Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 644
Приморского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ школа № 644
_____/Т.В.Петухова/
Приказ от 29.08.23 № 241

Рабочая программа
социального педагога
по формированию здорового образа жизни
«На стороне подростка»»

8 классы

Составитель:
Социальный педагог
ГБОУ школы № 644
Вильгельм И.В.

Санкт-Петербург
2023 год.

1. Пояснительная записка

1.1. Актуальность программы

Проблема формирования здорового образа жизни подрастающего поколения приобрела сегодня особую актуальность и значимость. Забота о здоровье выдвигается в качестве главного приоритета внутренней политики государства. Необходимость формирования здорового образа жизни у подрастающего поколения обоснована в национальном проекте «Здоровье», особое место в котором отведено профилактике таких асоциальных явлений как табакокурение.

В Докладе о состоянии здравоохранения в мире, сделанного Всемирной организацией здравоохранения в 2007 году, подчеркивается, что табакокурение было и остаётся основным фактором риска преждевременной смертности по всему Европейскому региону, являясь причиной около 1,6 миллиона смертей.

Заболеваемость и смертность в России от болезней, связанных с курением, возрастает с увеличением числа курящих, число которых за последние 10 лет увеличилось на 14%. Россия сегодня занимает 3-е место в мире по употреблению табака.

Табакокурение среди подростков в России принимает всё более угрожающие формы, существенно деформирующие нравственное, физическое и психическое здоровье подрастающего поколения.

Формирование ценности здорового образа жизни теснейшим образом связано с воспитанием личности, с её социализацией. Одним из путей воспитания полноценной, здоровой личности является формирование у подрастающего поколения ценности здоровья и здорового образа жизни, и, в целом, системы базовых ценностей.

Одним из государственных мероприятий по улучшению и укреплению здоровья подрастающего поколения является организованная целенаправленная профилактическая работа в образовательных учреждениях.

Профилактика табакокурения среди подростков сегодня рассматривается как важнейшая составляющая образовательного и воспитательного процессов, так как способствует развитию у них таких качеств, как умение принимать ответственные решения, противостоять давлению со стороны окружающих, видеть преимущества здорового образа жизни, укреплять своё здоровье и здоровье окружающих.

1.2 Анализ условий для реализации в ГБОУ школа № 644 Приморского района СПб

На протяжении 2 лет социальным педагогом школы проводилось наблюдение над учащимися школы и анкетирование. Во время учебного процесса попадались учащиеся, которые курили в школьных туалетах вейпы.

В результате бесед и опросов обучающихся выявлен достаточный уровень знаний, почему сигареты и вейпы приносят вред здоровью, выявлен хороший уровень знания требований Устава школы и Правил поведения в школе в отношении запрета курения. По результатам тестирования 70% обучающихся не курят и не имеют желания курить.

Вместе с тем необходимо в постоянном режиме проводить занятия и беседы с обучающимися, особенно подростково-переходного периода, рассказывая о вреде никотина и электронных сигарет, объясняя кому выгодно и кто наживается на продажах этих веществ.

Занятия посвящены профилактике вредных привычек у подростков (курение) и пропаганде здорового образа жизни у подростков и направлены на то, чтобы вызвать у них интерес к собственной личности, а также научить сопротивляться давлению сверстников.

Программа составлена с учетом возрастных особенностей подростков.

Достаточно серьезная информация, например, об ответственности за курение в общественных местах, сочетается с игровыми моментами и профилактическими мерами. Важно, чтобы у школьников в процессе общения развивались следующие качества: умение распознавать попытки отрицательного влияния со стороны сверстников, умение противостоять им; умение четко формулировать аргументы против вредных привычек; положительная оценка себя, определение в выборе здорового образа жизни.

Занятия содействуют воспитанию нравственности у подрастающего поколения. Они включают в себя практические творческие задания, игры, игровые упражнения, обсуждения, направленные на проживание и осмысление проблемы с позиции собственного опыта.

Необходимо, чтобы подростки задумывались над важными нравственными проблемами, причем не только над теми, которые актуальны для них в настоящий момент, но и над теми, с которыми им предстоит столкнуться в будущем.

