Ростовская область Куйбышевский район хутор Кринично-Лугский

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Кринично-Лугская средняя общеобразовательная школа.

«Утверждаю»

Директор МБОУ Кринично-Лугской СОШ Приказ от\_\_\_\_\_\_\_№\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Коломейцева Е.А.

**Рабочая программа**

**по внеурочной деятельности**

**по общекультурному направлению**

**«Полезные привычки»** 1 класс

**начального общего образования**

**Количество часов -**32 часа

**Учитель** Нечепуренко Наталья Николаевна

Программа разработана на основе программы «Полезные привычки» , разработанными сотрудниками «Проекта ХОУП»

**Содержание программы**

Употребление табака и алкоголя – широко распространенное явление. Мы ежедневно сталкиваемся с ним в средствах массовой информации и в обыденной жизни. К сожалению, сегодня нельзя защитить детей от подобного рода информации — они видят на улице и по телевидению, как употребляют одурманивающие вещества люди, слышат разговоры взрослых, видят курящих и выпивающих родителей. И младшие школьники еще не способны адекватно оценить это. Поэтому очень важно дать им правильную установку, представление о том, что «хорошо», а что «плохо», и задолго до того, как возникнет опасность первого опыта или реального знакомства ребенка с табаком, алкоголем и психоактивными вещества ми, необходимо сформировать у него устойчивое негативное отношение к употреблению этих веществ.

Школьная программа по профилактике употребления табака, алкоголя детьми, других психоактивных веществ – «Полезные привычки», ориентирована на начальную школу – 1-4 классы. Составлена на основе материалов «Полезные привычки», разработанными сотрудниками «Проекта ХОУП».

Программа "Полезные привычки" придерживается концепции ранней рофилактики аддитивного поведения детской среде, провозглашенной Всемирной организацией Здравоохранения. В изложенной Концепции профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде, утвержденной приказом Минобразования России от 28.02.200г. № 619

Школа как социальный институт обладает рядом уникальных возможностей для успешной профилактики употребления табака, алкоголя и других психоактивных веществ. Она может:

1. прививать учащимся навыки здорового образа жизни;
2. влиять на уровень притязаний и самооценку детей;
3. осуществлять совместную работу с семьёй ребенка для контроля над ситуацией;
4. привлекать специалистов — медиков, психологов, педагогов и др.

**Концепция**

В настоящее время злоупотребление алкоголем, наркотиками и другими психоактивными веществами приняло характер эпидемии. По данным Всемирной организации здравоохранения, суммарное количество больных с заболеваниями, вызванными приемом различных психоактивных веществ, за исключением курильщиков табака, составляет более 500 млн. человек. В последнее десятилетие  для России употребление несовершеннолетними алкоголя, наркотических и других психоактивных веществ превратилось в проблему, представляющую угрозу здоровью населения, экономике страны, социальной сфере и правопорядку. Сегодня проблема наркомании затрагивает около 30 млн. человек, т.е. практически каждого пятого жителя страны. Постоянное ухудшение здоровья, распространение вредных привычек, таких как курение, потребление алкогольных напитков и наркотиков достигло критического уровня и   дальнейшее нарастание существующих тенденций может вызвать необратимые последствия.

Происходит неуклонное “омоложение” наркомании. Возраст приобщения к наркотикам снижается до 8-10 лет. Кроме роста числа лиц, злоупотребляющих наркотическими веществами и больных наркоманией, отмечается увеличение объема негативных медико-социальных последствий наркомании. Это возросшая в 7-11 раз смертность, увеличение в десятки раз числа суицидальных попыток, а так же сопутствующих наркомании болезней: в первую очередь СПИДа, инфекционных гепатитов, венерических болезней, туберкулеза и других заболеваний. За последние 10 лет число смертей от наркотиков среди детей увеличилось в 42 раза, причем в 65 % случаев причиной смерти является  передозировка.

Наркоманию называют “комплексным социо-психо-физиологическим расстройством”. Данная  проблема не терпит узковедомственного подхода. Она разрешима только при участии заинтересованных ведомств и широкого круга общественных организаций. Особое внимание должно уделяться обеспечению эффективного межведомственного взаимодействия в решении проблем профилактики наркомании. Работа по первичной профилактике и максимально раннему выявлению наркомании среди учащихся школ будет эффективна, если в ней будут принимать посильное участие те, кто непосредственно отвечает за их воспитание и нравственное развитие: родители, педагоги, классные руководители, воспитатели, психологи, врачи, сотрудники органов внутренних дел.

