

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Пановская средняя общеобразовательная школа»  
Усть-Ишимского муниципального района  
Омской области**

---

646593, РФ, Омская область, Усть-Ишимский район, с.Паново, ул. Центральная, 41, тел. 8(38150) 2-38-34

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Пановская СОШ»



/Лузановская Л.А./

**Программа  
«Профилактика вредных привычек»**

**с. Паново 2022**

## **Пояснительная записка**

Сегодня, в современных социально-экономических условиях, как никогда остро встает перед молодежью проблема выбора приоритетов. Дети и молодежь в этих обстоятельствах оказались наиболее уязвимыми. Для общества состояние здоровья детей является одной из наиболее значимых ценностей. При ухудшении качества жизни, падения его уровня и ее уклада дети и подростки первыми теряют способность сохранить соответствующую возрасту устойчивость.

В настоящее время профилактика табакокурения и иных зависимостей для России является наиболее важной в формировании устойчивого негативного отношения к табаку,

Мы считаем, что своевременно полученная информация о вреде зависимостей может заставить задуматься, мотивировать на приобретение жизненно важных навыков и выступить основой принятия решений об изменении поведения.

Программа направлена на повышение информированности учащихся школы о проведении антитабачной политике государства с целью противодействия табакокурению среди детей и подростков и формированию установок на здоровый образ жизни.

По данным ВОЗ среди факторов, влияющих на увеличение курящих детей, самые распространенные это:

- образ жизни;
- окружающая среда;
- курящие семьи;
- телевидение.

Следовательно, такая программа призвана действовать в рамках школы и направлена на обучение обучающихся и их родителей сознательному отказу от употребления сигарет и иных зависимостей, а также на повышение ценности здорового образа жизни.

## **ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ**

- Превратить образовательное учреждение «МБОУ СОШ №8» в школу, свободную от курения и других зависимостей
- Сформировать потребность в здоровом образе жизни.

## **ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

- Организовать первичную профилактику табакокурения;
- Выработка негативного отношения к курению;
- Формирование установок толерантного поведения;
- Отработать навыки говорить «нет!» курению и уметь противостоять групповому давлению

## **ПРИНЦИПЫ, НА КОТОРЫХ СТРОИТСЯ ПРОГРАММА**

1. Системно-структурная группа принципов:

- непрерывность;
- повторение;
- конкретность и доступность;
- стратегическая целостность.

2. Социальная группа принципов:

- деловитость;
- активная инициатива и опережение;
- выработка индивидуальных и социальных установок.

3. Психологическая группа принципов:

- правдивость;
- доверие;
- поддержка и стимулирование;

- скрытое оздоровительно-профилактическое воздействие.

### СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ.

Программа состоит из 22 занятий. Основные типы уроков - комбинированные, которые проводятся по классической схеме: беседа, изучение нового, практика, закрепление. Некоторые уроки проводятся в форме игры, используются активные методы, изложение материала в форме устного рассказа, демонстрация фрагментов кинофильма и т. д. Все формы, методы, приемы изучения нового материала предполагают переход самих школьников от пассивных слушателей в активных участников уроков.

### ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ:

- повышение возраста начала первой пробы среди обучающихся;
- повышение знаний обучающихся о вреде табака;
- формирование умения противостоять групповому давлению и умению говорить «нет»;
- увеличение количества обучающихся, ведущих здоровый образ жизни;
- доведение до минимума количество курящих учителей;
- наработка опыта по организации и проведению работы по профилактике табакокурения.

### МЕРОПРИЯТИЯ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

#### Профилактика табакокурения

№1	-Издание приказа о запрещении курения на рабочем месте, согласно Статьи 6. Запрещение курения на рабочих местах, в городском, пригородном транспорте, в закрытых спортивных сооружениях, организациях здравоохранения, образовательных организациях и организациях культуры. ФЗ № 15 от 23.02.2013г. «Об ограничении курения табака» - Внесение изменений в «Правила внутреннего распорядка»; -Размещение в туалетах, на информационных стендах информации о запрете курения; -Информирование о Всемирных днях отказа от курения; -Организация выставки плакатов о вреде курения; -Проведение родительских собраний с разъяснительной тематикой, приглашение в школу специалистов-медиков; -Проведение профилактических акций «Откажись от курения!»
----	---

#### Повышение имиджа здорового образа жизни

№2	-Участие в городских, школьных акциях, рейдов пропагандирующих ЗОЖ -Формирование ЗОЖ через спортивные состязания; -Реализация агитпроекта «Школа без курения»
----	---

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Название занятия	Количество часов	
		теория	практика
1	Вводный урок «Как люди познакомились с табаком»	1	
2	Психология привычки, тест «Почему люди курят?»	0,5	0,5
3	«Что содержится в табачном дыме?»	1	
4	Первая затяжка Тома Сойера и её последствия	1	
5	Вещества, вызывающие зависимость. Мозговой шторм	0,5	0,5
7-8	Занятие-практикум «Как отстоять свою точку зрения. Разбираем жизненные ситуации.	0.5	1,5
9	Губительное действие табака	1	
10	Ролевая игра «Уверенное - неуверенное» поведение.	0,5	0,5

	Информ - дайджест «Совместимы ли спорт и курение?»		
11	Влияние курения на кровеносные сосуды и другие жизненно-важные органы.	1	
12	Игра-шоу «Вы рискуете своими легкими»		1
13	Занятие – практикум Портрет курильщика, анкета	0,5	0,5
14	Сказкотерапия «Можно и нельзя»		1
15	О друзьях и попутчиках. А.С.Экзюпери «маленький принц»	0,5	0,5
16	О желаниях и их исполнении	0,5	0,5
17-18	Ролевая игра «Курильная опера»	1	1
19-20	Здоровье и выбор образа жизни игра «Остров мечты»	0,5	0,5
21	Занятие-практикум «Как бросить курить»		1
22	Итоговое занятие. В форме музыкально-поэтической композиции «Три ступени, ведущие вниз».	1	

### ЛИТЕРАТУРА

- 1.Александров А.А., Профилактика курения: роль и место психолога// Вопросы психологии.-М.,2009.-№4.
- 2.Матвеев В.Ф.,Гройсман А.Л. Профилактика вредных привычек у школьников.
- 3.Рожков М.И.Профилактика курения школьников.
- 4.Светлова Е.»Никотиновые дети рождаются у курильщиков» (Интернет ресурсы)
- 5.Худик В.А. «Психология аномального развития личности в подростковом возрасте.
6. Ягодинский В.Н. Школьнику о вреде никотина и алкоголя»