По данным Роспотребнадзора за последние 20 лет число курильщиков в России увеличилось на 450 тысяч человек.

Так, в возрасте 15-19 лет курят 7% девушек и 40% юношей. В среднем в день они выкуривают 7 и 12 сигарет соответственно. В цифрах статистика курения выглядит так - более 3 миллионов подростков: 0,5 миллиона девушек и 2,5 миллиона юношей. Количество курящих, среди учащихся профессиональных составляет 64% девушек и 75% юношей, из них у каждого десятого - выраженная табачная зависимость.

Сейчас прослеживается чёткая тенденция к увеличению табакокурения среди молодежи и к более раннему началу постоянного курения. Очень сильно заметно увеличение числа курящих молодых девушек. К примеру, доля курящих девушек в возрасте 20-29 лет примерно в десять раз больше, чем доля курящих в возрастной группе старше 60 лет.

В России заметна чёткая тенденция по увеличению количества потребления сигарет ежегодно. Так в 1985 году было выкурено 200 миллиардов сигарет. В 2008 году этот показатель составил уже 414 миллиардов штук. В настоящее время в России курят 30% женщин и 65% мужчин. И эта привычка является самой распространённой вредной привычкой, и по мнению самих курильщиков, самой безобидной.

Статистика показывает, что по причине курения в России преждевременно умрёт 25% курильщиков. В среднем они потеряют 10-15 лет жизни.

Ожидаемые результаты отреализации программы:

Подростки должны усвоить, что курение – это коварная ловушка. Курить не выгодно. Курить – это быть не свободным.

1.3 Законодательная база.

- Конвенцией ООН «О правах ребенка»;
- Конституция РФ;
- Семейный Кодекс РФ;
- КоАП РФ;
- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 24.06.1999 № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;
- «Правила внутреннего распорядка для обучающихся», утверждены приказом директора ГБОУ СОШ № 644 Приморского района СПб от 27.08.2020 № 124.

2.Концептуальные подходы

2.1. Раскрытие понятийного аппарата

Профилактика табакокурения среди подростков - это целенаправленный, специально организованный психолого-педагогический процесс, интегрирующий усилия педагогов, психологов, медиков, родителей и обеспечивающий формирование ценности здорового образа жизни у подростков, выработку устойчивого стереотипа социального поведения, формирование адекватного отношения к себе и окружающим, принятие значимых для здорового образа жизни мировоззренческих установок, направленных на предупреждение табакозависимости, на осознание ценности здоровья, на противостояние негативным влияниям, на формирование психологической установки ценности жизни без зависимости от психоактивных веществ, на сохранение и укрепление состояния здоровья.

Сущностью данного процесса является ориентация на личностное развитие, на осознание мотивов поведения, на изменение поведения подростков за счёт создания психолого-педагогических условий, стимулирующих развитие рефлексивных способностей, ценностно-смысловой сферы, умений принимать ответственные решения по вопросам, связанным с сохранением и укреплением здоровья.

Содержание профилактики табакокурения среди подростков предусматривает реализацию следующих направлений: диагностического - для выявления у подростков динамики уровня сформированности ценности здорового образа жизни; информационного - предполагающего проведение тематических бесед с обучающимися, просмотр видеофильмов, дискуссионного.

2.2. Научно-методические основания.

Воспитание здоровой личности возможно только при условии реализации целенаправленной, соотнесенной с физиологическими, возрастными и психологическими особенностями подросткового возраста профилактической работы, направленной не на запреты табакокурения, а на формирование внутренней личностной установки на ценность здорового образа жизни. Поиск решения данной проблемы имеет место в психолого-педагогической литературе (Н.А.Агаджанян, И.И.Брехман, Г.К.Зайцев, В.М.Звонков, В.П.Кащенко, А.П.Матвеев, С.Б.Мельников, Г.Н.Сердюковская) и направлен в работах ученых, прежде всего, на формирование здорового образа жизни.

Современный этап развития педагогической науки характеризуется устойчивым интересом к изучению психолого-педагогических факторов, влияющих на воспитание и развитие личности.

