

муниципальное бюджетное образовательное учреждение для детей, нуждающихся
в психолого-педагогической и медико-социальной помощи –
Покровский центр психолого-медико-социального сопровождения
(ПМС - Центр)

Принята на педагогическом
совете
№1 от 01.09.2014 года



Дополнительная общеразвивающая программа
«Детство без алкоголя»

Направленность программы: социально-педагогическая
Срок реализации программы: 3 месяца
Возраст: 9-11 лет

Составитель:
социальный педагог
ПМС - Центра
Селютина С.Н.

Пояснительная записка

Наравне с сохраняющейся в наши дни тенденцией к употреблению детьми и подростками некоторых наркотических веществ, продолжает нарастать тенденция к злоупотреблению нашей молодежью алкогольными напитками.

«Детский и подростковый алкоголизм» - этим термином, пожалуй, не удивишь сегодня тех, кто в той или иной мере имеет отношение к работе с подрастающим поколением. Алкоголь прочно укрепился в молодежной субкультуре, он оказывает сильное воздействие на поступки молодых людей, становится постоянным спутником их жизни. Алкоголь несет в себе потенциал столь разрушительного влияния на здоровье и судьбу каждого подростка, что сомневаться в необходимости применения решительных мер противодействия этой угрозе не приходится.

Кроме того, особо тревожным фактором является возраст впервые пробуемых алкогольные напитки и другие психоактивные вещества. Сегодня вкус алкоголя известен уже учащимся 5-6 классов, а зачастую, и младшим школьникам.

Превентологи всего мира признают: для того, чтобы профилактическая работа по предупреждению злоупотребления тем или иным психоактивным веществом была эффективной, да и вообще имела смысл, ее надо начинать проводить раньше того возраста, на который, согласно статистике, приходится начало экспериментирования с данным веществом. Это значит, что возрастную категорию нуждающихся в профилактической работе по предупреждению первых проб алкогольных напитков составляют обучающиеся начальных классов и младшие подростки.

Несомненным является тот факт, что профилактическая работа чаще всего имеет неспецифический характер, и меры по предотвращению употребления одного ПАВ одновременно способны ставить барьер для начала экспериментирования с любым другим веществом. Однако становится очевидно: в работе по профилактике злоупотребления детьми и подростками психоактивными веществами особого внимания требует проблема именно алкогольной зависимости, и начинать проводить такую работу следует не позднее, чем в начальной школе.

Данная программа предназначена для проведения занятий в начальных классах и в пятых классах по проблеме первичной профилактики употребления спиртных напитков. У детей младшего подросткового возраста ведущим видом деятельности становится общение со сверстниками, они стараются во всем им подражать, стараются самоутвердиться, порой начинают экспериментировать с психоактивными веществами. Поэтому необходимо быть особо внимательными к данной категории детей, больше разговаривать с ними на интересующие их, порой опасные, темы. Младшие подростки еще доверчивы в отношениях со взрослыми, признают их авторитет, принимают их оценку, ждут их помощи и поддержки.

Неотъемлемой частью программы является её визуальный компонент (наглядное пособие).

Вопросы, нашедшие отражение в данной программе, безусловно, актуальны среди классных руководителей и учителей-предметников. Обычно их беседы с обучающимися на подобные темы проходят на классных часах, тематических вечерах, на других классных и общешкольных мероприятиях и, вероятно, имеют некий воспитательный и профилактический эффект.

Однако международный и отечественный опыт превентивной работы показы-

вает, что наиболее эффективной профилактикой злоупотребления детьми и подростками алкогольных напитков (психоактивных веществ) является проведение целенаправленных и систематических занятий, куда наравне с профилактическими проблемами непременно включаются общепсихологические аспекты, а также активные способы отработки навыков социально-психологической компетентности. Суть подобных занятий состоит в рассмотрении следующих социально-психологических навыков: общения, критического мышления, принятия выбора, решения проблем, установления позитивных межличностных контактов, умения постоять за себя и умения сопротивляться негативным влияниям сверстников, управления стрессом, состоянием тревоги, эмоциями, навыков развития положительного самосознания и положительной «Я-концепции» и навыков противостояния началу употребления психоактивных веществ.

Наиболее оптимальным для достижения желаемых результатов является соблюдение принципов регулярности и систематичности проведения занятий, использования интерактивных приемов работы по формированию определенных умений и навыков, а также принципа преемственности разных блоков, созданных с учетом возрастных особенностей детей и подростков и ориентированных на рассмотрение наиболее актуальных в этом возрасте проблем.

