Здоровым быть здорово».	1		
43	Демонстрация фильма «Город без солнца».	1		
44	«Правда о белой смерти» - документальный фильм.	1		
45	Конкурс рисунков и плакатов «Наркотикам – нет! Творчеству – да!». Теоретическая часть.	1		
46	Конкурс рисунков и плакатов «Наркотикам – нет! Творчеству – да!». Практическая часть.	1		
47	«Курить – здоровью вредить» - беседа.	1		
48	Проведение опроса для старшеклассников «Твой выбор».	1		
49	Тренинг: «Толерантное общение».	1		
50	Энергетический напиток - за и против.	1		
51	Проведение лекции на тему «Противодействие к экстремизму».	1		
52	Беседа с обучающимися на тему: «Правила поведения в общественных местах».	1		
53	Занятия по пропаганде ЗОЖ.	1		
54	Беседа с учащимися 1-4 классов на тему «Правила поведения в опасных для жизни ситуациях дома, на улице и в обществе».	1		
55	Подготовка листовок учащимися программы на тему: «Россия без табака».	1		
56	Беседа с подростками "Не отнимай у себя завтра".	1		
57	Правила поведения в опасных для жизни ситуациях дома, на улице и в обществе.	1		
58	Беседа на тему: «Жертва неразборчивости».	1		

59	Прав ребенка по Конвенции о правах ребенка.	1		
60	Беседа «Мой стиль жизни – безопасность и здоровье».	1		
61	Занятие по пропаганде ЗОЖ «Жить здорово».	1		
62	Конкурс рисунков «Противодействия экстремизму и терроризму».	1		
63	Акция «7 апреля – Всемирный день здоровья».	1		
64	Беседа на тему: «Курить – здоровью вредить».	1		
65	Как противодействовать экстремизму?	1		
66	Акция «Поздравь ветерана». Теоретическая часть.	1		
67	Акция «Поздравь ветерана». Практическая часть.	1		
68	Конкурс сочинений «Я ребенок. Я человек».	1		
69	Акция «17 мая – Международный день детского телефона доверия».	1		
70	Презентация: «Здоровым быть здорово».	1		