Как показывают результаты исследований подросткового возраста за последнее десятилетие (М.М.Безруких, А.Ю.Бражников; М.Я.Виленский, Г.К.Зайцев, В.Н.Касаткин, М.Л.Лазарев, Е.А.Леванова, А.В.Мудрик, Л.Г.Татарникова и др.) сформировать ценностное отношение к здоровому образу жизни у подростков возможно при условии включения профилактической работы в систему воспитания и образования.

Ряд ценных идей о воспитании здоровых привычек и мотивационных основ здорового образа жизни изложены в трудах К.Д.Ушинского, М.В.Ломоносова, И.И.Бецкого, Н.И.Новикова, Ф.И.Лнковича, В.М.Бехтерева и др. К.Д.Ушинский, анализируя современные ему системы воспитания здоровых привычек, выдвинул два основополагающих принципа формирования здорового образа жизни ребёнка в школе: всестороннее познание учащегося, а также единство умственного, эмоционального, волевого и физического компонентов воспитательной работы по формированию здоровья.

3. Основная часть

3.1 Цели и задачи программы

Цель: профилактика табакокурения у обучающихся 8 классов

Задачи:

– расширить и систематизировать знания детей о вреде курения;
– познакомить с фактами, свидетельствующими о вреде курения;
– помочь осознать масштабы вреда курения для здоровья человека;
– воспитывать ответственное отношение к своему здоровью;
– сформировать отрицательное отношение к курению и потребность в здоровом образе жизни;
– повысить уровень информированности подростков по проблемам, связанным с курением; об

ответственности за курение в общественных местах.

3.2.Тематическое планирование занятий

№ п/п	Тема занятий	Количество часов	Планируемые сроки проведения занятий	Дата проведения
1	«Курить или не курить» «Откуда пришел табак?» Современные исследования о курении.	1	Сентябрь 8а	
2	Виды зависимостей. Обсуждение проблем.	1	Октябрь 8б	
3	«Курить или не курить» дискуссия (2 группы).	1	Ноябрь 8л	
4	Что дает отказ от курения? Самые распространенные мифы о курении.	1	Декабрь 8м	
5	Подсчет экономических затрат для курильщиков. Курить – не выгодно и глупо.	1	Январь 8а	
6	«Жизнь под парами» - вейпинг -это не витамины, а прибыль корпораций. Просмотр фильма «Секреты манипуляции»	1	Февраль 8б	
7	«Курить – это глупо!» Рисование в группах антирекламных рисунков и слоганов.	1	Март 8л	
8	Самые распространенные мифы о курении. Анкетирование классов	1	Апрель 8м	

3.3.Условия реализации программы

- Согласие родителей;
- Заинтересованность обучающихся;
- Взаимодействие с классными руководителями.

3.4. Точки риска при ее реализации

- Отсутствие согласия родителей на проведение бесед с учащимися;
- Нежелание самих обучающихся участвовать в занятиях.

3.5 Список литературы

- Конвенцией ООН «О правах ребенка»;
- Конституция РФ;
- Семейный Кодекс РФ;
- Административный кодекс РФ;
- Гражданский кодекс РФ;
- Уголовный кодекс РФ;
- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 24.06.1999 № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;
- «Правила внутреннего распорядка для обучающихся», утверждены приказом директора ГБОУ СОШ № 644 Приморского района СПб от 27.08.2020 № 124.
- Шпаков А.О. Алкоголизм, Наркомания. Токсикомания, Курение. Природные и бытовые яды. Справочник для родителей и детей. СПб.: Зенит, Энергия, 2000.
- Интернет-ресурс сайт «Общее дело».
- Здоровье рекомендует: Как защитить детей от пагубной привычки. Советуют лучшие отечественные медики, психологи, социальные педагоги. Журнал «Здоровье, 2002.
- Автореферат диссертации по теме «Профилактика табакокурения как фактор формирования ценности здорового образа жизни у подростков», автор Романникова Марина Васильевна, https://nauka-pedagogika.com.

Социальный педагог И.В. Вильгельм