

МБОУ «Гимназия № 90» Советского района г. Казани

Образовательная программа

Кружка

«СМС дети»

возраст обучающихся 14-15 лет,

срок реализации-1год.

Казань, 2022-2023

Пояснительная записка.

Самое драгоценное у человека - это здоровье. Его невозможно купить ни за какие деньги, но сформировать его и сохранить на долгие годы может каждый из нас. Парадоксально, но для детей это утверждение звучит совсем не актуально. Наверное, от того, что они его просто имеют и не задумываются о болезнях, о неприятностях, связанных со здоровьем. Как же уберечь молодых от необдуманных, легкомысленных шагов, последствия от которых дадут о себе знать намного позднее? Один из ответов прост: если дети находятся в здоровой физической и психологической обстановке, которая без слов пропагандирует принципы здорового образа жизни и побуждает практически выполнять их, то возрастает вероятность того, что это перейдет в их взрослую жизнь. Поэтому наша задача, как взрослых и дальновидных людей - помочь ребятам раз и навсегда выбрать здоровый образ жизни как одно из основных условий укрепления физического, психологического, духовного и социального здоровья человека.

В наше время в подростковой среде очень остро стоит проблема ранней наркотизации и алкоголизма, для борьбы с которой и был создан в 2009 году республиканский антинаркотический проект «СМС дети». Основой деятельности объединения является образовательная программа «Мы – здоровая нация!».

Целью программы и целью работы объединения является формирование у подрастающего поколения мотивированного стремления к здоровому образу жизни, принятие активной жизненной позиции, нетерпимость и неприятие к алкоголизму, наркомании и другим негативным формам зависимости.

Для её достижения в объединении решаются следующие **задачи**:

- предупредить или отложить на возможно более поздний срок первую пробу психоактивных веществ детьми школьного возраста;
- привитие воспитанникам навыков здорового образа жизни;
- создание такого образовательного пространства, где здоровый образ жизни, интересные полезные увлечения, стремления к социальному благополучию становились бы нормой среди детей и молодежи;
- пропаганда среди школьников Гимназии № 90 движения «СМС дети», принципов здорового образа жизни.
- Программа рассчитана на один год обучения. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа 15 минут с одной группой из 15 детей в возрасте 14-15 лет.

Суть работы по данной программе состоит в том, чтобы подросток сам выявил свои «вредные привычки», от которых хочет отказаться. Это не только табакокурение, употребление алкоголя и психоактивных веществ, но и плохие оценки, сквернословие, зависимость от компьютера и телевизора, то есть все то, что мешает формированию цельной, гармонично развитой личности. Способствуют этому встречи с психологами, врачами, родителями и просто интересными людьми. Беседы, диспуты с воспитанниками других объединений помогают раскрыть проблемы подросткового возраста и подумать над их решением.

Для лучшей мотивации мы предлагаем ему подписать контракт об обязательствах по отказу от выбранной привычки. Подростки публично принимают обязательства, что также становится дополнительным стимулом. Если в течение месяца ребенок добросовестно выполняет все пункты контракта, то становится

участником движения «СМС дети». Для более плодотворной работы нужно тесное сотрудничество с родителями подростков, хорошо знающих его достоинства и недостатки. Программа предусматривает общение и взаимодействие с родителями через проведение родительских встреч, их участие в проведении акций.

Отдельным образовательным блоком выделено знакомство ребят с особенностями своего организма, психики, с биологическими основами здорового образа жизни. Практическая часть направлена на формирование активной позиции по адекватному выражению своих взглядов и принципов среди сверстников.

Своеобразием данной программы является активная природоохранная деятельность, осуществляемая через участие в городских экологических акциях. Здоровый образ жизни людей на занятиях рассматривается как часть здоровой жизни человека и природы на планете Земля. Главный принцип агитационной работы «Покажи пример!» применяется и здесь, так как простое чтение лекций и сообщение информации детям большого результата не дают. По этой причине в программе делается акцент на пропаганду здорового образа жизни, вписанного в обычную жизнь обычного школьника, у которого есть свои увлечения, интересы.

Агитационная работа «СМС детей» ведётся по нескольким направлениям:

- работа с населением через участие в республиканских акциях движения «СМС дети»;
- работа с родителями через участие в родительских собраниях – классных, общешкольных
- Участие на лекциях, которое проводит движение «Общее дело.»

Тематическое планирование

№	Тема занятий	всего
1.	Вводная часть	1
2.	Проблемы молодежи. Узнай себя!	30
3.	Проблемы молодёжи и как с ними справиться.	30
4.	Проблемы молодёжи. Не опускай руки – будь активным!	40
5.	Муниципальные акции движения «СМС дети». Встречи с интересными людьми.	25
6.	Интернет пространство.	41,5
	Итого	166,5

I. Вводная часть.

Знакомство с планом работы и задачами, правилами поведения, расписанием. Инструктаж по ТБ, ПДД. Здоровый образ жизни - часть здоровой жизни природы на планете Земля. Влияние вредных привычек людей на окружающую природу.

II. Проблемы молодежи. Узнай себя!

Моё тело – какое оно? Эмоции и чувства – помощники или противники? Почему люди тянутся к наркотикам, алкоголю, табаку?

Участие в городских акциях «Поздравь учителя!». «Мы за здоровую Россию», «Освободим Землю от мусора».