Эти условия способны обеспечить подрастающее поколение большей ответственностью за свое поведение, умением ставить и достигать цели, добиваться повышения эффективности учебной деятельности и взаимодействия со сверстниками. Одним словом, обучение этим жизненным умениям и навыкам помогает повысить социально-психологическую адаптацию детей и подростков, дает им стратегию выбора позитивного жизненного пути и становится тем базисом, на основе которого уже можно говорить с подрастающим поколением о необходимости нести ответственность за свое здоровье, формировать у них установку на здоровый образ жизни.

Программа составлена на основе авторской программы В.Ю. Климович «Детство без алкоголя».

Цель программы:

Формирование у детей навыков эффективной адаптации в обществе, позволяющей в дальнейшем предупредить вредные привычки: употребление алкоголя, табака и других психоактивных веществ.

Задачи программы:

- формирование у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
- расширение знаний детей о правилах здорового образа жизни, воспитание готовности соблюдать эти правила;
- формирование умения оценивать себя (свое состояние, поступки, поведение) и других людей;
- развитие умения строить свои отношения с окружающими в разных ситуациях, избегать конфликтов;

- пробуждение у детей интереса к различным видам полезной деятельности, позволяющей реализовывать потребность в признании, общении, получении новых знаний;
- осознанно определять свой выбор, уметь отстаивать свои интересы в социуме, отказываться от негативных для себя предложений.

Программа рассчитана для детей с возрастом от 9 до 11 лет.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на 3 месяца.

Режим проведения занятий:

Занятия проводятся один раз в неделю, длительность занятий – 45 мин.

Ожидаемые результаты работы по программе «Детство без алкоголя»

Занятия по программе помогут:

- Сформировать у подрастающего поколения ответственность за своё поведение, умение ставить и достигать цели, добиваться повышенной эффективности учебной деятельности и взаимодействия со сверстниками.
- Повысить социальную адаптацию детей и подростков, дать им стратегию выбора позитивного жизненного пути, на основе которого можно говорить с подрастающим поколением о необходимости нести ответственность за своё здоровье.
- Сформировать установку на здоровый образ жизни.

Формы аттестации.

Цель аттестации – выявление знаний, практических умений и навыков, их соответствия прогнозируемым результатам дополнительной общеразвивающей программы.

Задачи аттестации:

- выявление степени сформированности знаний, практических умений и навыков детей, предусмотренных дополнительной общеразвивающей программой;
- соотнесение прогнозируемых и реальных результатов обучения по дополнительной общеразвивающей программе.

Форма аттестации – анкетирование.

Предварительная аттестация с целью выявления исходного уровня знаний по проблемам вредных привычек (проводится на первом занятии).

Промежуточная аттестация по программе не предполагается.

Итоговая аттестация проводится по окончании каждого курса дополнительной общеразвивающей программы.

Учебно-тематический план по программе «Детство без алкоголя»

№ п/п	тема	кол-во часов	Цели и задачи
1	Знакомство с группой. Анкетирование. Введение в программу.	1ч.	Выяснить представления обучающихся о том, что является полезными и вредными привычками. Познакомить обучающихся с программой. Обсудить проблему «алкоголя» на примере просмотра видеороликов.
2	Привычки и здоровье.	1ч.	Познакомить обучающихся с понятием «вредные привычки» и дать представление о неблагоприятных для человека последствиях. Способствовать формированию у обучающихся стремления приобретать полезные привычки и избегать вредных.
3	Что такое алкоголь?	1ч.	Выяснить первоначальный уровень знаний обучающихся об алкогольных напитках. Объяснить обучающимся понятия «алкоголь», «этиловый спирт», «этанол». Дать представление о том, какие напитки и по какому признаку принято относить к алкогольным.
4	Действие алкоголя на внешний вид и особенности поведения человека.	1ч.	Выяснить первоначальный уровень знаний обучающихся о действии алкоголя на внешний вид и особенности поведения человека. Дать обучающимся представление об изменении внешнего вида и поведения человека под воздействием алкоголя и объяснить, почему это происходит. Сформировать у обучающихся представление об опасности возможности неадекватных действий человека, находящегося в состоянии алкогольного опьянения, и отработать умение безопасного поведения при встрече с ним.
5	Как алкоголь влияет на организм человека?	1ч.	Дать обучающимся первоначальную информацию о влиянии алкоголя на различные органы и системы человека. Сформировать у обучающихся представление об опасности воздействия алкоголя на здоровье и жизнь.