Конечно, семья остается главным “щитом”, преграждающим дорогу этому злу, но, к сожалению, не всегда может с успехом решить эту проблему. Поэтому нередко единственной и реальной преградой на пути молодого человека к зависимости от психоактивных веществ остается учитель. Именно он знает о насущных проблемах ребенка, именно в школе существует реальная возможность осуществления целенаправленного и систематического привития навыков здорового образа жизни в процессе обучения и контроля за их усвоением; влияние на уровень притязаний и самооценку учащихся; свободный доступ к семье подростка для анализа и контроля ситуации; возможность привлечения специалистов по профилактике.

С учетом актуальности данной проблемы профилактическая программа «Полезные привычки» разработана для того, чтобы попытаться решить проблему роста употребления психоактивных веществ детьми через самопознание, самовоспитания, повышение уровня жизненной компетентности школьников и выработку навыков здорового образа жизни.

И на осуществление этой идеи должны быть направлены все имеющиеся в школе ресурсы и возможности – техническое оснащение, работа с родителями, повышение квалификации персонала школы по проблеме ПАВ, поддержка программы специализированными органами.

**Планируемые результаты**

Обучающиеся должны **знать:**

о природе, фармакологических свойствах и вредных последствиях употребления психоактивных веществ

о факторах, влияющих на здоровье человека

признаки здорового человека

источники влияния и давления

безопасные интересные способы проведения времени

**Уметь:**

Делать здоровый выбор

Понимать окружающих и анализировать свои отношения с ними

Принимать рациональные решения

Анализировать собственные качества

**Обладать навыками:**

Сопротивления давления и развития личностной и социальной компетентности.

Эффективного общения, взаимодействия с людьми, неагрессивного отстаивания своей позиции и отказа в ситуации давления

Самоконтроля, самооценки

Преодоления стресса, тревоги

Ответственного поведения, снижающего вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ

Преодоления жизненных трудностей в целом

Самовыражения через увлечения, развивающие личность

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **дата**  **проведения** | **Тема занятия** | **кол-во**  **часов** |
| 1 | 01.09 | Введение. Что такое полезные привычки. Пре – тест | 1 |
| 2 | 08.09 | Я – неповторимый человек. | 1 |
| 3 | 15.09 | Культура моей страны и Я. | 1 |
| 4 | 22.09 | Семейные традиции. | 1 |
| 5 | 29.09 | Моя родословная. | 1 |
| 6 | 06.10 | Чувства. Как ими управлять. | 1 |
| 7 | 13.10 | О чём говорят чувства. | 1 |
| 8 | 20.10 | Множество решений. | 1 |
| 9 | 27.10 | Множество решений. Как выбрать верное. | 1 |
| 10 | 03.11 | Решения и здоровье. | 1 |
| 11 | 17.11 | Береги здоровье смолоду. | 1 |
| 12 | 24.11 | Нужные и ненужные тебе лекарства. | 1 |
| 13 | 01.12 | Пассивное курение. | 1 |
| 14 | 08.12 | Учусь делать здоровый выбор. | 1 |
| 15 | 15.12 | Путешествие в страну здоровья. | 1 |
| 16 | 22.12 | Вкусы и увлечения. | 1 |
| 17 | 12.01 | Учусь находить новых друзей. | 1 |
| 18 | 19.01 | Учусь находить интересные занятия. | 1 |
| 19 | 26.01 | О чём говорят выразительные движения. | 1 |
| 20 | 02.02 | Учусь понимать людей. | 1 |
| 21 | 16.02 | Опасные и безопасные ситуации. | 1 |
| 22 | 02.03 | Учусь принимать решения в опасных ситуациях. | 1 |
| 23 | 16.03 | Реклама табака и алкоголя. | 1 |
| 24 | 23.03 | Правда об алкоголе. | 1 |
| 25 | 06.04 | Действие алкоголя на человека. | 1 |
| 26 | 13.04 | Мой характер. | 1 |
| 27 | 20.04 | Учусь оценивать себя сам. | 1 |
| 28 | 27.04 | Учусь взаимодействовать. | 1 |
| 29 | 04.05 | Учусь настаивать на своем. | 1 |
| 30 | 11.05 | Я становлюсь увереннее. | 1 |
| 31 | 18.05 | Курение – добровольное мучение. | 1 |
| 32 | 25.05 | Обобщение изученного. Пост – тест | 1 |

«РАССМОТРЕНО» « СОГЛАСОВАНО»

Протокол заседания ШМО Заместитель директора по УВР

учителей начальных классов \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Лазарева А.В.

МБОУ Кринично-Лугской СОШ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017года

от\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2017 №\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Чуйко Т.Г.