III. Проблемы молодежи и как с ними справиться.

Табак и алкоголь. Наркомания. Стигматизация. Дискриминация. Толерантность. У всех ли бывают кризисные ситуации? Что делать, если неприятности? Когда плохо или как справиться с плохим настроением?

Немного о настоящей ответственности Немного о любви и хитростях общения. Конфликты. Контакты. Если хочешь быть здоров...

Практическая работа. Встреча с психологом. Ролевые игры и психологические тренинги.

Участие в городских акциях «Россия без табака», «Будь готов! Скажи - нет!»

IV. Проблемы молодежи. Не опускай руки – будь активным!

Как не стать жертвой насилия? Кто может помочь в критических ситуациях? Адреса служб и центров поддержки. Все обо всем (Ответы на типичные вопросы о репродуктивном здоровье).

Просмотр фильмов и участие на лекциях «Общее дело»

V. Муниципальные акции движения «СМС дети». Встречи с интересными людьми.

Участие в муниципальных акциях «Меняем георгиевскую ленту на макулатуру», «Здоровая семья», флэш-моб «Танцуй, пока молодой!»

Встречи со знаменитыми людьми.

VI. Интернет пространство.

Учащийся должен знать:

- Конвенция о правах ребенка
- права и обязанности несовершеннолетних граждан РФ ;
- Все действия с наркотиками уголовно наказуемы
- строение своего организма;
- Наркомания неизлечимая болезнь «на заказ». Причём, «заказав» её, ты ещё помимо всего получаешь призовой подарок – социальные проблемы, потерю друзей, безденежье. Человек сам выбирает

Должен уметь:

- уважать мнения, права и свободы других людей;
- принимать других людей такими какие они есть;

- не судить о людях по первым впечатлениям;
- отказаться от вредных привычек;

Должен владеть:

- общение с людьми и контролировать свои эмоции
- отказаться от вредных привычек.

Календарно – тематический план

№	Тема	Количество часов
1	Знакомство с планом работы и задачами объединения, правилами поведения, расписанием занятий. Инструктаж по ТБ и ПДД.	2,5
2	Я в команде –СМС дети.	5
3	Антиалкогольная акция «Мы за здоровую Россию», 1 этап	5
4	Акция «Очистим природу от мусора»	5
5	Обсуждение и принятие правил	5
6	Защита моего тела	5
7	Вирусы и бактерии. Средства защиты.	5
8	Акция «Поделись улыбкой своей »	5
9	Профилактика зависимостей от психоактивных веществ в образовательной среде.	5
10	Акция «Здоровая мама- здоровый ребенок»	5
11	Профилактика вирусов.	5
12	Вред телефона.	5
13	Акция «Количество свечек зависит от тебя»	5
14	Если хочешь быть здоров	5
15	Гигиена	5
16	Здоровое питание. Поделись рецептом.	5
17	Наркомания. Причины наркомания. Последствия употребления наркотиков.	5
18	Антинаркотическая акция «Здоровая мама-здоровый ребенок!»	5
19	Что делать, если неприятности?	5
20	Табак. Причины потребления. О вреде табака	5
21	Алкоголь, причины потребления. Акция «Подари чудо»	5
22	Мое любимое хобби.	5
23	Спорт в моей жизни.	5
24	Когда плохо. Как справиться с плохим	5

	настроением?	
25	Съемка видеороликов « Я выбираю жизнь»	5
26	Поздравления ветеранов ВОВ с праздником	5
27	Немного о любви. Немного о хитростях общения	5
28	Акция «Откажись от вредных привычек»	5
29	Конфликты.	5
30	Диета. Хорошо или плохо?	5
31	Интернет-хорошо или плохо?	5
32	Какие бывают социальные сети	5
33	Мои любимые сайты. Интернет зависимость у подростков	5
34	Разговор по душам. Встреча с представителем движения « Общее дело»	4
Итого		166,5

Список используемой литература:

1. Александров А.А., Александрова В.Ю. Курение и его профилактика в школе. Методическое пособие для учителей и родителей. М.,1996.
2. Трубицына Л.В. Методика проведения занятий с подростками по программе позитивной профилактики наркомании, алкоголизма и других видов асоциального поведения. М.,1995
3. Баярд Д. Ваш беспокойный подросток. М. 1992.
4. Выготский Л.С. Психология. М.:ЭКСМО-ПРЕСС,2000.
5. Крайг Г. Психология развития. СПб.2000.
6. агавеловаА.Э., Иванян Р.Г., Петросян Г.А. Руководство по работе с молодежью Социальный театр: спектакль плюс...-СПБ., 2003.
7. Информационные кампании по ВИЧ/СПИДу (пособие для организаторов). – Новосибирск,2003.
8. Пособие для начинающего тренера, работающего в области профилактики ВИЧ/СПИД, наркозависимости и ИППП «Я хочу провести тренинг».- Новосибирск, 2001.
9. Справочник для тренеров по системе обучения равный – равному «ВИЧ/СПИД и репродуктивное здоровье». – Рига, 2003.
10. Сердюкова Н.Б. Профилактика наркомании: школа, семья. Учебное пособие. – Екатеринбург,200
- 11.Еникеева Д. Книга для пьющего человека. – Донецк,1998.
- 12.Бойко А.Ф. Обратная сторона здоровья. – М., 2002.
- 13.Давыдова С.В., Камалдинов Д.О. Подростку о половых инфекциях. – Новосибирск,1998