6	Злоупотребление алкоголем.	1ч.	<p>Дать понятие «злоупотребление алкоголем» и понятие «хронический алкоголизм» как его последствие.</p> <p>Сформировать у обучающихся убеждение, что основная причина возникновения хронического алкоголизма – пренебрежение собственным здоровьем.</p> <p>Дать обучающимся представление о том, что алкоголь изменяет образ жизни человека.</p> <p>Создать у обучающихся обобщенный образ человека, больного хроническим алкоголизмом.</p>
7	Почему люди употребляют алкоголь?	1ч.	<p>Выяснить причины начала употребления алкоголя.</p> <p>Показать необходимость приобретения навыков позитивного решения проблем.</p> <p>Дать обучающимся представление об алкогольной зависимости и механизме её возникновения.</p>
8	Алкоголь и закон.	1ч.	<p>Сформировать у обучающихся представление, что употребление алкоголя для несовершеннолетних является противоправным действием и карается по закону.</p> <p>Дать понятие физиологической и моральной зрелости человека как необходимого условия для определения правильного выбора относительно употребления или неупотребления алкоголя.</p>
9	Умение отказываться.	1ч.	<p>Дать обучающимся представление о возможных способах отказа от нежелательного действия.</p> <p>Сформировать у участников группы навык отказа от действия в опасных для благополучия, здоровья и жизни человека ситуациях.</p> <p>Дать обучающимся представление о несостоятельности поводов для употребления алкоголя.</p>
10	Привычка сохранять здоровье. Итоговое анкетирование	1ч.	<p>Познакомить обучающихся с понятием отдыха, раскрыть возможности отдыха как смены видов деятельности.</p> <p>Обучить обучающихся способам организации самостоятельной деятельности, проведения досуга.</p> <p>Акцентировать внимание обучающихся</p>

			на пользе их любимых занятий при организации правильного отдыха и сохранения здоровья. Способствовать формированию убеждения, что радость и удовольствие можно черпать из реальной жизни, а не из искусственной. Итоговое анкетирование.
		10ч.	

Основное содержание программы

В программе «Детство без алкоголя» разработаны десять занятий, разделенные на два блока - социально-психологический, где рассматриваются аспекты формирования у ребят жизненно важных навыков, и собственно профилактический, куда включены специфические проблемы, связанные с предотвращением употребления детьми и подростками психоактивных веществ.

Занятия по программе построены с учетом максимального использования наглядных средств обучения. Наглядные средства помогают представить предмет обучения, служат основой для усвоения излагаемой на занятии информации.

Наглядные материалы представлены в комплекте к пособию. На занятиях используются следующие пособия: транспаранты «Особенности поведения», транспарант «Ситуации», транспарант «Внутреннее строение человека», модульные транспаранты «Этапы взросления», «Активные и пассивные действия», раздаточные карточки с напитками, этикетками, карточки «Позитивные ситуации», «Ситуации, требующие отказа».

В содержание каждого занятия входят игры и упражнения-активаторы (на сплочение, развитие способности воспринимать информацию, на развитие внимания, двигательной активности, снятия напряжения, наблюдательности, межгруппового взаимодействия).

Программно-методическое обеспечение

Методическое пособие для педагога;

Комплект наглядно-методических пособий.

Материально-техническое обеспечение

Занятия проводятся на базе ПМС – Центра с использованием материально-технической базы учреждения. Для реализации программы необходимы: столы, стулья, компьютер, принтер, проектор, бумага, средства для рисования (письма) на доске и на ватмане, цветные карандаши.

Список используемой литературы

1. Сборник программ. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами несовершеннолетними в общеобразовательной среде. Издательство «Образование – культура», Санкт-Петербург, 2003.

2. В.Ю. Климович. Детство без алкоголя. Профилактика детского и подросткового алкоголизма. Наглядно-методическое пособие для проведения занятий с детьми. Москва, 2004.

3. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? М., 1998

Приложение № 1.

Календарно – тематическое планирование по программе
«Детство без алкоголя» на 2014-2015 учебный год

5 класс

№ Заня- тия	Тема	Предп. дата	Факт.дата	Примечание
1.	Знакомство. Анкетирование. Введение в программу.	20.10. 2014г.		
2.	Привычки и здоровье.	27.10. 2014г.		
3.	Что такое алкоголь?	03.11. 2014г.	10.11. 2014г.	
4.	Действие алкоголя на внешний вид и особенности поведения человека.	17.11. 2014г.		
5.	Как алкоголь влияет на организм человека?	24.11. 2014г.		
6.	Злоупотребление алкоголем.	01.12. 2014г.		

7.	Почему люди употребляют алкоголь?	08.12. 2014г.		
8.	Алкоголь и закон.	15.12. 2014г.		
9.	Умение отказываться.	22.12. 2014г.		
10.	Привычка сохранять здоровье.	29.12. 2014г.	26.12 2014г.	В связи с утренниками.

Календарный учебный график

1. Сроки и продолжительность реализации программы:

Занятия по программе планируется проводить с группой 5 класса Покровского лицея (15 учащихся).

Срок реализации программы: октябрь - декабрь.

Начало занятий по программе – 20 октября 2014 года.

Окончание занятий – 29 декабря 2014года.

Продолжительность программы - 10 часов.

2. Регламент проведения занятий

Занятия по программе проводятся 1 раз в неделю по расписанию (вторник: 14.00-14.45)

Продолжительность занятия – 45 минут.

Если занятие совпадает со школьными каникулами, то оно переносится на другой день.

3.Сроки промежуточной и итоговой аттестации

Предварительная диагностика – первое занятие по программе (20 октября 2014г.)

Промежуточная аттестация – не предполагается

Итоговая аттестация – последний день занятий по программе.

Дорогой друг!

Перед тобой листок с вопросами. Внимательно прочитай каждый вопрос. Подумай и запиши ответ.

Имя _____ Фамилия _____

Класс _____ Дата _____

1. Что такое привычка? _____

2. Какие полезные привычки ты знаешь? _____

3. Почему их называют полезными? _____

4. Какие вредные привычки ты знаешь? _____

5. Почему их называют вредными? _____

6. Некоторые люди думают, что алкоголь безопасен. Как ты думаешь, это правда или ложь?
Подчеркни нужный квадратик:

правда

ложь

7. Предлагали ли тебе закурить? ДА НЕТ (подчеркни)

8. Если да, то кто: ровесники, старшие ребята, взрослые, друзья (подчеркни)

9. Много ли твоих одноклассников курит: много, некоторые, один-два, никто.

10. Какое вредное вещество содержится в пиве, вине и водке? _____

11. Что ты скажешь человеку, предлагающему тебе попробовать алкоголь или сигареты? _____

12. Чем ты любишь заниматься в свободное время? _____

СПАСИБО ЗА РАБОТУ!

Итоговая таблица по результатам определения отношения младших подростков к полезным и вредным привычкам.

ОУ: _____

Сроки обсл _____

Группа/класс: _____

Пол: Ж____ М____

Количество обследованных: _____

Параметры	Количественная оценка	
	Число выборов	%
1. Что такое привычка?		
• это то, к чему привыкает человек		
• это то, что делаешь каждый день		
• это слова, которые ты произносишь каждый день		
• затруднились ответить		
2. Называют полезные привычки:		
• делать зарядку	<i>Число выборов</i>	<i>%</i>
• чистить зубы		
• помогать взрослым		
• выслушивать мнения других		
• здороваться		
• работать		
• доводить всё до конца		
• соблюдать здоровый образ жизни		
• заниматься спортом		
Называют несколько привычек		
Затруднились ответить		
3. Ориентируются в понятие «полезные» привычки:		
• хорошо ориентируются: поясняют, почему их называют полезными		
• допускают неточности		
• не ориентируются		
4. Называют вредные привычки:	<i>Число выборов</i>	<i>%</i>
• курение, алкоголь, наркотики		
• не соблюдать ЗОЖ		

• драки		
• мошенничество		
• оскорбление, обзывание		
• плевки		
• ковырять в носу		
• ругаться матом		
5. Ориентируются в понятие «вредные привычки»:		
• хорошо ориентируются		
• допускают неточности		
• не ориентируются		
6. Миф о безопасности алкоголя:		
• правда		
• ложь		
7. Предложение закурить:	<i>Число выборов</i>	<i>%</i>
• да (поступало)		
• нет		
8. Много ли одноклассников курит:		
• много		
• некоторые		
• один-два		
• никто		
9. Что ты скажешь человеку, предлагающему тебе попробовать алкоголь или сигареты:	<i>Число выборов</i>	<i>%</i>
• отказ без объяснения причин		
• отказ с объяснением		
• агрессивный отказ		
• уверенный отказ (вежливый)		
• затруднились ответить		
10. Любимые занятия в свободное время:		
• смотреть телевизор		
• играть в компьютер		
• спортивные игры/ спорт		
• гулять		
• кататься на мопеде/ скутере		
• рисовать		
• помогать маме		
• общаться с друзьями		
• танцевать/ петь		
• ухаживать за домашними животными		
• заниматься иностранными языками		
• навещать бабушку		

Заключительная анкета.

Пожалуйста, заполни эту анкету. Внимательно прочитай каждый вопрос. Подумай и запиши ответ. Не подглядывай в чужие анкеты. Если ты случайно сделаешь ошибку, ты можешь ее исправить – главное, чтобы было понятно, что ты хотел сказать.

Имя _____ Фамилия _____

Класс _____ Дата _____

1.Оцени в баллах, насколько тебе понравились занятия (обведи кружком):

1 2 3 4 5

2. Считаешь ли ты полезными и нужными занятия по программе «Детство без алкоголя»? _____

3.Что такое алкоголь? _____

4.Как определить алкогольный напиток? _____

5. К каким последствиям приводит употребление алкоголя?

6. Напиши 3 причины, по которым ты бы не стал употреблять алкоголь

7. Твое пожелание людям, употребляющим алкоголь _____

СПАСИБО ЗА РАБОТУ!